

Instruktion

NJM nat 2020 4. afd	Aalborg Orienteringsklub byder velkommen til 4. afdeling af NJM nat i Poulstrup Sø. Alle DOF medlemmer kan vinde de Åbne Nordjyske nat-mesterskaber.			
Afmærkning	På Gultentorpevej og på Poulstrupvej			
Kort	Poulstrup Sø 2020 (1. oktober) 1:7.500 ækv. 2,5m. Fremstillet på grundlag af COWI-kurver. Der er kortvend på bane 1 og 2			
Terrænbeskrivelse	Afræsset overdrev med indslag af en del skov. Terrænet er en del kuperet.			
Start og mål	På åbent område i vestenden af søen			
Parkering	På grusvejen mellem Gultentorpevej og Poulstrupvej			
Afstande	Parkering til Start/mål 150 – 500 m			
Baner / Klasser	<u>Bane</u>	<u>Klasser</u>	<u>Længde, KM</u>	<u>Postantal</u>
	1	H21	7,3	25
	2	D21, H17-20, H40	6,0	19
	3	D40, H50	5,1	19
	4	D17-20, D50, H60, FRI 1	4,2	15
	5	D60, H70	2,9	14
	6	D70, H80	2,2	13
	7	D15-16, H15-16, FRI 2	3,7	19
	8	D-14, H-14, FRI 3	2,8	14
Postbeskrivelser	IOF-symboler. Er trykt på kortet og desuden kan løse postbeskrivelser udleveres ved start. Ved brug af løse postbeskrivelser skal disse fastgøres i en egnet holder			
Kontrolsystem	EMIT-system. Poster er afmærket med poststativ påført refleksbånd, ingen postskærm. Lejebrikker udleveres ved start, og skal afleveres ved mål. Bortkommen lejebrik erstattes med 500,- kr.			
Start	Første start kl. 19.30. Der er fremkald 3 min før starttidspunktet.			
Mål	Max-tid 150 min. Udgåede løbere skal melde sig i mål.			
Toilet	Der er et lille primitivt toilet ved start/mål			
Resultater	Kan efter løbet findes på på Aalborg OK's hjemmeside - www.aalborgorienteringsklub.dk			
Stævneleder	Poul Bobach tlf: 20 72 15 55 poul@bobach.dk			
Banelægger	Ole Nielsen			
Banekontrollant	Hanne Mohapelo			
COVID-19 forholdsregler	<p>COVID-19 forsamlingsforbud: Instruktion, startlister og resultater vil ikke blive ophængt ved mål eller ved start.</p> <p>Kort, postbeskrivelser, lejebrikker og back-up kort vil blive udleveret direkte til hver enkelt deltager ved start.</p> <p>Deltagerne bedes begrænse tiden de opholder sig ved start og mål, og bedes forlade målområdet hurtigst muligt efter.</p>			