

Løbsanalyse Heksejagten



"Heksejagten" blev løbet den 20. september 2016 i Sofielund, med Thomas Esmark som banelægger, med Jes som assistent. Heksejagt blev løbet kaldt for de version 1 blev lavet sankt. Hans aften. Ugen efter var rollerne så byttet om, så Jes lagde banen i Skt. Jørgensparken og 7 omliggende småskove, heraf titlen "Mange skove små..."

Der blev taget en masse billeder begge dage, som krydrer løbsanalysen her. Alle billederne ligger i google-mappen

<https://goo.gl/photos/75vFska7TEhtSLam9>

Resultaterne

A kort

Bjarne	00:28:03
Ole A	00:34:30
Hanne	00:39:57

A lang

Daniel	00:43:45	
Per Storm H	00:43:56	
Gitte C	00:54:30	
Gert	00:57:00	
Poul	01:00:07	
Bjørn*	01:02:55	*Sprang 3-4 poster over til sidst
Torben K	01:03:22	
Finn H	01:07:36	
Ove S	01:08:14	
Anita L	01:10:15	
Anette	01:25:16	
Søren H	01:41:41	

B bane

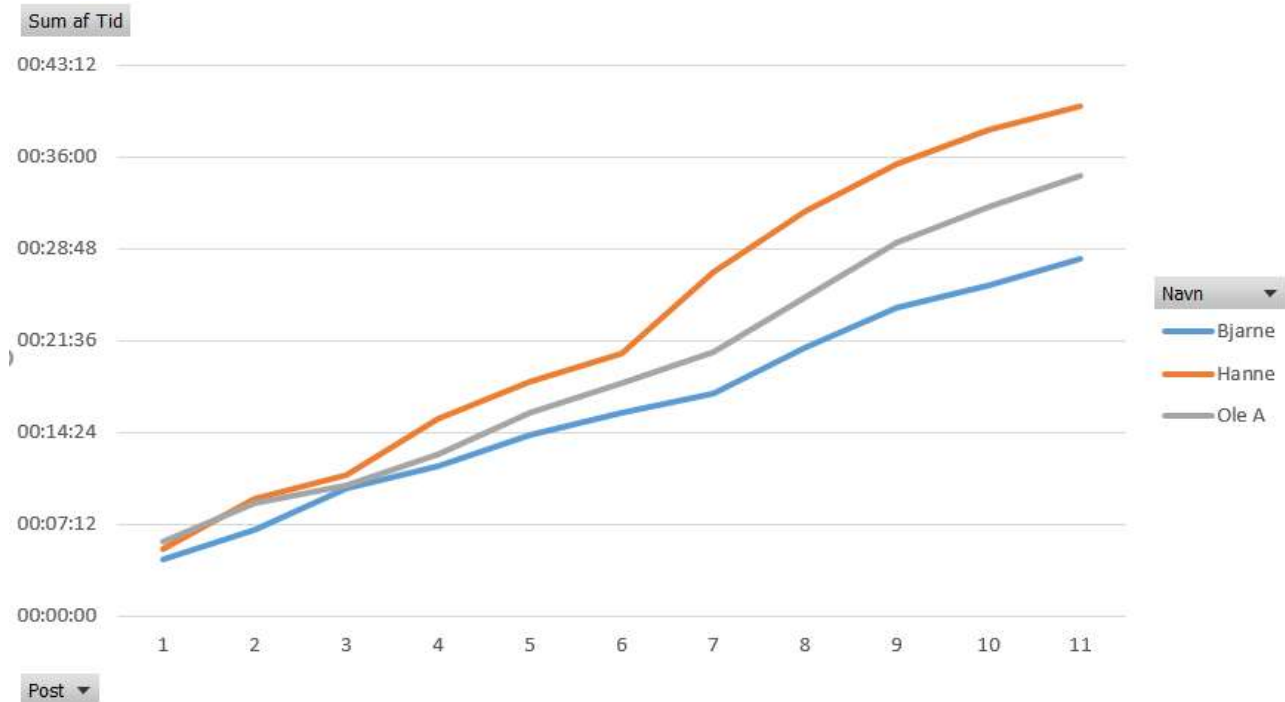
Uffe N	00:41:52
Leila P	00:51:49
Gry A*	00:56:41

