



Instruktion

JFM og World Ranking Event (WRE) Sprint

23. august 2026



Arrangør: OK SNAB

Klassifikation: Løbet er et *** åbent stævne.
Klasserne M21 og W21 løbes som WRE-løb.

Løbsområde: Vejle Midtby

Kort: Vejle Midtby tegnet i 2022. Rettelser forår / sommer 2026.
Målestok 1:4.000 og 1:3.000. Ækvidistance 2,5 meter.

Kort printes på Teslin (vand- og rivefast papir) ved Grafisk Forum A/S.
Opvarmingskort til WRE-løberne er trykt på papir. I tilfælde af regn vil der blive udleveret plastposer til opvarmningskortene.

Der er **kort-vend** på M21, W21, H18, H20, H35, H40 samt begge baner til Følgeløb. Siden med første del af banen vender opad i kortkassen.

På kortet er brugt nedenstående specialsignaturer:

- ⊙ Skulptur / monument
- Legeredskab

Terræn: Løbsområdet er varieret. Der er områder med boligblokke og grønne arealer, parker, kommunale bygninger samt gågade område med butikker og baggårde. Området er fladt.

Forbudte områder: Forbudte områder er markeret på kortet og skal respekteres. De forbudte områder er nogle steder markeret i terrænet – og altid med **blå/gul** snitsling.



Der forekommer opsatte spærringer for løberne i løbsområdet. Disse er vist på kortet med tyk rød streg (1 mm), nogle steder kombineret med rødskraveret forbudt område:



I terrænet er løberspærringerne vist med **blå/gul** snitsling på jorden eller i luften og kombineret med **orange/røde** kegler.



Spærringer, der krydser bilveje er markeret på fortov med ovennævnte kegler og snitsling, men IKKE på tværs af vejens kørebaner.

Banespæringerne vil være bemandede. Bemandingen vil bære gule veste og vil kunne signalere tilstedeværelsen af spæringerne til løberne på steder, hvor det ikke er muligt at sætte tydelig spærring op.

Nogle af de større veje i løbsområdet er forbudt område (angivet på kortet). Disse veje kan passeres på steder markeret med symbolet ”Gennemgang”:



Trafikvagter vil regulere trafikken ved passagerne, og de SKAL passeres præcis der, hvor vagterne står.

Én af passagerne er tvungen, hvilket vil fremgå af kortet. Denne passage findes tæt ved stævnepladsen, og alle løbere vil passere den. Efter den tvungne passage skal løberne følge en tvungen rute forbi stævnepladsen. Denne er afmærket på jorden med røde V-boards (liggende metaltrekanter).

Særligt for H12 og D12: Mellem post 3 og 4 passerer H/D12 en gennemgang over en trafikeret vej – markeret på kortet som ovenfor vist. Passagen foregår ved en fodgængerovergang. Løberne skal selv orientere sig frem til overgangen og passere på det korrekte sted. Der står trafikvagter på stedet.

Nogle fortove er inkluderet i de forbudte områder langs vejene. Andre steder er det tilladt at løbe på fortovet på den ene side af vejen. Kig grundigt på kortet.

Løbsområdet er embargo for WRE-deltagere forud for løbet. Se område og retningslinjer for spærningen her:

<https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1EOFiZoRZBFWMBtfNd0cvuXoYF8n5gsQ&usp=sharing>

På løbsdagen er området ligeledes afspærret/embargo for deltagere i JFM. Det er på løbsdagen dog tilladt at opholde sig på stævnepladsen og følge markerede ruter fra/til parkering, toilet og start.

- Mødested: Damhaven 12, Vejle. Regionshuset.
Herfra vil der være afmærkning til parkering samt stævneplads.
- Parkering: Damhaven 12, Vejle. Den østligste del af parkeringsområdet.
Området har afgiftsfri parkering på søndage.
Der vil være parkeringsvagt på området, indtil kl.10.30
Følg hvid snitzling til stævneplads.
- Stævneplads: Afmærkning til stævneplads fra parkeringsområdet.
Der kan opstilles klubtelte på græsareal.
- Afstande: Fra parkering til stævneplads 450 meter.
Fra stævneplads til start 850 meter.

