



Instruktion KUM-stafet 1. november 2026

Mødested: Odense Atletikstadion, Højstrupvej 5, 5200 Odense V.

Fælles start kl. 10.00

5 løbere på hvert stafethold.

Der løbes efter sprintnormen. Olivengrønne, mørkegrønne samt rød skravering er forbudte områder.

Der må ikke løbes med pigsko.

Der er ophold på den overdækkede tribune, og et areal ud mod cindersbanen. Her er der også toiletter.

Der er kortudlevering og start på cindersbanen, og efter at løberne har modtaget deres kort, må man ikke forlade skiftezone, og kortet må ikke rulles ud eller studeres, før man er startet.

Der check og clear i skiftezone. Der er ikke touch free eller løse postbeskrivelser.

1. tur har publikumspassage efter cirka 650 meter, hvorefter der er kortvend.
2. Alle løbere kommer i slutningen af løbet til en labyrinth bane ved stævnepladsen, her afleveres løbskortet, og der tages et kort over labyrinthbanen, som gennemføres, hvorefter der løbes til skiftezone.
Hver tur har sin egen labyrinthbane, så der er 5 forskellige baner, vær opmærksom på at tage det rigtige kort.
3. I skiftezone klippes målpasten, inden I løber hen og sender næste løber afsted ved fysisk berøring. På ture med parallelløbere er det den hurtigste parallelløber, som sender næste løber videre.
Herefter bevæger I jer mod beregnervognen, hvor labyrinthkortet afleveres, og I får jeres SI brik aflæst.
4. Fra tribunesiden, kan resultaterne ses på en skærm inde i beregnervognens vindue.
5. Banelængder:

Tur	Længde	Antal poster	Sværhedsgrad	Gafling
1. tur	4,9 km – 5 km	32	Svær	Gaflet
2. tur	2,2 km	21	Let	IKKE gaflet
3. tur	3,4 km	26	Mellemsvær	IKKE gaflet
4. tur	2,6 km	24	Let	IKKE gaflet
5. tur	4,1 km – 4,2 km	27	Svær	Gaflet

6. Præmieuddeling er på Tarup skole.
7. **OBS.** Der krydses både veje og letbanespor - **VÆR OPMÆRKSOM OG KIG OP.**
8. Banelægger, Kasper Tofte, OO.