Välkommen till

Introduktionsutbildningen

Banläggning för Orienteringslöpning, i skogen

Träff 1

261101

Program

Träff 1, 4 november 19.30-21.00, webb

- Välkommen och inledning
- Banläggningens mål
- Orienteringens historia
- Hänsyn till natur och miljö
- Banläggarens uppdrag och ansvar

Träff 2, 18 november 19.30-21.00, webb

- Banläggningens byggstenar
- Banor för ungdomar
- Orienteringsmomenten, färgsystemet
- Sportslig rättvisa
- Banläggarstöd

Grund,- och Fortsättningskursen har ytterligare träffar

Träff 3, 3 februari 19.30-21.00, webb
Träff 4, 24 februari, 19.30-21.00, webb
Träff 5, 3 mars, 19.30-21.00, webb
Träff 6, 13 mars, heldag med utomhusövning

Introduktionskursen

Jörgen	Karlsson	Attunda OK
Carl-Mejer	Axelsson	OK Ravinen
Lucas	Deboussard	OK Ravinen
Anna	Ek	OK Ravinen
Martin	Lindskog	OK Ravinen
Ture	Lindskog	OK Ravinen
Olle	Sandén	OK Södertörn
Linda	Nimrodsson	OK Älvsjö-Örby
Stina	Vahlgren	Strängnäs-Malmby OL
Michael	Abarca Fryland	Sundbybergs IK
Elmin	Hovmöller	Söders-Tyresö
Niklas	Persson	Täby OK

Grund/Fortsättning

Simon	Sandgren	Bromma-Vällingby SOK
Malin	Grant	IF Thor
Anders	Jonsson	OK Enen
Manne	Johansson Snöman	OK Hällen
Robert	Hjellström	OK Klemmingen
Axel	Näsholm	OK Roslagen
Oskar	Sundblom	Rånäs OK

Det går att ändra grupp

Åså
Dorothe, Pelle, PO och Lasse

Orienterings poesi

Så här fint skaldades av det unga Orienteringsförbundet på 1930-talet

Orientering **är**:
självvald väg - i okänd mark
tankens skärpa - vid kroppslig möda
snabba beslut - under spännande tävling

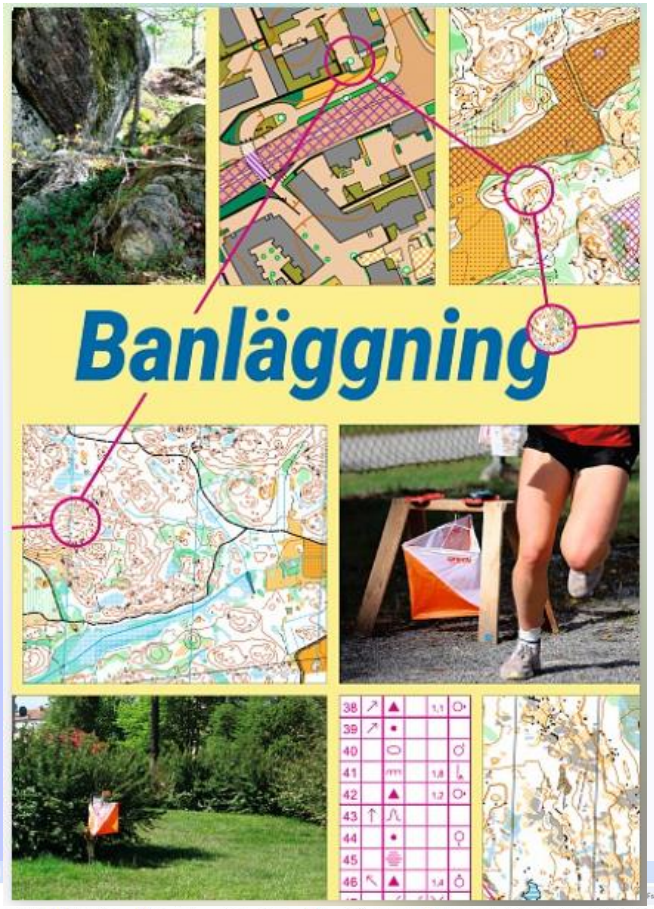
Orientering **bjuder**:
dådfylld kamp - mot goda kamrater
ensam strid – mot markens hinder
vilsam växling – mot vardagens ävlan

Orientering **skapar**:
ett gladlynt och frimodigt släkte
en härdad stam med längtan till äventyr och kamp
kärlek till naturen – källan till livslust och levnadskraft

Denna utbildning är en introduktion i banläggning för orienteringslöpning (i skog). Tar kortfattat upp grunderna för vad en banläggare behöver känna till.

Presentationerna som visas får ni efteråt. De innehåller mycket text, detta för att ni ska kunna repetera själva efter utbildningen.