Baner og klasser: Vindertid 12-15 min. for alle klasser.
Banelængder er angivet som korteste vejvalg.

Klasse	niveau	længde	poster	Klasse	niveau	længde	poster
D12	Let	1,9 km	20	H12	Let	1,9 km	20
D14	m.svær	2,8 km	19	H14	m.svær	2,8 km	19
D16	svær	3,0 km	19	H16	svær	3,3 km	20
D18	svær	3,3 km	20	H18	svær	3,9 km	25
D20	svær	3,3 km	20	H20	svær	3,9 km	25
W21	svær	3,6 km	23	M21	svær	4,2 km	28
D35	svær	3,3 km	20	H35	svær	3,9 km	25
D40	svær	3,0 km	19	H40	svær	3,9 km	25
D45	svær	3,0 km	19	H45	svær	3,3 km	20
D50	svær	3,0 km	19	H50	svær	3,3 km	20
D55	svær	2,6 km	17	H55	svær	3,3 km	20
D60	svær	2,6 km	17	H60	svær	3,0 km	19
D65	svær	2,6 km	17	H65	svær	3,0 km	19
D70	svær	2,3 km	15	H70	svær	2,6 km	17
D75	svær	2,3 km	15	H75	svær	2,6 km	17
D80	svær	2,3 km	15	H80	svær	2,3 km	15
D85	svær	2,3 km	15	H85	svær	2,3 km	15
D/H90	svær	2,3 km	15				

H/D-12 og klasser fra H/D45 og ældre løbes på 1:3000.
Øvrige baner løber 1:4000

Ordensregler: Alle klasser kommer til at løbe på / over veje med trafik. På løbstidspunktet er trafik af køretøjer og gående mindre end normalt; men alligevel skal der udvises opmærksomhed.

H12 og D12-banerne er lagt i områder med minimal trafik. De skal passere nogle parkeringspladser og enkelte let trafikerede veje. Der vil være trafikvagter ved de mest trafikerede veje.

Det er løberens eget ansvar at overholde normale trafikale regler. Alle klasser kommer til at løbe i områder, hvor der er trafik af gående, - og der skal tages hensyn. Ligeledes skal der tages hensyn ved passage af restauranter og cafeer med udendørs servering.

Vær opmærksom på, at der kan være smalle passager, hvor der løbes i begge retninger. HOLD TIL HØJRE ved passage af modgående løber. Det er løberens eget ansvar at passe på, når der løbes i porte og omkring hjørner, hvor der kan være modgående trafik af løbere og andre. Enkelte steder vil vagter kunne advare løbere om potentiel farlige situationer.

Stævnepladsen er et offentligt område og er ikke spærret af, derfor kan der være andre brugere. Tag hensyn, så alle kan være der. Tag også hensyn ved starten, som foregår i et område, hvor der bor mange mennesker.

Det er **absolut** forbudt at bruge buske o.lign. til toilet. Det gælder især ved start og på stævneplads, men også i resten af byen. Brug i stedet de toiletter, som findes nær stævneplads og i startområdet.

Start: Første start kl. 10.00. Der er 1 min. startinterval.
Startliste offentliggøres på løbets hjemmeside den 21. august.

Følg sort / gul snitzling til start.
Til WRE-løberne vil der være opvarmningskort, som viser vejen til start.

H/D12 samt åben 7 (let) har fri start fra 10.30 – 11.30 (put and run)

For sent startende henvender sig til startpersonalet for registrering og følger anvisningerne.

Startprocedure: **Boks 1:** 4 minutter før start
Startpersonale kontrollerer navn og brik.
Evt. legebrik udleveres, - løber er selv ansvarlig for at den clearer

Boks 2: 3 minutter før start
Løse postbeskrivelser tilbydes løbere, som medbringer holder.
Løberen stempler check-enhed hos startpersonale for at blive registeret.