Børn

Marie*	00:15:29	*De to tvillinger fulgtes
Sara*	00:15:35	
Hjalte	00:23:12	



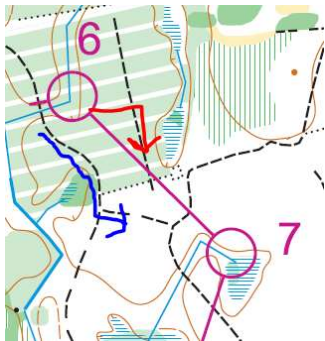
A kort



Løbsudvikling – kampen i kampen

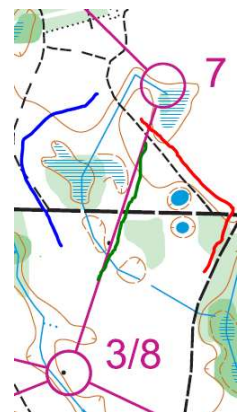
Bortset fra at Hanne kom til post 1 før Ole, så var holdt stillingen efter post 2 resten af løbet. Hanne tog dog en slutspurt og vandt målposten, mens Ole tog post 3 og Bjarne vandt resten.

Interessante poster



Post 7 voldte problemer på flere baner, også A lang, hvor den skulle findes 3 gange, og fotografen Jes derude observerede at folk lige skulle greje, hvordan kortet vendte omkring grøfteknækket og den sti NV for, der nu er tegnet meget tydeligere op end kortet angiver.

Der er to oplagte udløb fra 6 som vist på tegningen, men mon ikke indløbet var det, der skabte stor spredning på, hvor længe de tre løbere var om at finde den.



Ved post 8 var der også flere oplagte ruter – højre, venstre ligepå. A lang banen havde denne kombination i modsatte retning og havde de samme valg.

A kort's tre løbere har dog været enige, eller også har valgene været lige gode for der var meget lille forskel på deres tider her.

B mellem

B banen blev besøgt af 4 løbere, men vi har kun data på de tre, da vi kom til at genbruge en Sportident.



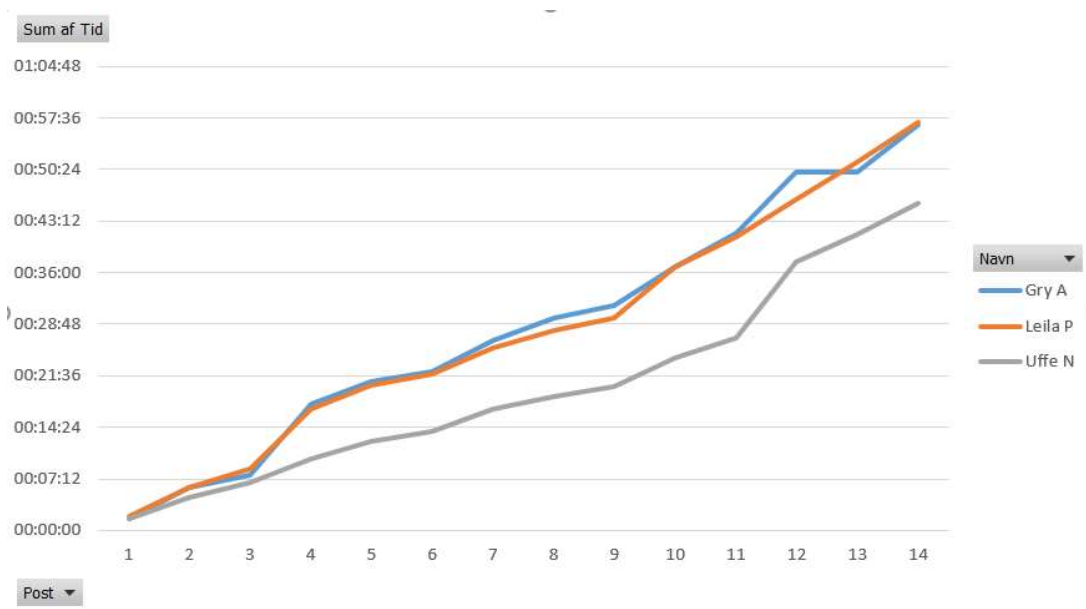
Han vi missedede var en begynder, der kom forbi en halv time før i andre, og som vi begge kender. Han havde ja-hatten på og blev sendt ud og havde vist en god oplevelse.

