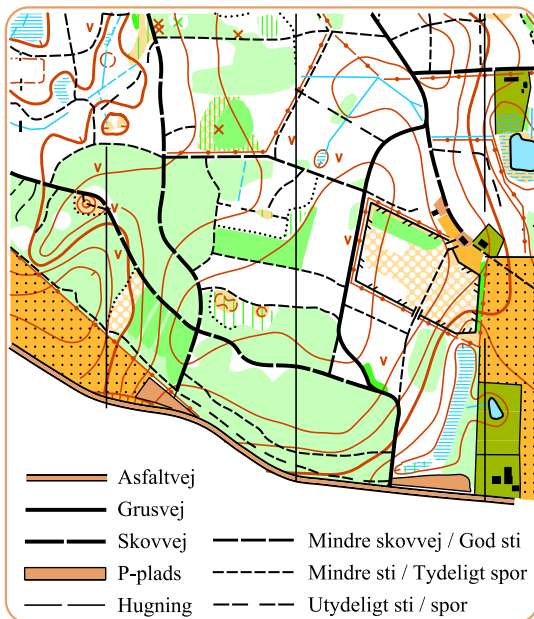


## Introduktion til orienteringsløb i Boserup (2) (Introbane 1)



På dette kortudsnit kan du se de vigtigste sorte streger, der er på et kort.

### De sorte streger

Som ny orienteringsløber er det bedst at bruge veje og stier, når du skal rundt.

**Bemærk:** De lodrette tynde sorte streger på kortet er ikke stier. De angiver retningen fra syd til nord. Nord er altid opad, når du holder kortet, så du kan læse teksten.

**Asfaltvej** og **grusvej** kræver ikke nærmere forklaring.

**Skovvej:** En anlagt grusvej med to tydelige hjulspor. Kan let benyttes med en almindelig cykel.

**Mindre skovvej** eller **god sti:** En smallere grusvej eller en anlagt grussti.

**Mindre sti:** En ikke-anlagt sti med et tydeligt spor, du vil opdage, hvis du løber på tværs. Kan være tilgroet om sommeren og meget pløret om vinteren.

**Utydelig sti:** kan være tilgroet og svært at finde, når du løber på tværs. Ofte overgroet med brændenælder om sommeren.

**Hugning.** Et spor igennem terrænet, typisk igennem tæt beplantning, men ikke nødvendigvis med spor i bunden. Kan være fyldt med kvas og lignende

### Vend kortet rigtigt

Som det første skal du finde ud af, hvor løbet starter. Stedet er vist med en rød/lilla-farvet trekant.

Har du et kompas med, lægger du det på kortet og drejer dig, så kort og kompas peger mod nord samtidig med, at du kigger mod nord. Nu ved du, hvilken vej du skal løbe. I dette tilfælde mod højre.

Dette kaldes at **orientere kortet mod nord**.

- Hold kortet vandret
- Læg kompasset på kortet
- Drej kortet, indtil den røde pil på kompasset peger mod nord på kortet.

### Vend dig i løberetningen

Nu drejer du **dig selv**, så du vender ansigtet i den retning, du skal løbe. Samtidig drejer du kortet **modsat**, så det fortsat er orienteret mod nord.

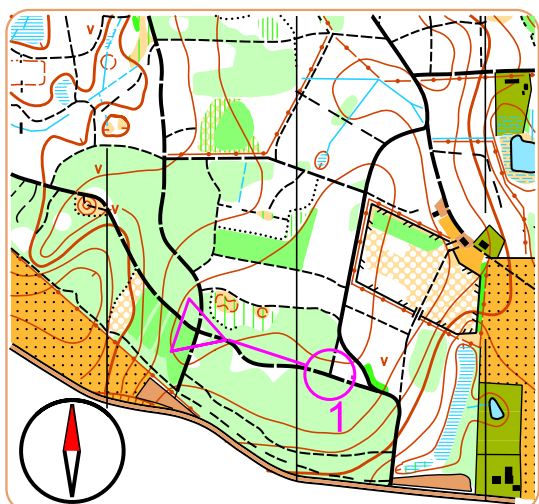
Nu ved du, at de ting, der f.eks. ligger til højre på kortet, også ligger til højre, når du løber hen mod posten. I dette tilfælde kan du se, at posten står, hvor der går en lille skovvej mod venstre.

Når du skal videre til næste post, gentager du det hele:

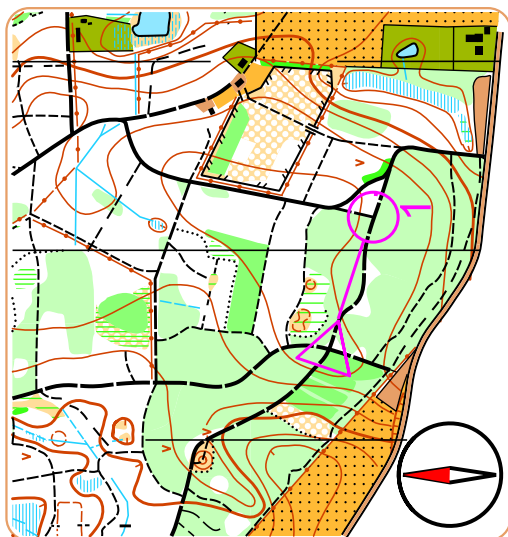
- Orientér kortet mod nord
- Drej dig mod næste post og drej samtidig kortet, så det fortsat er orienteret mod nord.

Brug første gennemløb til at indøve dette.

At vende kortet forkert er en meget almindelig fejl og ofte årsag til, at selv dygtige orienteringsløbere løber forkert.



Kortet er orienteret mod nord.



Kortet er drejet men stadig orienteret mod nord.