

København Cup

2. etape

19. maj 2016



Arrangør: PI-København
Dansk Politidrætsforbund

Velkommen

til Københavner cuppens 2. etape

Oprindeligt var det meningen, at 2. etape af Københavner cuppen skulle foregå i Kårup Skov oppe ved Fårevejle. Banerne var lavet og på papiret godkendt af banekontrollen. Imidlertid måtte jeg i forbindelse med, at jeg satte manillamærker ud i skoven, konstatere, at en MTB bane i skoven havde præpareret skoven så voldsomt, at kortet ikke var brugbart i store dele af den sydlige del af kortet. At der var et MTB spor i skoven, som ikke var på kortet, var jeg klar over, men det kom helt bag på mig, at banen stort set havde overtaget den sydlige del af skoven. Kortet nytregnes senere i år, hvorefter jeg tror, at kortet vil blive brugbart, idet de mange cykelspor så vil være momenter, der skal tages hensyn til under løbet. Men det må næste sæson vise.

I stedet er valget faldet på Rude Skov, som heller ikke er uden kupering. Uagtet at der er en gammel kending, så mener jeg, at det er lykkedes mig at lægge nogle baner, som udfordrer jer, uanset hvilken bane I løber.

Orienteringssæsonen har været i gang i nogen tid, der har været påskeløb omkring Kolding, hvor jeg har mødt nogle af jer. Ovenstående foto stammer fra Påskeløbet, hvor jeg måtte løbe i mål med den ene sko i hånden, idet den blev hængende i et mudderhul ved næstsidste posten. Der har også været afholdt 2 politiløb, et på Fyn og så første etape af Københavner cuppen i Hvalsøe. Så vi er godt i gang.



Nu er der ikke længere en undskyldning for de små fejl undervejs i løbet, for I har fået banket rusten af kadaveret, og fornemmelsen for retningen og afstanden er kommet ind i kroppen, og jeg forventer derfor nogle gode tider rundt på banerne. Skulle man være blandt de få, som endnu ikke har fået luftet o-tøjet inden start, ja så vil det stadig være en nydelse at løbe en tur i Rude Skov, som nu er ved at få sin forårsgrønne farve.

Må jeg som afslutningsvis opfordre jer til at bakke op om de kommende politiløb, både her på Sjælland og i Jylland. Det vil være fantastisk, hvis alle, der stiller til start ved Politimesterskaberne på Bornholm, lige havde rundet et af vore politiløb inden. Vi har brug for opbakning til vore stævner, også selv om det kan være svært at planlægge frihed i en tid med de mange bevogtningsopgaver, der kommer i en lind strøm. Men prøv om I kan sikre jer fri, hvis man er ihærdig nok, så lykkes det ofte.

God tur i skoven.

Peter Sørensen
Stævneleder

Rude skov



Rude Skov er en del af et større skovområde, som engang strakte sig fra Sjælsø i nord til Furesøen i syd. Skoven var ikke så tæt som nu, tværtimod vekslede lysåben skov, hvor hjortevildt og kvæg græssede med små dyrkede marker og enge. Mel-

lem områdets landsbyer lå også søer, fiskedamme og tørvemoser, samt magre jorder med krat og hede. Skovene hørte under Hørsholm Gods, som siden 1391 var i kronens eje. I 1600- og 1700-tallet var godset givet i len til kongehusets

