

Orientering

Att kunna orientera är en värdefull kunskap - oavsett om man vill bli tävlingsorienterare eller inte.

Orientering är en fascinerande idrott som framförallt genomförs i skogen. Man använder karta och kompass för att snabbt hitta vägen mellan olika kontrollpunkter i terrängen.

På en orienteringsbana springer de deltagande löparna på tid. Ett viktigt tävlingsmoment är att så snabbt som möjligt hitta alla kontroller, på mer eller mindre dolda ställen i naturen, i en förutbestämd ordning. Vinnare blir den som är bäst på att läsa karta och kompass och som väljer snabbaste vägen mellan kontrollerna. God orienteringsförmåga är alltså starkt utslagsgivande för den som vill lyckas i den här idrotten.

Orientering är en tuff och hård elitidrott. Samtidigt är orientering en utmärkt familjeidrott. Det finns klasser för alla, från extrema elitlöpare till nybörjare och motionärer. Åldersindelningen sträcker sig från 10-årsklasser upp till 90-årsklasser.

Den vanligaste formen av orientering är individuella tävlingar i dagsljus. Men det finns också andra former, exempelvis nattorientering, budkavleorientering (stafett) och patrullorientering (två eller fler löper ihop). I Sverige arrangeras det cirka 650 tävlingar per år.

Kartan är orienterarens bästa hjälpmedel. Kartan är en grundförutsättning för att kunna bedriva sporten. Orienteringskartan är en mycket noggrann avbild av terrängen. Kartan redovisar till och med detaljer som myrstackar och stenar, om de når upp till någorlunda storlek. Basskalan för en orienteringskarta är idag 1:15.000.

Kompassen är ett ovärderligt hjälpmedel för orienteraren. Det är ett instrument som ger rätt väderstreck, och som därigenom hjälper till att orientera kartan i rätt riktning.

Källa: www.orientering.se

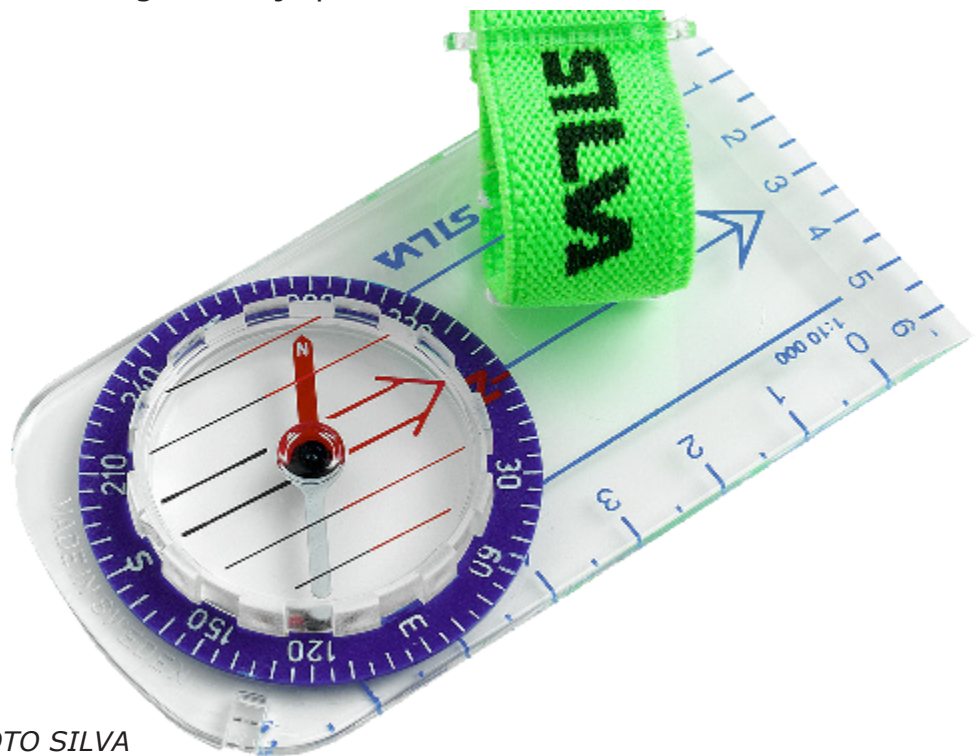


FOTO SILVA