

# Indbydelse til Vinterlangdistanceløb 2015-2016

OK Øst, Farum OK, Tisvilde Hegn OK, Amager OK, Allerød OK, FIF og STC

**Vinterlangdistance-cup** 6 løb, fra Amager til Tisvilde, 3 søndage før nytår og 3 søndage efter nytår. Der er gennemgående konkurrence, efter samme system som Natcuppen.

Generelt er løbene med et enkelt udstyr (det kan være på faste poster/klippetænger eller opsatte skærme med kliptænger eller sportIdent/-kort, kan være O-kort, luftsfoto og GI kort 1:25:000 eller en kombination af disse), det er op til hver enkel arrangør at bestemme dette.

Der vil som minimum ved alle løb være SI ved start og slut, HUSK derfor SI brik ved alle afd.

BEMÆRK alle arrangører må gerne deltage ved deres egne løb.

Fælles er, at det er gode, regulære langdistanceløb.

**Baner** Lang: ca. 20 km

Mellem: ca. 12 km

Kort: ca. 6 km

Trail-O: ca. 12 km (med lette poster)

**Tilmelding** Via O-Service, undtagelsesvis klubvis på e-mail til den arrangerende klub senest onsdag før løbet.

Der kan anvendes SportIdent, check det enkelte løb i o-service.

I begrænset omfang kan man tilmelde sig på løbsdagen til let forhøjet startafgift.

**Startafgift** -20 år inkl.: 50 kr. 21-: 70 kr. pr. løb. (incl. let mad)

Leje af SI brik 15 kr. pr. løb.

**OBS.:** Startafgiften indbetales til arrangørklubbens bankkonto samtidig med tilmeldingen. Svenske deltagere bedes betale på dagen.

Ved tilmelding på dagen er startafgifterne:

-20 år inkl.: 80 kr. 21-: 100 kr. pr. løb.

**Mødetid** kl. 9:30 med samlet afgang til start kl. 9:50, og samlet start for alle kl. 10:00, hvis ikke andet er anført i løbets instruktion.

Max. er 3,5 timer.

**Eftersnak** Efter løbet vil der være mulighed for at få lidt mad og slukke tørsten med saft, te eller kaffe.

Dato	Skov	Mødested	Klub	Krak nr:	Kontaktperson
Søndag 29-11-2015		Ballerups klubhus	Ballerup		Claus Cederberg og Alex Ottesen
Søndag 13-12-2015			Tisvilde Hegn OK		Tim Falck Weber <a href="mailto:tim@falckweber.dk">tim@falckweber.dk</a>
Søndag 27-12-2015					
Søndag 17-01-2016			Allerød OK		
Søndag 31-01-2016			Amager OK		
Søndag 27-02-2016			STC		

**Præmier** Der er en gennemgående konkurrence, hvor 5 ud af 6 løb er tællende.

Der er præmier til nr. 1 i hver klasse i den gennemgående konkurrence, *forudsat* de pågældende har gennemført mindst 4 løb.

Desuden vil der være et antal præmier, som fordeles ved lodtrækning blandt de deltagere, der er til stede ved præmieuddelingen den sidste løbsdag.

**Resultater** Resultater vil løbende kunne ses på FIF's

hjemmeside <http://www.fiforientering.dk/arrangementer/vinterlangdistance.html> og/eller på arrangørklubbens hjemmeside.

**Evt aflysning** I tilfælde af ekstremt vejr, vil løbene kunne aflyses indtil kl 8:00 om morgenen på løbsdagen.

**Vel mødt i skoven!**