

# Invitation - Bulletin 1

## DANISH SPRING

### 27-29. marts 2020

OK Øst Birkerød, Allerød OK og Farum OK byder jer velkommen til DANISH SPRING – en international orienteringsweekend. Til DANISH SPRING kan I både deltage i fortræning, sprint, mellem- og langdistance.

DANISH SPRING 2020 bliver afholdt i Nordsjælland i nogle af regionens bedste terræner: Farum centrum og Grib Skov/Søskoven. Weekenden starter fredag med sprint i Farum, så står den på mellemdistance lørdag, inden vi slutter af med søndagens langdistance. Alle tre løb er IOF World Ranking Events for dame- og herreeliten, og del af den danske juniorrangliste Løberen League og seniorranglisten Trimtex Cup.

#### DANISH SPRING 2020 byder på:

- Sprint i spændende område i Farum
- To intensive løb i lækkert terræn i Grib Skov/Søskoven
- Test dig selv mod nogle af verdens bedste
- DANISH SPRING er en del af WRE verdensranglisten, men der er baner for alle
- Flotte præmier til vinderne i eliteklasserne
- Stor chance for snefri forårspremiere
- Bliv helt klar til weekenden med relevant fortræning

Grib Skov/Søskoven  
Mellem & Lang

Farum Centrum  
Sprint



#### Program for stævnet

##### Fridag d. 27. marts 2020

- 14:00 – Stævneinformationen på stævnepladsen er åben
- 18:00
- 15:30 Første start DANISH SPRING Sprint
- 16.30 - Åbne baner put'n'run
- 17:00
- ~17:00 Præmieoverrækkelse

##### Lørdag d. 28. marts 2020

- 11:00 - Stævneinformationen og kiosken på stævnepladsen er åbne
- 17:00
- 12:00 - Første start DANISH SPRING Mellem
- 12:30 - Åbne baner put'n'run
- 14:30
- ~16:00 Præmieoverrækkelse

##### Søndag d. 29. marts 2020

- 08:00 - Stævneinformationen og kiosken på stævnepladsen er åbne
- 15:00
- 09:30 - Første start DANISH SPRING Long
- 09:45 - Åbne baner put'n'run
- 11:30
- ~14:00 Præmieoverrækkelse

*Tidsplanen er med forbehold for ændringer*



# TRIMTEX

# LØBEREN

## DANISH SPRING Sprint fredag 27. marts 2020

### Om løbet

DANISH SPRING fredag er et individuelt sprint-orienteringsløb. Løbet indgår i IOFs verdensrangliste WRE for Men og Women Elite. Den er tredje afdeling af den danske senior- og juniorrangliste 2020.

### Løbsområde og kort

Farum Centrum, målestok 1:4.000, offset-trykt og revideret i 2020. Ækvidistance 2.5 m. ISSprOM 2019.

### Sprintklasser og -baner

Klasser	Sværhedsgrad	Vindertid
Men Elite WRE	Svær	12-15 min
Women Elite WRE	Svær	12-15 min
Men Elite Junior	Svær	12-15 min
Women Elite Junior	Svær	12-15 min
W -16	Svær	12-15 min
W 17-20	Svær	12-15 min
W 21-49	Svær	12-15 min
W 50-	Svær	12-15 min
M -16	Svær	12-15 min
M 17-20	Svær	12-15 min
M 21-49	Svær	12-15 min
M 50-	Svær	12-15 min
Åben 1	Svær	12-15 min
Åben 2	Let	12-15 min

### Terrænbeskrivelse

Afvekslende terræn med park, beboelse, plæner, komplekse bebyggelser og lidt skov. 50% af banen er på blødt underlag, resten er på hårdt underlag som veje og fliser, der kan være glatte i vådt vejr.

### Start

Første start kl. 15:30.

