

Orienteringsløb sprint på Spejderstadion

Idéen er at man kan sende op til 5 patruljer afsted samtidig, uden andet udstyr end O-løb skærme.

Der er lavet 5+3 kort med nogenlunde samme længde og sværhedsgrad. Bane 1-5 er lidt svære – kan gennemføres på en times tid af spejdere med erfaring og talent for Orienteringsløb. Mini 11-13 er nemmere og kortere. Forventes at kunne gennemføres på en times tid af mini-spejdere.

Banerne starter med hver sin post nr 1, men mødes nogle gange undervejs.

Der er 17 forskellige poster, som skal sættes ud. Og hver bane indeholder enten 8 eller 5 poster.

I Kort-PDF'en "Spejderstadion sprint.pdf" er der følgende kort:

- Tomt kort over området, så deltagerne eventuelt kan få vist det inden. Og få opklaret eventuelle spørgsmål inden løbet starter.
- Kort med alle 17 poster – til dem der skal sætte posterne ud.
- Kort for bane 1-5 og mini 11-13.

Inkluderet er desuden en kort gennemgang af post-beskrivelser: "IOF symboler - kort udgave 2018.pdf". Den kan med fordel printes i 110%, dobbeltsidet, 2 på hver side. Så får man et enkelt A4 ark med det alle 4 sider på – nemt at tage med på løbet.

Sidst i filen her finder du mærker til at sætte på den enkelte post – med den kode deltagerne skal skrive ned, og have med tilbage. "Post 0" bruges til at vise deltagerne hvordan mærkerne ser ud.

Facitliste – sådan bør der stå når deltagerne kommer tilbage

Bane 1	Bane 2	Bane 3	Bane 4	Bane 5	Mini 11	Mini 12	Mini 13
61 – HJE	73 – NSO	75 – KDS	72 – LDU	77 – WSY	61 - HJE	75 - KDS	77 - WSY
62 – OLK	69 – YUD	64 – BNY	73 – NSO	76 – CKU	63 - YDN	64 - BNY	73 - NSO
66 – DKL	76 – CKU	74 – SLO	63 – YDN	67 – WHU	65 - XKT	63 - YDN	63 - YDN
70 – HYO	70 – HYO	63 – YDN	70 – HYO	68 – DKW	71 - HSO	74 - SLO	71 - HSO
67 – WHU	71 – HSO	66 – DKL	68 – DKW	65 – XKT	72 - LDU	61 - HJE	64 - BNY
65 – XKT	72 – LDU	70 – HYO	69 – YUD	74 – SLO			
72 – LDU	64 – BNY	69 – YUD	71 – HSO	73 – NSO			
75 – KDS	61 – HJE	62 – OLK	61 – HJE	61 – HJE			

Kortene er lavet af Pierre Husted Sigvardsen, Kong Skjold Gruppe DDS, med kort-materiale og masser af hjælp fra Holbæk Orienteringsklub. Selve kortet er opdateret i april 2019 af HOK.



Instruktionen til deltagerne

Herunder er de ting man bør fortælle deltagerne. Så de er klar til at læse kort og løbe o-løb.

Sådan læser du kortet

I har fået et blankt kort, så i kan se hvordan et orienteringskort ser ud. Når i skal løbe, så får i det faktiske kort (men ikke endnu, for i må ikke smugkigge og planlægge turen i forvejen).

Farverne viser dig hvilket terræn der er ude i skoven/området.

Gul er græs og åbent land.

Hvid er åben skov. Lys grøn lidt tættere skov. Mørk grøn er tæt skov.

Blåt er vand. Åer (og udtørrede åer), søer, moser, brønde (firkant).

Sort og grå er hårde ting. Det kan være veje, stier, huse, bygninger, bålpladser, bænke. Men også store sten.

Lysebrun er højder. Bakker, lavninger, huller, høje, volde, render.

Selve løbet

Der er flere forskellige baner, med hver sine poster.

Hver bane har sin egen post 1 – sådan at holdene skilles ad fra starten. Måske mødes i senere.

Man **skal** tage posterne i den rækkefølge de står på kortet.

Kan man ikke finde en post, så må man fortsætte med at lede. Har man ikke fundet alle poster, så har man ikke gennemført løbet.

Hvis man er faret vild, eller ikke kan finde en post, så er det en god idé at gå tilbage – gå tilbage til det seneste sted hvor du vidste hvor du var. Og så prøv igen derfra.

På hver post står et nummer. Kontroller at det stemmer med nummeret på dit kort (2. kolonne).

Skriv koden fra posten ned på dit kort. Har alle noget at skrive med? (*Vis dem hvordan postmærket ser ud – brug det på post 0 ved porten.*)

Post-mærker – klip ud og sæt ved den enkelte post.

<p>Post 61 – Kode: HJE Enligtstående træ, vestlig side</p>	<p>Post 67 – Kode: WHU Sumpet</p>	<p>Post 73 – Kode: NSO Nordøstlige Sten</p>
<p>Post 62 – Kode: OLK Sving/hjørne mellem 2 hegn</p>	<p>Post 65 – Kode: XKT Sti</p>	<p>Post 74 – Kode: SLO Hegn, sving/bøjning</p>
<p>Post 63 – Kode: YDN Enligtstående træ</p>	<p>Post 79 – Kode: YUD Lysning</p>	<p>Post 75 – Kode: KDS Tårn</p>
<p>Post 64 – Kode: BNY Bro</p>	<p>Post 70 – Kode: HYO Lysning</p>	<p>Post 77 – Kode: WSY 2 Stier, sammenløb/t-kryds</p>
<p>Post 68 – Kode: DKW Grusgrav (udgravet fordybning), nordøstlig del</p>	<p>Post 71 – Kode: HSO Bevoksningsgrænse, sydøstlig kant</p>	<p>Post 76 – Kode: CKU Grusgrav (udgravet fordybning), vestlig kant</p>
<p>Post 66 – Kode: DKL Sti, sving/bøjning</p>	<p>Post 72 – Kode: LDU Sti</p>	<p>Post 0 – Kode: XXX Port</p>