

<b>BM-lang 2024 i Paradisbakkerne</b>	
Dato:	Søndag den 10. marts 2024
Løbsområde:	Paradisbakkerne
Stævneplads:	P-plads Oksemyrevej – Paradisbakkerne Øst
Parkering	P- plads Oksemyrevej – Benyt først og fremmest P-båsene længst mod nord, så den øverste række ved toiletbygningen friholdes til stævneplads med trailer/start/mål.
Mesterskabsbaner:	BM-lang damer: 9,86 km. med 21 poster, hvor centerposten stemples 4 gange BM-lang Herrer: 12,23 km. med 28 poster, hvor centerposten stemples 4 gange Det noget kuperede terræn taget i betragtning, så er banerne i den lave ende af skalaen iflg. reglementet For at opnå bedst mulig spredning er mesterskabsbanerne kreeret med 3 sløjfer omkring en centerpost. Husk at centerposten skal stemples hver gang du kommer til den. Der er indlagt 2 poster forinden centerposten. Når alle 3 sløjfer er gennemløbet - er der henholdsvis 8 (D) og 9 (H) ordinære poster til mål.
Åbne baner	Svær 7: 6,99 km. med 15 poster MS-5: 4,26 km. med 13 poster
Kontrolsystem	Sportident. Husk clear og tjek.
Poster	Poststativerne er letvægtsstativer uden kontrolnumre. Kontrolnumrene står på SI-boksene Der benyttes standardskærme
Kort	Paradisbakkerne nytegnet 2022 i forbindelse med Høst Open. Der er fældet i flere områder siden da. Banerne er især berørt af det i området omkring Rokkestenen, hvor der er igangværende fældninger både, syd, nord og øst for. Det medfører også nogle steder smattede og opkørte stier. Generelt er der meget vådt derude. Ækvidistance 5 m Målestok: Mesterskabsbanerne og Svær 7: 1:10.000 Målestok: MS-5: 1.7.500 Alle kort er printet på A4 og udleveres i plastpose. De fældede områder/igangværende fældninger kan ses på et kort, som er ophængt ved traileren. Områderne er markeret med rosa farve på dette kort.
Postbeskrivelser	Der er trykt postbeskrivelser på kortet. Der er ingen løse postbeskrivelser
Vand	Der er vand ved Centerposten. Herudover er der for mesterskabsbanernes vedkommende yderligere en vandpost. De åbne baner har en enkelt vandpost.
Start og mål	Der gives en kort instruktion kl. 8:45 Start og mål er umiddelbart i tilknytning til Stævnepladsen (sydøstlige hjørne af P-pladsen) Startposten skal ikke klippes Husk clear og tjek. Er opstillet ved start. Starten afvikles som fællesstart klokken 9:00 (Mesterskabsbanerne) og klokken 9:05 for Åbne baner. Efter at målposten er stemplet, skal SI-brikken aflæses ved Vikings trailer.
Lånebrikker	Hentes ved traileren senest klokken 8:45
Max-tid	4 timer for mesterskabsbanerne og 3 timer for de Åbne baner.
Kåring af Vinderne	Vinderne i henholdsvis BM-lang Damer og Herrer modtager klubbens BM-lang vandrepokal. Der uddeles diplomer til de 3 hurtigst gennemførende i begge klasser. Vinderne på de åbne baner hædres ikke.

**Håber I alle får en god tur i skoven!**