



INSTRUKTION



DSR's O-sektion
inviterer til
Efterårskredsløb fra Gåsehuset
Søndag d. 18. oktober 2026
i Ravnholt Skov

Kom ud og oplev efterårsskoven med kort, kompas og frisk luft. DSR's O-sektion inviterer til en hyggelig og udfordrende orienteringsdag i Ravnholt Skov. Uanset om du er erfaren orienteringsløber, motionist eller blot har lyst til en aktiv søndag i naturen, er der en bane, der passer til dig.

Nyt i år!

Kortere baner, flere poster, mere orientering

Det nye banekoncept giver færre lange stræk og flere små orienteringsudfordringer undervejs. Du får mere af det, som gør orienteringsløb sjovt: at finde vej, træffe vejvalg og opleve flowet mellem posterne.

Vi tilbyder:

Individuelle klasser som ved DM
11 åbne klasser i forskellige sværhedsgrader og længder
Put & Run i alle klasser
Flot efterårsterræn i Ravnholt Skov

Tag familie, klubkammerater eller en ven med og få en aktiv dag i skoven.

Hjemmeside	https://dsr-o.dk/2026kreds	
Klassifikation	Stævnets faciliteter og service berettiger til to stjerner (★ ★)	
Løbsområde	Ravnholt Skov	
Terrænbeskrivelse	Skoven er blandingsskov med mange stier. Der er for det meste god gennemløbelighed.	
Stævneplads	Stævneplads ved DSR's hus Gåsehuset. Adresse: Rødpælevej 30A, 3450 Allerød	
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. SportIdent-brik kan lejes og udleveres ved tilmeldingen. Betaling med kontanter eller via MobilePay Registreringsskema kan med fordel medbringes i udfyldt stand.	
Startafgift		
	Alder	Forhåndstilmelding
	Til og med 20 år	50 kr
	21 år og ældre	90 kr
Tilmelding på dagen		
100 kr		
Leje af SI-brik koster 15 kr. Ikke afleveret legebrik afregnes til dagspris.		

Klasser

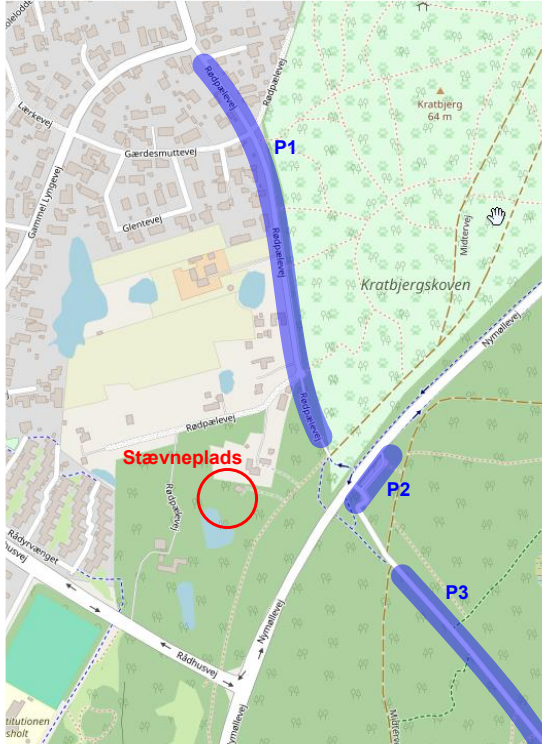
Forhåndstilmelding er krævet til nedenstående klasser

Klasse	Bane-længde (km)	Måle-stok	Post-antal	Klasse	Bane-længde (km)	Måle-stok	Post-antal	Sværheds-grad
D10	2.4	1:7.500	10	H10	2.4	1:7.500	10	Begynder
D12	3.0	1:7.500	12	H12	3.0	1:7.500	12	Let
D14	4.4	1:7.500	14	H14	4.4	1:7.500	14	Mellemsvær
D16	4.5	1:7.500	22	H16	6.0	1:7.500	24	Svær
D18	6.0	1:7.500	24	H18	7.0	1:7.500	27	Svær
D20	7.0	1:7.500	27	H20	8.1	1:7.500	27	Svær
D21	8.1	1:7.500	27	H21	10.1	1:7.500	35	Svær
D35	6.0	1:7.500	24	H35	8.1	1:7.500	27	Svær
D40	6.0	1:7.500	24	H40	8.1	1:7.500	27	Svær
D45	4.5	1:7.500	22	H45	7.0	1:7.500	27	Svær
D50	4.0	1:7.500	18	H50	6.0	1:7.500	24	Svær
D55	4.0	1:7.500	18	H55	6.0	1:7.500	24	Svær
D60	3.0	1:7.500	15	H60	4.5	1:7.500	22	Svær
D65	3.0	1:7.500	15	H65	4.5	1:7.500	22	Svær
D70	3.0	1:7.500	15	H70	4.0	1:7.500	18	Svær
D75	2.5	1:7.500	12	H75	3.0	1:7.500	15	Svær
D80	2.5	1:7.500	12	H80	2.5	1:7.500	12	Svær
D85	2.5	1:7.500	12	H85	2.5	1:7.500	12	Svær
D/H90	2.5	1:7.500	12					Svær