På billedet er det netop Mikkel, der er ved at forcere det arbejdsområde, der i øvrigt prægede løbet – det var lidt tricky at komme fra græsset og over til skoven. Desuden måtte vi respektere noget hundetræning og løbe uden om landsstævnepladsen til post 1.

Løbsudvikling – kampen i kampen

Mens Uffe stabilt løber fra spids, havde Gry og Leila en drabelig kamp. Føringeren skifter 4 gange på de 4 første poster og ved post 10 er Gry blot 3 sekunder efter. Gry stod som vinder md 19 sekunder i toppen

af analysen her, men hun glemte altså næstsidste post.



Uffe løber bedre en feltets gennemsnit på alle poster undtagen 12'eren. Interessant nok tager Gry post 1, 3 og 6 først, mens Leila kun vinder 12'eren, men Leila er alligevel mere stabil og får 2.pladsen.

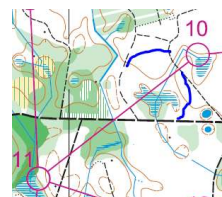
Interessante poster



Hvis jeg skal vurdere de største vejvalgsdilemmaer, er det ikke de tre poster, der spredte feltet mest, nemlig 4, 8 og 12. Der var ikke så meget at rafle om i forhold til vejvalg, men 4 og 8 havde diffuse postplaceringer. Til gengæld havde 12 en meget markant postplacering, så Uffe har nok bare haft en god gammeldags bom her.

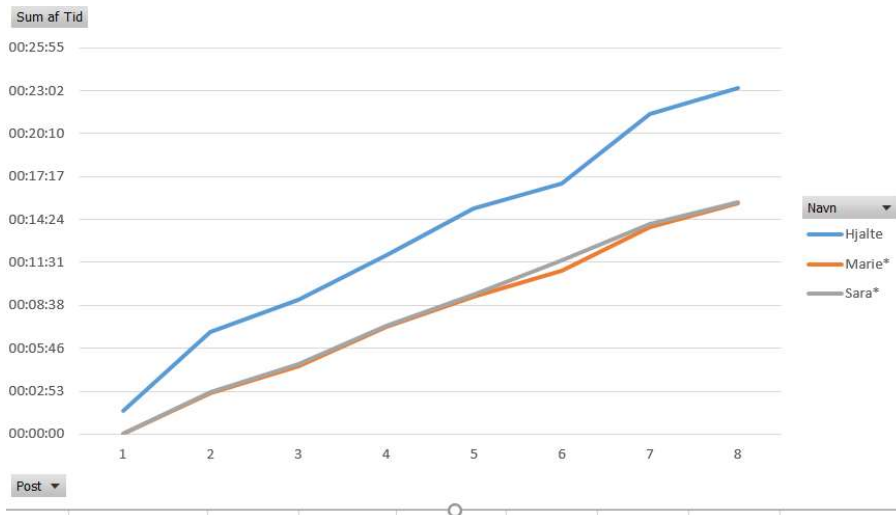


Mod Post 10 kunne man gå nord om eller mere sikkert løbe syd om ad den store sti og få posten bedre serveret. Tilsvarende væk fra 10, mod 11 bød flere sydgående stier sig til.



