



De Barske

og Herlufsholm OK indbyder til årets langdistance O-løb

"I Troidens Fodspor"



Søndag den 3. marts 2024 i Næstved

- Arrangør: De Barske og Herlufsholm OK
- Mødested: Herlufsholm klubhus, Herlufsholm Alle 223, 4700 Næstved. Her er der også omklædning/bad og spisning efter løb.
- Mødetid: Kl. 09.30 (omklædt). Samlet afgang til start kl. 09.50
- Baner: Kort: o-kort; 5,4 km
Mellem: o-kort og andre kort; 8,8 km
Lang: o-kort og andre kort; 13,2 km
Ultralang: o-kort og en del andre kort; 18,8 km
Brik med plads til 30 poster kan anvendes på alle baner.
- Kort: Diverse kort i forskellig alder og målestok.
- EKT: Sport Ident. Briknummer bedes oplyst ved tilmelding. Ønskes lejevrik oplyses dette ved tilmeldingen. Leje af brik = kr. 15,- der indbetales i tillæg til startafgiften. Klubberne hæfter for bortkomne lejevrikker, kr. 450,-
- Depot Et depot ca. midtvejs for alle baner, hvor der vil være afskåret frugt og dunk med vand, men ingen krus. Løberne skal altså selv have vanddunk eller lignede med fra start til mål og kan altså "tanke" friskt vand.
- Max tid: 4 timer for damer under 40 år og herrer under 55 år
5 timer for øvrige.
- Præmier: Til den bedste pige og dreng i hver klasse
- Deltagerliste: På "De Barskes" hjemmeside fra den 1. marts 2024.
- Eftertilmelding: På løbsdagen frem til kl. 09.15 mod et gebyr på kr. 25,- så længe kort haves.
- Stævneleder: Jan Frederiksen, OK Roskilde
- Banelægger: Arne Kristensen, Herlufsholm OK
- Banekontrol: Mette Filskov, OK Sorø



På gensyn til en spændende tur I Troidens Fodspor 2024 - **Stortroiden**