

# KONTROLL TILL KONTROLL

BJÖRNEN

**Denna övning med tillhörande illustration är till violett nivå.**

## **Syfte**

Att träna på att hålla kursen.

## **Plats**

Skogsområde med ganska bra sikt och inte allt för brant terräng. Det är bra om området är ganska väl avgränsat.

## **Utrustning**

Karta med en bana med korta sträckor. Kompass.  
Kontrollmarkeringar i skogen.

## **Förberedelser**

Lägg en bana som har 10-15 kontroller. Sträcklängden bör vara mellan 100-200 m. Använd gärna punktföremål som stenar, punkthöjder och liknande föremål som kontrollpunkter.

Dölj kartbilden mellan kontrollerna så att det bara är inom kontrollringarna som kartbilden syns.

Dölj bara området i närheten av övningsområdet, så att det går att läsa in sig inom rimligt avstånd om kontrolltagningen misslyckas.

## **Genomförande**

Börja med att gå igenom olika strategier för att hålla kursen. Ge tips som att hålla kompassen plant, kolla riktningen ofta och att lyfta blicken.

Övningen går ut på att ta sig mellan kontrollerna rakt på och förlita sig till att hålla riktningen med hjälp av kompassen.

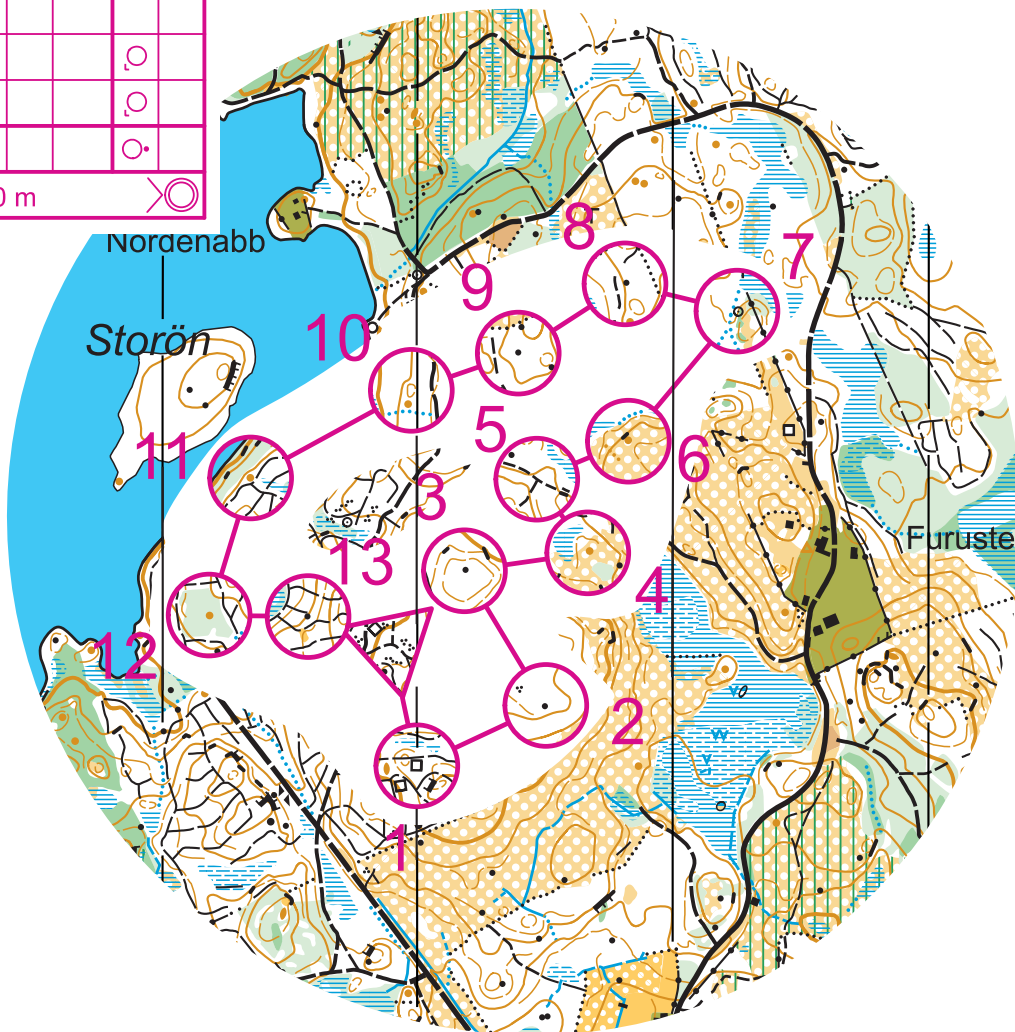
# EXEMPEL KONTROLL TILL KONTROLL

## ORIENTERINGSKURS

ORIENTERING FÖR BARN OCH UNGA

Riktning	1,7 km		
▷		↗ ↘	↙
1	↗	□	└
2	▲		○
3	▲		○
4	•		○
5	↗ ↘	↙	
6	•		○
7	⊙		○
8	▲		○
9	▲		○
10	○		
11	•		○
12	•		○
13	▲		○

90 m



Skala 1:7 500