Boks 3: 2 minutter før start
Kortudlevering til H/D12 samt Åben 7.
Disse løbere kan få starthjælp.

Boks 4: 1 minut før start
Løbere går frem til kortkasse for deres egen bane/klasse (undtagen H/D12 og Åben 7). Kortet må tjekkes, om det er den korrekte bane.
Kortet tages først ud af kassen i startøjeblikket.

Startpunktet er markeret med postskærm.
Løbere på H/D12 samt Åben 7 og deltagere i Følgeløb skal, som de eneste, stemple en startpost.

Åbne Baner: Der er mulighed for køb af åbne baner i stævnekontoret fra kl. 9-10.30.
Der tilbydes følgende baner:

Klasse	niveau	længde	Poster
Åben 3	Svær	3,9 km	25
Åben 4	Svær	3,3 km	20
Åben 5	Svær	3,0 km	19
Åben 6	m.svær	2,8 km	19
Åben 7	Let	1,9 km	20
Åben 8	Svær	2,6 km	17
Åben 9	svær	2,3 km	15

Åben 3, 6 og 7 løbes på 1:4000. Øvrige baner løbes på 1:3000
Kort printes på Teslin (vand- og rivefast papir).
Der er kort-vend på Åben 3.

Prisen er 80 kr. for løbere til og med 20 år og 100 kr. for øvrige løbere.
Leje af brik: 20,00 kr. Betaling med mobilpay, Dankort og Visa. Det er muligt at betale kontant, hvis man har aftalte penge.
MAN KAN IKKE DELTAGE I JFM, hvis man løber åben bane.

Løbere på åbne baner tildeles en starttid, så de ikke løber samtidig med tilsvarende bane i JFM. Starttid modtages som kvittering i stævnekontoret og medbringes til startpersonalet.

Følgeløb:

Følgeløbet er et selvstændigt løb, og det er et tilbud til løbere, der har deltaget i JFM eller har købt en åben bane. Der tilbydes følgende baner:

Klasse	niveau	længde	poster
Følgeløb 1	Svær	4,2 km	28
Følgeløb 2	svær	3,6 km	23

Målestoksforhold 1:4000.

Kortene er printet på almindeligt papir og udleveres i plastposer.

Banerne er de sammen, som anvendes til WRE-løbet.

Banerne har kort-vend.

Kort købes og registrering sker på stævnekontoret fra kl. 9 – 12. Man modtager betalingskvittering, som bevis på man har betalt og medbringer denne til start, hvor man modtager sit løbskort. Starten er ”put and run”. Der kan startes i tidsrummet 11.05 – 13.00

Pris 40 kr. for alle. Betaling med Mobilpay, Dankort og Visa. Det er muligt at betale kontant, hvis man har aftalte penge.

Der er resultatformidling på stævnepladsen, men ikke på hjemmesiden. Banerne kommer på O-track.

Kontrolsystem og tidtagning:

Sport Ident Air / Touch Free / SIAC.
Normal Sport Ident brik kan også anvendes.

Touch Free brik kan også lejes i forbindelse med køb af åben bane. Ved køb af åbne baner udleveres legebrik i stævnekontoret. Legebrik fra åben bane kan også benyttes til Følgeløbet.

Har man lejet brik til WRE / JFM udleveres denne ved start.

Virker en post ikke (ingen lys eller lyd) klippes med tang i de markerede felter på kortet.

Særligt om SIAC / Touch Free

Husk at bruge CHECK-enheden før start. Den tænder din SIAC-brik, så den er i touch-fri tilstand. Vær opmærksom på at din SIAC brik skal give en tilbagemelding, når du kommer til en post. Giver den ikke en tilbagemelding, stemples posten på traditionel vis.

Mål-posten stemples på traditionel vis, da den ikke er sat i touchfri-tilstand. Målenheden slukker samtidig for din SIAC-brik, så den ikke er aktiv.

Postbeskrivelser:

Løse postbeskrivelser udleveres ved starten til løbere, som har en holder til postbeskrivelser. Det gælder også for åbne baner og Følgeløb.

Størrelse på postbeskrivelser til WRE-løbet og Følgeløbet er følgende:

M21: 40 x 191 mm. (5 mm. tern)

W21: 40 x 166 mm. (5 mm. tern)

Mål og væske: På målstregen stemples målenheden. Der fortsættes til beregningen, hvor brikken aflæses, stræktider udleveres og eventuel lejebrik afleveres, hvis ikke den skal bruges igen til Følgeløbet.

Efter målgang indsamles løbskortene for WRE-løberne.
Kortene vil blive udleveret omkring kl. 11.

Den maksimale løbstid er 50 minutter for alle klasser. Dette gælder også for åbne baner og Følgeløb. Løbere, der overskrider den maksimale løbstid, noteres som udgåede.

Deltagere, som ikke gennemfører deres bane, SKAL melde sig ved beregningen. Dette gælder også for åbne baner og Følgeløb.

Der er offentlig vandhane på stævnepladsen. Man skal medbringe eget krus eller flaske. Kop kan købes i kiosken for 5 kr.
Der er ikke væske på banerne.

Resultatformidling: På stævnepladsen via TV-skærm samt på liveresultat.orientering.se
Resultatliste kan ses på OK SNAB's hjemmeside fra kl. 13.30. Dog ikke Følgeløbet. Der er splittider på Winsplits online.

Banerne vil være tilgængelige på både o-track og Livelox efter 12.15.

Service: Førstehjælp findes på stævnepladsen. Åben fra 10-13.

Der kan benyttes offentligt toilet 200 meter fra stævnepladsen. Følg blå snitzling. Der er også toiletter ved start.

Kiosk findes på stævnepladsen. Der er åben fra 9.30 – 13.00
Her kan købes kaffe, kage, øl og sodavand samt slik.
Betaling med Mobilpay, Dankort og Visa.
Kontant betaling er muligt, men vi giver ikke tilbage på store sedler.

Hvis ikke man medbringer eget krus betales 5 kr. for at papkrus.
På stævnepladsen ligger Café Ambassaden, som tilbyder sandwich til 39 kr.

Stævnekontor findes på stævnepladsen og er åbent fra kl. 9.00 – 12.45. I stævnekontoret kan der købes Åbne baner og baner til Følgeløb.
Ændring af brik kan ske mod en betaling på 15 kr.

Ingen mulighed for bad. Ingen transport af overtrækstøj.

Der tilbydes ikke børnebaner og ikke pasning af børn. Men der er et stort græsareal ved stævnepladsen og legeplads på området.

Medaljer: Der er medalje til vinderne i alle mesterskabs-klasser og desuden medaljer til nr. 2 og 3 i H/D12, H/D14 og H/D16.
Kun deltagere fra jyske og fynske klubber kan vinde medaljer.
Medaljeoverrækkelse forventes kl. 12.30 ved stævnekontoret.

Stævne-
organisation:

Stævneleder:

Kate Nielsen, OK SNAB.
Tlf. 30 33 80 15
katekanstrup@privat.dk

Stævnekontrol / IOF Advisor:

Kell Sønnichsen, OK Pan

Banelægger:

Eva Örnham Jørgensen, OK SNAB
Quentin Moulet, OK SNAB

Banekontrol:

Peter Knudsen, MELFAR
Kell Sønnichsen, OK PAN (WRE)

Korttegner:

Gediminas Trimakas, GT Maps.
Eva Örnham Jørgensen, OK SNAB
Quentin Moulet, OK SNAB

Juryformand / IOF Adviser

Kell Sønnichsen, OK PAN

Jurymedlemmer:

Lucia Aagaard, Herning OK
Annette Bonde, Ballerup OK
Lars Klogborg, HTF

Web-side:

<https://www.ok-snab.dk/aktuelle-lob/2150-jfm-sprint-23-aug-2026.html>

Oversigtskort over stævnepladsen.

