



JYDSKE DRAGONREGIMENT'S IDRÆTSFORENING

Dragonkasernen 1
7500 Holstebro

Telefon 25 55 25 80

E-post: jdri@mil.dk

www.jdri.dk

Idrætsinformation 27/2017

09 SEP 2017

Til
JDRI medlemmer.

Emne:
Militær Femkamp og event på Forsvarets forhindringsbane

Militær Femkamp

Gennemføres af
DMI udvalget for Militær femkamp på

Svanemøllens kaserne 29. og 30. september 2017

Velkomst

De officielle Danmarks mesterskaber og DMI Forbundsmesterskaber i MILITÆR FEMKAMP er i år placeret på Svanemøllens kaserne med DMI udvalget for Femkamp som arrangør.

Der vil i år være en ny mulighed for at deltage i en konkurrence kun koncentreret om Forsvarets forhindringsbane. Alle som har gennemført træning på banen enten gennem deres tjeneste i Forsvaret eller gennem de faste træningsaftener, kan deltage i denne konkurrence.

Det er vores ønske og håb, at I vil være med til at gøre dette års mesterskab både spændende og festligt. Vi gør vores til at skabe de bedste rammer omkring stævnet og håber at alle vil være med til at støtte op om stævnet og de opgaver der ligger ifm. Gennemførelsen af et sådant stævne.

Vel mødt og godt stævne

Allan Kjær

Program og Tidsplan

Dato og tid	Aktivitet	Sted
Fredag 29 SEP		
1000 – 1100	Holdledermøde / Lodtrækning	Farum Svømmehal
1100 – 1200	Opsætning af baner	Farum Svømmehal
1200 – 1230	Opvarmning svømning	Farum Svømmehal
1230 – 1300	Forhindringssvømning	Farum Svømmehal
1400 – 1800	Skydning	Kalvebod skydebane
1800	Spisning og indkvartering	

Lørdag 30 SEP		
0630 – 0900	Morgenmad	Svanemøllens kaserne
0830 – 1300	Håndgranatkast	Svanemøllens kaserne
0930 – 1300	Forhindringsbane (FHB) EVENT	Svanemøllens kaserne
1300 – 1430	Forhindringsbane for femkamp	Svanemøllens kaserne
14430 – 1445	Præmieoverrækkelse FHB	Svanemøllens kaserne
1530 – 1630	Terrænløb 4 og 8 km	Svanemøllens kaserne
1730 – 1800	Præmieoverrækkelse femkamp	Svanemøllens kaserne
1800	Grill	

NB! Opdateret tidsplan udleveres ved ankomst.

Fælles bestemmelser

1. Ankomst

Ved ankomst melder holdleder sig på stævnekontoret. Tilmeldingsliste kontrolleres, og indkvartering aftales.

Husk: Holdledermøde fredag kl. 1000 (i Farum svømmehallen)

2. Stævnekontor

Følger med rundt til de fem discipliner og ender ved CMT på Svanemøllens kaserne. Hvis der ikke er nogen, så ring på: 29 82 33 93 eller 29 90 51 78.

3. Betaling for deltagelse

Det er fastsat at der er ingen deltagergebyr.

BEMÆRK: Deltagelse i DM konkurrencen kræver medlemskab af en idrætsforening indenfor Danmarks Idræts Forbund (DIF). Det er DMI, men der findes også mange andre muligheder.

Deltagelse i Forhindringsbane event lørdag den 30. September er for alle, som har modtaget træning på banen af instruktør. Pris 150,- kr.

Betaling ved tilmelding.

2. Indkvartering

Der indkvarteres i gymnastiksale og lokaler på CMT. Der vil være ma- drasser. Medbring sengetøj eller sovepose. Der er omklædning og bade faciliteter på CMT til alle deltagere.

3. Lån af våben og Våbenkammer

Det vil være muligt at låne våben for de som ikke har mulighed for at have med. Husk at krydse det af ved tilmelding. Våben opbevares ved CMT i deres kælder. Åbningstider styres af stævnekontoret.

