

**Ringkøbing Politis Idrætsforening**  
indbyder tirsdag den 11. maj 2010 til:

## **Orienteringsløbsstævne ”Den Gyldne Helt 2010”**

**Stævnecenter** : Vestjysk Fritidscenter, Sportsvej 1, Ulfborg

Hallen vil være åben for omklædning fra kl. 09.00. Der vil være mulighed for at købe kaffe og lidt brød ved ankomsten. Til frokost kan købes sandwichboller ved nærliggende bager og hos nærliggende købmand kan der købes sodavand, slik, is osv. Evt. sandwichboller kan forudbestilles med fordel – pris 28 kr. pr. stk.

**Start** : 1. start kl. 10.00. Start er beliggende ca. 3-4 km. fra stævnecentret. Ruten er afmærket. P-plads ved start.

**Mål** : Beliggende tæt ved start.

**Baner** :

Bane 1 : Svær ca. 9-10 km.

Bane 2 : Svær ca. 7-8 km.

Bane 3 : Svær ca. 5 -6km.

Bane 4 : Svær ca. 3,5-4 km. (fortrinsvis forbeholdt vores ældste løbere)

Bane 5 : Mellemsvær ca. 5 km.

Bane 6 : Let ca. 5 km. (beregnet for begynderløbere)

**Skov/Kort** : Stråsø – Sdr. Vosborg Hede, 1:10.000 ækv. 2,5. Revideret 2009. Klitplantage med varieret bevoksning, åbne klitbeklædte områder,

Kortet er som det fremgår af årstallet netop nyrevideret og senest anvendt til VJO 2-dages 2009

**Tidtagning** : Der anvendes Emit som udleveres ved start. Deltagere med egen brik skal opgive nummer ved tilmelding.

**Afslutning** : I stævnecenter ca. kl. 13.30 - dog hurtigst muligt efter sidste løber er i mål.

**Startafgift** : Kr. 70 pr. deltager.

Beløbet indbetales til Ringkøbing PI, Kongevejen 16

6950 Ringkøbing, konto hos Ringkøbing Landbobank, reg.nr. 7650 kontonr. 7670-4151366.

**Tilmelding** : senest torsdag den 2. maj 2008- via Outlook til Leif Flytkjær, Ringkøbing Politi – mail: [LFL002@politi.dk](mailto:LFL002@politi.dk)

**Stævneleder**: Leif Flytkjær, Ringkøbing PI

**Banelægger** : Mogens Vennevold, VJO

**Banekontrol** : Michael Pedersen, Vestjysk OK

**Overdommer** : Tilstedeværende medlemmer af feltsportsudvalget