Åbne klasser

Forhåndstilmelding og tilmelding på dagen er mulig på nedenstående klasser

Klasse	Banelængde (km)	Målestok	Postantal	Sværheds-grad
Åben1	10.1	1:7.500	35	Svær
Åben2	8.1	1:7.500	27	Svær
Åben3	7.0	1:7.500	27	Svær
Åben4	6.0	1:7.500	24	Svær
Åben5	4.5	1:7.500	22	Svær
Åben6	4.0	1:7.500	18	Svær
Åben7	3.0	1:7.500	15	Svær
Åben8	2.5	1:7.500	12	Svær
Åben9	4.4	1:7.500	14	Mellemsvær
Åben10	3.0	1:7.500	12	Let
Åben11	2.4	1:7.500	10	Begynder

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. Lyngelvej 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. Følg skiltning. Stævneplads til start: cirka 450 meter. Afmærket med blå snitzling. Mål til stævneplads: cirka 100 meter. Afmærket med gul/sort snitzling.
Kortet	Farveprint af udsnit af O-kort (Ravnsholt Skov) på vandfast papir. Kortet er rettet i Juli 2026 af Erik Sørensen, Allerød OK Målestok 1:7.500. Ækvidistance på 2,5 m. Kortnorm ISOM 2017-2. Ved start er opsat løbskort. Specialsignaturer: - x Skulptur - o Bålsted - X Trærod >2 m
Postbeskrivelser	Postbeskrivelser fremstår i IOF-symboler og er printet på kortsiden. Der findes løse postbeskrivelser til alle klasser ved start. En løs beskrivelse må kun medbringes under løbet, ifald løberen anbringer denne i en egnet holder.
Kontrolsystem	SportIdent-systemet anvendes for alle klasser. H21 og Åben1 kræver brik med plads til 35 poster. Alle SportIdent-bokse med undtagelse af start- og målpost er sat i berøringsfri tilstand. Ifald den elektroniske registrering på en post ikke fungerer, klippes i kortet. Klip skal forevises ved aflæsning af brik. Lejebrikker for forhåndstilmeldte udleveres ved start. Lejebrikker for tilmeldte på dagen udleveres ved tilmelding. Det er den enkelte løbers eget ansvar at kontrollere, at der anvendes den brik, som vedkommende er anmeldt med.

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 Alle løbere går selv ind i den relevante startboks. Postdefinitioner findes i starten af boksen. Kortet udleveres af startpersonalet, og man går frem til startlinjen. Når det er ens tur til at starte, registrerer man sin brik i startenheden, idet enheden ikke er i berøringsfri tilstand. Startintervallet i hver boks er 1 minut. Begynder og lette baner må se på kortet 2 minutter før start. Alle andre må først se på kortet i startøjeblikket. Starthjælp kan ydes ved henvendelse til startpersonel.	
Poster	Postnummeret er udelukkende placeret vandret på toppen af postens SportIdent-boks.	
Mål	Maxtiden er 2,5 timer. Målposten skal stemples, idet posten ikke er i berøringsfri tilstand Enhver løber, der har fået sit kort udleveret, skal melde sig ved aflæsningsstedet for brikker. Løbskortet inddrages ikke efter passage af mål. Det skal dog understreges, at det i henhold til §2.8 i Fod-O reglement 2025 (Fairness) ikke er "tilladt en deltager at give andre deltagere, som endnu ikke er startet, information om løbsområdet, kortet, poster eller delstræk".	
Væske	Der er væske efter passage af aflæsningsenhed i form af vand og saftvand. Der er ingen væske på banerne	
Resultatformidling	På Stævnepladsen samt på løbets hjemmeside: https://dsr-o.dk/2026kreds samt i liveresultat, O-Result og Winsplit.	
Bad og omklædning	Bade- og omklædningsfaciliteter forefindes ikke	
Toilet	Der er ét toilet i Gåsehuset	
Kiosk	Der er ingen kiosk	
Børnebane	Tilbydes ikke	
Børneaktivering	Tilbydes ikke	
Overtrækstøj	Der er ingen transport af overtrækstøj	
Præmier	Der er ingen præmier	
Skygning	Skygning er tilladt i henholdt til §2.6 i Fod-O reglement 2025	
Godkendelse	Givet af stævnekontrollant for gennemførelse af alle baner 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	Jakob Sandgrav, DSR's O-sektion
	Dommer	Niels Aabye, Ballerup OK