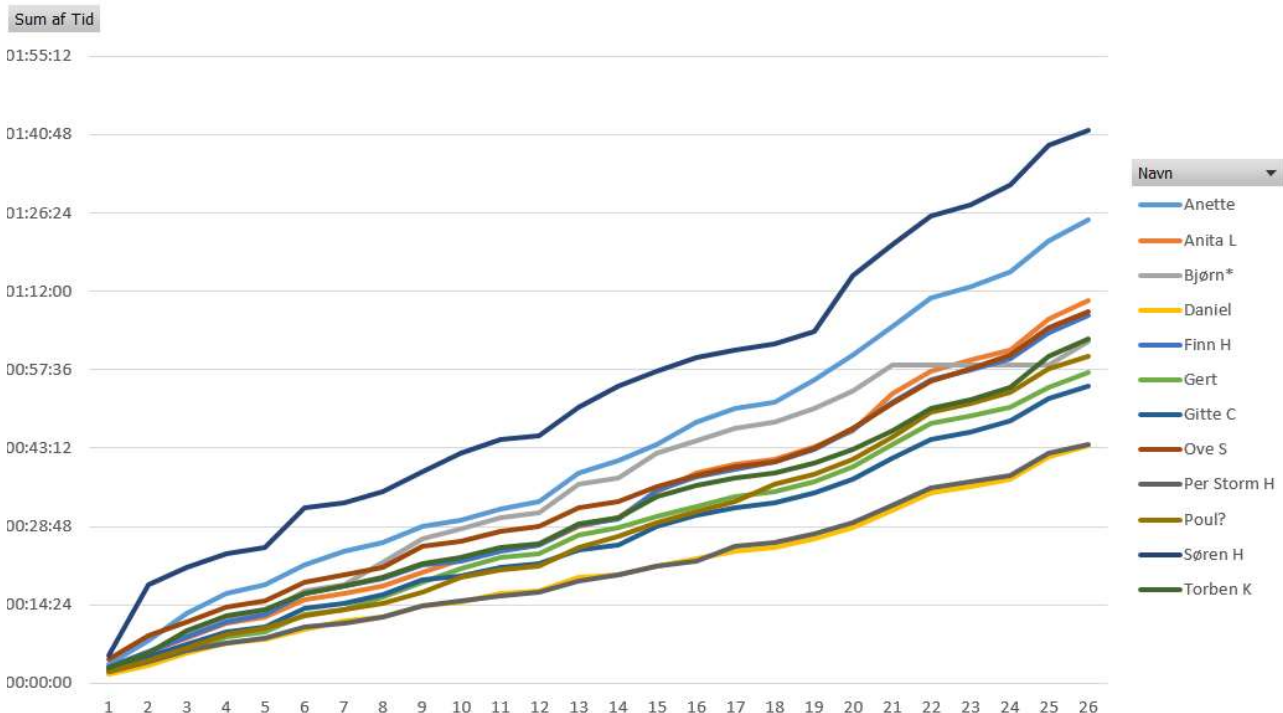
Børnebanen

Jeg vil ikke dvæle på denne – Thomas' tvillinger løb sammen mod Hjalte, der vist alle blev skygget, så statistikken er ikke så meget værd.



Pigerne løb fra Hjalte på alle poster undtagen 6'eren, men de glemte at besøge post 1, så Hjalte er egentlig dagens vinder 😊

A lang



Løbsudvikling – kampen i kampen

I spidsen skilte Per og Daniel sig ud – Daniel vinder til sidst med blot 11 sekunder. I næste geled overhaler Gitte Poul halvvejs og holder tredjepladsen indtil mål, mens vores nye talent, Gert (tak for æbler), også havde 3.pladsen efter post 5, og ender med at henvise Poul til 5.pladsen. Derefter kommer Torben med en god sidste halvdel. De næste tre pladser besættes af Finn, der var med i feltet foran indtil post 15, Ove, der laver en god sidste halvdel, og Anita, der omvendt starter godt, men taber farten. Bjørn sprang nogle af de

sidste poster over, og lå ellers til 10.pladsen, Anette bliver 11'er og Søren kæmper sig igennem alle 26 poster (og flere til ☺).

Gitte vinder post 10, og Gert snupper 2 og 25. Resten fordeles mellem Daniel og Per.

Poster og vejvalg

Inden jeg fortæller om de enkelte poster på A lang er det tid til at præsentere BarkMark-skalaen, der er en måde at tildele points for de forskellige postbesøg. Hvis man tager spredningen af folks tider på posten og holder op imod gennemsnitstiden for posten, har man en ide om, hvor svær posten er. Det giver et tal mellem 0 (alle løb nøjagtig ens) og 10 (spredningen er mægt til gennemsnittet, fx 3:00 i snit, men 3:00 i spredning.) Man scorer så 100 points, hvis man løber præcis gennemsnitstiden for hele feltets besøg ved den post. Løber man én spredning langsommere, halveres det til 50, og løber man én spredning hurtigere, får man 200 points. Det skulle gerne give en mulighed for at vurdere, hvilke postbesøg der var bedst og værst. Mine egne erfaringer er at det passer meget godt.

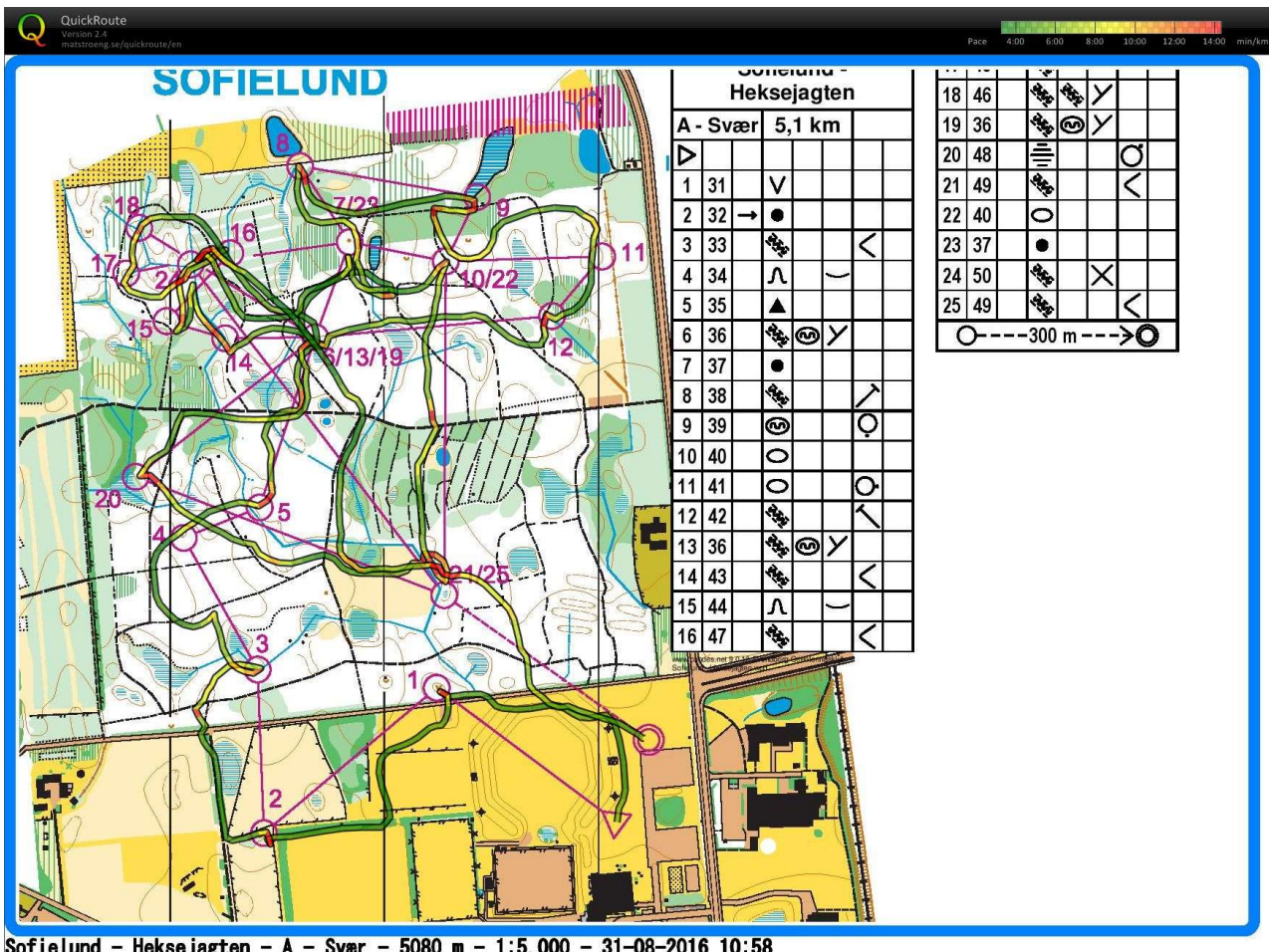
Sådan blev BarkMark points fordelt:

Postsværh	3	3	3	2	2	2	1	5	3	5	2	2	2	3	4	3	2	6	2	2	2	1	2	3	2	2
Post	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	MÅL
Bjørn*	68	126	37	74	57	39	119	27	32	78	39	45	31	76	51	69	51	89	39	59	66					100
Søren H	22	7	57	74	186	14	265	79	42	27	28	226	28	13	131	73	135	127	55	6	40	35	44	30	31	94
Poul?	165	173	135	86	105	193	139	158	184	39	145	193	92	32	160	99	85	26	131	148	121	53	105	115	159	172
Gert	163	175	206	106	132	92	149	62	100	40	49	150	102	68	192	122	82	153	151	101	116	158	181	174	215	131
Anita L	88	59	127	58	82	73	84	138	131	45	68	79	89	50	44	32	143	127	70	56	30	78	49	149	64	43
Finn H	68	70	91	54	39	45	44	141	135	191	59	41	68	119	38	61	180	82	52	41	58	78	78	129	109	53
Gitte C	118	132	147	106	204	70	207	108	92	202	183	150	180	193	90	122	143	148	146	134	149	220	192	107	188	187
Ove S	29	29	120	48	72	72	67	125	40	152	76	49	92	139	137	97	119	130	40	42	75	79	43	59	97	67
Per Storm I	186	188	186	327	114	262	285	160	211	171	303	248	254	139	225	280	29	176	209	242	217	265	268	252	182	293
Torben K	83	71	33	62	54	103	77	99	118	148	96	63	68	139	70	87	184	130	155	158	189	116	143	79	59	48
Daniel	238	206	167	238	321	247	36	204	195	193	183	215	215	264	228	219	212	157	249	248	201	265	274	210	188	193
Anette	45	29	22	28	21	56	12	91	88	146	35	29	28	24	123	24	34	104	14	23	47	35	50	49	60	30

Øverste linje er sværhedsgraden, der fortæller, at 8, 10 og 18 var sværest.

Ruten og GPS

Vi har kun Daniels GPS rute. Den er vist her sammen med A lang kortet som en genopfriskning af banen:

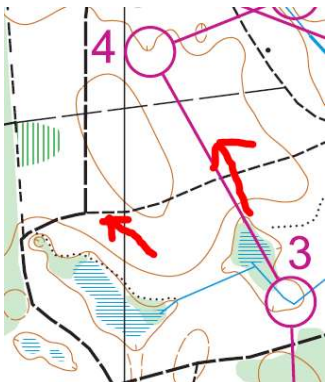


Sofielund - Heksejagten - A - Svær - 5080 m - 1:5.000 - 31-08-2016 10:58

Post 1-3

Her var udfordringen alt det gravearbejde, som skulle krydses flere gange. Ove assisterede Søren, der lige skulle ind på kortet, hvilket forklarer deres tider.

