



Ballerup Orienteringsklub Instruktion

til
divisionsmatch
for Østkredsens
1. og 2. divisionsklubber
samt Åbne baner
søndag d. 22. marts
i Hareskoven

hjemmeside: <https://ballerup-ok.dk/12-division-indbydelse>

Klassifikation

* *- stævne

Divisionsmatcher

Klubber der deltager i divisionsmatchen:

1. division	2. division
Hillerød OK	Tisvilde Hegn OK
Søllerød OK	Holbæk OK
Farum OK	Allerød OK
OK Sorø	OK Øst Birkerød

Dato og tid

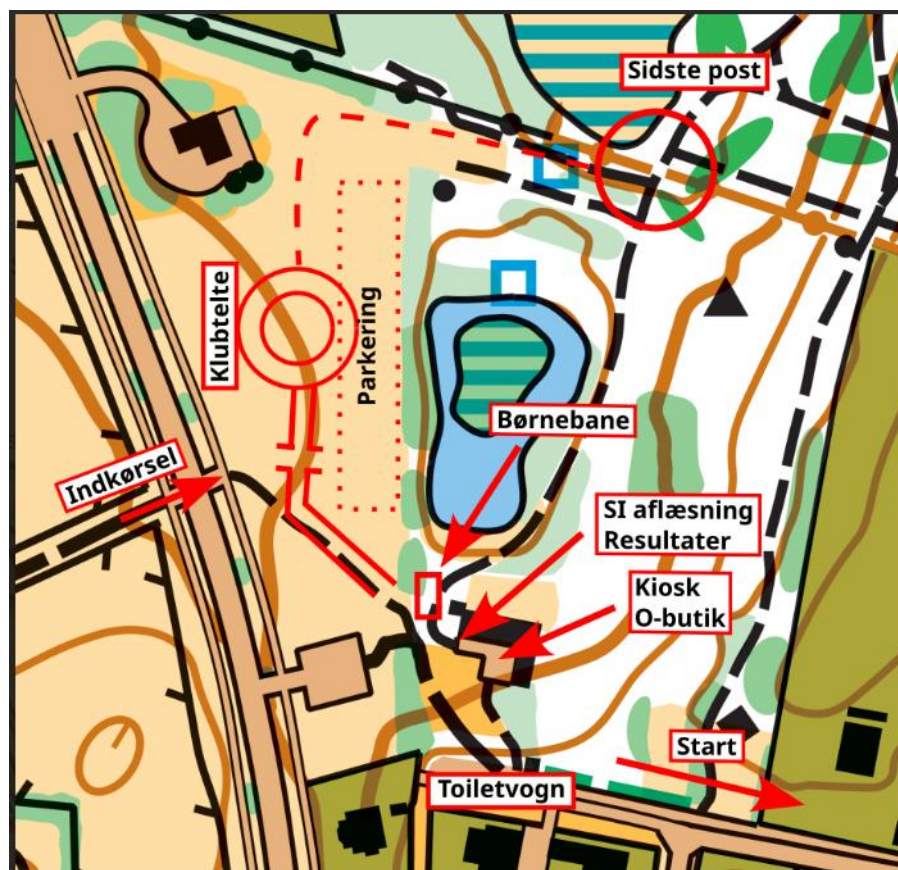
Søndag d. 22. marts 2026

Løbsområde

Hareskoven (nærmere betegnet Lille Hareskov og Jonstrup Vang)

Mødested og stævneplads

Stævnepladsen ligger på engen ved Ballerup Orienteringsklubs klubhus.
Skovvej 122, 2750 Ballerup.



Stævnepladsen åbner kl. 9
Stævnekontoret ligger i klubhuset.

OBS OBS OBS; Parkeringen på stævnepladsen er forbeholdt køretøjer med min 4 personer!!

På stævnepladsen findes også resultatformidling, beregning og salg af åbne baner samt kiosk og butik.

Fra stævneplads til start ca. 500 m. Følg afmærkning fra stævneplads (pink flag).

Mål er på stævnepladsen. Det er vigtigt, at man FORTSÆTTER fra mål frem til **Aflæsningen, SOM SKER VED KLUBHUSET** (Se kort over stævnepladsen)

Parkering og Afstande

Fra parkering til stævneplads mellem 100 m og 1,5 km.
Vi er meget udfordret på parkeringspladser, så derfor opfordrer vi STÆRKT til samkørsel. Vær opmærksom på at **Parkering E** (på stævnepladsen) er forbeholdt køretøjer med 4 personer eller flere, samt, at det IKKE er tilladt at parkere på vejen *Egebjergshuse* af hensyn til beboerne.

Se kort over parkeringspladser nederst i dokumentet.