### Præmier

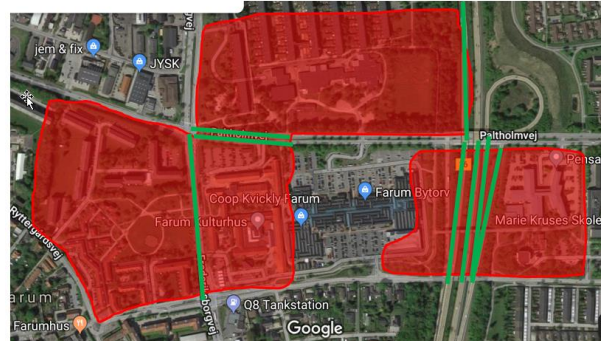
Der er løbesko fra Inov-8 i præmie til vinderne af senior og junior eliteklasserne samt præmier fra Trimtex og Løberen til bedste dansker i samme klasser. I alle ungdoms-, elite- og juniorklasser er der præmier til de tre første.

### Åbne baner

Åbne baner tilbydes fra 16:30 og vil have sammenfald med andre klasser. På åbne baner er det tilladt at løbe som hold eller skygge løbere. Kortene er lasertrykte. Tilmelding på dagen i stævnekontoret.

### Lukket område

Deltagere i WRE-klasserne må ikke færdes i løbsområdet i Farum før DANISH SPRING 2020 – se lukket område nedenfor.



### Mødested og transport

Afmærkning til parkering fra krydset Langager Allé - Paltholmvej i Farum. Koordinater: 55.8156583,12.3883767,81

Transport i privatbil, cykel og bus eller med S-tog til Farum Station, der ligger i gangafstand fra stævnepladsen.

## DANISH SPRING Mellemdistance lørdag 28. marts 2020

### Om løbet

DANISH SPRING lørdag er en individuel mellemdistance. Løbet indgår i IOFs verdensrangliste (WRE) for Men og Women Elite og er fjerde afdeling af den danske senior- og juniorrangliste 2020.

### Løbsområde og kort

Gribskov, målestok 1:10.000 og 1:7.500.

Kortet er i henhold til ISOM 2017-2.

Nytegnet til WMOC 2018, revideres januar 2020, ækvivalens er 2.5 m.

Se ældre kort på [www.danishspring.dk](http://www.danishspring.dk).

### Mellemdistance klasse og baner

Klasser	Sværhedsgrad	Vindertid/Længde
Men Elite WRE	Svær	30-35 min
Women Elite WRE	Svær	30-35 min
Men Elite Junior	Svær	20-25 min
Women Elite Junior	Svær	20-25 min
Begynder	Begynder	2,5 km
W/M -10	Begynder	2,5 km
W/M -12	Let	3,0 km
W/M -14	Mellemsvær	4,0 km
W/M -14B	Let	3,0 km
W/M -16	Svær	4,0/5,0 km
W/M 15-20B	Mellemsvær	4,0 km
W/M 17-20A	Svær	4,0/ 4,5 km
W/M 21A	Svær	4,5/5,5 km
W/M 21B	Mellemsvær	4,0 km
W/M 35-	Svær	4,5/5,5 km
W/M 40-	Svær	4,5/5,5 km
W/M 45-	Svær	4,5/5,0 km
W/M 50-	Svær	4,0/5,0 km
W/M 55-	Svær	4,0/5,0 km
W/M 60-	Svær	4,0 km
W/M 65-	Svær	4,0 km
W/M 70-	Svær, blå	3,0/3,5 km
W/M 75-	Svær, blå	3,0/3,5 km
W/M 80-	Svær, blå	2,5 km
W/M 85-	Svær, blå	2,5 km
W/M 90-	Svær, blå	2,5 km

Hvis der er få deltagere, kan baner blive slået sammen. Hvis der er for mange, kan de blive delt.

### Start

Første start kl. 12:00

### Præmier

Der er løbesko fra Inov-8 i præmie til vinderne af senior og junior eliteklasserne samt præmier fra Trimtex og Løberen til bedste dansker i samme klasser. I alle ungdoms-, elite- og juniorklasser er der præmier til de tre første.

### Åbne baner

Der er åbne baner fra kl. 12:30 - 14:30, med Individuel put'n'run. Det er tilladt at løbe sammen som hold eller skygge på de åbne baner.

Laserprintede kort.

Tilmelding på dagen i stævnekontoret.