Bjørn løber sin bedste post den aften til post 2 syd for indhegningen, og Gert har en rigtig god periode på disse tre poster.



Post 4

Man havde muligheden for at løbe lige på, men det var et langt skud uden kendemærker. Daniel valgte at bruge stien til venstre som "gelænder". Alternativt var den sydlige rute udenom helt tørskoet.

Dette var Pers bedste (og hele løbets bedste) postbesøg med 327 points. Han tager den på 1:21, et helt minut foran nummer 3 ved posten. Måske tog han ruten lige på?

Post 5-6

5 var Daniels bedste post på dagen, der var ikke rigtig nogen alternativer til at springe direkte over grøften. 6'eren var løbets store samlepoint, som skulle besøges 3 gange. Poul fik sine fleste BarkMark points, 193, ved både 6 og 12.



Post 7

Her skulle man bare se en punkthøj til venstre på vej mod 8, og ifølge BarkMark systemet var det aftenens letteste post. Det var den eneste, Daniel ikke løb hurtigere end gennemsnittet. Som GPS viser, kom han til at forlænge stien mod Ø og hopper over en grøft inden han vender rundt. Søren har derimod en god tur her og får hele 265 points og en andenplads på denne post.

Post 8-9

Daniels GPS viser det fornuftige vejvalg – grøften som ledelinje til 8 og så ad stien til 9 (hvis jeg tolker hans GPS ret.) Man skulle rode lidt i krattet på vej til begge. De første to svære poster ændrer løbet lidt, og i den store midtergruppe med slutplacering 3-10 kommer Poul i front her, mens det er dyrt for Bjørn.

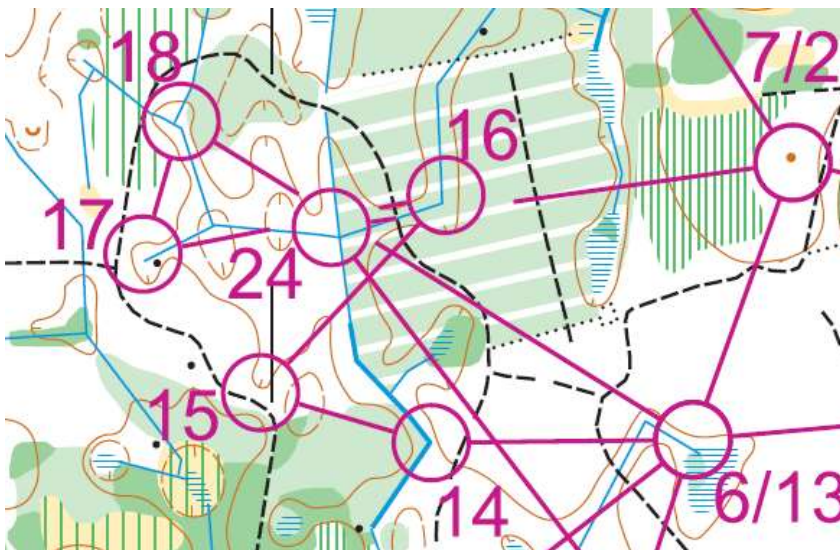
Post 10

Den ser let ud på kortet, men indgangen til den sti, posten ligger på, er ret skjult. Desuden er selve stien og højen ret diffuse. Den skilte virkelig vandene og var aftenens 3.sværeste post. Finn, Ove og Anette havde deres højeste BarkMark score her, og Gitte ender med at vinde den foran Daniel og Finn, og hun indhenter næsten Pouls 3.plads i den samlede stilling her.