	Der er tale om flg. parkeringspladser: A. Egebjerg Bygade 249, 2750 Ballerup. (ca. 150 pladser). Her køres der ind fra Nordbuen og der er tale om skråparkering langs Egebjerg Bygade og når de er fyldt op, fortsætter man frem til grusparkeringen ved Egebjerghallen. Det er VIGTIGT, at man kører ind fra Nordbuen og at man følger anvisningerne fra P-vagterne. B. Egebjergvang 80, 2750 Ballerup (ca. 38 pladser). Her køres ind fra Egebjergvej og der fortsættes lige frem til Skovvejens Skole. Afd. Øst C. Skovvej 55, 2750 Ballerup (ca. 50 pladser). Her køres ind direkte fra Skovvej og der kan parkeres dels foran Skovvejens skole. Afd. Vest og dels inde i skolegården. D. Skovmarksvej, 2750 Ballerup (ca. 20 pladser). Her køres ind fra Skovvej 76, 2750 Ballerup og parkeringsområdet ligger umiddelbart tv efter ”Din Private Døgnpleje”. Der må IKKE parkeres hos ”Din Private Døgnpleje” E. Skovvej 122, 2750 Ballerup (Stævnepladsen) samt kantparkering nord for Skovvej 122 (ca. 150 pladser). Parkering på selve stævnepladsen forbeholdes køretøjer med 4 eller flere personer i bilen. Der er ikke snitslet fra de forskellige parkeringspladser til stævnepladsen, som ligger Skovvej 122, 2750 Ballerup. Men brug kortet nederst i dette dokument (Parkering Pe) til at finde vej. Der er god mulighed for afsætning af passagerer ud for Skovvej 142, 2750 Ballerup, inden man kører videre til en af parkeringspladserne Der vil blive reserveret plads til busser tæt på stævnepladsen, hvis klubben har givet stævnelederen besked (se mail og telefonnummer nederst i dokumentet) senest fredag d. 20.3.2026 Der går busser næsten direkte til stævnepladsen. Det er 500S og 164 afhængigt af, hvor man kommer fra. Tjek rejseplanen.
Løbskort	Hareskoven 1:7500 for klasserne H/D 45 og ældre samt for banerne 9 og 10 (dispensation givet af stævnekontrollant) 1:10000 for øvrige klasser Ækvidistance 2,5 m. Tegnet og revideret senest 2023, med enkelte rettelser 2026 Kortet er printet på vandfast papir med påtrykt nødnummer: 2887 7140
Postdefinitioner	Postdefinitioner er trykt på løbskortet. Løse postdefinitioner udleveres i startboksen til løbere med egnet holder. IOF-symboler anvendes.
Terrænbeskrivelse	Hareskoven er en typisk nordsjællandsk bøgeskov med træer i alle aldre. Der findes også gamle ege og lindetræer, samt ahorn og nåletræer. En del af skoven er under forvandling til naturskov og der vil derfor bl.a. være områder med underbevoksning og/eller tæt bevoksning. Terrænet er let

kuperet. I visse områder er der et tæt forgrenet stisystem og der er mange MTB-spor og ridestier. Nogle mindre stier kan være svære at se og følge pga. nedfaldet løv.

Lokale MTB-klubber og rideklubber er orienteret om stævnet, så vi forventer, at man viser hensyn til hinanden.

Der har for nylig været skovarbejde i skovens nordlige del. Som konsekvens heraf ligger der i begrænsede områder grene og mindre stykker træ på jorden, og der er opstået nye spor, som ikke er indtegnet på kortet. Der er ingen poster i de berørte områder, men for de længere baner går et mulige vejvalg gennem et af områderne.

Baner og klasser

Bane	Klasser	Banelængde (m)	# post	Sværhedsgrad	Målestok	Kortvend
1	H18, H20, H21	8110	22	Sort – Svær	1:10000	x
2	D18, D20, D21, H40	6920	16	Sort – Svær	1:10000	x
3	D40, H16	6460	14	Sort – Svær	1:10000	x
	H50	6460	14	Sort – Svær	1:7500	
4	D16	5740	14	Sort – Svær	1:10000	x
	D50, H60	5740	14	Sort – Svær	1:7500	
5	D60, H70	3750	13	Blå – Svær	1:7500	
6	D70, D80, H80	2820	10	Blå – Svær	1:7500	
7	H14, H20B, H21B	5600	15	Gul – Mellemsvær	1:10000	
	H45B	5600	15	Gul – Mellemsvær	1:7500	
8	D14, D20B, D21B	4580	13	Gul – Mellemsvær	1:10000	
	D45B	4580	13	Gul – Mellemsvær	1:7500	
9	D-Let, D12, D14B, H-Let, H12, H14B	3060	18	Hvid – Let	1:7500	
10	Begynder, D10, D12B, H10, H12B	2670	18	Grøn – Begynder	1:7500	

Alle baner undtagen bane 9 og 10 skal krydse let befærdede veje.