Klasser	Sværhedsgrad	Længde
Open 1	Svær	6-7 km
Open 2	Svær	4-5 km
Open 3	Mellemsvær	4-5 km
Open 4	Let	3-4 km





## DANISH SPRING Langdistance søndag 29. marts 2029

### Om løbet

DANISH SPRING søndag er en individuel langdistance. Løbet indgår i IOFs verdensrangliste (WRE) for Men og Women Elite og er femte afdeling af den danske senior- og juniorrangliste 2020.

### Løbsområde og kort

Søskoven, målestok 1:15.000 for Elite WRE og Junior eliteklasser. I de øvrige klasser er det i målestok 1:7.500 og 1:10.000.

Kortet er i henhold til ISOM 2017-2.

Nytegnet til WMOC 2018, revideres januar 2020, ækvidstanden er 2.5 m.

Se ældre kort på [www.danishspring.dk](http://www.danishspring.dk).

\*På grund af at O-service ikke kan håndtere så mange klasser, kan der til følgende klasser tilmeldes således:  
Tilmelding til M/W -14B sker som tilmelding til M/W -14 idet man under bemærkninger skriver at man vil løbe M/W -14B  
Tilmelding til M/W 17-20AS sker som tilmelding til M/W 17-20A idet man under bemærkninger skriver at man vil løbe M/W 17-20AS  
Tilmelding til M 90- sker som tilmelding til M 85- idet man under bemærkninger skriver at man vil løbe M 90-  
Alternativt kan nemtilmeld anvendes - se side 6.

### Langdistance klasser og baner

Klasser	Sværhedsgrad	Vindertid/længde
Men Elite WRE	Svær	90-100 min
Women Elite WRE	Svær	70-80 min
Men Elite Junior	Svær	70 min
Women Elite Junior	Svær	55 min
Begynder	Begynder	3,0 km
W/M -10	Begynder	3,0/ 3,0 km
W/M -12	Let	3,5/ 3,5 km
W/M -14	Mellemsvær	4,5/ 5,5 km
W/M -14B *	Let	3,5/ 3,5 km
W/M -16	Svær	5,5/ 8,0 km
W/M 15-20B	Mellemsvær	4,5/ 5,5 km
W/M 17-20A	Svær	6,0/ 9,5 km
W/M 17-20AS *	Svær	5,0/ 7,0 km
W/M 21A	Svær	7,5/ 13 km
M21 AM	Svær	9,5 km
W/M 21AS	Svær	5,5/ 7,0 km
W/M 21B	Mellemsvær	4,5/ 5,5 km
W/M 35-	Svær	7,5/ 12 km
W/M 40-	Svær	7,0/10,5 km
W/M45-	Svær	7,0/ 9,5 km
M 45-AS	Svær	4,5 km
W/M 50-	Svær	5,5/ 8,5 km
W/M 55-	Svær	5,5/ 7,5 km
W/M 60-	Svær	4,5/ 6,5 km
W/M 65-	Svær	4,5/ 6,5 km
W/M 70-	Svær, blå	3,5/ 5,0 km
W/M 75-	Svær, blå	3,5/ 5,0 km
W/M 80-	Svær, blå	2,5/ 3,0 km
W/M 85-	Svær, blå	2,5/ 2,5 km
M 90- *	Svær, blå	2,5 km

Hvis der er få deltagere, kan baner blive slået sammen. Hvis der er for mange, kan de blive delt.

### Start

Første start kl. 09:30

### Præmier

Der er løbesko fra Inov-8 i præmie til vinderne af senior og junior eliteklasserne samt præmier fra Trimtex og Løberen til bedste dansker i samme klasser. I alle ungdoms-, elite- og juniorklasser er der præmier til de tre første

### Åbne baner

Der er åbne baner fra kl. 09:30. Individuel put'n'run kl. 09:45 - 11:30. Det er tilladt at løbe sammen som hold eller skygge på de åbne baner. Laserprintede kort. Tilmelding på dagen i stævnekontoret.