Post 11-13

Tre lette poster følger nu – Man bruger højdekurver til 11, bevoksningsgrænser til 12 og vender tilbage til centralposten 13, der for B mellem var udnævnt til vejvalgsdilemma, men jeg regner med at de fleste A-lang løbere tog samme rute som Daniel lige på.

Post 14-18



Så fulgte en svær serie poster, hvor den store grøft var i vejen. Den er ret impassabel på det sydgående stykke, så man skulle fra 14 til 15 vælge nord om, syd om ad stierne, eller hen over.

Daniel vælger nord om, ser man på kortet.

I denne gruppe poster deles midtergruppen i to: Nummer 3-5, Gitte, Gert og Poul trækker fra, og Torben tager 6.pladsen her. Samtidig får Ove kontakt til Anita

og Finn. Oppe foran får Per vist vendt kortet på hovedet og løber helt gal retning mod 17. Løbets sværeste post i BarkMark systemet er nummer 18. Nej vel? Det er den næsthurtigste post på kortet målt på gennemsnitstid, men spredningen er ret høj i forhold til afstanden. Derfor får den sværhedsgrad 6, der mest kunne føles af Poul, der mister over 2 minutter her. Dermed overtog Gert 5.pladsen, som holdt løbet ud.

Post 19-20

Tilbage til centerposten igen og så en tur ad stierne til 20, som Daniels GPS viser. 21 kunne også føles som transportpost indtil man angreb posten.

Post 21

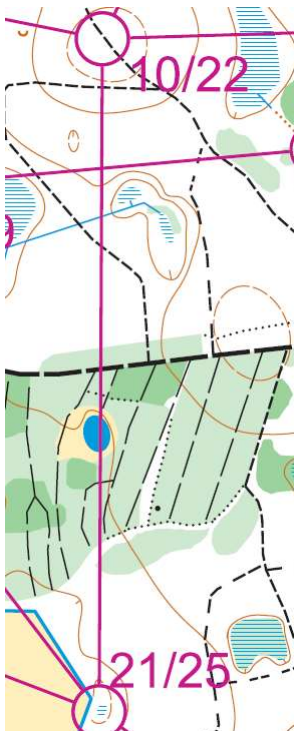


... det drillede nemlig, for angreb man midt i det åbne kom man i virkeligheden nordligere end man troede (rød pil). Senere, da posten skulle findes som nummer 25, er der også en kløft der kan give både parallelfejll og få drejet sit verdensbillede 45 grader, hvis man

ikke er skarp på kompasset (blå pil). Endelig var udløbet efter 25 besværliggjort af en større nældemark (grøn). Pointsystemet vurderer, at Torben lavede sin bedste præstation den aften her, og åndede Ove i nakken efter 21 og 22. Omvendt havde Anita (på vej over det åbne på billedet) bøvl med denne og 22'eren, og taber terræn i forhold til sin gruppe.



Post 22



Her var kursen stik nord, men der er så mange små stier at vælge imellem. Man kan dels blive i tvivl om, hvilken af de sydlige stier, man er endt på, og hvor man så kommer ud på den store sti. Dels lokker denne slags vejmuligheder en til at ændre plan 17 gange undervejs. Dels havde man endnu et højre/venstre om valg at skulle træffe nord for den store sti.

Løbets fire forreste, Per, Daniel, Gert og Gitte, finder et slutspurts-gear herfra og hjem, mens resten af feltet tager det mere roligt. Gitte scorer 220 på denne post. Sin bedste på dagen.

23-Mål

Så er det lige en sløjfe tilbage i de steder, man har været i aftenens løb. Anita løber sin bedste post ved post 24, og kommer tæt på at hente Ove og Finn. Det bliver dog Finn, der vinder de tre's indbyrdes dyst efter at have ligget klos op ad Ove siden post 15. Gert vinder endnu en post ved 25'eren, men kan ikke indhente Gittes 3.plads.