



De Barske

instruktion til årets langdistance O-løb på Fyn

"I Troldens Fodspor"

Søndag den 2. marts 2025 i Svanninge Bakker og opland

Det fortælles, at Odin bad trolde Finn grave en badesø til sin kone Frigg. Han gravede Arreskov Sø ud. Al jorden flyttede han til Svanninge Bakker, hvor Finn gik de mange gange frem og tilbage med mange læs jord, der skal du

følge i Troldens Fodspor ;-)

- Arrangør: De Barske, med hjælp af Faaborg OK
- Mødested: Faaborg OK's klubhus, Odensevej 150, 5600 Faaborg. Skærm opsat. OBS: Kommende nordfra ad Odensevej er der venstre-sving forbudt. Fortsæt ad Odensevej ned til rundkørslen, kør rundt og tilbage mod nord, drej ind til højre ved Gåsebjergsand.
- Afstande: Parkering tæt ved klubhuset. Stævnecenter-start/mål ca.500m, snitzling opsat. Start og mål tæt ved hinanden.
- Mødetid: Kl.09:40 (omklædt). Samlet afgang til start kl. 09:45
- Baner: Bane 1 Ultra Lang: 18,4 km, 44 poster, 1 korts kifte
Bane 2 Lang: 14,0 km, 31 poster, 1 korts kifte.
Bane 3 Mellem: 9,1 km, 26 poster, 1 korts kifte
Bane 4 Kort: 5,3 km, O-kort, 21 poster, 1 korts kifte.
- Væskepost: På de tre lange baner.
- Terræn: Terrænet varierer nogen steder fra kuperet til stærkt kuperet. Andre steder mere fladt. Skov, åbne områder, overdrev og enge. Løbere på de tre længste baner må forvente at få vådt fodtøj. Grundvandet står nogle steder højt og afhængig af nedbør på dagene op til løbet vil vandhøjden variere. Hold gerne afstand fra deciderede mose/siv-områder. Er der uoverensstemmelse mellem kort og terræn, gælder terrænet altid.

- Kort:** På - Bane 1, Bane 2 og Bane 3 – er der forskellige nyere O-kort og andre ældre spændene kort i varierende målestok
På – Bane 4 er det udelukkende nyere O-kort”
- Særligt:** På O-kort er impassable hegn fremtrukket med rød streg. Kun åbninger/gennemgange må anvendes.
På alle kort er forbudte områder markeret med enten rød skravering, krydser eller sortstregede felter. Desuden på ikke-O-kort er der angivet private områder, haver mv. Alle disse bedes respekteret.
- OBS:** De tre lange baner forløber flere steder på offentlige og private stier langs **golfbaner**. Vær opmærksom på ikke at komme ind på golfbanerne, ej heller ved hjørner. Disse 3 baner har derfor et **tvunget vejstræk**, som er markeret med vores snitzlinger i gul/sort.
- Trafik:** De to længste baner **krydser hovedvejen** mellem Faaborg og Odense 2 gange. Vær omhyggelig ved passage; trafikreglerne er gældende også for os.
- Postdefinitioner:** Ingen løse postdefinitioner. De aktuelle definitioner er trykt på de enkelte kort.
- Kontrolsystem** Sport Ident.
Klubberne hæfter for bortkomne lejebrikker, kr. 450,-
Brik med plads til 30 poster kan anvendes på de 2 kortere baner. De længste baner skal rumme flere, jf ovenfor.
- Max tid:** 4 timer for damer under 40 år og herrer under 55 år
5 timer for øvrige.
- Mad og bad:** I klubhuset serveres varm mad efter løbet. Desuden er der mulighed for omklædning/bad
- Startafgift:** Kr. 120,- for den korte (5km)
Kr. 150,- for den mellem (9km)
Kr. 180,- for de 2 lange (14 + 20).
- Eftertilmelding:** På løbsdagen frem til kl.09:15 mod et gebyr på kr.40,- så længe kort haves. Betales med mobilepay: 4808VH
- Præmier:** Til den bedste pige og dreng på hver bane.
- Deltagerliste:** På ”De Barskes” hjemmeside fra den 28. februar 2025.
- Stævneleder:** Tine Meyhoff Petersen, Herlufsholm OK, tlf: 28 43 21 31
- Banelægger:** Erik Ljungdahl, Faaborg OK, tlf:30 22 30 95
- Banekontrolde:** Svend-Erik Munck, Herlufsholm OK, Poul-Henning Poulsen, Tisvilde OK, samt Jan Skouv, Faaborg 7OK

På gensyn til en spændende tur I Troidens Fodspor 2025,
Stortroiden & Banetroiden