



## PM

### Påskkarusellen 8-9 april

Plats	Start och mål för alla banor på ängen vid elljusspåret
Start	Från kl 10.00 den 8:e till den 9:e kl 16.00 kommer orienteringsskärmarna att hänga ute. Starta när du vill!
Banor	<p>Titta på banorna som finns som PDF, innan du bestämmer dig. Tvekar du mellan två, välj den lättare! Det kommer fler tillfällen, då kan du ta en svårare bana om den här blev för lätt! På varje orienteringsskärm sitter en lapp med en kod. Den ska stämma överens med den koden som finns på kontrolldefinitionen på kartan-då är du vid rätt kontroll! Det finns ingen utrustning för att "stämpla" vid kontrollerna. Vid startpunkten, som är markerad med en triangel på kartan, hänger en orienteringsskärm utan kontrollkod.</p> <p>Grön 2,1 km, på den här banan kan man följa ledstänger/stigar. Oftast finns en kontroll där man behöver byta stig, t ex i en korsning mellan stigar. Kontrollerna sitter alltid på ledstången.</p> <p>Gul 2.4 km, nivån svårare än grön. Här behöver man byta en eller kanske flera stigar/ledstänger mellan två kontroller. Ibland sitter kontrollen lite vid sidan av ledstången, men kontrollen syns från ledstången. Man kan genom att gena genom skogen få en kortare väg.</p> <p>Orange 3,2 km, den här är för dig som är lite mer van att orientera. Du kan oftast använda ledstänger mellan kontrollerna, men behöver kunna orientera mot tydliga</p>

föremål utanför stigar och ledstänger. Det kan t ex vara en höjd eller en sten som ligger upp till 75 m från en stig.

Blå 4,5 km, för den vane! Du behöver kunna gå kompassgång och läsa av små detaljer i kurvbild. Det är aldrig långt till en stig i den här terrängen, men man tjänar mycket långt genom att gena genom skogen.

Karta	Knivsta 1:10 000. 1 cm på kartan är 100m i verkligheten
Utrustning	Kompass. Har du ingen så tänk på att "passa-kartan" efter verkligheten.
Livelox	Spela gärna in ditt GPS-spår, och lägg upp på Livelox.com
Nybörjarkurs	Pga corona kommer årets nybörjarkurs preliminärt att starta först efter sommaren. Däremot kommer våra ordinarie träningsgrupper att arrangera träningar även i vår. Se hemsidan för info, langhundraif.net
Mer information	Läs foldern "Nybörjare" som finns upplagd här. Den riktar sig främst till föräldrar som har barn som ska börja med orientering, men den innehåller även en hel del tips hur man gör när man orienterar!
Swish	Är du inte klubbmedlem så är du förstås ändå välkommen att springa en bana. Vill du stödja L100's verksamhet, swisha gärna med hjälp av denna QR-kod!



Information      Klas Birgersson 0708-740645, [klasb@yahoo.com](mailto:klasb@yahoo.com)

# Välkomna!