



AOK indbyder til Vinterlangdistance 4. december 2022 - Aalborg Syd

Klassifikation	C-løb (*)
Løbsområde	Aalborg syd: Mølleparken – Østerådalen/Sydskoven – Kongshøj – Poulstrup Sø
Baner	1: 20 km svær 2: 15 km svær 3: 10 km svær 4: 6 km svær 5: 3 km svær
Præmier	Der uddeles præmie til hurtigste løber på hver bane. Præmierne består af gavekort til et ophold på Scandic Hotels i Skandinavien.
Kort	Bane 1 – 2: Udsnit af 1:25.000 GI-kort (2021 version), udskriftsmålestok 1:15.000. Bane 3: Udsnit af 1:25.000 GI-kort (2021 version), Udskriftsmålestok 1:10.000. Bane 4: Mølleparken 1:10.000, Ækvidistance: 2,5 m (2015) Bane 5: Mølleparken 1:7.000, Ækvistance:2,5 m (2015)
Mødested, parkering og afmærkning	Stolpedalsskolen, 9000 Aalborg https://maps.app.goo.gl/1112YRtooGhu4hVB6?g_st=ifm Parkeringsområder ved skolen vil blive angivet i instruktionen.
Afstande	Parkering-Start: 100 - 300 meter Mål - Parkering: 100 - 300 meter
Starttid	Samlet start kl. 10.00
Terrænbeskrivelse	Letkuperede by-nærskove med komplekse net af veje og stier. Blandingsskov bl.a. bestående af parker, enge, bevokset

	grusgrav, lyngområde og bebyggede områder. God gennemløbelighed.
Stævneplads	Ved Stolpedalsskolen. Toiletter, omklædning og bad på skolen samt mulighed for indendørs ophold.
Børnebaner	Ingen
Tidtagning	Der anvendes elektronisk tidtagning med EMIT-system. Lejebrikker udleveres ved start og skal afleveres ved mål efter sidste løb.
Tilmelding og betaling	Klubvis tilmelding senest søndag 27. november via O-service. Nummer på egen EMIT-brik skal fremgå af tilmeldingen. Hvis intet briknummer anføres, opfattes det som ønske om leje af brik. Bankkontonummer 7450 0001639772
Eftertilmelding	Eftertilmelding kan ske på dagen (kl. 09.00-10.00), så længe der er ledige kort. Der pålægges startgebyr kr. 25,00.
Tilmeldingsfrist	Søndag 27. november.
Startafgift	Startafgift op til H/D-20 kr. 50,00, H/D-21 (øvrige) kr. 75,00. Leje af brik kr. 15,00. Der kan betales med MobilePay.
Bortkommen brik	For ikke afleverede eller bortkomne brikker opkræves kr. 510,00 pr. brik.
Kiosk	Ja – se instruktionen. Betaling med MobilePay eller kontant.
Informationer	Email: Joachim.b.hansen@gmail.com
Startliste og instruktion	På stævnets hjemmeside senest d. 2. december 2022.
Resultatformidling	På stævnepladsen samt på http://www.aalborgorienteringsklub.dk/ Banerne forventes tilgængelige på O-Track efter sidste start, hvorfor du opfordres til lave et "track" af dit løb, og dele det med øvrige løbere.
Stævneorganisation	Stævneleder: Joachim Samsø Bavnhøj Banelægger: Claus S. Pedersen og Finn Rosenqvist Banekontrol: Linnea Samsø Bavnhøj