

VIOLETT BANA

BJÖRNEN

Denna övning med tillhörande illustration är till orange nivå

Syfte

Som avslutning på orienteringskursen på violett nivå får deltagarna prova att ta sig runt en hel orienteringsbana med de moment som ingår på denna nivå och att starta vid en startplats som är arrangerad som på en orienteringstävling.

Plats

Område med varierad terräng. Undvik svårforcerad terräng, som mycket tät vegetation, många branter och blockterräng. Undvik också mycket kraftig kupering.

Utrustning

Kartor med bana på violett nivå, lösa kontrollbeskrivningar, låda till kartorna, snitselband, skärmar, kontrollställningar och gärna elektronisk stämplingsutrustning.

Förberedelser

Lägg en bana med violett svårighet. Om möjligt ska kartan vara i skala 1:10 000, som är skalan som ska användas på tävlingar på violett nivå.

På violett nivå ska det finnas sträckor där man behöver orientera med hjälp av hållpunkter och använda sig av kurv bilden. Kontrollerna kan placeras vid svårare kurvbildskontroller som åsar och sänkor. För att deltagarna ska få prova på de nya moment som tillkommer på violett nivå bör det finnas sträckor där det är ganska långt från en säker utgångspunkt innan kontrollen. Avståndet får vara upp till 300 meter. Det behöver inte finnas någon tydlig uppfångare bakom kontrollerna, men det ska finnas tydliga inläsningspunkter högst 100 meter bakom.

Sträckorna kan läggas så att vägvalen kan ställa krav på att avväga säkerheten vid kontrolltagningen mot att vara maximalt snabbt. Tänk på att inte göra alla sträckor så svåra som de maximalt får vara på violett nivå, utan varva även med sträckor med orienteringsmoment som ingår på tidigare nivåer, annars kan det bli onödigt svårt.

Bygg upp en enkelt anordnad startplats anpassad för minutstart, där man har en minut på sig att titta på kartan.

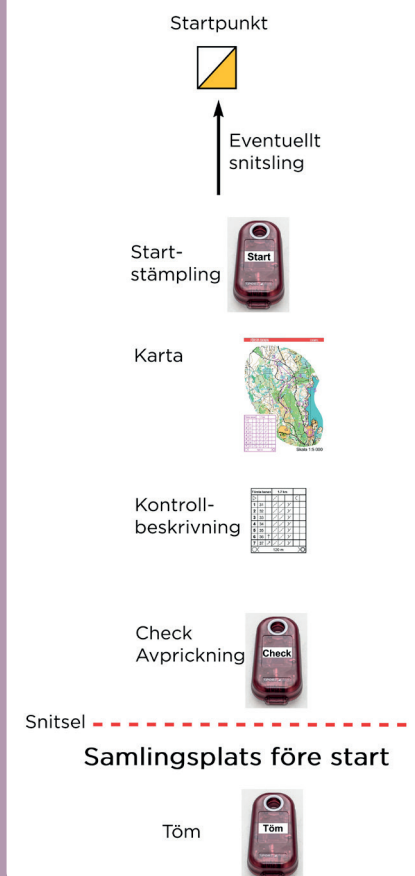
Genomförande

Ge tips till deltagarna som kan hjälpa dem att lösa de utmaningar som väntar utefter banan.

Försök att efterlikna hur det ser ut vid en start på en orienteringstävling. Starta deltagarna en och en. Låt dem titta på kartan en minut före start. Skicka iväg med någon minuts startmellanrum.

Gå igenom banan med deltagarna efteråt och ge feedback.

