

FÖLJA KURVAN

BJÖRNEN

Denna övning med tillhörande illustration är till violett nivå.

Syfte

Att öva på att orientera i sluttningar med hjälp av kurv bilden.

Plats

Område med sluttande terräng där det finns formationer i kurv bilden. Undvik allt för branta partier.

Utrustning

Karta där kartsymboler som inte beskriver höjdformationer är borttagna. Skärmar och gärna elektroniska stämpingsenheter.

Förberedelser

Anpassa kartan så att allt annat än brun bilden döljs. Om man har tillgång till kartan i OCAD-format är det enkelt att anpassa den genom att dölja de symboler man önskar. En guide som beskriver hur man går till väga finns i en separat anvisning, "Skapa kurv bildskarta". Använd gärna en större skala än vanligt för att göra det enklare att läsa kartan noga.

Om man inte har möjlighet att göra kartan själv går det ofta bra att kontakta kartansvarig i klubben och be om att få en karta anpassad på önskat sätt.

Välj ut någon eller några höjdkurvor i sluttningen och märk ut dem på kartan. Detta kan göras på olika sätt. Om man har tillgång till ett program som det går att redigera själva kartan är det enkelt att göra markeringen direkt i kartfilen genom att byta färg på de höjdkurvor som ska följas. Om man bara har ett program för banläggning, kan man markera höjdkurvorna med en streckad linje. Vill man göra det manuellt, kan man göra det med en märkpenna.

Sätt ut kontroller vid relativt tydliga kurv bildsformationer längs höjdkurvan. Sätt också ut några kontroller både ovanför och nedanför den aktuella höjdkurvan

Genomförande

Förklara att övningen går ut på att följa samma nivå hela vägen och att det finns kontroller längs vägen där man ska stämpla. Förklara också att det finns kontroller som sitter på andra nivåer och att man inte ska stämpla vid dem.

Vid målgång läses löparbrickan in och då får man reda på om man har legat på rätt nivå.

Det kan vara bra att ha med en "vanlig" karta också, för att underlätta att få tillbaka kartkontakten om den förloras.

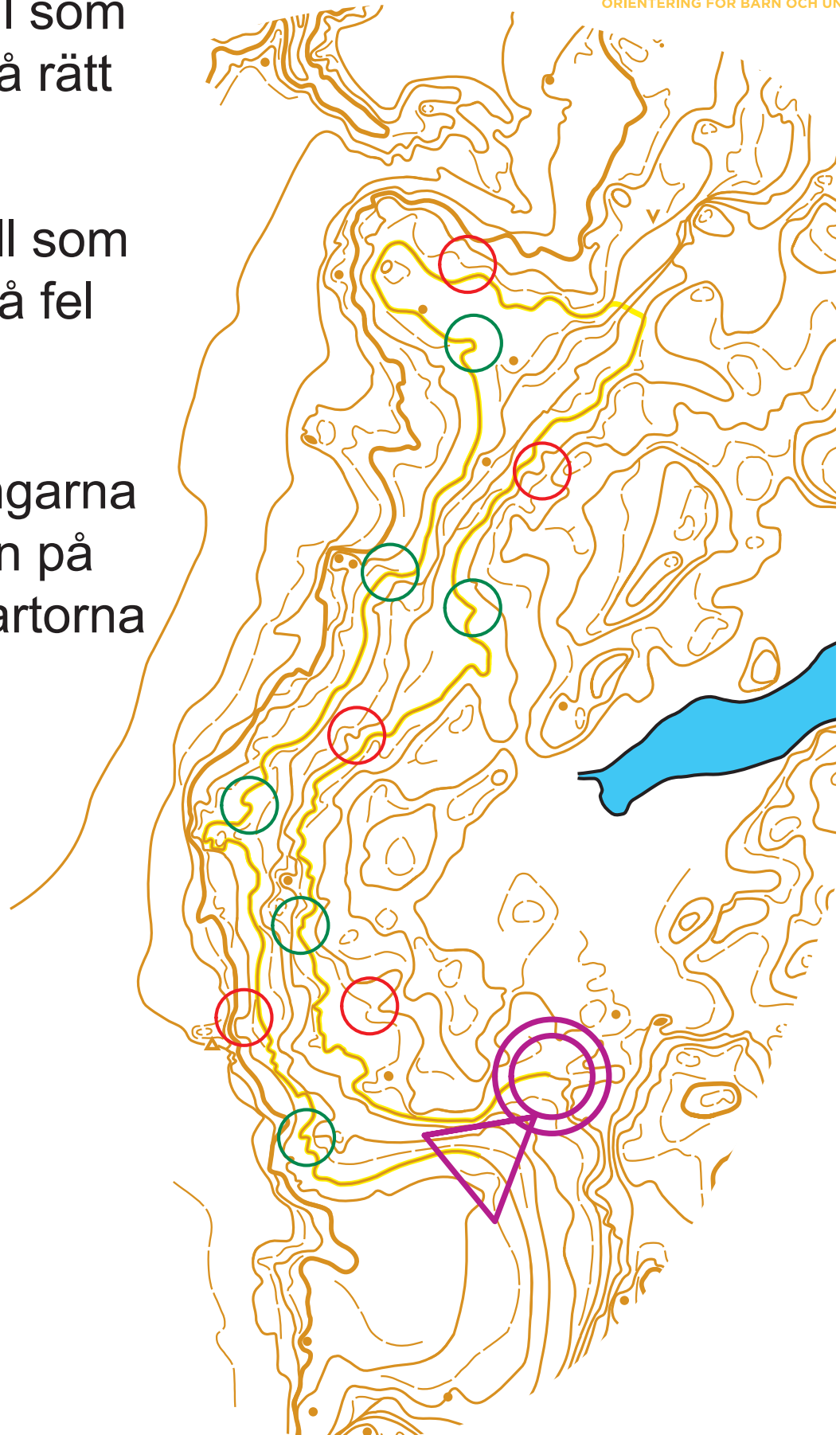
EXEMPEL FÖLJA KURVAN

ORIENTERINGSKURS
ORIENTERING FÖR BARN OCH UNGA

○ Kontroll som sitter på rätt nivå

○ Kontroll som sitter på fel nivå

Kontrollringarna ritas inte in på träningskartorna



Skala 1:5 000