

Instruktion for AS åbne klubmesterskab i O-biathlon 12 JUN 2010

Stævneplads	Akademisk Skytteforenings lejr på Høje Sandbjerg Adresse: Høje Sandbjergvej 12. Indkørsel fra øst via Gl. Holtevej Kør langsomt og forsigtigt på den hullede private vej. Parkering på stævnepladsen.															
Stævnekontor	Kontoret i lejren er åbent fra 0845															
Disciplinrækkefølge	Skydning, punktorientering, frit O-løb															
Løbsområde	Rude Skov. O-kort 1:10.000 revideret med COWI kurveer i efteråret 2009. Ækvidistance 2,5 m															
Terræn	Kuperet blandingsskov med varierende tæthed og moderat stinet															
Indskydning	0900 – 1000															
Instruktion	Der er samlet velkomst og instruktion på stævnepladsen 1000															
Første start	1020, derefter med 2-3 min mellemrum. To samtidige starter H&D21 og H45&H/D55. Introklassen starter til sidst.															
PO	Banelængde 3,1 km. Snitzling rød/hvid															
O-løb	Der løbes i fem klasser <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 50%;">H21 (HA)</td> <td style="width: 20%;">9,7 km</td> <td style="width: 30%;">23 poster</td> </tr> <tr> <td>D21 (DA)</td> <td>6,5 km</td> <td>18 poster</td> </tr> <tr> <td>H45 (ÆOB)</td> <td>5,6 km</td> <td>17 poster</td> </tr> <tr> <td>H/D55 (VET/OG)</td> <td>3,8 km</td> <td>11 poster</td> </tr> <tr> <td>samt introklasse</td> <td>ca. 6 km</td> <td></td> </tr> </table> Løse definitioner kan fås ved start	H21 (HA)	9,7 km	23 poster	D21 (DA)	6,5 km	18 poster	H45 (ÆOB)	5,6 km	17 poster	H/D55 (VET/OG)	3,8 km	11 poster	samt introklasse	ca. 6 km	
H21 (HA)	9,7 km	23 poster														
D21 (DA)	6,5 km	18 poster														
H45 (ÆOB)	5,6 km	17 poster														
H/D55 (VET/OG)	3,8 km	11 poster														
samt introklasse	ca. 6 km															
Procedure	Der er to skydestandpladser, hver med en liggende og en stående standplads. Når skydebanen er klar til næste løber, gives starttilladelse. Løberen modtager PO-kort, som er lamineret. Han stempler startposten og løber ad snitzlingen til skydning. Her afgives 2 serier liggende. Derefter løbes atter ad snitzling tilbage til skydebanen og der afgives 2 serier stående. Efter skydning følges snitzling til start punktorientering. Her stemples PO startposten, som er indtegnet på kortet. Hvert punkt indtegnes med en nåleprik og en farvet streg med ophængt tushpen på bagsiden af kortet. Ved ankomst til skiftestedet afleveres PO-kortet, skifteposten stemples, og O-kortet tages fra en af 5 papkasser mærket med klassen. I mål stemples målposten. Derefter aflæses SI-brikken i stråktidsprinter og tiderne for skydning og punktorientering samt for O-løb overføres til resultattavlen. Start og mål er begge på stævnepladsen.															
Badning	På grund af ombygning kan der beklageligvis ikke fås varmt bad i lejren, men en improviseret bademulighed fra koldvands slange rigges til.															
Frokost	Efter konkurrencen er der samlet frokost, hvor deltager indtager de medbragte madpakker. AS leverer øl/vand og snaps. Her finder præmieoverrækkelse sted. Evt. præmiemodtagere, som ikke deltager i frokosten, vil få deres præmie umiddelbart efter konkurrencen.															
AS mester	Akademisk Skytteforenings klubmesterskab vindes af den akademiske skytte, som sammenlagt har det bedste resultat. Da der er deltagere i flere klasser udregnes en fiktiv O-løbstid, baseret på den reelt opnåede kilometertid.															
Præmie	Der er præmie til vinderen i hver klasse.															