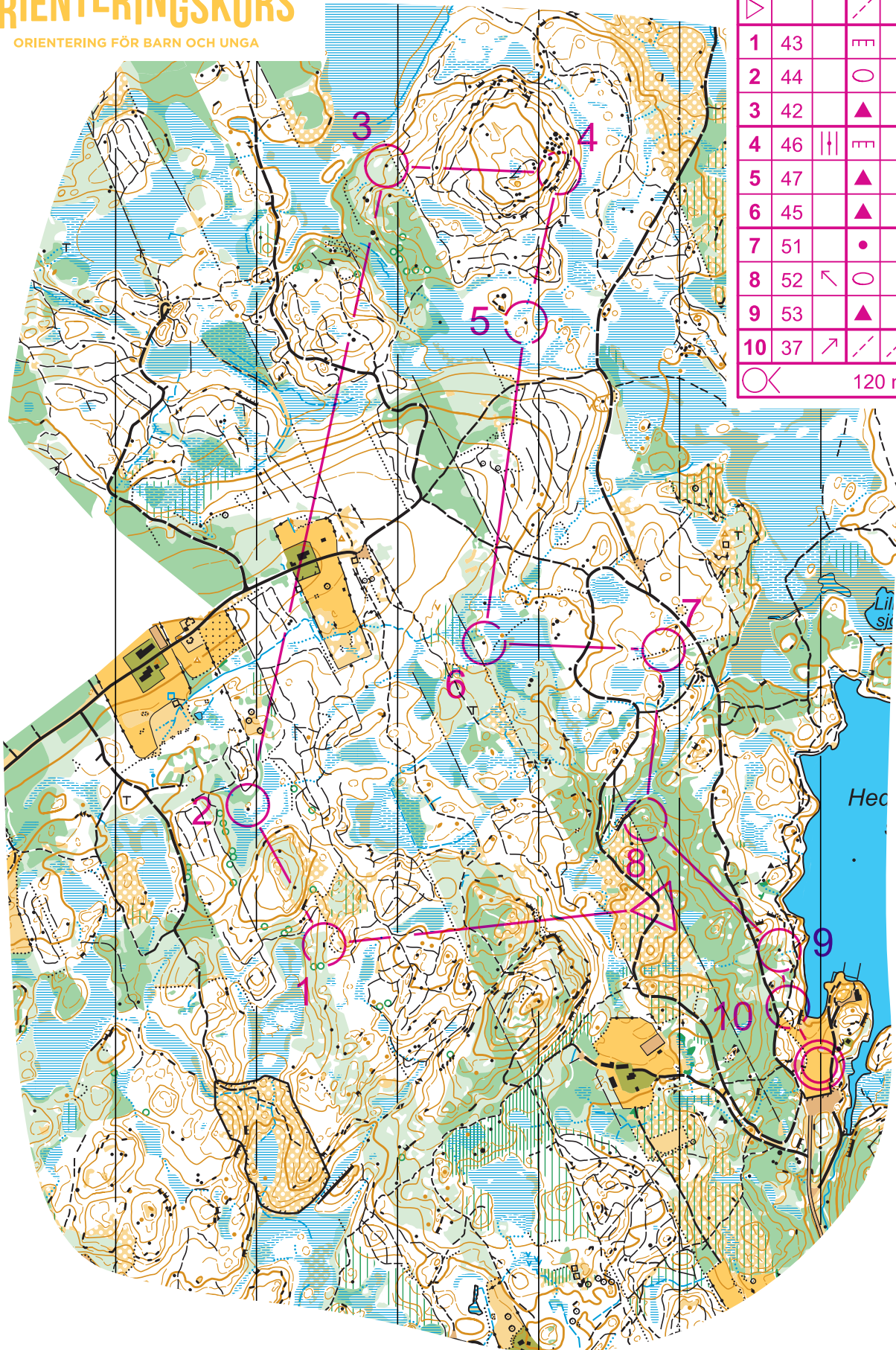
Principskiss - Start Fri starttid med startstämpling



EXEMPEL VIOLETT BANA

ORIENTERINGSKURS

ORIENTERING FÖR BARN OCH UNGA



Violett		4,4 km		
▷		/		<
1	43	▬		
2	44	○		♂
3	42	▲		♂
4	46	▬		
5	47	▲		♀
6	45	▲		♀
7	51	•		♀
8	52	↖	○	♂
9	53	▲		♀
10	37	↗	/	γ

120 m

Skala 1:10 000