4. Information

Al information, herunder startlister, resultater, evt. ændringer o.l. fås på stævnekontoret, ring eller find os på CMT tæt ved FHB og KAST.

7. Resultatformidling

Se skærm ved stævnekontoret eller online på nettet på www.milpent.dk eller gennem link på facebook eller www.mil5kamp.dk

8. Transport

Primært ved selvtransport. Spørg eller ring til stævnekontoret om- kring samkørsel, så kan man komme rundt til de fem discipliner.

9. Forplejning

Konkurrencen tilbyder en samlet bespising for dem som deltager i alle fem discipliner:

Fredag aftensmad Lørdag morgen Lørdag frokost

Sandwich og drikkevarer

Gryn, brød, div. pålæg, frugt og drikkevarer Sandwich og drikkevarer

I alt 200,- kr., samlet tilmelding for alle måltider.

For deltagere i Forhindringsbane event vil det også være muligt at få Grill lørdag efter præmieoverækkelsen for i alt 100,- kr. Betales ved tilmelding.

Tilmelding til mad kan ske frem til den 25. September gennem tilsendt link fra tilmeldingen til konkurrencen eller ved at kontakte stævneledelsen på 29 90 51 78.

Der vil også i løbet af lørdagens konkurrence være mulighed for at købe drikkevarer, energibarer, frugt og chokolade.

Skydning

1. Disciplinleder: Brian Dåsbjerg
2. Sted:
Adresse: Københavns Skyttecenter, Selinevej 5, 2300 København S
3. Baneforhold:
200 m selvmarkerende bane med skydehus. 10 standpladser. Elektro- nisk marke- ring med monitor og strimmeludskrift.
4. Konkurrencebestemmelser:
Jf. DMI BST, kap. 20 og CISM REGL. Bemærk:
GV M/95 /K M/96 eller M/10 skal anvendes i klasse D og KC, men må også gerne benyttes i øvrige klasser.
Forsvarets standard rem må anvendes til at stabilisere skydestillin- gen. GV magasi- net må ikke berøre jorden og FSV beskyttelsesbriller skal anvendes. Under prøve og præcisionsskydningerne er det tilladt deltagerne at zoome ind og ud på monitoren. Alle andre berøringer på monitoren er ikke tilladt. Monitoren drejes væk fra skytten under hurtigskydningen.
5. Særlige bestemmelser:
30 min pr heatinterval, Første skydehold kl. 14.00.
10 min. til indskydning (ubegrænset skud), herefter 10 skud på 5 min, efterfulgt af hurtigskydning 10 skud på 1 min.
Deltagerne møder til påklædning og våbenkontrol senest 20 min før. Deltageren er selv ansvarlige for at møde op til kontrol.
Overdrager man et våben til en anden deltager, skal den igennem vå- ben kontrol igen.
Skytterne medbringer selv ammunition.

Forhindringsbaneløb og event på FHB

1. Disciplinleder: Brian Dåsbjerg
2. Sted:
Svanemøllens Kaserne, Ryvangs Allé 1, 2100 København Ø Forhindringsbane (se skitse over kasernen på sidste side).
3. Baneforhold:
To-sporet international S-formet bane. Nedspringsgrave har fyld af perlesten jf. SIKBST.
4. Konkurrencebestemmelser:
FHB-løb gennemføres jf. DMI BST kap 20, CISM REGL.
For Kvinder, Herre D, Oldboys udgår FH nr.:
1 (rebstige), 8 (klippevæg), 12 (firebom) og 16 (rudestige).
For Kvinder A og B er der skammel ved FH nr. 10 (irsk bænk), 15 (suk- kenes dal) og 17 (2 m-mur). (For KC udgår disse 3 FH også)

5. Særlige bestemmelser:

- a. Startinterval 4 min.
- b. Påklædningskontrol ved startstedet 2 min. før det i startlisten anførte tidspunkt.
- c. Der anvendes CHIP til tidtagning. Udleveres ved start en time før.

