



# INSTRUKTION



## Midtjysk SUPER-Vinterlangdistance 3-2025 Søndag den 19. januar 2025

Klassifikation	**
Løbsområde	<p>Kongenshus Mindepark. Mindeparken består for det meste af hede med enkelte træer hist og pist, i den sydlige del er der skovområde som de længste baner kommer rundt i. Der er vandrestier og enkelte hjulspor, terræn vil opleves som fladt og til tider temmelig kuperet. Heden står fint alle steder og kan være temmelig hårdt at løbe i genneen</p> <p><b>Bemærk at der er fårehegn mange steder ( dog ingen får) og jeg har forsøgt om jeg kunne mærke strøm i hegnet og det lykkedes ikke. Hegnet må/kan passeres, det er ikke så højt. Hegnet må ikke beskadiges!!!</b></p>
Mødested	<p>Udkigstårnet midt på heden, <a href="#">Resenfeldevej 28, Grønhøj, Karup</a> Postskæm opsat i Grønhøj ved Resenfeldtsvej. Indkørsel ved Kongenshus Kro/hotel kan også lade sig gøre.</p>
div.information	<p>Der er overdækket siddepladser ved tårnet, samt lille lokale til kiosk og nogle løbere. Toiletter forefindes. Kiosk forefindes, varm suppe, kage, kaffe, the øl og vand m.m.</p>
Løbskort	<p>25-20-15km 1:10.000 med kortvend A3 8km 1: 7.500 A3, 5km og 3,5km 1:7.500 A4 BANER VIL BLIVE OPLOADET TIL O-TRACK Der benyttes geo-kort Baner kan købes på dagen indtil kl.11:00 pris kr. 100,- + lejebrik 15kr. <b>Mobilepay : 40710</b></p>
Start procedure	<p>Det er igen briktden der tæller, så brikken skal først i startenheden når du vil starte. Fælles instruktion kl. 09:50 og derefter samlet flok til startsted. Fri start fra kl. 10:00 til 11:00 for alle baner</p>
Tidtagning	<p>Emit. Du vil blive krydset af ved start.</p>
BEMÆRKNINGER	<p><b>Max tid alle baner 4 ½ time</b> <b>Banelængder: 22,5km – 18,5km – 12,5km – 8km-4,8km-3,2km</b></p>
Stævne organisation	<p>Stævneleder: Lars-Ole Kopp, mobil. 24621803 mail: <a href="mailto:larskopp@live.com">larskopp@live.com</a> Banelægger: LOK Banekontrol: GPS, samt kompetente personer</p>

Vejret bliver igen super vinterlangdistanceløbevejr.....

