

Arrangør: PI København  
Dansk Politidrætsforbund



# Pokalløbet

29. september 2016



# Velkommen

---

*Stævneleder Jørn Lind i skoven*



I bydes velkommen til endnu et Pokalløb, som efterhånden er blevet det traditionelle efterårsarrangement for Orienteringsafdelingen i PI København.

I år har vi fundet en skov, som formentlig kun få af jer har stiftet bekendtskab med tidligere. Det er for rutinerede orienteringsløbere altid spændende at komme i nye og ukendte terræner, så vi håber, at det har givet mange lyst til at komme i skoven til netop vores løb. Også løbere med mindre erfaring kan glæde sig til en oplevelse i skoven, som byder på varieret terræn, men også en del stier af forskellig størrelse, så ingen burde blive helt væk derude.

I skoven findes både gravhøje, langdysser og oltidsagre, så hvis hastigheden ikke er

for høj, kan man måske få tid til et kig på disse, men de kan jo også besøges efter løbet.

Jeg håber, at I alle har tid og lyst til at deltage i afslutningen i Lyngehallen med kaffebord og præmieoverrækkelse. Vi har som sædvanlig ikke kun præmier til de bedste, men også lodtrækningspræmier. Lodtrækningspræmierne er kun til de tilstedeværende, så kom endelig til afslutningen.

Da vi er lidt bagud med godt vejr her i sommeren, hvor

dette er skrevet, håber jeg, at der er gemt noget solskin til vores løb. Det gør altid oplevelsen lidt bedre, hvis vejret er godt.

Vi har meget ofte haft godt vejr til vores løb – med en undtagelse sidste år, hvor det regnede kraftigt, hvilket kan ses på billeder her i programmet. I kan på vores hjemmeside, [piorientering.dk](http://piorientering.dk), se flere billeder fra vores løb – bl.a. fra en fantastisk tur til Bornholm, hvor årets politimesterskaber blev afviklet i flot vejr.

Ellers vil jeg bare ønske jer alle et godt løb og hyggeligt socialt samvær blandt kolleger fra det meste af landet.

Jørn Lind  
stævneleder

# Instruktion

---

**STÆVNECENTER (SC)** Lyngehallen, Idrætsvej 14, 3540 Lyngø.  
Åben fra kl. 08.30. Bad og omklædning i hallen.

**STÆVNEPLADS (SP)** Ved Maglehus, Christianshøjvej 107, 3520 Farum  
- 6,7 km fra SC.

**START** Tæt ved SP fra kl. 10.00. Se startliste.  
Løberne kaldes frem tre minutter før start.  
Der er løse postdefinitioner ved start.

**MÅL** Ved SP, hvor resultaterne vises løbende.

**KORT** Ganløse Ore, 1:10.000, ækv. 2,5 m, revideret 2016.

**TERRÆN** Let kuperet med stejlere skrænter på den østlige og sydlige side.  
Blandet vegetation. Generelt god gennemløbelighed.



*Fotos fra sidste års Pokallob.*



---

**TIDTAGNING** Der anvendes SI-system. Aflæsning af chip ved mål.  
Udgåede løbere skal melde sig i mål

**AFSLUTNING** Præmieoverrækkelse i stævnecenteret ca. kl. 13.00.  
Der serveres kaffe/te med en smurt mad og et stykke kage for de løbere, der har betalt særskilt for dette.  
Cafeteria med stort udvalg vil være åben.