Boken Banläggning, SOFT:s tävlingsregler och stöddokument är grunden för all banläggning.





Litteratur och annat som banläggaren kan/ska ta stöd av:

Tävlingsregler - Stöddokument

Banläggning – Bok från Butiken

Kontrollbeskrivning - Stöddokument

Terrängbeskrivning - Stöddokument

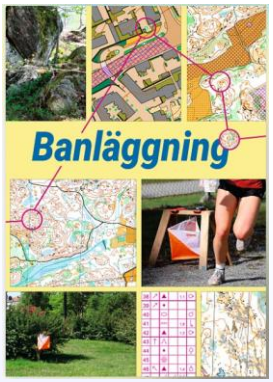
Banläggarstöd - Datorbaserat

Mark och Vilt (bör uppdateras)

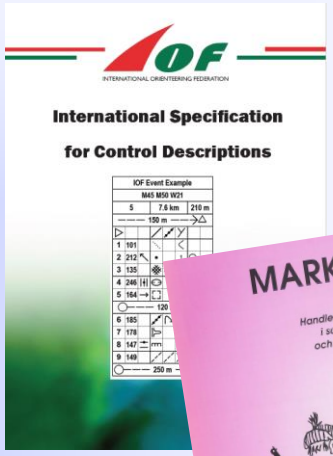
Kartmaterial

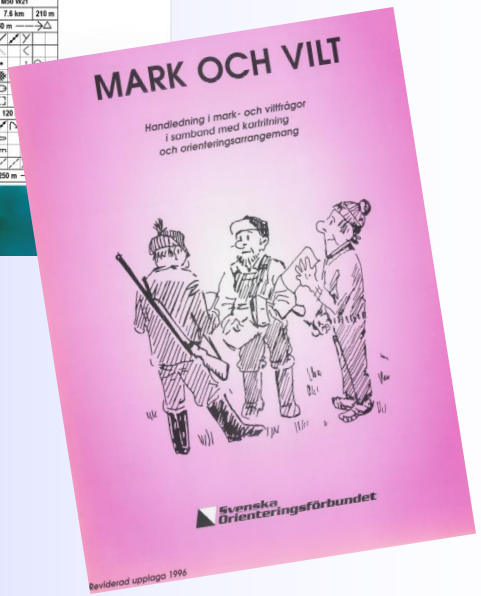
SOFT:s, StOF:s hemsidor

https://www.orientering.se/stockholm/arrangor/









SISU Förlag

Ytterligare verktyg och utbildningsmaterial:

Kartnorm (ISOM 2019 och ISSOM 2017) - Stöddokument

Full koll (1-3) - Bok från butiken

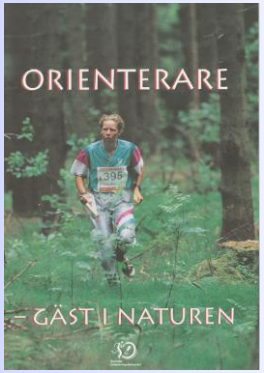
Orientera för att tävla - Bok från butiken

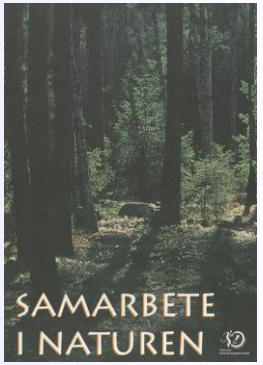
Äldre orienteringslitteratur, t ex Träning, Orientering för barn och Ungdom mm

