

Öppen Motion					
Klass	Banlängd	Skala	Färg	Färg förklaring	Banläggarens kommentar
ÖM1	2300	1:10 000	Vit	VIT BANA Banan går i terräng med tydliga och sammanhängande plan-bildsdetaljer, som stigar och vägar (ledstänger). Enkel vägvalsbedömning	Banan riktar sig till ungdomar som är nybörjare. Banan går utmed stigar. Samtliga kontroller sitter i princip på stigen.
ÖM3	2340	1:10 000	Gul	GUL BANA Banan går i terräng med tydliga planbildsdetaljer och god framkomlighet. Lätta kurvbildskontroller. Kort finorientering mot tydlig planbildskontroll med säker uppfångare.	Banan riktar sig till vuxna nybörjare o ungdomar som kan grunderna. Banan går utmed stigar, men ibland kan Du behöva gena kort sträcka genom skogen mot en stig. Kontrollerna är tydliga.
ÖM5	2670	1:10 000 1:7500	Orange	ORANGE BANA Terrängen har god framkomlighet men kan vara kuperad. Relativt enkla kurvbildskontroller. Några sträckor med grovorientering via tydliga hållpunkter och mot tydliga uppfångare.	Banan riktar sig till ungdomar o vuxna som passerat nybörjarstadiet. Banan motsvarar 14-årsbana. Tydliga kontrollföremål, med hållpunkter före eller strax efter kontrollen.
ÖM6	3840	1:10 000	Röd	ORANGE BANA Banan går i all typ av terräng. Enkla kurvbildskontroller. Några sträckor med grovorientering via tydliga hållpunkter och mot tydliga uppfångare.	Banan riktar sig till ungdomar o vuxna som båda passerat nybörjarstadiet. Banan motsvarar 14-årsbana. Tydliga kontrollföremål, med hållpunkter före eller strax efter kontrollen. Lite mer utmanande än ÖM5.
ÖM7	3140	1:10 000 1:7500	Blå	BLÅ BANA Svårigheten är anpassad till de mer erfarna löparnas kunnande. Ökning i svårighetsgrad består i att fler små terrängdetaljer utnyttjas. En bana med orienteringstekniska utmaningar.	Banan riktar sig till vuxna med tävlingserfarenhet. Passar även vuxen nybörjare som vill testa teknisk utmanande kort bana.
ÖM8	3810	1:10 000		SVART BANA Svårigheten är anpassad till de skickligaste löparnas kunnande. Ökning i svårighetsgrad består i att fler små terrängdetaljer utnyttjas. Större variation i sträckor (korta och långa). Terräng är fysiskt krävande.	Banan riktar sig till tävlingsorienteraren.
ÖM9	5050	1:10 000		SVART BANA Svårigheten är anpassad till de skickligaste löparnas kunnande. Ökning i svårighetsgrad består i att fler små terrängdetaljer utnyttjas. Större variation i sträckor (korta och långa). Terräng är fysiskt krävande.	Banan riktar sig till tävlingsorienteraren. Tuffaste banan bland alla öppna banor.
U1	2090	1:10 000	Grön	GRÖN BANA Tydliga och sammanhängande planbildsdetaljer. Vägar, stora stigar, byggnader, öppenmark etc. Kontroll sitter alltid på ledstängen.	Banan riktar sig till mindre barn i sällskap med vuxen. Tydliga kontrollpunkter på ledstängen, (stig, väg).
U2	2710	1:10 000	Vit	VIT BANA Banan går i terräng med tydliga och sammanhängande plan-bildsdetaljer, som stigar och vägar (ledstänger). Enkel vägvalsbedömning	Banan riktar sig till ungdomar som är nybörjare. Banan går utmed stigar. Samtliga kontroller sitter i princip på stigen.
Trail	5310	1:10 000	Vit	VIT BANA Banan går i terräng med tydliga och sammanhängande plan-bildsdetaljer, som stigar och vägar (ledstänger).. Tydliga kontrollpunkter som kan sitta upp till 40 meter från ledstängen. Enkel vägvalsbedömning	Banan riktar sig till löpare som vill springa en bana med mycket enkel karaktär. Helt enkelt springa mer än orientera. Banan går utmed stigar med avhopp för vissa av kontrollerna. De kontroller som är vid sidan av stigen syns från stigen. En trevlig löptur med kartan i hand.