

HÄNGA UT & TA IN



Denna övning med tillhörande illustration är anpassad till orange nivå.

Syfte

Att öva på kontrolltagning i kurvbild med uppfångare. I övningen tränas överföringsförmågan och den egna säkerheten. Upplägget möjliggör hög hastighet på tillbakavägen från en kontroll. Övningen kräver stor koncentration eftersom den innehåller en mycket stor del finorientering.

Plats

Övningen liknar stjärnorientering med avseende på banläggning. Ett område med detaljerad kurvbild runt en lämplig central plats som ska fungera som start-/samlingspunkt. Den kan utgöras av en plats längs med en stig, en stor glänta i skogen eller annan tydlig plats som det är lätt att orientera sig tillbaka till. Bortanför de tänkta kontrollpunkterna som ska placeras i kurvbilden ska det finnas tydliga uppfångare.

Utrustning

Kartor med inritad kontroll, en kontroll/karta.

Kontrollpinnar. Numrerade med samma nummer eller bokstav som respektive kontroll/bana har.

Kompass.

Förberedelser

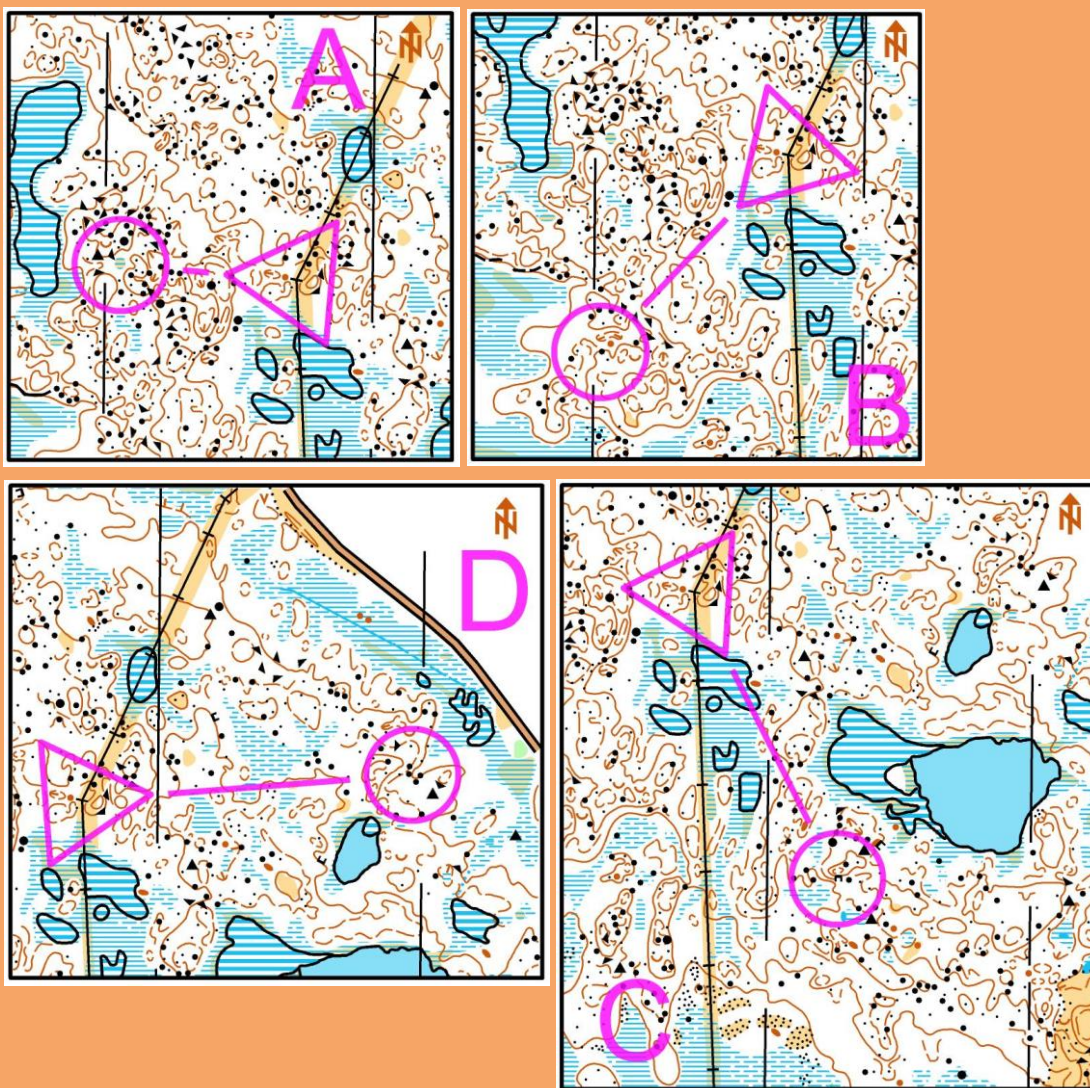
Välj ut ett lämpligt område. Välj ut ett antal lämpliga kontrollpunkter på 150-300 meters avstånd från boet. På orange nivå ska kontrollen vara tydlig både på kartan och i terrängen, den ska helst ligga isolerat och vara lätt att identifiera i terrängen. Det ska även finnas en säker inläsningspunkt högst 200 meter före kontrollen. I Banläggarboken finns ytterligare riktlinjer för kontrollpunktens placering på orange nivå som bör uppfyllas för att banan ska hålla rätt nivå.

- Placera inte kontrollpunkten i så detaljrika områden att det är svårt att särskilja terrängföremålen.
- Välj kontrollpunkter som syns tydligt på kartan. En sten syns oftast bra även i tät kurvbild, medan den är mer svårtydd i brantterräng och blockterräng. För en punkthöjd gäller ofta det motsatta. Färgkontraster har alltså betydelse.

Rita in olika banor med startpunkt och en kontroll/bana, alla kartor skall ha samma startpunkt/samlingspunkt. Tillverka två kartor av varje bana samt en mallkarta att ha tillhands under träningen.

Denna övning kräver ingen uthängning. Innan övningen påbörjas bör dock kontrollpinnarna sorteras med rätt karta så att numren stämmer överens.





Genomförande

Förklara syftet och övningen.

Dela ut kartor och kontrollpinnar. Placera de kartor med kontrollpinnar som blir över på marken.

Förklara hur övningen går till. Deltagarna har en karta med endast en kontroll samt en kontrollpinne. Deltagarna skall sätta ut "sin" kontrollpinne på den plats som kartan visar. När deltagarna satt ut "sin" kontroll återvänder de till startpunkten och byter karta med någon annan. De skall nu hämta in den kontrollpinne som de får på sin nya karta. På väg till kontrollpunkten krävs noggrann kartläsning men på väg tillbaka kan deltagaren springa på i ett högt tempo.

Om det inte finns någon på plats att byta med när deltagaren kommer tillbaka placeras kartan på marken och så tar deltagaren ytterligare en karta med kontrollpinne för att hänga ut. Ett kartfodral med karta men utan pinne betyder hämta in.