Orienterare - Gäst i Naturen och **Samarbete i naturen** – äldre stöddokument







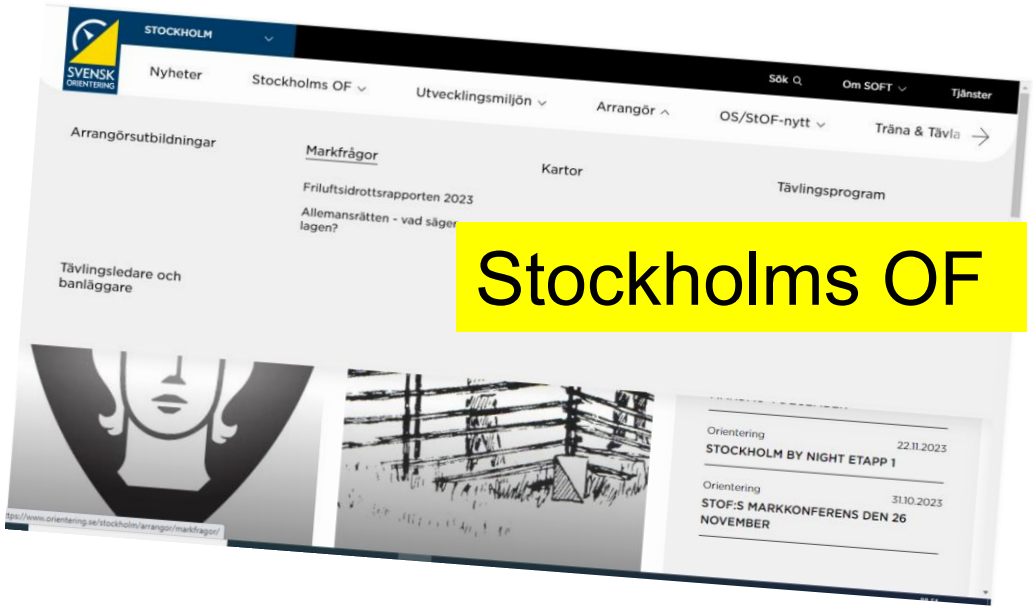


Hemsidor



SOFT





Stockholms OF

Avverkning: avverkningskoll.se

Skogens pärlor: https://kartor.skogsstyrelsen.se/kartor/

Skyddad natur: https://skyddadnatur.naturvardsverket.se/

Min karta: https://minkarta.lantmateriet.se/

Vad är orienteringslöpning, OL?

Tävlingsreglerna avsnitt 1.

1. Orientering

1.1 Orientering som idrott

1.1.1 Orientering kan utövas som orienteringslöpning, skidorientering, mountainbikeorientering och precisionsorientering. I såväl tal som skrift ska förkortningarna OL, SkidO, MTBO respektive PreO användas.

1.1.2 Orientering innebär, i sin ursprungliga form, att utövaren på sin väg mellan start och mål ska besöka ett antal kontroller utan andra hjälpmedel än karta och kompass. Start, kontroller och mål ska vara angivna på kartan och markerade i terrängen.

1.1.3 Orientering är av tradition självvald väg i okänd terräng. Den tävlande ska därför under tävlingsmomentet genomföra orienteringen självständigt.

1.1.4 I orienteringslöpning ska den tävlande förflytta sig till fots mellan start och mål.

SOFT:s tävlingsregler och anvisningar

Tävlingsregler och an....pdf

Förord

Rättvis orientering och hänsyn mot vår omgivning

Orienteringens karaktär är sådan att den bygger på individens ansvar och medvetenhet om idrottens hedersbegrepp. Det handlar om att visa respekt för medtävlare och ledare samt att se tävlandet som en ärlig kamp, där den egna förmågan är avgörande för resultatet.

Orienteringsidrotten bedrivs i markerna på allemansrättslig grund. Vi behöver alltid vara medvetna om vårt ansvar gentemot och samarbete med mark-, jakt- och andra friluftsintressenter. Hänsyn till naturen och dess djur- och växtliv är en viktig del i vår verksamhet.

Det är genom att visa hänsyn mot vår omgivning och att ta ansvar för vår idrott, som vi kan skapa goda förutsättningar för orienteringens möjligheter att få en fortsatt stark och positiv utveckling.

Förbundsstyrelsen, april 2018

Se SOFT:s hemsida, under Förening → Arrangör → Markfrågor, för markrelaterad information och dokumentation.

21 / 74

Vad säger regelverket om banläggarlicens?

6. Behörighet för banläggare

Ersatt av ny version 20160502

Allmänt

För att säkerställa hög och rätt kvalitet på banor vid orienteringstävling, ska ansvarig banläggare vara behörig och certifierad med SOFTs banläggarkort.

Banläggarkort erhålls efter genomgången utbildning och finns i två klasser:

- Banläggarkort 1 = blått kort
- Banläggarkort 2 = grönt kort

Innehav av banläggarkort 1 krävs för att erhålla banläggarkort 2.

Nivåer av behörighet

Lägst banläggarkort 1 krävs för ansvarig banläggare och bankontrollant vid distriktstävling och nationell tävling utan elitklasser, men i övrigt fullständigt klassutbud.

Banläggarkort 2 krävs för ansvarig banläggare och bankontrollant vid mästerskaps-tävling och nationell tävling med elitklasser och i övrigt fullständigt klassutbud.

Lägst banläggarkort 1 krävs för biträdande banläggare och biträdande bankontrollant vid det i närmast föregående stycket nämnda tävlingarna.

Banläggare och bankontrollant vid tävling som inte har nämnts ovan, rekommenderas att genomgå någon form av banläggarutbildning. Banläggarkort är dock inget krav.

Giltighet

Banläggarkort gäller nationellt och utfärdas av det OF där banläggaren är aktiv.

Kortet har en giltighet av maximalt 5 år. Giltighetstiden kan påbörjas när som helst under kalenderåret och går alltid ut den 31 december år fem.

