

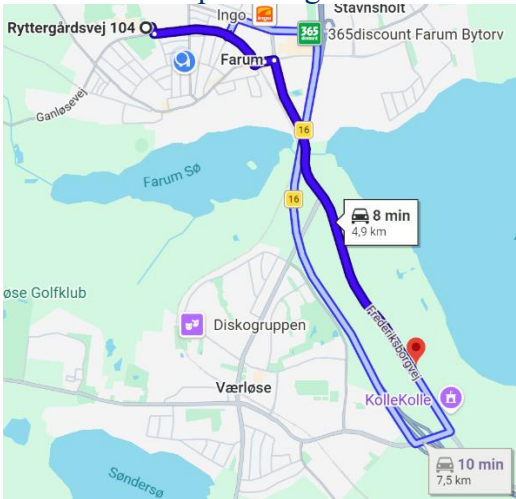
## Velkommen til Nat-Cup Finale 25. februar 2026 i Nørreskoven



Den fælles indbydelse til alle Natcup løbene [finder du her](#)

### Instruktion

<b>Parkering og mødested</b>	<a href="#">Parkering og mødested er tæt på Frederiksborgvej 103B</a> Der er begrænset antal P-pladser, så fyld venligst bilerne op. Herfra er der afmærket med rød/gul snitzling og refleks til Mødested. <b>Pas på cykler mellem Parkering og Mødested.</b>
<b>Stævnekontor</b>	Farum OKs klubhus, Ryttergårdsvej 104, Farum Her er der mulighed for omklædning og bad efter løbet. 
<b>Parkering ved stævnekontor</b>	Der er få pladser foran klubhuset, men mange i nærheden og bag klubhuset – brug de angivne pladser. Undlad venligst at parkere på vejene
<b>I sidste øjeblik</b>	Tilmelding vil i begrænset omfang kunne ske på dagen i stævnekontoret fra kl. 17.30. Vi har nogle vakante baner. Pris 70 kr./90 kr.

<p><b>Afstande</b></p>	<p>Fra klubhus til parkering er der ca 5 km.</p>  <p>Fra Parkering til Mødested er der 20-200 meter.  Fra Mødested til start er der 300 meter.  Fra mål til Parkering er der max 200 meter.</p>																												
<p><b>SI</b></p>	<p>Der anvendes tidtagning med SportIdent, enhederne er touchfree. Dog skal målposten stemples med ”pind i hul”  Lejebrikker udleveres v. Mødested og er ikke touchfree.  Clear og check er ved Mødested og ved Start</p>																												
<p><b>Kort</b></p>	<p>Nørreskoven 1:10.000 og 1:7.500, fra 2023 med mindre rettelser, senest januar 2025.</p>																												
<p><b>Skov</b></p>	<p>Nørreskoven er typisk Nordsjællandsk blandingsskov med overvejende bøgetræer med lidt granbevoksning hist og pist. Der er både åben skov og områder med tæt, ung bøgeskov. Der er mange stier i skoven. Nørreskoven er enkelte steder præget af nylige fældninger og mange grene, der altid ligger på tværs af din løbsretning (☹️). Disse områder markeret som undervegetation. Skoven gennemskæres af nogle dybe kløfter. Der er en del kupering og nogle stejle skrænter ned mod Furesøen.</p>																												
<p><b>Baner</b></p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Bane</th> <th>Længde</th> <th>Sværhedsgrad</th> <th>Kort</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Bane 1</td> <td>8,0 km</td> <td>Sort, svær</td> <td>1:10.000</td> </tr> <tr> <td>Bane 2</td> <td>5,9 km</td> <td>Sort, svær</td> <td>1:10.000</td> </tr> <tr> <td>Bane 3</td> <td>4,5 km</td> <td>Sort, svær</td> <td>1:7.500</td> </tr> <tr> <td>Bane 4</td> <td>3,1 km</td> <td>Blå, svær</td> <td>1:7.500</td> </tr> <tr> <td>Bane 5</td> <td>4,2 km</td> <td>Mellemsvær, gul</td> <td>1:7.500</td> </tr> <tr> <td>Bane 6</td> <td>2,4</td> <td>Let, hvid</td> <td>1:7.500</td> </tr> </tbody> </table>	Bane	Længde	Sværhedsgrad	Kort	Bane 1	8,0 km	Sort, svær	1:10.000	Bane 2	5,9 km	Sort, svær	1:10.000	Bane 3	4,5 km	Sort, svær	1:7.500	Bane 4	3,1 km	Blå, svær	1:7.500	Bane 5	4,2 km	Mellemsvær, gul	1:7.500	Bane 6	2,4	Let, hvid	1:7.500
Bane	Længde	Sværhedsgrad	Kort																										
Bane 1	8,0 km	Sort, svær	1:10.000																										
Bane 2	5,9 km	Sort, svær	1:10.000																										
Bane 3	4,5 km	Sort, svær	1:7.500																										
Bane 4	3,1 km	Blå, svær	1:7.500																										
Bane 5	4,2 km	Mellemsvær, gul	1:7.500																										
Bane 6	2,4	Let, hvid	1:7.500																										
<p><b>Start:</b></p>	<p>Er et sted i skoven. Der er afmærket med rød/gul og refleks fra Parkering til Mødested og videre til Start. Husk Clear og Tjek. Bane 6 har særlig instruktion og mulighed for at se på kortet og stille spørgsmål inden start. På bane 6 er der put n run.</p>																												
<p><b>Praktisk info:</b></p>	<p>Alle baner og klasser starter samtidigt. Der er mange sløjfer og flere stjerneposter. Tjek kontrolnummeret på dine poster, så du ikke stempler forkert.  Og en gang til – tjek kontrolnummeret, posterne står tæt.  <b>Bane 1 og bane 2 passerer Frederiksborgvej 2 gange – vær opmærksom på biler og cykler.</b></p>																												

<b>Startnummer:</b>	Dit startnummer fremgår af startlisten, kortene er mærket med dit navn og startnummer
<b>Starttid:</b>	Adgang fra Mødested 18.30. Samlet start for alle er 18.45. På Bane 6 er der fri starttid mellem kl. 18.50 og 19.05.
<b>Maxtid:</b>	Er 2 timer – vi skal jo at samle posterne ind, inden det bliver lyst. <b>Husk at komme tilbage til klubhuset - Ryttergårdsvej 104 - og blive registreret! Gælder alle løbere!</b>
<b>Resultater:</b>	<a href="https://liveresultat.orientering.se/">https://liveresultat.orientering.se/</a> – og på skærm i klubhuset. Efter løbet på vores hjemmeside og Natcupsiden
<b>O-track:</b>	Her kan du lægge dit løb op og efterfølgende studere dit og andres vejvalg efter kl. 20
<b>Eftersnak:</b>	Efter løbet vil der være mulighed for at få 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.
<b>Præmier:</b>	De samlede vindere af hele NatCup serien vil få overrakt deres præmie i klubhuset. Desuden er der et antal lodtrækningspræmier til løbere, der er til stede ved præmieoverrækkelsen.
<b>Stævneleder:</b>	Kai Beck-Andersen, <a href="mailto:kaibeckandersen@gmail.com">kaibeckandersen@gmail.com</a> . Tlf 21 45 01 51
<b>Banelægger:</b>	Jens Korsholm
<b>Vel mødt i mørket!</b>	