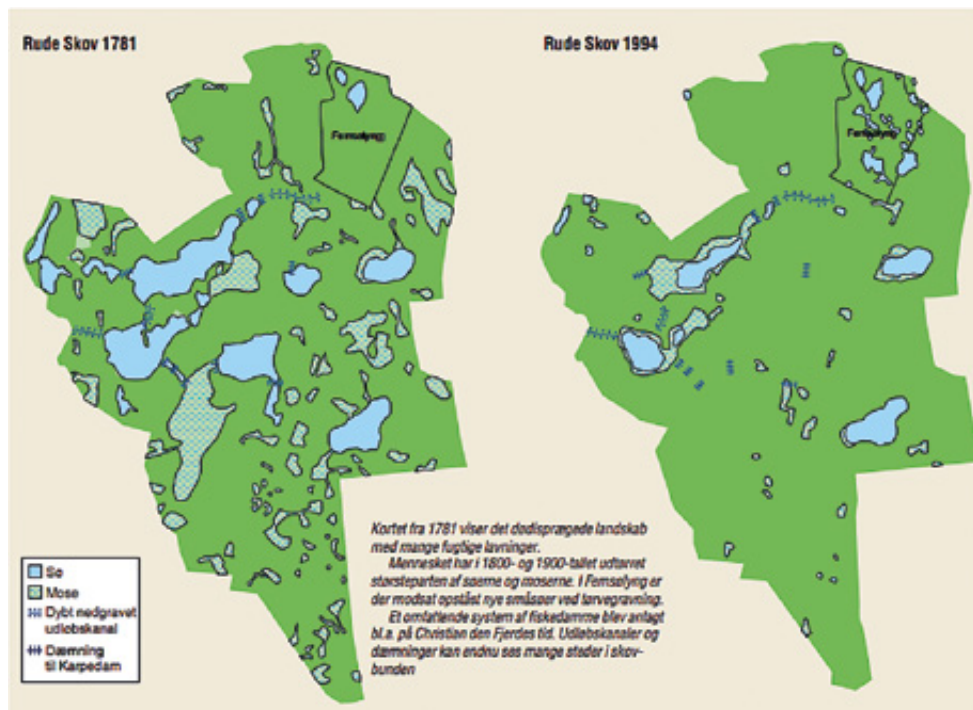
nærmeste, og efter 1771 blev godset overtaget af rentekammeret som statsdomæne. I dag administreres Rude Skov af Naturstyrelsen. En varieret løvskov med mange kulturspor Rude Skov er med sine 580 hektar blandt Nordsjællands mest spændende og varierede skove, hvor en stor del er gammel løvskov, hovedsagelig bøgeskov fra ca. år 1900. Bakker veksler med talrige søer og moser, og der findes mange spor fra forhistorisk tid, såsom jernalderagre, hulvejsspor og gravhøje. Særlig kan fremhæves, at mange dæmninger og kanaler i forbindelse med søer og karpedamme - hovedsagelig fra Christian den Fjerdes tid (1588-1648) - kan genfindes rundt omkring i skoven. En stor andel af Rude Skov er naturskov (132 ha). Døende og dødt véd efterlades her til henfald i naturen. Her fældes ikke store arealer på en gang, men skoven dyrkes efter plukhugstprincipper, som bl.a. kendetegnes ved, at der på et areal tilstræbes mange træarter i forskellige aldre og under stadig udvikling. Andre steder lades skoven helt urørt, her foregår ingen hugst, kun træer ved veje og stier, der skønnes at kunne være til fare for besøgende, fældes og efterlades til natu-

ren. Flere søer og moser Naturstyrelsen arbejder målrettet for at genskabe nogle af de mange søer og moser, som tidligere er blevet udtørret og ofte tilplantet med mørk granskov. I Rude Skov er således Ebberød Dam, Svends Dam, Blegemosen og Store Stubbesø sat under vand igen. Der er desuden planer om at genoprette Sækkedam. Vandrerruter I terrænet er markeret en vandretur med gule pletter på træerne. Man kan f.eks. begynde turen ved P-pladsen ved Hørsholm Kongevej ca. 1 km nord for Rudegård Stadion. Hele turen er på 8 km, men kan afkortes eller forlænges ved at benytte andre veje og stier. I det efterfølgende er beskrevet 8 udvalgte lokaliteter.

