

# Instruktion for mørkeløb I Fredericia Vest 1. marts 2019

<p>Kort og terræn</p>	 <p><b>Fredericia Vest</b>  <b>1 : 4.000</b>          Ækv. 2,5 m          Nytegnet efterår/vinter 2018/19          Kortene er printet på vandfast papir og derfor ikke i plast.</p> <p>Fredericia Vest har mange slags bebyggelser: boligblokke, andelsboligforeninger med fællesarealer, villakvarterer. Dertil skoleområder, græsarealer og småskove. Meget af området er oplyst af gadelamper.</p>
<p>Særlige signaturer</p>	<p>Signaturer efter ISSOM 2007 sprintnorm.          Særlige signaturer:          Legeredskab eller fast bænke ×          Område med små affaldscontainere </p>
<p>Baner og konkurrenceklasser</p>	<p>Banerne er lavet i sløjfer. Pas på at tage posterne i rigtig rækkefølge.          Fællesposten (posterne) skal opsøges flere gange undervejs.          Bane 1 H &amp; D: 6,6 km, 26 poster, 3 sløjfer          Bane 2 H &amp; D: 5,0 km, 23 poster, 3 sløjfer          Bane 3 H &amp; D: 3,8 km, 19 poster, 3 sløjfer          Bane 4 H &amp; D: 3,9 km, 18 poster, 3 sløjfer          Bane 5 H &amp; D: 3,0 km, 21 poster, 2 sløjfer</p>
<p>Kontrolsystem</p>	<p>SI</p>
<p>Mødested og parkering</p>	<p>FROS' klubhus. Hannerup Engvej 1C, 7000 Fredericia          Skærm opsat på Snoghøj Landevej og Hannerup Brovej</p>
<p>Start</p>	<p>Fælles afgang fra klubhuset klokken 19.00.          Start efter 1.200 meter fælles gå/løbetur til startområdet.          Bane 1 &amp; 2: Kortudlevering og derefter fælles start ca. 19.15.          Bane 3: Kortudlevering og derefter fælles start ca. 19.18.          Bane 4 &amp; 5: Kortudlevering og derefter fælles start ca. 19.21.</p>
<p>Mål</p>	<p>Ved målposten kan man tage et lille kort, der viser vejen til FROS' klubhus, hvor der er brikaflæsning inden for døren.          Tiden fra målpost til brikaflæsning indgår ikke i løbstiden.          Deltagerne er selv ansvarlig for turen fra målposten til klubhus og for at der sker brikaflæsning.</p>
<p>Bad</p>	<p>Bademuligheder i FROS' klubhus</p>
<p>Resultater</p>	<p>Der udleveres mellemstrimmel.          Resultater vises på computerskærm.          Klasseresultater sættes på OK Gorms hjemmeside.</p>