Klasser	Sværhedsgrad	Længde
Open 1	Svær	8 km
Open 2	Svær	6 km
Open 3	Svær	4 km
Open 4	Mellemsvær	4 km
Open 5	Let	3 km



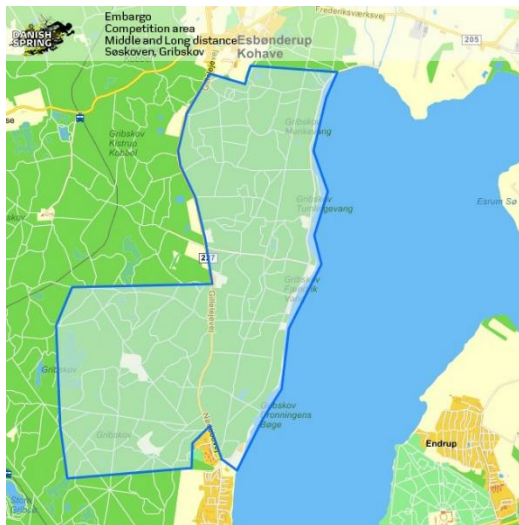
## Generel information lørdag og søndag

### Terrænbeskrivelse

Terrænet er typisk for Nordsjælland med bøg og gran som de dominerende træer. Bevoksningen varierer meget fra åben og hurtigt løbende til detaljerige områder med tættere vegetation. Generelt er gennemløbeligheden god. Terrænet er moderat kuperet. Der er et tæt netværk af skovveje og stier. Der er mange små moser, specielt i Søsken.

### Lukket område

Deltagere i WRE-klasserne har ikke lov til at færdes i løbsområdet Grib Skov og Søsken før DANISH SPRING 2020. Området er forbudt for W/M15-16, W/M17-20 og W/M21, der deltager i de danske testløb 5-7. Juni 2020. **Men embargo gælder ikke for disse klasser lørdag den 28. marts 2020 i tidsrummet fra 10 til 17.00** (se området markeret med blå nedenunder).



### Mødested og transport

Parkering syd for Pibergården, Nødebovej 56A, 3480 Fredensborg - 55.990336, 12.352135. Tilkørsel ad vej 227, 8 km nordøst for Hillerød og 40 km nord for København. Transport i privatbiler, på cykel eller i bus 307 som kører lige til døren.

### Stævneplads

Stævnepladsen ligger i løbsområdet, så det både passer til løbere og tilskuere. Hele stævnet bliver dækket live med speakning, onlineresultater og af fotografer. Der er telte på stævnepladsen med stævnekontor og kiosk, hvor du kan købe lækker varm og kold mad plus noget at drikke og lidt sødt.

## Generel info om hele weekenden

### Klassificering \*\*\*\*

Stævnet er klassificeret som et åbne stævne med 4 stjerner.

### Tidtagning

Sportident – alle versioner. Den samme SI-brik kan bruges til alle tre løb.

### Børnebaner

Gratis og for alle børn. Fredag fra. 15:00 - 17:00. Lørdag fra 12.00 til 15.30 og søndag fra 9.30 til 12.00.

### Overnatning

Du kan finde link til vandrehjem, ferieejligheder, hoteller etc. på hjemmesiden. Reservation i god tid anbefales. DANISH SPRING tilbyder ikke overnatning.

### Fortræning

En enkelt fortræning eller en komplet træningslejr efter eget valg. Tre træningspakker, med forskellige udfordringer og banelængder fra onsdag til lørdag den 25.-28. marts 2020. Læs mere og bestil på [www.danishspring.dk/da/training/](http://www.danishspring.dk/da/training/)

### Klima

Danmark har – som I nok ved – et relativt mildt klima uden de store ekstremer. I marts er den gennemsnitlige dagtemperatur 6 grader, mens nedbør i snit er 39 mm/måned og solen skinner i snit 150 timer i marts. Risikoen for at skulle løbe i sne er statistisk set lille.

### Ansvar

Forsikring er deltagernes eget ansvar og deltagelse i stævnet sker på eget ansvar. Efterlad ikke værdigenstande på stævnepladsen og i teltene. Danish Spring er ikke ansvarlig for uheld eller tabt eller stjålne ejendele.

### Visum

Oplysninger om visum findes på [www.newtodenmark.dk](http://www.newtodenmark.dk).

### Reglement

IOF's internationale regler for fod-orienteringsstævner 2020 gælder for WRE, og suppleres af DOF-reglementet 2019 §§ 2.6 (Skygning), 2.8 (Lukkede området), 2.10 (Startrettigheder), 3.2 (Stævneklassifikation), 3.10 (Poster) og 6.1 (Åbne stævner) på de områder, der ikke er omfattet af IOF-regler, samt særlige regler for deltagelse.