Geologi - Det mest karakteristiske ved Rude Skov er det voldsomme terræn med hyppige skift mellem stejle bakker og lavninger – opfyldt af søer og moser. Dette terræn er skabt i Istidens sidste del som et samspil mellem en randmoræne og et dødislandskab. Randmorænen blev dannet ved kanten af en isbræ, der kom fra Midtsverige for ca. 20.000 år siden og som nåede frem til Midtjylland. Under afsmeltningen stoppede isranden mid-

lertidigt i et strøg fra Nakkehoved ned gennem Gribskov og vest om Sjælsø til Rudeskov. Langs hele dette strøg findes i dag et bakket terræn med bakkeretninger fra nordvest til sydøst – i Rude Skov især i den nordlige del ved Maglebjerg. Men Istiden var ikke slut hermed. Nogle tusind år senere gled en ny gletschertunge frem over Sjælland, denne gang fra en østlig og sydøstlig retning. Da denne is smeltede bort opstod en bred bræmme af stillestående, Rude Skov 1781 Rude Skov 1994 afsmeltende is – dødis – i Rude Skov-området. Aflejringerne fra den smeltende dødis lagde sig oven på det gamle israndsstrøg og skabte sine helt egne terrænformer. Det særlige træk ved dødislandskabet er kombinationen af fladtoppede bakker og dybe afløbsløse

huller. Bakkerne består af lagdelt grus, sand og ler, der er aflejret i søer opdæmmede af is. De dybe huller er opstået ved, at klumper af dødis lå spredt over området, mens der skete aflejring af sand og ler omkring dem. Da dødisen smeltede væk, lå hullerne tilbage. De større skovsøer med deres afrundede former og stejle sider – Løjesø, Agersø, Skovrøddam og Ebberøddam – er dannet på denne måde. Femsølyng har sin helt egen historie. Oprindeligt var den en stor isdæmmed sø. I løbet af årtusinder blev den fyldt op med døde planterester, og til sidst opstod en lyngklædt højmoser, der kun fik sit vandtilskud fra regn og sne. Det nuværende småkuperede og sørige terræn er opstået ved tørvegravning.



Regler

I Dansk Orientering-Forbunds reglement for stævne og konkurrence er der udfærdiget et lille kompendium, som omtaler dig som deltager i et orienteringsstævne. Og det er min opfattelse, at det også bør dække vores Politistævner, selv om der er små forskelle.

“Værd at vide som deltager” - er ikke et instruktionshæfte, hvor du kan lære orienteringsteknik. Det er derimod en indføring i de regler, der gælder for stævner og konkurrencer i din sport.

Normalt kommer man i mål med almindelig sund fornuft, og det er sjældent at en orienteringsløbers adfærd kommer til diskussion. Men tillad mig her i dette program at vise et par afsnit fra dette kompendium. Det er ikke fordi, at jeg mener, at der er grund til at løfte en pegefinger, men blot for at sige, at det findes.

*Hilsen
Peter Sørensen
Stævneleder*

DIT ANSVAR

Som deltager har du ansvar ikke bare for dig selv, men også de andre deltagere og naturen. Det gælder uanset, om du er til træning eller stævne. Deltager du i orientering, sker det på dit eget ansvar. Det er dig, der har ansvaret for at være rask nok til at starte og for de beslutninger, du tager undervejs. Det gælder f.eks., når du hopper over en bæk eller krydser en vej. Er du uheldig at komme til skade på en sådan måde, at arrangørerne er

medansvarlige, vil du være dækket af en ansvarsforsikring. Den er tegnet for alle klubber under Dansk Orienterings-Forbund af Dansk Idræts-Forbund. Forsikringen dækker også, hvis du kommer til skade som et medlem af det team, der står for arrangementet. Du skal vide, at den fælles ansvarsforsikring ikke er en ulykkesforsikring. En sådan må du selv tegne via dit eget forsikringsselskab. Det skal være en fritidsulykkesforsikring. Endelig er du som deltager sikret gratis læge- og sygehusbehandling via dit sygesikringsbevis.