**PRÆMIER** Der er individuelle præmier i alle klasser samt lodtrækningspræmier og pokal til vinderen af bane 1.

**BANELÆGGER** Karsten Jørgensen.

**BANEKONTROL** Jørn Lind.

**OVERDOMMER** Tilstedeværende medlemmer af Feltsportsudvalget.

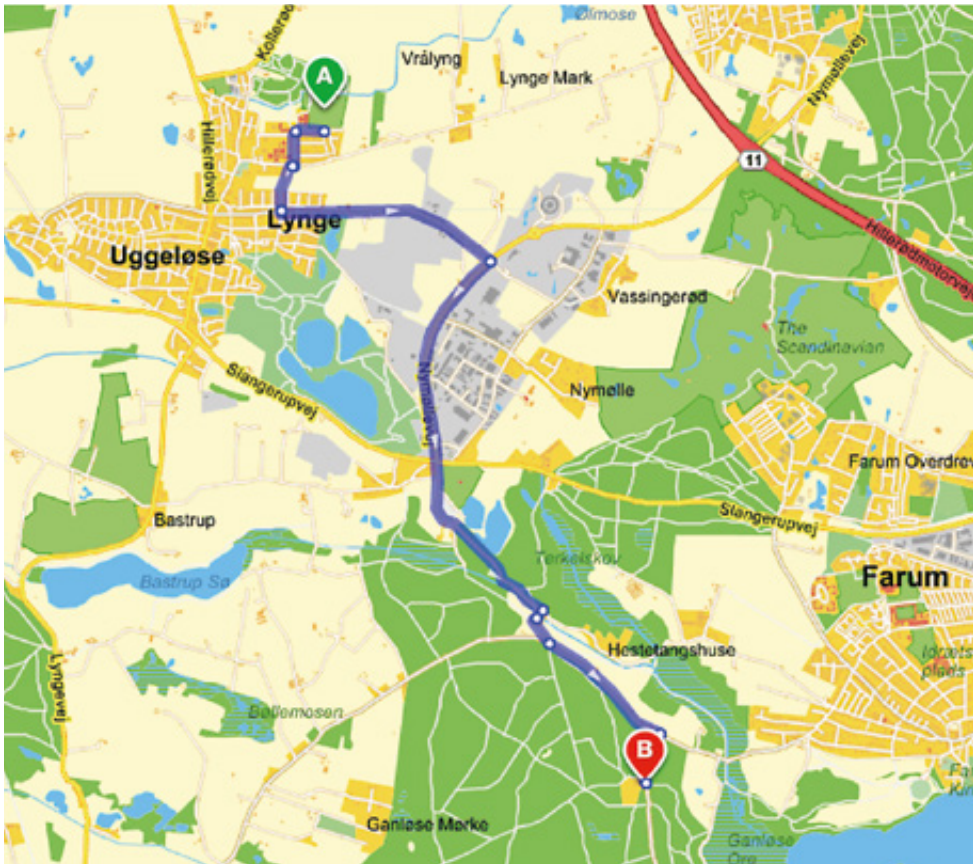




*Stævneleder Jørn Lind i skoven*



# Kørselsvejledning



## LYNGEHALLEN (A) – STÆVNEPLADSEN (B) – I ALT 6,7 KM

Fra hallen køres ad Idrætsvej og videre ad Knud Rasmussens Vej til rundkørsel, hvor der drejes til venstre ad Kærhøjgårdsvej.

Efter 1,5 km drejes til højre ad Nymøllevej, og der fortsættes over Slangstrupvej ned gennem Farum Lillevang med sving og kryds over Mølleåen og stejlt op til Farumvej, hvor der holdes til venstre. Derefter fortsættes der 1 km til Christianshøjvej, hvor der drejes til højre.

Stævnepladsen nås efter yderligere 350 meter.





Fotos fra sidste års Pokalløb.





# Ganløse Ore

**KILDE: SKOV- OG NATURSTYRELSEN, KØBENHAVNS STATSSKOVDISTRIKT**

Ganløse Ore omfatter 397 ha. Omkring 57% er løvtræ og 39% nåletræ, mens 4% er åbne arealer som f.eks. moser.

## DRIFTSPLANEN

For at sikre, at arealerne drives bæredygtigt, udarbejdes der 15-årige planer for driften. I driftsplanen foreskrives de overordnede mål, f.eks. at der skal tages flersidige hensyn ved driften af skovene. Det vil sige, at der skal produceres træ af høj kvalitet til træindustrien, samtidig med at der gives plads og muligheder for friluftsliv og naturoplevelser. I driftsplanen fastlægges, hvor meget træ der kan skoves i gennemsnit pr. år, og hvilke slags træer der skal plantes i skoven som erstatning for de store træer, der fældes – populært omtalt som foryngelse. Ifølge driftsplanen vil der ske følgende større ændringer: 3,5 ha løvtræ vil blive forynget med frø fra moderbevoksningen, dvs. at de gamle træer fældes, og arealet overtages af nye planter, som selv spirer frem eller plantes. I et område på 5,4 ha, markeret med ❶, vil løvskoven blive erstattet af nåleskov, fordi den tætte græspels gør det vanskeligt at plante løvtræ. 1,2 ha nåletræ vil blive efterfulgt af nåletræ ved ❷, mens 16,2 ha nåleskov vil blive erstattet med en blanding af eg og skovfyr markeret med ❸. Ved ❹ vil en lærkebevoksning blive underplantet med bøg. Ved ❺ vil 0,6 ha nåletræ blive fældet, og arealet bliver herefter holdt åbent ved græsning. Ved ❻ vil en gruppe rødgran blive fældet, og arealet vil på sigt blive til mose.

## TILVÆKST OG HUGST

Der vil årligt blive fældet og solgt 2.900 kubikmeter træ, mens tilvæksten vil være 4.300 kubikmeter, hvilket betyder, at der bliver mere "træ" i skoven. Der opspares vedmasse i skoven, som vil blive høstet, når træerne har nået fuld størrelse.

## URØRT SKOV

I skovens sydvestlige hjørne, markeret med ❷, findes der en bølgebevoksning fra 1862 på små 5 ha, hvor der ikke er fældet træer siden 1917. Denne bevoksning er udlagt til urørt skov, hvilket betyder, at der hverken plantes eller fældes i området. Området er nu domineret af store, tætstående bøgetræer. Når nogle af disse træer dør og vælter, vil nye træer vokse op, og området får over en lang årrække urskovskarakter.

