



Indbydelse til  
**Østkredsmesterskaber i klassisk Biathlon Orientering**  
lørdag d. 15. maj 2010

Sted Hanebjerg Skyttecenter og Grib skov Vest.  
Arrangør Dansk Militært Idrætsforbund.  
Konkurrencetype Klassisk konkurrence bestående af disciplinerne skydning, punktorientering og orienteringsløb.  
Metode Konkurrencen gennemføres som Metode B. Først afvikles skydning på Hanebjerg Skyttecenter. Dernæst køres til Grib skov Vest, hvor punktorientering og orienteringsløb afvikles sammenhængende.

Klasse	Skydning	Punkt-O	O-løb
D20	Standard	3 km svær	Ca. 5,0 km svær
D21	Standard	3 km svær	Ca. 6,5 km svær
D35-	Standard	3 km svær	Ca. 5,0 km svær
H20	Standard	3 km svær	Ca. 6,5 km svær
H21	Standard	3 km svær	Ca. 10,0 km svær
H35	Standard	3 km svær	Ca. 7,0 km svær
H45	Standard	3 km svær	Ca. 5,0 km svær
H55	Standard	3 km svær	Ca. 3,5 km svær
D21B	Standard	3 km svær	Ca. 4,0 km mellemsvær
H21B	Standard	3 km svær	Ca. 5,0 km mellemsvær
Intro 1	Store mål	3 km svær	Ca. 7,5 km svær
Intro 2	Store mål	3 km svær	Ca. 4,0 km mellemsvær

Stævneplads Skydning: Hanebjerg Skyttecenter, Hanebjergvej 6, 3400 Hillerød  
PO & o-løb: Asfaltfabrikken, Helsingevej 7, 3400 Hillerød  
Begge steder afmærkning med o-skærm ved vejen.

Parkering I direkte tilknytning til stævneplads.

Skydning Kun kaliber 22/5.6 mm (salon/skiskydningsgevær) må anvendes.  
Indskydning foregår på selvmarkerende skiver. Konkurrencen foregår på Kurvinen-mål. Deltagere skal selv medbringe ammunition.

Skydeprocedure Skydedisciplinen gennemføres således: 300 meter løb - 10 skud liggende - 300 meter løb - 10 skud stående - 50 meter løb.

Intro-klasserne Intro 1 & 2 skyder både liggende og stående på stort mål.

Kort Punktorientering og orienteringsløb løbes på o-kort Grib skov Vest i målestok 1:10.000, ækvidistance 2,5 m.

Terræn Kuperet terræn med overvejende løvskov og generelt god gennemløbelighed.

Punktorientering	3 km markeret rute (snitzling) med 10 punkter undervejs, heraf 5 i banen og 5 udenfor banen.
Orienteringsløb	Afvikles i forlængelse af punkt-O. Postbeskrivelser er trykt på kortets forside og udleveres løse efter ønske.
Elektronisk tidtagning	Sportident. Angiv i tilmeldingen, hvis egen brik ønskes benyttet.
Præmier	Til vinderne i alle klasser.
Instruktion+startliste	Offentliggøres på <a href="http://www.biathlon.dk">www.biathlon.dk</a> onsdag d. 12. maj
Tentativ tidsplan	09.45 Stævnekontor åbner på Hanebjerg 10.00-10.55 Indskydning 11.00-11.10 Fælles instruktion til skydning 11.15-12.00 Skydedisciplinen gennemføres Forskydning til Grib skov 13.00-15.00 Punktorientering og o-løb gennemføres 15.30 Præmieoverrækkelse og afslutning
Toilet-opholdsrum	Toilet og opholdsrum kan anvendes på Hanebjerg Skyttecenter. I Grib skov findes disse faciliteter ikke.
Kiosk	Der vil være kiosk i Grib skov, men ikke på Hanebjerg.
Startafgift	80 kr. pr. person. Evt. leje af sportident-brik kr. 10. Indbetales til Ulrik Staugaard Konto nr. 7638 1003888 (Handelsbanken)
Tilmelding	Klubvis senest fredag d. 7. maj til Ulrik Staugaard via e-mail <a href="mailto:ulrik.s@hotmail.com">ulrik.s@hotmail.com</a> . I tilmeldingen oplyses • Navn, klasse, klub, evt. brikleje
Organisation	Stævneledere: Thomas Jensen og Ulrik Staugaard Skydeleder: Ulrik Staugaard Banelægger punkt-O & o-løb: Thomas Jensen