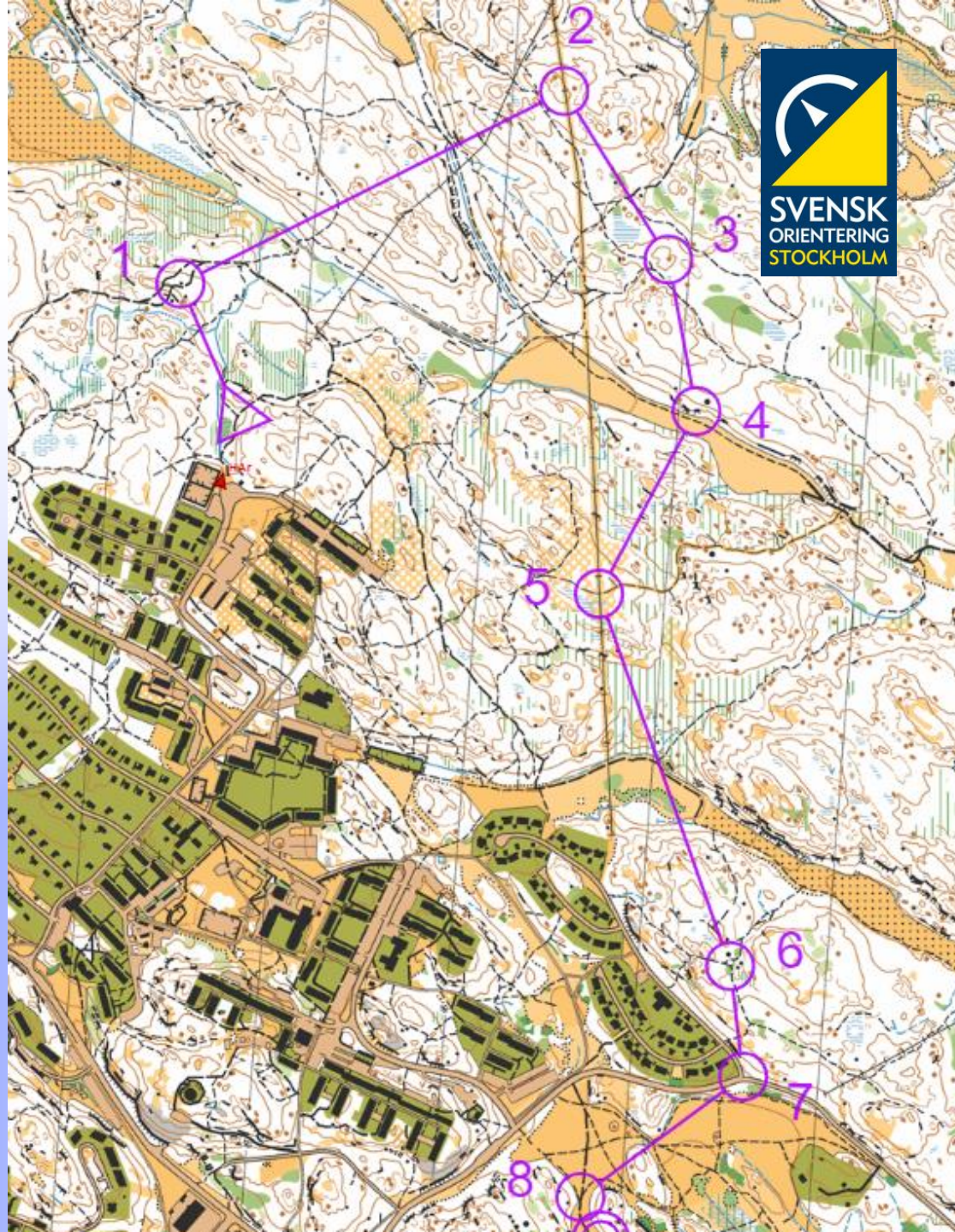
Vad är detta för bana?
Distans?
Passar klass?

Ganska lätt bana som passar för oerfarna eller nybörjare

Antalet långa delsträckor gör att banan framförallt passar för äldre deltagare på långdistans.

Varför inte ungdomar?

Gul 2,5 och kanske även
Vit 2 km (i Stockholm)



Vad är detta för sträckor och kontroller?

