

Velkommen til Nat-Cup Finale 27. februar 2019 i Ganløse Ore



Den fælles indbydelse til alle Natcup løbene finder du [her](#)
Alle yderligere oplysninger kommer via menuen til venstre på [løbshjemmesiden](#).

Instruktion

Parkering og mødested: Farumvej 127, 3660 Stenløse – her er der parkering, pladsen er ikke så stor, **så hermed en kraftig opfordring til samkørsel**

Stævnekontor: Farum OKs klubhus, Ryttergårdsvej 104, Farum, Krak 105 G2.
Her er der mulighed for omklædning og bad.



[Klik her for stort billede!](#)

Parkering ved stævnekontor

Der er få pladser foran klubhuset, men mange lige bagved – brug de angivne pladser. Undlad venligst at parkere på vejene.

I sidste øjeblik:

Tilmelding vil i begrænset omfang kunne ske på dagen på stævnekontoret fra kl. 17.30. Vi har nogle vakante baner.

Afstande:

Fra klubhus til parkering i skoven er der ca 5 km.
Fra Parkering til Start er der 300-400 meter, fra mål til Parkering er der 100 meter

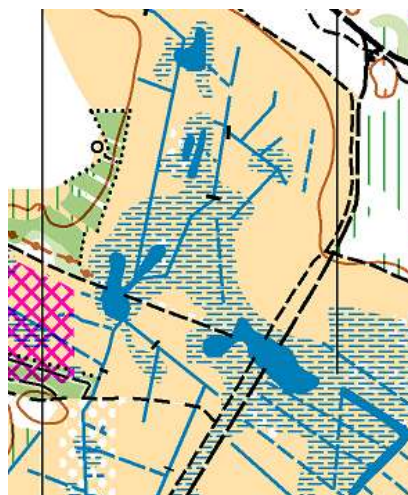
SI:

Der anvendes tidtagning med SportIdent.
Lånebrikker udleveres i stævnekontoret.
Clear og check er ved start

Kort: Ganløse Ore 1:10.000 og 1:7.500, revideret januar 2019

Skoven er en typisk nordsjællandsk skov med bøg og nåletræer. Skoven er ret flad og rimeligt let løbet, der er få tætheder. I midten af skoven er der ved at blive etableret nogle store moser, lige nu er det lysåbne områder med grøfter, moser, våd bund og enkelte søer. Den store hovedgrøft er blevet sløjfet, så vandet skal fremover blive i skoven. Der er derfor vand midt i skoven visse steder, kortudsnittet her (og løbskortet) viser tydeligt hvor. De viste stier har fast bund og den er 20-30 cm nede under vandet.

Man kan ikke se grøfterne under vandet, så lad være med at vove dig ud i de områder.



Udsnit af Ganløse Ore

Baner:	Baner	Længde	Sværhedsgrad
	1	8,1 km	Svær
	2	6,0 km	Svær
	3	4,5 km	Svær, kort 1:7.500
	4	3,0 km	Svær, kort 1:7.500
	5	4,0 km	Mellemsvær

Start: Der er afmærket fra Parkering til Start

Startnummer: Dit startnummer fremgår af startlisten, kortene er mærket med dit navn og startnummer

Starttid: Samlet start for alle er 18.40

Maxtid: Er 2 timer.

Husk at komme tilbage til klubhuset og blive registreret! Gælder alle løbere!

Eftersnak: Efter løbet vil der være mulighed for at smøre lidt mad og slukke tørsten med saft, the og kaffe i klubhuset. Og som sædvanligt også hyggelig snak om vejvalg, om baner og hvad man nu ellers kan bruge tiden på i godt selskab.

Præmier: De samlede vindere af hele NatCup serien vil få overrakt deres præmie i klubhuset.

Stævneleder: Kai Beck-Andersen, kaibeckandersen@gmail.com.

Banelægger: Jens Korsholm



Vel mødt i mørket!

Instruktion og startliste vil kunne ses via menuen øverst til venstre før løbet. Når løbet er afholdt, vil du også kunne finde resultater og stræktider via menuen.