



IDRÆTSFORENINGEN

Flyvestation Karup



IDRÆTSMEDDELELSE O-Løb.

IFK HJEMMESIDE: www.ifkar.dmif.dk

Årligt O-løb 2022

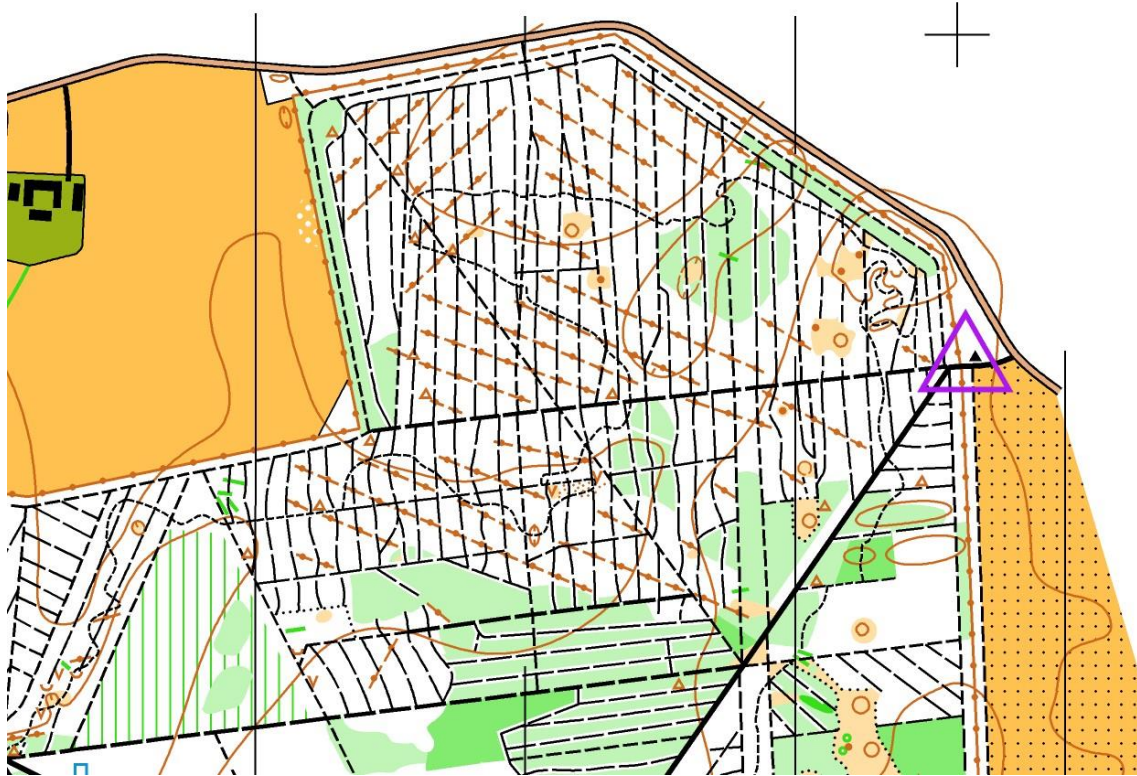
IFK inviterer til årligt O-løb i Havredal Plantage den 01. NOV 2022.
Orienteringsløbet er samtidig en konkurrence om IFK Mesterskab.

01. Tidspunkt.....	01. + 2. NOV, 2022
02. Deltagere.....	<u>Alle ansatte på FSN Karup, samt IFK-medlemmer.</u>
03. Tilmelding.....	Løbet gennemføres uden tilmelding.
04. Transport.....	Enhederne foranstalter selv transport.
05. Påklædning.....	Fri (husk evt. skiftetøj)
06. Omklædning.....	Omkledning kan foretages i GYMSAL omklædningsrum.
07. Start og Mål.....	Startsted: Se under billede på næste side.
08. Starttidspunkt.....	<u>1.NOV mellem kl. 1000 – 1300. 2. NOV 1000 og 1200</u>
09. Klasse inddeling.....	Klasse 1: Herre, 18 – 29 år, 6,3 km Klasse 2: Herre, 30 – 39 år, 5,7 km Klasse 3: Herre, 40 – 49 år, 5,2 km Klasse 4: Herre, 50 – 59 år, 4,7 km Klasse 5: Herre, 60 – 69 år, 4,4km Klasse 6: Herre, 70 – 79 år, 3,7 km Klasse 7: Herre, 80 – 89 år, 3,3 km Klasse K: Kvinder, 18 – 49 år, 4,7 km Klasse OG: Kvinder, 50 +, 3,7 km
10. O – Kort.....	Havredal Plantage er nyrevideret 2022. 1:10.000/1:7.500
11. Postbeskrivelser.....	IOF Symboler.
12. Banelægger/tidtager.....	<u>Ole Johnsen 2990 4811</u>
13. Postafmærkning.....	Orange/ hvid Postskærm + EMIT-tidtagning
14. Kontrol	EMIT. Manglende klip medfører diskvalifikation.
15. Hjælpemidler.....	Kompas. Medbring selv.
16. Start procedure.....	Hvert minut. HUSK, navn, enhed, og alder.
17. Mål procedure.....	EMIT aflæses af starter, og opdatere resultatliste.
18. Uheld.....	Søg mål, eller anden løbers opmærksomhed. Skaf hjælp fra mål.
19. Præmier.....	<u>IFK uddeler præmier ved Julekaffebordet i DEC på KFUM</u>

Ole Johnsen
ifk080851@hotmail.com
Fg. Sekretær 2990 4811

Denne IM har 2 sider

Her finder du vejen til startstedet.



Mødested: Indkørsel til Havredal plantage fra Trehuse i det nordøstlige hjørne af plantagen. Nærmeste adresse er Hvamvej 13, 7470 Karup

Angående O-kort til turen:

Fra søndag de 30. OKT ca. kl. 16:00 kan man selv Printe sit kort ud fra IFK-hjemmeside (som vi plejer, (men nu i den alders gruppe, som I tilhører).

Men I kan også bare møde op på startadressen, her sidder Ole Johnsen og har en stak kort med på alle baner.

Kæmpe opfordring:

IFK-mesterskab i O-løb har gennem mange år været et tilløbsstykke for mange enheder på FSNKAR. Og mange enheder har derved haft deres egne mesterskaber i O-løb og derved haft lokale mesterskaber med fine præmier, samtidig med man også deltog i IFK mesterskab.

Så lad det være en kæmpe opfordring til CH/leder af alle afdelinger, at I år, der vil vi være med,

En sund krop i et sund legeme, er ikke at fornægte.

TAK FORDI I LÆSER OG LYTTET.