

Instruktion til Vintercup ved Bastemose den 16. november 2025

Parkering og mødested start og mål: Christian X. vej, rasteplassen midt mellem Segenvej og Bison indhegningen.

Mødetid og start: klokken 8.45 er der supplerende instruktion, klokken 9.00 er der start for alle.

Kort: Bastemose, kortet er ældre fra 2013, der er derfor dele af terrænet som er ændret, i forhold til hvor let gennemløbeligt det er. Der er ingen hugninger, nyere skovninger, men enkelte steder er pilekrat vokset op.

Baner:

- **Svær 3 – 6 – 8 – 10 km.** med 8,7, 5 og 6 poster
- **Mellemsvær 6,** med 12 poster
- **Let 3,** med 7 poster

Baner svær, man tilmelder sig den bane men forventer at gennemføre. Hvis man ender med at løbe kortere eller længere end forventet, skifter man bare bane ved at meddele det i mål inden brikken aflæses.

Der er væske ved passage af start/ mål.

Der er ikke løse postbeskrivelser.

Der udleveres et kort med alle banedele på. Svær har del 1 og 2 på forsiden, del 3 og 4 på bagsiden.

Start skal passeres efter hver sløjfe.

Lånebrik udleveres ved start.