Der er hastighedsbegrænsning på den strækning, hvor man skal krydse vejen og der vil blive opsat skilte, så trafikanterne bliver advaret om, at der er løb i området. Der vil ikke være placeret vagter i området, hvor vejen krydses.

Banerne er lagt, så optimale vejvalg undgår løb langs vejen. Hvis man alligevel ender med at skulle løbe langs en af vejene, findes der normalt stier parallelt langs vejen.

Der er områder i skoven, hvor posterne står ret tæt!! Husk at kontrollér postnummer.

Start	Følg skiltning og snitzling (pink flag) fra stævneplads til start. Der er to startpunkter helt tæt på hinanden. Start 1 er til baner med faste starttider, og Start 2 er til baner med put & run (Bane 9 & 10 samt åbne baner). Man kan se de to punkter fra hinanden. Starttid ifølge startlisten med fremkald 4 min. før starttid. Bemærk at uret ved fremkald viser starttiden. Husk clear og check inden fremkald. 1. start i 1. division kl. 10.00 1. start i 2. division kl. 12.30 Endelige starttider vil fremgå af startlisten. Ved start tilbydes løse postdefinitioner til løbere, som medbringer holder. Leje SI brikker for forhåndstilmeldte udleveres ved start. På bane 9 og 10 er der fri start (put & run), men I opfordres til at starte indenfor egen matches startinterval. Skygning og starthjælp er tilladt jvf. reglementets par. 2.6 og 2.7. Opvarmning skal ske i boligområdet på vej til start og på de nærliggende veje. Skovområdet omkring vejen til start er løbsområde. Vi opfordrer alle til fair play. Løberne får løbskortet udleveret 2 min før start. Husk at stemple startenheden! For sent startende løbere skal henvende sig til startpersonalet, som vil være behjælpelig med startforløbet. Der er ikke transport af overtøj fra start til stævneplads. Åbne baner: Fri start (put & run) mellem kl. 10 og 13. På banerne Åben 5 og 6 må løberne få kortet 2 min. før start. Husk at stemple startenheden!
Mål	Mål er på stævnepladsen. Der vil være snitslet fra sidste posten til mål. Efter målgang fortsættes til aflæsning, som ligger i klubhuset, hvor brik aflæses og stræktider udleveres. Husk at aflevere evt. legebrik. Løbskortet kan beholdes efter målgang, men må naturligvis ikke vises til løbere, som endnu ikke er startet. Vis hensyn og fair play! Maxtid er 2½ time. Udgåede løbere skal henvende sig ved aflæsning i mål.
Væske	Der vil ikke være væskeposter i skoven pga de forholdsvis korte baner og forårstemperatur.
Resultat-formidling	Matchresultater for de enkelte divisioner samt resultater på de åbne baner vises på skærme ved klubhuset. Resultater på de enkelte baner i divisionsmatchen printes og ophænges løbende på resultattavler på stævnepladsen.

	Live-resultater vil under løbet kunne ses på: https://liveresultat.orientering.se/ Den endelige resultatliste vil kunne ses på stævnets hjemmeside efter løbet.
Toiletter	Findes i umiddelbar tilknytning til stævnepladsen på vej mod start. Se skitse over stævnepladsen Der er <u>ikke</u> toiletter ved start.
Kiosk og butikker	Vi har kiosk med kage, kaffe, te, sodavand pølser mv. på stævnepladsen Vi tager imod kontanter (lige penge) eller MobilePay. Dvs. ingen betaling med kort. Derudover er Løberministeriet tilstede på stævnepladsen.
Børnepasning	Tilbydes ikke.
Børnebaner	Afmærket børnebane findes ved stævnepladsen. Deltagelse er gratis inkl. lille præmie til børn under 13 år for gennemført bane. Der kan startes fra kl. 10.00 til 13.00.
Bad og omklædning	Omkledning på stævneplads. Ingen bademulighed.
Førstehjælp	Førstehjælp og hjertestarter findes på stævnepladsen.
Stævneorganisation	Stævneleder: Alice Brødsgaard, Ballerup OK. alicebrodsgaard@gmail.com. 21251427 Banelægger: Béla Sébök, Ballerup OK Banekontrollant: Leif Sudergaard, Kildeholm OK Stævnekontrollant Kurt Thuesen, FSK Korttegner: Mogens Hansen, Skærmen OK .
Nødnummer	2887 3321 (Niels Aabye)
Version	20260316/ab

Oversigt over parkeringspladser