ANSVAR FOR ANDRE

Det er en klar regel, at du som deltager også har ansvar for andre. Kommer en af dine konkurrenter til skade, skal du afbryde dit løb og hjælpe. Og skulle der opstå en situation, hvor en deltager savnes, er du forpligtet til at deltage i en eftersøgning. Det er heldigvis yderst sjældent, der sker alvorlige skader. Og det er aldrig sket, at nogen er faret vild og ikke er blevet fundet. Faktisk er det forbavsende så få, der kommer til skade set i forhold til de mange kilometer, der hvert år løbes i de danske skove. Men du har også et ansvar for andre på en lidt anden måde. Du må nemlig ikke ved din optræden give anledning til utryghed eller usikkerhed. Husk derfor altid at melde dig i mål, inden du forlader et træningsløb eller en stævneplads. Det gælder uanset årsagen til, at du er udgået af løbet. Hvis du glemmer at melde dig, kan det betyde, at arrangørerne må iværksætte en eftersøgning af dig i løbsterrænet.



NATURVÆRN

Naturen er vores idrætsplads. Vi skal derfor være gode til at passe på den. Du skal være opmærksom og tage hensyn. Det gælder i forhold til planter og dyr, men også i forhold til andre mennesker du møder i naturen. Det kan eksempelvis være skovens andre gæster og brugere samt jægerne. De bruger ofte mange penge og tid på deres fritidsinteresse, hvilket vi skal respektere. For uden tillid og tilladelser kan vi ikke dyrke vores idræt. I Dansk Orienterings-Forbund har vi vedtaget en grøn profil, som er formuleret politisk af hovedbestyrelsen. Du kan finde den på forbundets hjemmeside under: Forbundet -> Politikker -> Natursyn. I reglementet er det fremhævet, at du som deltager skal være bekendt med de til enhver tid gældende

regler for færdsel og ophold i skoven og på private eller offentlige arealer. Disse findes i Naturbeskyttelsesloven og den tilhørende Adgangsbekendtgørelse. Der er tale om et forholdsvis omfattende og detaljeret regelsæt, som du kan finde via link på hjemmesiden under: Forbundet -> Love og regler. På enkelte punkter er vores interne regler skærpet i forhold til de almindelige regler. Det gælder således, at hunde ikke må medtages i terrænet under konkurrencerne og i øvrigt altid skal føres i snor, samt at tobaksrygning er forbudt i hele stævneområdet i perioden fra den 1. marts til den 31. oktober. Stævneområdet er ikke bare skoven og stævnepladsen samt parkering, men også eventuelle bygninger der er lånt til omklædning eller overnatning. Ligesom de almindelige regler er skærpet på en-

kelte områder, er der modsat ofte lavet aftaler med ejerne, der lempeligere end de almindelige regler. Disse aftaler danner grundlag for stævnets instruktion. Du bør derfor læse den grundigt. Det kan du gøre hjemmefra via stævnets hjemmeside. Du skal også være opmærksom på den skiltning og anden afmærkning, som arrangøren har sat op. Om instruktionen og afmærkninger hedder det i reglementet at "...en deltager skal overholde stævneleders afmærkninger ved tilkørsel, på parkeringsarealer, ved stævnecentret,

på stævnepladsen, på vej til start og i terrænet, samt følge alle anvisninger, der fremgår af instruktionen" Samt at "... en deltager ubetinget skal respektere alle forbudte områder, passager og ruter, som er angivet på kortet af korttegner med signatur eller indtegnet af banelægger med violet banefarve på kortet." Det sidste beskrives mere detaljeret i afsnittet om indtegninger på kortet. Endelig er det en selvfølge, at vi ikke efterlader os spor i naturen. Dit affald skal med hjem eller i nærmeste skraldespand.







Indbydelse til: København Cup 3. etape

Torsdag d. 7. juni 2016

i Brøde Skov

Stævnecenter: Lyngge Hallen, Idrætsvej 14, 3540 Lyngge Åben kl. 08.00

Parkering: Ved stævnecenter.

Stævneplads: 9 km. fra Stævnecenter. Se vejledning i program.

Start/Mål: ca. 400 meter fra stævneplads.

Første start: kl. 10.00

Kontrolsystem: Elektronisk Sport Ident.

Kort: Brøde Skov 1:10.000, 2015. Ækv. 2,5 m.