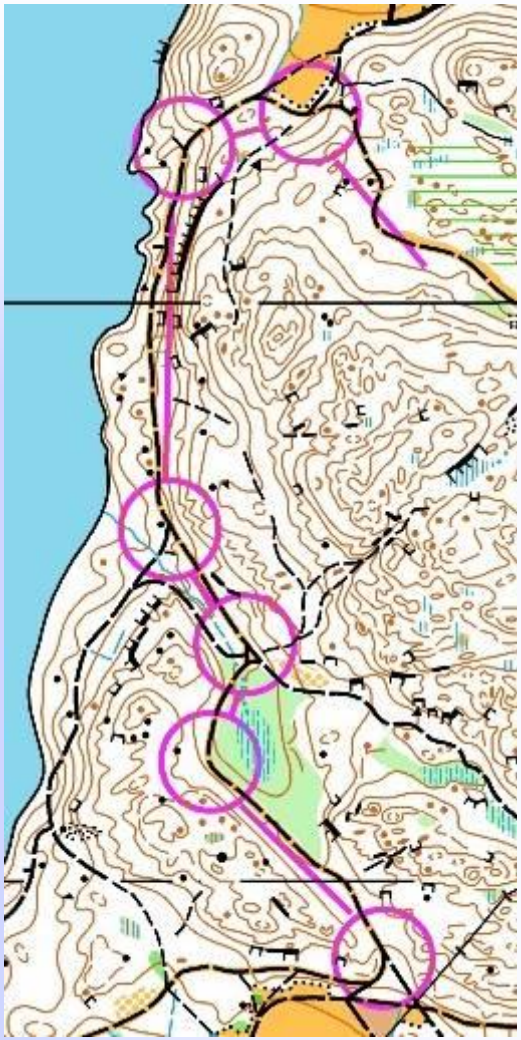
Distans?

Passar klass?

Mycket lätta sträckor som passar bäst för unga nybörjare

Kan vara lång eller medel

Inskolningsbana



När behöver vi banläggare?

Tävlingar

Träningar och klubbaktiviteter

Nybörjarkurser

Naturpasset/Hittaut

Orientering i skolan

Att vara banläggare är ett roligt, utvecklande, ansvarsfullt och viktigt uppdrag, ett hedersuppdrag!

Övergripande mål för orienteringsidrotten

*Aktiviteter som har **minsta möjliga negativ påverkan** på **naturmiljön och ägarintressena**.

*Varierat utbud av arrangemang med **utslagsgivande banor** där vi kan **rangordna efter deltagarnas prestation och förmåga**

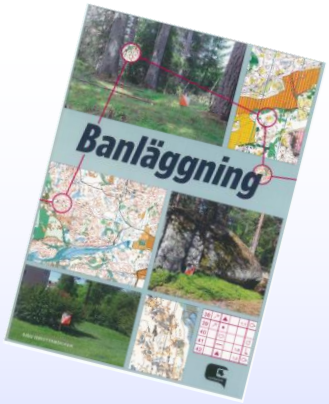
*Varierat utbud av arrangemang med **banor som ger de mindre tävlingsinriktade fina naturupplevelser, fysisk och psykisk tillfredsställelse**

*Ge deltagarna vid arrangemangen **möjlighet till vidareutveckling av sin förmåga** att navigera i naturen med karta och kompass. Anpassa orienteringsproblemen utifrån olika kategoriers förväntade förmåga

Det ska vara roligt!

Banläggare = en förutsättning!

Banläggningens **mål**



Vartannat år genomförs Svenska Orienteringsförbundets Förbundsmöte (FM). Där beslutas om sportens övergripande mål, framtida satsningar, regler mm.

I förlängningen påverkar FM även banläggningen vid våra tävlingsarrangemang, **banläggningens mål**

Banläggarboken nämner följande 5 mål:

1 - orienteringsidrott ska vara **skonsam mot naturen**

2 - banorna ska säkerställa orienteringssportens **egenart**

3 - banorna ska skapa **sportslig rättvisa**

4 - banorna ska spegla **distansernas särarter**

5 - banorna ska bidra till **rolig orientering**

För att veta vart man ska, behöver man veta **varifrån man kommer** och **var man är.**

Orienteringssportens historia

(på 5 minuter)



Film från 2008 (SOFT 70 år)

https://www.orientering.se/utova-och-folj/om-oss/forbundet/historia/

Forntid till 1800-talet….

* ….folkvandringar och de gamla grekerna….

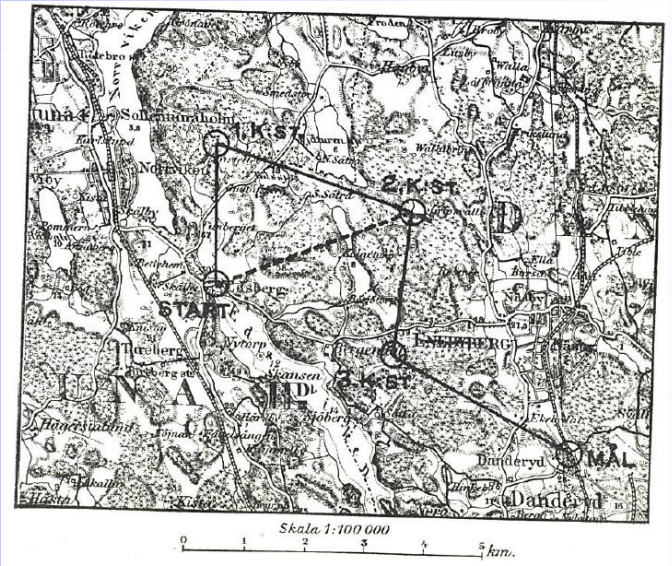
* Industrialismen på 1800-talet
  Det blev allt mer legitimt att ”anstränga sig på fritiden till ingen nytta”, inte bara överklass

* Terränglöpning populärt, en olympisk gren, fram till 1924

* Kartor var ett militärt, till delar hemligt ”verktyg”, ej allmänt tillgängliga

* I huvudsak militäridrott, men 1897 arrangerades en klubbtävling i Oslo

* bara **män**!



…tidigt 1900-tal…

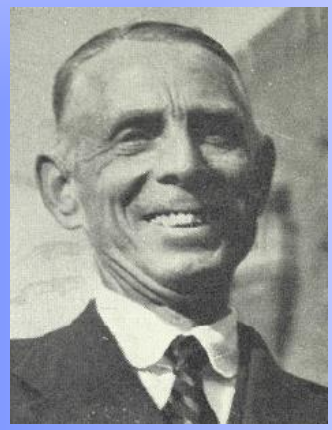
* Civila tävlingar över långdistans utvecklas i Norden. Norge 1897, Sverige 1901 (Sundbyberg) och Finland 1923

* Kartor blev mer tillgängliga, men gamla och dåliga

* Orienteringslöpning, mellansäsongsträning och konditionsträning för terränglöpare, skidåkare

* Förbundsorientering i Nacka 1919, gnistan som tände lågan

* Ernst Killander



…mer under 1900-talet…

* Från 1925 får damer vara med, men ansågs allmänt klena
* Orienteringsförbundet bildas 1938, bröt sig ur Friidrotten
* 1939. Första banläggarboken. Olle Ekbom
* Rättvisare tävlingsresultat => bättre kartor behövs => ”rita eget”
* **Välstånd och tillgång till olja** och bil => mer resande och orientering
* SM 1935, 10MILA 1945, O-Ringen 1965, 25manna 1974
* missioner i Europa och Nordamerika,
  Internationella Orienteringsförbundet (IOF) 1961, VM 1966
* SOFT:s Banläggarlicens införs 1968
* Systemet med färgindelade svårighetsgrader på banor införs 1995
* Fler tävlingsformat, budkavle (stafett), natt, ultralång, medeldistans



…2000-talet

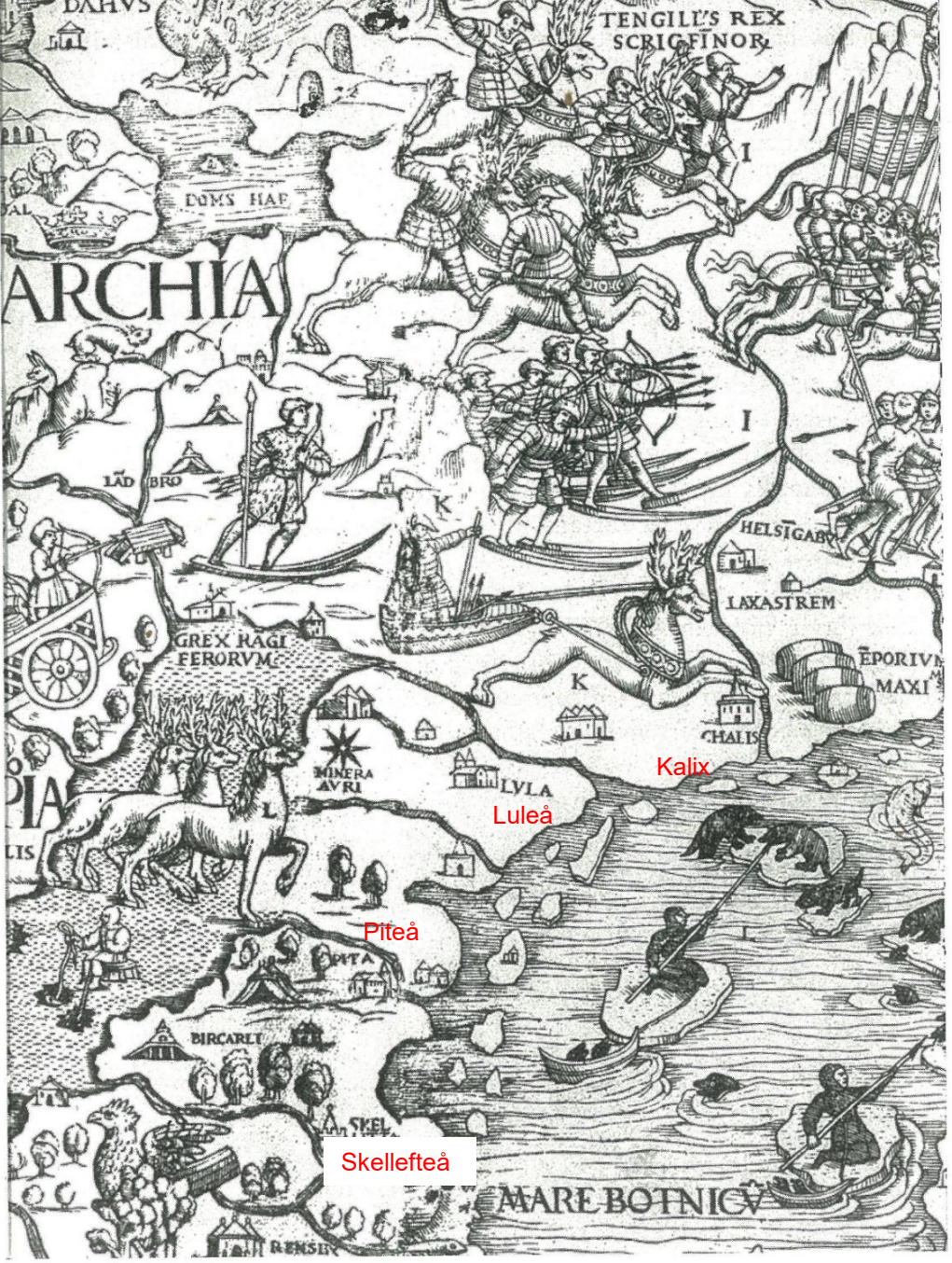
* Internationellare, idag ca 80 nationer i IOF

