

Orientierungslauf: Routenplanung mit Partner

Mit dieser Übung lernen die Schülerinnen genaue Hinweise an ihre Teamkameradinnen weiterzugeben. Im Zweierteam tauschen sie ihre Laufwege aus, welche einander vorher klar erklärt wurden.

Läuferin A erklärt Läuferin B, auf welcher Route er den ersten oder nächsten Posten anlaufen, welche Kontrollpunkte (Bahnhöfe) er unterwegs sehen und wo er von der Grob- zur Feinorientierung übergehen will. Nun läuft B den Posten mit diesem Rezept an. Diskussion und Rollentausch an jedem Posten oder nach mehreren Posten.



Variation

schwieriger

B versucht den Posten auswendig (ohne Karte) anzulaufen. Genügen die Informationen von A?

Quelle: mobilepraxis 52/2009, Kilian Imhof, Hans Ulrich Mutti



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO