



INDBYDELSE

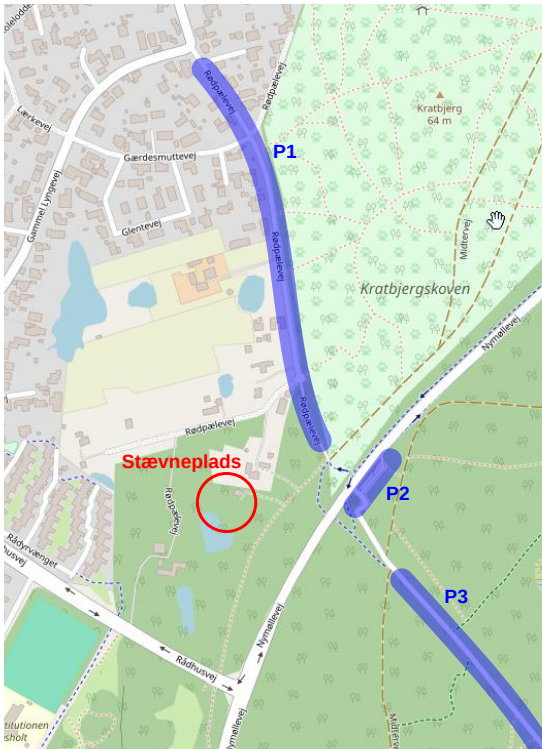
DSR's O-sektion
inviterer til

Efterårskredsløb

Søndag d. 19. Oktober 2025
i Ravnsholt Skov



Det er et åbent stævne med individuelle klasser som til
Danmarks- og forbundsmesterskaber og 11 åbne klasser

Hjemmeside	https://dsr-o.dk/2025kreds
Klassifikation	Stævnets faciliteter og service berettiger til to stjerner (★★)
Løbsområde	Ravnsholt Skov
Stævneplads	Stævneplads ved DSR's hus Gåsehuset. Adresse: Rødpælevej 30A, 3450 Allerød
Parkering	Systemet er "find selv". Der vil ikke være parkeringsvagt, så det er op til deltagerne selv at finde parkeringsplads, og at parkere lovligt. Vi anbefaler: 1. Kantparkering langs Rødpælevej, med indkørsel fra Gl. Lyngvej i Allerød. 2. Parkering på offentlig parkeringsplads ved Nymøllevej/Bregnerød Skovvej. 3. Kantparkering langs Bregnerød Skovvej med indkørsel fra Nymøllevej, og fra Bregnerød. 
Afstande	P-plads til stævneplads: Mindst 200 meter. Afstanden er afhængig af, hvor man vælger at parkere. Stævneplads til start: cirka 400 meter. Mål til stævneplads: cirka 300 meter.
Kortet	Farveprint af udsnit af O-kort (Ravnsholt Skov) på vandfast papir. Kortet er rettet i April 2025 af Erik Sørensen, Allerød OK Målestok 1:10.000 og 1:7.500. Ækvidistance på 2,5 m. Kortnorm ISOM 2017-2.
Terrænbeskrivelse	Skoven er blandingsskov med mange stier. Der er for det meste god gennemløbelighed.
Kontrolsystem	SportIdent. Briknummer skal opgives ved tilmeldingen

Start	Der er fri start ("Put&Run") i alle klasser, forhåndstilmeldte såvel som tilmeldte på dagen. Første start kl. 10.00. Seneste start kl. 11.30. Klasserne er inddelt i et antal grupper. I hver gruppe vil startintervallet være 1 minut. Der kan derfor opstå kø, ifald mange løbere kommer samtidigt.																																																																																																																																												
Klasser	Forhåndstilmelding er krævet til nedenstående klasser <table><tr><th>Klasse</th><th>Omtrentlig banelængde (km)</th><th>Målestok</th><th>Klasse</th><th>Omtrentlig banelængde (km)</th><th>Målestok</th><th>Sværheds-grad</th></tr><tr><td>D10</td><td>3.0</td><td>1:7.500</td><td>H10</td><td>3.0</td><td>1:7.500</td><td>Begynder</td></tr><tr><td>D12</td><td>3.5</td><td>1:7.500</td><td>H12</td><td>3.5</td><td>1:7.500</td><td>Let</td></tr><tr><td>D14</td><td>5.0</td><td>1:7.500</td><td>H14</td><td>5.0</td><td>1:7.500</td><td>Mellemsvær</td></tr><tr><td>D16</td><td>5.5</td><td>1:7.500</td><td>H16</td><td>7.5</td><td>1:7.500</td><td>Svær</td></tr><tr><td>D18</td><td>7.5</td><td>1:7.500</td><td>H18</td><td>9.0</td><td>1:7.500</td><td>Svær</td></tr><tr><td>D20</td><td>9.0</td><td>1:7.500</td><td>H20</td><td>10.0</td><td>1:10.000</td><td>Svær</td></tr><tr><td>D21</td><td>10.0</td><td>1:10.000</td><td>H21</td><td>12.0</td><td>1:10.000</td><td>Svær</td></tr><tr><td>D35</td><td>7.5</td><td>1:7.500</td><td>H35</td><td>10.0</td><td>1:10.000</td><td>Svær</td></tr><tr><td>D40</td><td>7.5</td><td>1:7.500</td><td>H40</td><td>10.0</td><td>1:10.000</td><td>Svær</td></tr><tr><td>D45</td><td>5.5</td><td>1:7.500</td><td>H45</td><td>9.0</td><td>1:7.500</td><td>Svær</td></tr><tr><td>D50</td><td>4.5</td><td>1:7.500</td><td>H50</td><td>7.5</td><td>1:7.500</td><td>Svær</td></tr><tr><td>D55</td><td>4.5</td><td>1:7.500</td><td>H55</td><td>7.5</td><td>1:7.500</td><td>Svær</td></tr><tr><td>D60</td><td>3.5</td><td>1:7.500</td><td>H60</td><td>5.5</td><td>1:7.500</td><td>Svær</td></tr><tr><td>D65</td><td>3.5</td><td>1:7.500</td><td>H65</td><td>5.5</td><td>1:7.500</td><td>Svær</td></tr><tr><td>D70</td><td>3.5</td><td>1:7.500</td><td>H70</td><td>4.5</td><td>1:7.500</td><td>Svær</td></tr><tr><td>D75</td><td>3.0</td><td>1:7.500</td><td>H75</td><td>3.5</td><td>1:7.500</td><td>Svær</td></tr><tr><td>D80</td><td>3.0</td><td>1:7.500</td><td>H80</td><td>3.0</td><td>1:7.500</td><td>Svær</td></tr><tr><td>D85</td><td>3.0</td><td>1:7.500</td><td>H85</td><td>3.0</td><td>1:7.500</td><td>Svær</td></tr><tr><td>D/H90</td><td>3.0</td><td>1:7.500</td><td></td><td></td><td></td><td>Svær</td></tr></table>	Klasse	Omtrentlig banelængde (km)	Målestok	Klasse	Omtrentlig banelængde (km)	Målestok	Sværheds-grad	D10	3.0	1:7.500	H10	3.0	1:7.500	Begynder	D12	3.5	1:7.500	H12	3.5	1:7.500	Let	D14	5.0	1:7.500	H14	5.0	1:7.500	Mellemsvær	D16	5.5	1:7.500	H16	7.5	1:7.500	Svær	D18	7.5	1:7.500	H18	9.0	1:7.500	Svær	D20	9.0	1:7.500	H20	10.0	1:10.000	Svær	D21	10.0	1:10.000	H21	12.0	1:10.000	Svær	D35	7.5	1:7.500	H35	10.0	1:10.000	Svær	D40	7.5	1:7.500	H40	10.0	1:10.000	Svær	D45	5.5	1:7.500	H45	9.0	1:7.500	Svær	D50	4.5	1:7.500	H50	7.5	1:7.500	Svær	D55	4.5	1:7.500	H55	7.5	1:7.500	Svær	D60	3.5	1:7.500	H60	5.5	1:7.500	Svær	D65	3.5	1:7.500	H65	5.5	1:7.500	Svær	D70	3.5	1:7.500	H70	4.5	1:7.500	Svær	D75	3.0	1:7.500	H75	3.5	1:7.500	Svær	D80	3.0	1:7.500	H80	3.0	1:7.500	Svær	D85	3.0	1:7.500	H85	3.0	1:7.500	Svær	D/H90	3.0	1:7.500				Svær
Klasse	Omtrentlig banelængde (km)	Målestok	Klasse	Omtrentlig banelængde (km)	Målestok	Sværheds-grad																																																																																																																																							
D10	3.0	1:7.500	H10	3.0	1:7.500	Begynder																																																																																																																																							
D12	3.5	1:7.500	H12	3.5	1:7.500	Let																																																																																																																																							
D14	5.0	1:7.500	H14	5.0	1:7.500	Mellemsvær																																																																																																																																							
D16	5.5	1:7.500	H16	7.5	1:7.500	Svær																																																																																																																																							
D18	7.5	1:7.500	H18	9.0	1:7.500	Svær																																																																																																																																							
D20	9.0	1:7.500	H20	10.0	1:10.000	Svær																																																																																																																																							
D21	10.0	1:10.000	H21	12.0	1:10.000	Svær																																																																																																																																							
D35	7.5	1:7.500	H35	10.0	1:10.000	Svær																																																																																																																																							
D40	7.5	1:7.500	H40	10.0	1:10.000	Svær																																																																																																																																							
D45	5.5	1:7.500	H45	9.0	1:7.500	Svær																																																																																																																																							
D50	4.5	1:7.500	H50	7.5	1:7.500	Svær																																																																																																																																							
D55	4.5	1:7.500	H55	7.5	1:7.500	Svær																																																																																																																																							
D60	3.5	1:7.500	H60	5.5	1:7.500	Svær																																																																																																																																							
D65	3.5	1:7.500	H65	5.5	1:7.500	Svær																																																																																																																																							
D70	3.5	1:7.500	H70	4.5	1:7.500	Svær																																																																																																																																							
D75	3.0	1:7.500	H75	3.5	1:7.500	Svær																																																																																																																																							
D80	3.0	1:7.500	H80	3.0	1:7.500	Svær																																																																																																																																							
D85	3.0	1:7.500	H85	3.0	1:7.500	Svær																																																																																																																																							
D/H90	3.0	1:7.500				Svær																																																																																																																																							
Åbne klasser	Forhåndstilmelding og tilmelding på dagen er mulig på nedenstående klasser <table><tr><th>Klasse</th><th>Omtrentlig banelængde (km)</th><th>Målestok</th><th>Sværheds-grad</th></tr><tr><td>Åben1</td><td>12.0</td><td>1:10.000</td><td>Svær</td></tr><tr><td>Åben2</td><td>10.0</td><td>1:10.000</td><td>Svær</td></tr><tr><td>Åben3</td><td>9.0</td><td>1:7.500</td><td>Svær</td></tr><tr><td>Åben4</td><td>7.5</td><td>1:7.500</td><td>Svær</td></tr><tr><td>Åben5</td><td>5.5</td><td>1:7.500</td><td>Svær</td></tr><tr><td>Åben6</td><td>4.5</td><td>1:7.500</td><td>Svær</td></tr><tr><td>Åben7</td><td>3.5</td><td>1:7.500</td><td>Svær</td></tr><tr><td>Åben8</td><td>3.0</td><td>1:7.500</td><td>Svær</td></tr><tr><td>Åben9</td><td>5.0</td><td>1:7.500</td><td>Mellemsvær</td></tr><tr><td>Åben10</td><td>3.5</td><td>1:7.500</td><td>Let</td></tr><tr><td>Åben11</td><td>3.0</td><td>1:7.500</td><td>Begynder</td></tr></table>	Klasse	Omtrentlig banelængde (km)	Målestok	Sværheds-grad	Åben1	12.0	1:10.000	Svær	Åben2	10.0	1:10.000	Svær	Åben3	9.0	1:7.500	Svær	Åben4	7.5	1:7.500	Svær	Åben5	5.5	1:7.500	Svær	Åben6	4.5	1:7.500	Svær	Åben7	3.5	1:7.500	Svær	Åben8	3.0	1:7.500	Svær	Åben9	5.0	1:7.500	Mellemsvær	Åben10	3.5	1:7.500	Let	Åben11	3.0	1:7.500	Begynder																																																																																												
Klasse	Omtrentlig banelængde (km)	Målestok	Sværheds-grad																																																																																																																																										
Åben1	12.0	1:10.000	Svær																																																																																																																																										
Åben2	10.0	1:10.000	Svær																																																																																																																																										
Åben3	9.0	1:7.500	Svær																																																																																																																																										
Åben4	7.5	1:7.500	Svær																																																																																																																																										
Åben5	5.5	1:7.500	Svær																																																																																																																																										
Åben6	4.5	1:7.500	Svær																																																																																																																																										
Åben7	3.5	1:7.500	Svær																																																																																																																																										
Åben8	3.0	1:7.500	Svær																																																																																																																																										
Åben9	5.0	1:7.500	Mellemsvær																																																																																																																																										
Åben10	3.5	1:7.500	Let																																																																																																																																										
Åben11	3.0	1:7.500	Begynder																																																																																																																																										