Baner: **Bane 1:** ca. 10 km svær. **Bane 2:** ca. 8 km svær.

Bane 3: ca. 6 km svær, **Bane 4:** ca. 4 km svær.

Bane 5: ca. 6 km mellemsvær. **Bane 6:** ca. 5 km. let.

Tilmelding: Senest den 27. maj 2012 via Outlook til Peter Sørensen
PSO011@politi.dk. Husk at oplyse nr. på egen SI-brik.

Startafgift: 75,- kr. som indbetales til Brune Stub, Danske Bank, konto nr.
1551 6714765. Leje af brik 10,- kr.

Præmier: Efter deltagerantal på 3. etape. Desuden præmier for det samlede resultat efter alle tre etaper.

Afslutning: Kl. 13.30 i Stævnecenter. Præmieoverrækkelse og kaffebord.
Kaffe og brød bestilles ved tilmelding: 40,- kr.

Banelægger: Peter Sørensen, PI København.

Banekontrol: Torkil Hansen, PI København.

Overdommer: Tilstedeværende medlemmer af FU.

Peter Sørensen

Stævneleder.



KÆRE LØBDELTAGER

Jeg har i Politiidræt argumenteret lidt for o-ferie i 2016 og har sagt på gensyn på Læsø, så derfor dette indslag.

Ses vi?

Peter Sørensen.

Viborg Orienteringsklub indbyder til Læsø 3-dages d. 19.-20.-21. juli 2016

PROGRAM

Tirsdag d. 19. juli 19:30	Ultrakort distance Byrum.
Onsdag d. 20. juli kl. 13	Langdistance Læsø Klitplantage.
Onsdag aften kl. 19	Grillparty Vinderne hyldes og præmier uddeles kl. 21.
Torsdag d. 21. juli kl. 11	Langdistance Læsø Klitplantage.

LÆSØ MESTERSKABET

Det samlede resultat af tirsdagens ultrakorte og onsdagens klassiske distance vil give os nogle værdige Læsø mestre at hylde onsdag aften ved det store Gør-det-selv-grillparty på Vesterø Camping.

REVANCHEMATCH TORSDAG

Torsdagens etape er uafhængig af de to første etaper, og der er således mulighed for at få revanche.

STORT UDVALG AF KLASSER

Der er et stort udvalg af aldersklasser og seks klasser, hvor tilmelding ikke er aldersbetinget.

Dermed er der mulighed for selv at vælge, hvor langt der skal løbes.

KORT

Alle kort revideres i april 2016 af bl.a. Steen Frandsen, så kvaliteten bliver i top.

LØBSOMRÅDER

Tirsdag d. 19. juli: Byrum.

Sprintkort: 1:4.000, 2,5 m ækvidistance revideret 2016.

Byområde med skole, kommunekontor, alderdomshjem, forretninger og beboelse.

Onsdag d. 20. og torsdag d. 21. juli: Læsø Klitplantage.

O-kort: 1:10.000, 2,5 m ækvidistance revideret 2016.

Spændende og svært klitlandskab med store åbne områder og en del diffust krat. Kurvebilledet fra enkelt til meget detaljeret.

Enkelte store veje. Få og diffuse stier. I andre områder flere stier og skovveje.

TILMELDING: SENEST D. 08.07.2016

Danske løbere: Klubvis via O-service.

LØBSGEBYR

For deltagelse i alle tre løb 330 kr.

H/D -20 255 kr.

For deltagelse i et enkelt løb 120 kr.

H/D -20 95 kr.

**SE YDERLIGERE OPLYSNINGER OM BANELÆNGDER M.M.
PÅ DOF'S HJEMMESIDE.**



Udgiver: Dansk Politiidrætsforbund
Politigården, stuen, fag 29 • 1567 Kbh V
Tlf. 3521 9271 • Mail: info@politisport.dk

Grafisk produktion og tryk: FL Tryk

Annonceekspedition: Politiidræt
Agerbakken 21 • 8362 Hørning
Tlf. 8793 3786 • Mail: info@politiinfo.dk