## FLÅDEEGENE

I skovens vestlige del (markeret med ❹) findes en lille sphagnummose omgivet af fredede 150-årige flådeegge. De kaldes flådeegge, fordi de blev plantet i 1834 for at sikre orlogsfåden tømmer til at bygge krigsskibe med. Ved pleje (nedskæring) forhindres det, at mosen lukkes med birk og pilekrat, ligesom vandstanden vil blive hævet ved tilstopning af grøfterne. Flådeegene vil få lov til at stå urørte.

## FORTIDSMINDER

Skoven er rig på fortidsminder, bl.a. en del gravhøje og langdysser. Nogle af disse er meget velbevarede, andre er delvis ødelagte ved pløjning ved tidligere





---

tiders landbrugsdrift eller efter besøg af fortidens gravrøvere. Skovdistriktet holder dem synlige og i god stand ved at fjerne kvas og opvækst af træer. I von Langens Plantage (markeret med 9) findes et system af oldtidsagre, der stammer fra jernalderen. Agrene kan bedst ses om vinteren, når skoven er uden blade. De fremstår da nærmest som en række terrasser i det kuperede terræn. Der bliver taget hensyn til agersystemet i den daglige drift, eksempelvis ved udkørsel af træ, så de ikke udviskes yderligere.

### PLANTER OG DYR

Ganløse Ore har et rigt og varieret plante- og dyreliv, der indeholder de arter, man normalt kan forvente i en dansk skov. Blandt andet er der en stor bestand af rådyr. For at sikre at plantede træer ikke

bliver ædt af rådyrene, kan det være nødvendigt at opsætte hegn. Det er tilladt at gå ind i hegningerne, hvis der er en låge eller en stente over hegnet. Enkelte steder i skoven står der sjældne planter, f.eks. kratvikke. Skovdistriktet værner om disse ved at undlade indgreb på og omkring stederne eller ved en målrettet pleje af planterne.

### PRAKTISKE OPLYSNINGER

Der findes ved Krogemosen en bålplads, som stilles til fri afbenyttelse. Herudover er der et veludbygget net af ridestier. Ridning er ikke tilladt på skovvejene. Skoven er udlagt som B-skov (beskyttet skov). Det betyder, at der normalt ikke gives tilladelse til arrangementer, som vil kunne forstyrre dyrelivet eller skovgæster, der vil nyde en stille skovtur.



Foto fra sidste års Pokalløb.





# Pokalløbet

## – de sidste års vindere

2009

Bane 1	Per Jessen	Roskilde
Bane 2	Jørn Lind	København
Bane 3	H. V. Jensen	Odense
Bane 4	Søren Dyrskjødt	Randers
Bane 5	Camilla Rath Nielsen	København
Bane 6	Morten S. Jensen	Rpch.

2010

Bane 1	Hans Henrik Juda	Køge
Bane 2	Torkil Hansen	Rpch.
Bane 3	Arne Pedersen	Randers
Bane 4	Helge Hansen	Odense
Bane 5	Henrik Agerholm Jensen	Københavns Vestegn

2011

Bane 1	Erik Olsen	Helsingør
Bane 2	Peter Sørensen	København
Bane 3	Bruno Stub	Rpch.
Bane 4	Torsten Bo Larsen	Odense
Bane 5	Kasper Storkegård	Roskilde
Bane 6	Lars-Peder Jensen	Rpch.

2012

Bane 1	Per Jessen	Roskilde
Bane 2	Erik Flarup	Skive
Bane 3	Børge Pedersen	Odense
Bane 4	H. V. Jensen	Odense
Bane 5	Thomas Lindholm	København



### Theisbo El ApS

Lyngbyvej 143 • 2100 København Ø • Tlf. 39 27 27 18 • [www.theisbo-el.dk](http://www.theisbo-el.dk)

2015 2014 2013

**Bane 2** Hans Henrik Juda Køge  
**Bane 3** Hans Aage Hvalsøe Hansen Odense  
**Bane 4** H. V. Jensen Odense  
**Bane 5** Simon Mortensen Slagelse

**Bane 1** Erik Olsen Nordsjælland  
**Bane 2** Hans Henrik Juda Køge  
**Bane 3** Børge Petersen Odense  
**Bane 4** Jørgen Olesen Odense  
**Bane 5** Jesper Kragh Slagelse

**Bane 1** Erik Olsen TFI  
**Bane 2** Jens Christian Buch Roskilde  
**Bane 3** Hans Henrik Juda Køge  
**Bane 4** H. V. Jensen Odense



*Foto fra sidste års Pokalløb.*





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

Grafisk produktion og tryk: FL Tryk

Annonceekspedition: Politiidræt  
Agerbakken 21 • 8362 Hørning  
Tlf. 8793 3786 • Mail: [info@politiinfo.dk](mailto:info@politiinfo.dk)

---