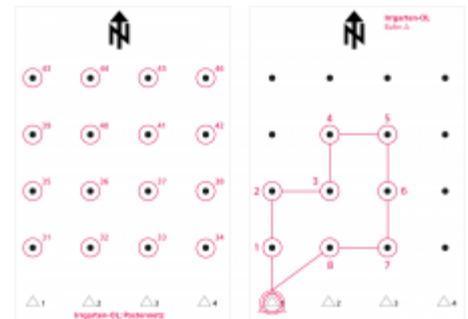


Orientierungslauf – Richtung und Kompass: Irrgarten-OL (F1, F2)

Die Lernenden laufen mit Karte aber ohne Kompass eine selbst gesteckte Bahn ab und üben so die korrekte Ausrichtung der Karte.

Vorbereitung

16 Posten in einem 4 × 4-Raster setzen (Skizze links). Irrgartenkarten mit verschiedenen Bahnen (Skizze rechts).



Klicken zum Vergrössern.

Ablauf

Die Athleten laufen ohne Kompass verschiedene Bahnen ab. Der Leiter kontrolliert, ob die Karte immer korrekt nach der Umgebung ausgerichtet ist. Bei Bedarf die korrekt ausgerichtete Karte an jedem Posten auf den Boden legen, sich neu in Laufrichtung hinter die Karte stellen und erst dann die korrekt ausgerichtete Karte aufnehmen.

Variation

- Sind die Postennummern nicht bekannt, wird die Übung anspruchsvoller.

Auswertung/Fragestellung

Worauf wurde beim Ausrichten der Karte besonders geachtet? Wo lagen Schwierigkeiten? Welches Vorgehen hat sich bewährt?

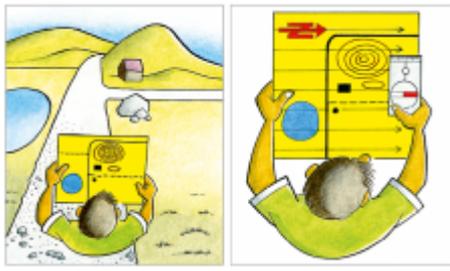


N wie Norden

Die Karte ist korrekt ausgerichtet, wenn das, was im Gelände vor dir liegt, sich auch auf der Karte in gleicher Richtung vor dir befindet.

Die Karte kann dazu nach dem Gelände oder mit einem Kompass ausgerichtet werden.

Wie richte ich die Karte mit dem Kompass aus?



Halte den Kompass auf der Karte fest. Drehe dich, bis der rote Teil der Kompassnadel in die gleiche Richtung zeigt wie der Nordpfeil der Karte.

Quelle: Ines Merz, Ausbildungsverantwortliche Swiss Orienteering



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO