

KONTROLLTAGNING



Denna övning med tillhörande illustration är anpassad till violett nivå.

Syfte

Att öva kontrolltagning utan uppfångare.

Plats

I vissa delar av vårt avlånga land kan det vara svårt att hitta områden utan uppfångare. För de orienterare som bor i sådana områden är det ännu viktigare att öva på kontrolltagning utan uppfångare än för de som har denna typ som en naturlig del. Tränar man inte momenten kan det bli svårt att hantera momentet när man reser till andra platser. I områden med uppfångare får man "skala bort" dem kartmässigt för att konstruera rätt miljö för övningen.

Terrängen bör vara måttligt till mycket detaljrik men ändå flack.

Utrustning

Kartor
Kompass
Skärmar

Förberedelser

Välj ut ett lämpligt område. Lägg en bana med korta sträckor. Uppfångare ska ersättas med tydliga inläsningspunkter, även kallade replipunkter, högst 200 meter bakom kontrollpunkten. När miljön innehåller uppfångare finns det två alternativ för att "skala bort".

Alt 1. Man öppnar kartfilen i Ocad och tar bort uppfångarna bakom kontrollerna. Fördelen är att replipunkterna finns kvar och övningen blir mer realistisk.

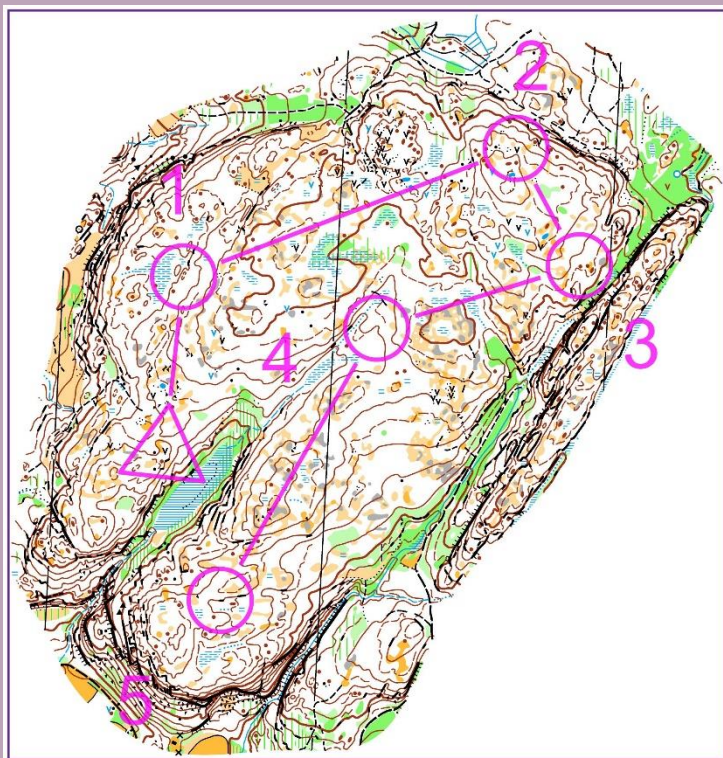
Alt 2. Bakom kontrollen skapar man ett vitt fält. Vitt fält kan man skapa i banläggningsfilen i Ocad genom att använda symbolen "Vit mask för kontrollbeskrivning", välja lämpligt formverktyg och sedan rita det område som ska vara vitt. Nackdelen med vitt fält är att även replipunkterna försvinner.

Då denna typ av övning kräver hög koncentration och intensiv kartläsning rekommenderas tränaren att lägga en relativt kort bana. Alternativt låta momentet ingå som en del i en momentbana där övriga moment inte kräver intensiv kartläsning.

Tillverka kartor till deltagarna.

Häng ut skärmarna.





Tips!

Genom att lägga en extremt enkel sträcka efter ett antal sträckor utan uppfångare utmanar man deltagarnas förmåga att anpassa farten och växla kartläsningensintensiteten.

Genomförande

Förklara syftet och övningen.

Deltagarna ska springa individuellt. Fokus på finorientering utan breda uppfångare. Det handlar om att kunna anpassa farten, läsa-ihop föremål till hållpunkter in mot kontroll. Om kartan har vita områden bakom kontrollpunkterna ställer det extra hårda krav på deltagarna eftersom de då saknar möjlighet att använda replipunkter för att begränsa eventuella misstag. Deltagarna använder med fördel GPS för att i efterhand analysera genomförandet.