Forhindringssvømning

1. Disciplinleder: Brian Dåsbjerg
2. Sted:
Farum Svømmehal, Farum Park 20, st. th., 3520 Farum.
3. Baneforhold:
Indendørs 50 m bassin m/2 baner og fire forhindringer.
4. Konkurrencebestemmelser:
DMI BST kap 20, CISM REGL. Startrækkefølge: KC - KA/KB – D – OB- C/B/A
5. Særlige bestemmelser:
 - a. Deltagerne klar ved start 2 min. før starttidspunkt.
 - b. Påklædningskontrol umiddelbart før start.
 - c. Startinterval 2 min.
 - d. KC må svømme under Irsk bænk.
 - e. Bunden må gerne berøres.

Håndgranatkast

1. Disciplinleder: Thomas Lund
2. Sted:
Svanemøllens Kaserne, Ryvangs Allé 1, 2100 København Ø HGR-baner (se skitse over kasernen på sidste side).
3. Baneforhold:
Der kastes på 3 baner for Herrer/Kvinder, dvs. 5 ringe. Banerne ven- der mod nord. Desuden forefindes 2 opvarmningsbaner.
4. Konkurrencebestemmelser:
Jf. DMI BST kap. 20, CISM REGL.
Herrer: Kvinder:
OB og D:
Afstande 20, 25, 30 og 35
Afstande 15 - 20 - 25 - 30 meter
Valgfri HGR-type:
- Idrætshåndgranat M/91 (herregranat, min. 550g) - Blind håndgranat M/54
- Idræts-HGR M/93 (kvindegranat, min. 350g)
Afstande 15 - 20 - 25 - 30 meter HGR-type M/91 eller Blind M/54.

5. Særlige bestemmelser:

- a. Påklædningskontrol 5 min. før start.
- b. Idræts-HGR og blind HGR M/54 er oplagt på banerne.
- c. Deltagernes egne HGR må ikke bruges under konkurrencen. d. Tiden styres centralt for alle baner.

Terrænløb

1. Disciplinleder: Brian Dåsbjerg

2. Sted:

Svanemøllens Kaserne, Ryvangs Allé 1, 2100 København Ø

Start/mål ved forhindringsbane, rute 1000 meter rundstrækning, til- går ved stævnets start.

3. Baneforhold:

Ruten er en 4 km rundstrækning som skal gennemløbes to gange for klasserne HA, HB og HC. Øvrige klasser K, OB og D kun en gang. Underlaget er skovstier og -veje samt fast terræn. Ruten er ret flad. Ruten er afmærket med KM-skilte, pile og markeringsstrimmel.

4. Startrækkefølge

Start tidspunktet er kl. 15:30.

X + 0 min sten

X + 10 min

X + 15 min

X + 25 min X + 30 min X + 35 min

Start for herre D og OB rækken jf. resultatli-

Samlet start for resten af herre D rækken og OB Start for Mænd jf. resultatlisten (A, B og C række) Samlet start for resten af mænd (A, B og C rækken) Start for Kvinder jf. resultatlisten (KA, KB og KC) Samlet start for resten af kvinder (KA, KB og KC)

5. Konkurrencebestemmelser:

Jf. DMI BST kap. 20, CISM REGL. Der anvendes metoden "Jagtstart" med ovenstående ændringer for at opnå en mere samlet gennemførelse af hele løbe disciplinen.

6. Særlige Bestemmelser:

1. Deltagerne skal være klar ved startslusen 2 min. før starttidspunkt til påklædningskontrol.
2. Der kan løbes på ruten helt op til start på disciplinen.
3. Der anvendes CHIP til tidtagning. Udleveres ved startområdet.
4. Startnumre skal bæres synligt på brystet.
7. e. Startlister og numre kan afhentes før start ved målområdet.

Tilmelding

<http://my5.raceresult.com/78675/info?lang=dk>

Sidste frist for tilmelding er 27 SEP

Henning. S. Juhl
Jydske Dragonregiments Idrætsforening