Startafgift			
	Alder	Forhåndstilmelding	Tilmelding på dagen
	Til og med 20 år	50 kr	50 kr
	21 år og ældre	90 kr	100 kr
	Leje af SI-brik koster 15 kr. Ikke afleveret legebrik afregnes til dagspris.		
Forhåndstilmelding	For klubber i DOF sker tilmelding via O-service. Sidste frist for tilmelding er mandag den 13. oktober 2025. For klubber/løbere uden adgang til O-service kan der tilmeldes direkte på e-mail til kontakt@dsr-o.dk. Direkte tilmelding skal være fremme senest 13. oktober kl. 24.00. Løbere i Åbne klasser kan forhåndstilmelde sig og dermed sikre sig et fortrykt kort i ønsket klasse. Startafgiften indbetales samtidigt med afsendelse af tilmelding til Danske Bank Reg.nr. 1551 Konto 7 06 83 44, DSR's O-Sektion, v. Lena Hamborg, Engsletten 4, 2300 København S. Tekst til modtager venligst: 19. oktober og klubnavn		
Tilmelding på dagen	På dagen er det muligt at tilmelde sig på klasserne Åben 1-11. Der vil være et passende antal fortrykte kort. De sælges på Stævnepladsen i tidsrummet 09.30 - 11.00. Betaling med kontanter eller via MobilePay		
Børnebane	Tilbydes ikke		
Børneaktivering	Tilbydes ikke		
Væske	Der er ingen væske på banerne		
Overtrækstøj	Der er ingen transport af overtrækstøj		
Bad og omklædning	Bade- og omklædningsfaciliteter forefindes ikke		
Toilet	Der er ét toilet i Gåsehuset		
Kiosk	Der er ingen kiosk		
Resultatformidling	På Stævnepladsen samt på løbets hjemmeside: https://dsr-o.dk/2025kreds samt i liveresultat, O-Result og Winsplit.		
Præmier	Der er ingen præmier		
Dispensation	Givet af stævnekontrollant for, at H16, D16, H18, D18, D20, D25 og D40 gennemføres på kort med målestok 1:7.500		
Stævneorganisation	Stævneleder	Kim Clausen, DSR's O-sektion Højenhald 14, 1. tv 2700 Brønshøj Tlf: 2620 4196 e-mail: kontakt@dsr-o.dk	
	Banelægger	Ronald Clausen, DSR's O-sektion	
	Stævnekontrollant	Ole Hørup, DSR's O-sektion	
	Banekontrollant	Helge Tillingsøe, DSR's O-sektion	
	Dommer		