



Indbydelse til dig og dine medløbere



Velkommen til Nat-Cup 9. marts 2022 i Uggeløse Skov

Dette er sidste og afsluttende natløb i natcup-serien.

Uggeløse skov er en rimelig flad skov og er hurtigt løbet. Midt i skoven er der en indhegnet græsmark som må passeres – rul under eller spring over hegnet.

Fælles indbydelse: Klik [her](#)

Tilmelding: Via O-service. Udenlandske løbere via mail til stævnelederen. I sidste øjeblik kan du i et vist omfang tilmelde dig på dagen på stævnekontoret fra kl. 17.00. Vi har nogle vakante baner. Pris for deltagelse ved tilmelding senest 4. marts er 55 kr for ”op til og med 20 år”, og 75 kr for ”21 år og over”, leje af SI-brik er 15 kr. Eftertilmelding +20 kr.

Parkering: Parkering er på [Uggeløse Skovvej](#). Der er 600 meter fra parkering til mødested i skoven

Stævnekontor: Farum OKs klubhus, Ryttergårdsvej 104, Farum. Her er der mulighed for omklædning og bad samt eftertilmelding.

SI: Der anvendes tidtagning med SportIdent. Lejebrikker udleveres i skoven – kontakt startpersonalet. Clear og check er ved mødested og ved start.

Kort : Uggeløse skov 1:10.000 og 1:7.500, revideret december 2019

Baner: Forventede banelængder:
Bane 1 er 8,0 km, kort 1:10.000, sort
Bane 2 er 6,0 km, kort 1:10.000, sort
Bane 3 er 4,5 km, kort 1:7.500, sort
Bane 4 er 3,0 km, kort 1:7.500, blå
Bane 5 er 4,5 km, kort 1:7.500, gul bane

Afstande: Afstand fra Klubhuset til parkering (og vice versa) er ca. 9 km / 10 minutter.
Afstand fra parkering til start i skoven er 600 meter.
Afstand fra mål til parkering er ca 500 meter.
Ruten er afmærket med refleks og rød gul snitzling.

Start: Er et sted i skoven.
Overtrækstøj vil blive transporteret til mål.
Der er samlet start for alle klasser kl. 19.00.

Mål: Et andet sted i skoven

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.

De samlede vindere af hele Nat-cup serien vil få overrakt deres præmie. Desuden er der nogle lodtrækningspræmier, som man skal være til stede for at kunne modtage.

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

Banelægger: Jens Korsholm

Vel mødt i mørket