## Instruktion/Bulletin 2

Bulletin 2 og en foreløbig deltagerliste bliver lagt på [www.danishspring.dk](http://www.danishspring.dk) i midten af marts.

## Startlister og seedning

Startlisterne offentliggøres den 25. marts 2020. Seedning i WRE-klasserne baseres på IOF's world ranking list. Seedning i junioreliteklasserne baseres på danske retningslinjer og internationale resultater. Startlodtrækning i seedede blokke af 5 eller 10 deltagere. Eftertilmeldte starter først eller efter stævneledelsens individuelle vurdering.

## Tilmelding og betaling

### Almindelige tilmeldinger

Klasser	Sprint	Mellem	Lang
Elite WRE	DKK 135	DKK 160	DKK 160
Elite Junior	DKK 90	DKK 110	DKK 110
W/M -20 (Elite undt.)	DKK 80	DKK 90	DKK 90
W/M 21- (WRE undt.)	DKK 100	DKK 120	DKK 120
Åbne baner	DKK 80	DKK 90	DKK 90

Leje af SI-brik: DKK 20 pr. start  
Eftertilmelding: +DKK 70 pr. start

### Almindelig tilmelding

Onlinetilmelding:

- WRE-deltagere (alle i M/W Elite WRE): [eventor.orienteering.org](http://eventor.orienteering.org) og betaling via [danishspring.nemtilmeld.dk](http://danishspring.nemtilmeld.dk)
- Øvrige deltagere fra udenlandske klubber: [danishspring.nemtilmeld.dk](http://danishspring.nemtilmeld.dk)
- Øvrige deltagere, der stiller op for danske klubber: [O-service](#)

Ordinær tilmeldingsfrist: **12. marts 2020 kl. 23:59**

### Eftertilmelding og ændringer

Eftertilmeldingsfrist: 20. marts 2020 kl. 23:59.  
Eftertilmeldingsgebyr: +DKK 70 pr. start.

Ændring af navn eller klasse for en tilmelding kan ske frem til løbets start i stævnekontoret på stævnepladsen mod et gebyr på DKK 70 pr. start. Det er gratis at ændre SI-briknummer.

Yderligere info på [www.danishspring.dk/da/tilmelding/](http://www.danishspring.dk/da/tilmelding/)

Hvis der er problemer med tilmelding og ændringer, kan du skrive til [danishspring@gmail.com](mailto:danishspring@gmail.com). Ændringer er først gældende, når de er bekræftet af DANISH SPRING.

## Bankoplysninger (hvis onlinebetaling ikke mulig)

Jyske Bank, Birkerød  
Hovedgaden 28, DK 3460 Birkerød  
DANISH SPRING – OK ØST  
Reg. nr.: 5028, Kontonr.: 1296215  
IBAN no. DK29 5028 0001 2962 15  
Swift code: JYBADKKK

## Stævneorganisation

Stævneledere	Birgitte Halland, <i>OK Øst Birkerød</i> Charlotte Bergman, <i>Allerød OK</i> Helge Lang Pedersen, <i>Farum OK</i>
Banelægger Sprint	Kai Beck-Andersen/ Mikkel Lyskjær <i>Farum OK</i>
Banekontrollant Sprint	Steen Olsen, <i>Søllerød OK</i>
Banelægger Mellemdistance	Kersti Kärner <i>Allerød OK</i>
Banekontrollant Mellemdistance	Julian Hollingbery <i>Farum OK</i>
Banelægger Langdistance	Erik Sørensen <i>Allerød OK</i>
Banekontrollant Langdistance	Peter Sørensen <i>PI Orientering</i>
IOF Event Adviser and Event controller	Hakon Mosbech <i>OK Skærmø</i>

### Stævnets kontaktinfo

E-Mail: [danishspring@gmail.com](mailto:danishspring@gmail.com)

Web: [www.danishspring.dk](http://www.danishspring.dk)

Facebook: [www.facebook.com/danishspring/](http://www.facebook.com/danishspring/)



**Allerød**  
OrienteringsKlub



Bulletin 1 - Dansk - rev. 1 - 29. november 2019  
rev. 2 - 26. december 2019