


Instruktion til træningsløb Herning Orienteringsklub

Skov	Lundbak, Ørnhøjvej 13, 7500 Holstebro																		
Dato	Tirsdag den 16/6-2026																		
Tidspunkter	<p>Vi udleverer kort og du kan starte mellem kl. 17.00 og kl. 18.00</p> <p>Vi indsamler poster fra kl. 19.30</p> <p>Banerne ligger i O-track fra kl. 14.00</p>																		
Startsted	<p>Ørnhøjvej 123, 7500 Holstebro</p> <p><i>Parkering</i></p> 																		
Kort	Lundbak, 2026, lysåben skov, med store åbne arealer, en del elhegn, som kan passeres, der vil ikke være strøm i hegnet også impassable hegn. Ved passage af låger, skal disse lukkes efter passage.																		
Baner	<p>Du kan vælge mellem følgende baner på vandfast papir:</p> <p style="background-color: red; color: black; padding: 2px;">Bemærk der er kortvendt på Lang svær og Kort Svær</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="text-align: left;">Betegnelse</th> <th style="text-align: left;">Længde</th> <th style="text-align: left;">Antal poster</th> <th style="text-align: left;">Målestoksforhold</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Lang svær</td> <td>4,3 km</td> <td>21</td> <td>1:500</td> </tr> <tr> <td>Kort svær</td> <td>3,1 km</td> <td>16</td> <td>1:500</td> </tr> <tr> <td>Let</td> <td>1,1 km</td> <td>7</td> <td>1:500</td> </tr> </tbody> </table>			Betegnelse	Længde	Antal poster	Målestoksforhold	Lang svær	4,3 km	21	1:500	Kort svær	3,1 km	16	1:500	Let	1,1 km	7	1:500
Betegnelse	Længde	Antal poster	Målestoksforhold																
Lang svær	4,3 km	21	1:500																
Kort svær	3,1 km	16	1:500																
Let	1,1 km	7	1:500																

Instruktion til træningsløb

Herning Orienteringsklub

Priser	Løbere fra Viborg Ok, Skive AMOK, Karup OK, Holstebro OK, Vestjysk OK og Herning Orienteringsklub løber gratis. Øvrige betaler 20,- kr. via MobilePay nr. 934199.
Forplejning	Grillhygge er i år flyttet til Gammelvinds matrikel. <i>Anders sørger for</i> løb, bord, stol og grill. <i>Arrangementsudvalget sørger for:</i> kød (1 stk. pølse +1 stk. kød), salat, kartoffelsalat, pasta mm., øl/vand 1stk., noget sødt og kaffe for kun 25 kr., som du overfører med mobilepay 2826UL senest den 12/6. Du er tilmeldt, når du har betalt. <i>Du sørger selv for:</i> Service (tallerken, glas, kop, kniv og gaffel. Betaling inden 12/6 Godt humør Vi glæder os til en hyggestund med jer Arrangementsudvalget Vibeke Gottlieb
Kontaktperson	Anders Gammelvind, 23391677, anders@gammelvind.dk
Bemanding i skoven	Karl Gammelvind (korttegner og banelægger) og Anders Gammelvind