



## Regler for klubmesterskab

---

- Klubmesterskab afvikles over syv løb fra 1. januar til 31. december.
- Et eller flere klubmesterskabsløb kan afvikles underfor OK Syd skove, ifm. andre løb i sydkredsen.
- Klubmesterskabet er per bane og ikke klasse i henhold til vores træningsløb baner

Bane	
1	Ca. 6-7 km svær
2	Ca. 4-5 km svær
3	Ca. 3-4 km svær
4	Ca. 3-5 km. mel. svær
5	Ca. 3-4 km. let

- Der kåres en banevinder for dame- og herreløbere
  - De fem bedste løb tælles med i klubmesterskabet.
  - For at blive klubmester kræves det mindst, at man har gennemført og fået godkendt tre løb på en bane.
  - I tilfælde af pointlighed tæller det sjette løb med.
  - Man skal være medlem af OK Syd for at blive klubmester
- 
- Banepoint deling.  
Banevinderen får 100 point, nummer 2 får 100 point minus det antal hele minutter efter og så fremdeles. Eksempel:

Placering	Tid	Point
1	40:27	100
2	47:05	93
3	52:27	88

## **Banelægger instruktion til klubmesterskabsløb**

- Afvikles som et træningsløb:
- SI skal bruges men ikke krav om løse post definitioner
- Kort tages i løbsøjeblikket, også dem der ikke vil løbe med i klubmesterskabet  
Brug gerne vores kasser så kortene ikke tages før.
- Ingen må starte før kl. 13:00 ved lørdagstræning eller før kl. 18:00 ved onsdagstræning ved klubmesterskabsløb.
- Banelægger kan vælge at lave en startliste ud fra aktuel stilling men ingen tilmelding og løbere som ikke er på startliste, starter sidst.
- Startliste skal offentliggøres sendes senest 24 timer før start.
- Løbere på lette baner må se kortet før start og få hjælp
- Man sørger selv for at holde minimum 2 min til næste løber på samme bane
- Strimlen skal afleveres med navn og bane nummer til banelægger.
- Banelægger afleverer til Hanne eller John som laver resultatliste.