* Vara en global tävlingsidrott som håller hårt på etik, antidoping och demokratiska värderingar

* Växa genom att lyfta orienteringssporten medialt => själva utveckla TV-produktioner och publikvänliga arenor

* Nya tävlingsformer/distanser/grenar och kartor (Sprint, MTBO, PreO, Rogaining, Inomhusorientering mm)

Kartan



En lustig detalj ur Olaus Magnus storartade karta över Skandinavien av år 1539. Kalix, Luleå, Piteå och Skellefteå känner man igen på tämligen riktiga platser men de stora lappländska sjöarna har förts ihop till ett underligt innanhav!

1539

Orienteringssportens historia är länkad med kartans historia, (ingen karta = ingen orienteringssport)

Kartor som speglade verkligheten utanför kuster och vägnät var i princip hemliga fram till 1850-talet. Svårtillgängliga långt in på 1960-talet, därför började orienterarna rita egna kartor.

Kartan

Generalstabens topografiska avdelning och Rikets allmänna kartverk mätte upp och karterade Sverige mellan åren 1810-1919.

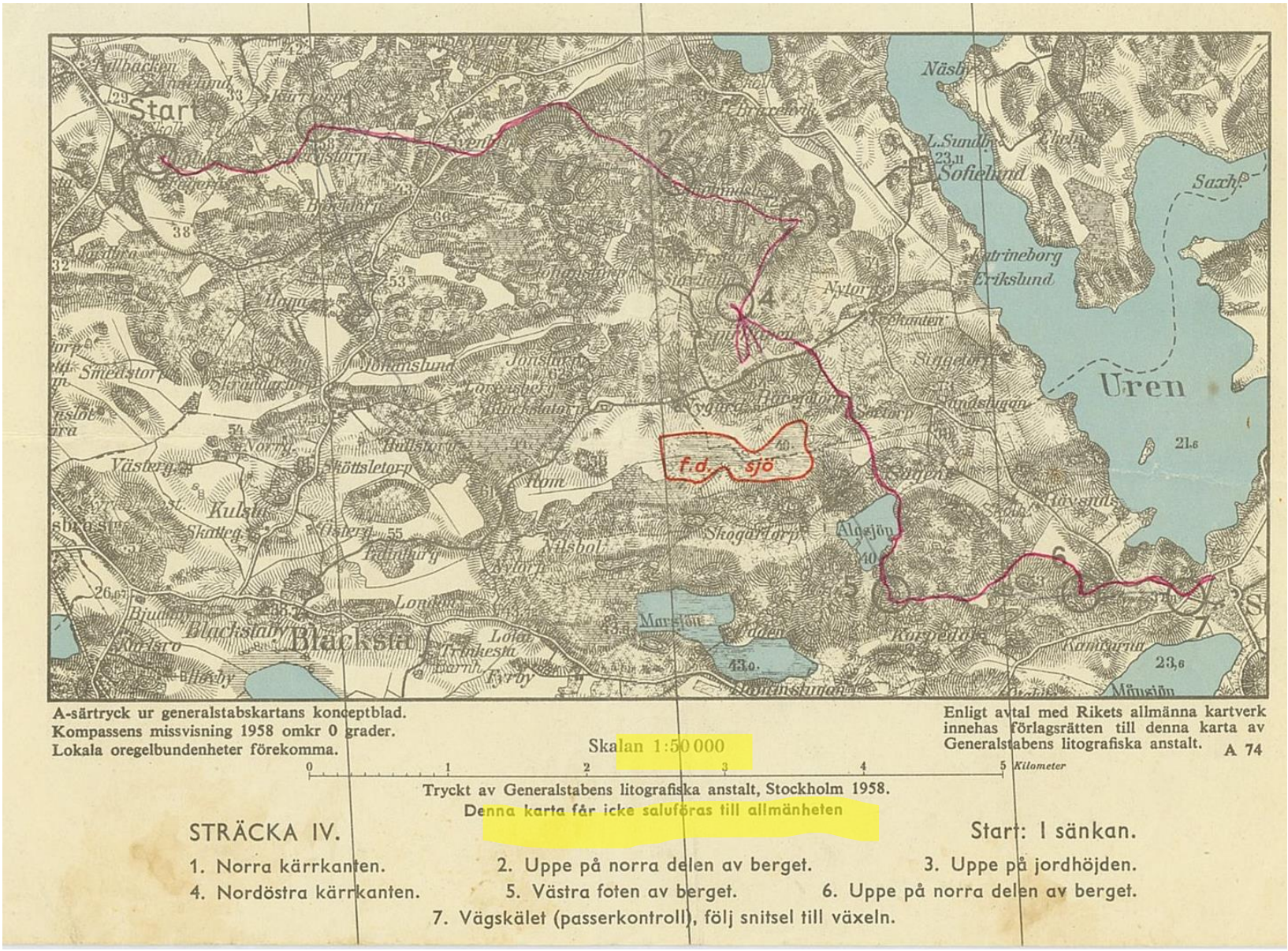


Första banan i Stockholms-DM 1927 underkändes, den här är omtävlingens. Start: Hanstavik, kontroll I: sjön 600 m. öster Enkärret (omedelbart söder första »r» i Enkärret), kontroll II: torpet 1100 m. östsydöst Brunn, 1100 m. söder »g» i Fogelvik, kontroll III: nordöstspetsen av sjön 1000 m. sydväst Brunn. kontroll IV: torpet 1400 m. nordväst Bergvik, 500 m. sydväst »K» i Kolström, mål: torpet 600 meter nordöst Forsvik, södra torpet. 12,5 km. Ivar Scheffer, Djursholm, vann på 1.40.10.

Orienteringssportens historia

Kartan

10MILA 1958, sträcka 4



Orienteringssportens historia

Kartan

Skalor:

1:100000 = 1826 till 1940-talet

1:50000 = 1950-talet

1:25000 = 1960-talet

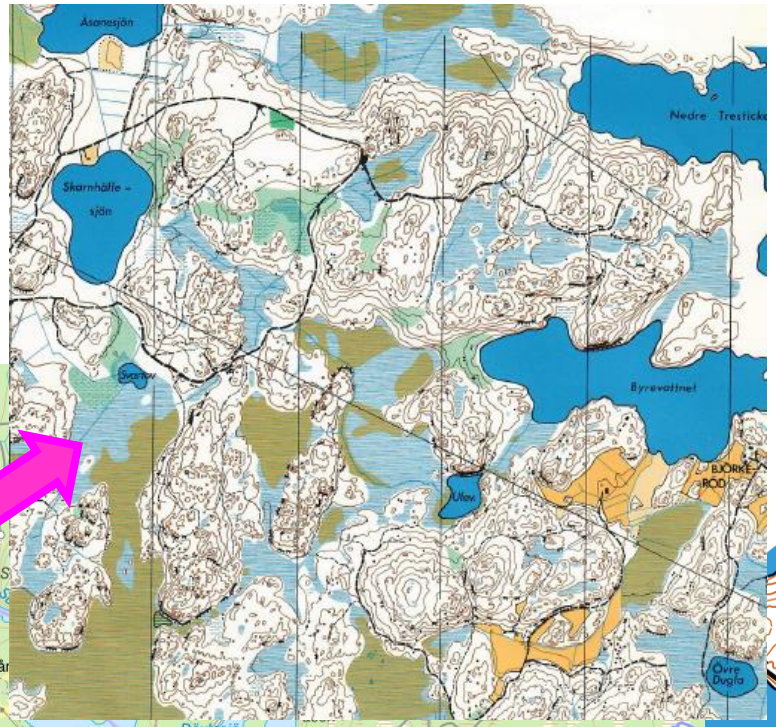
1:20000 = 1970-talet

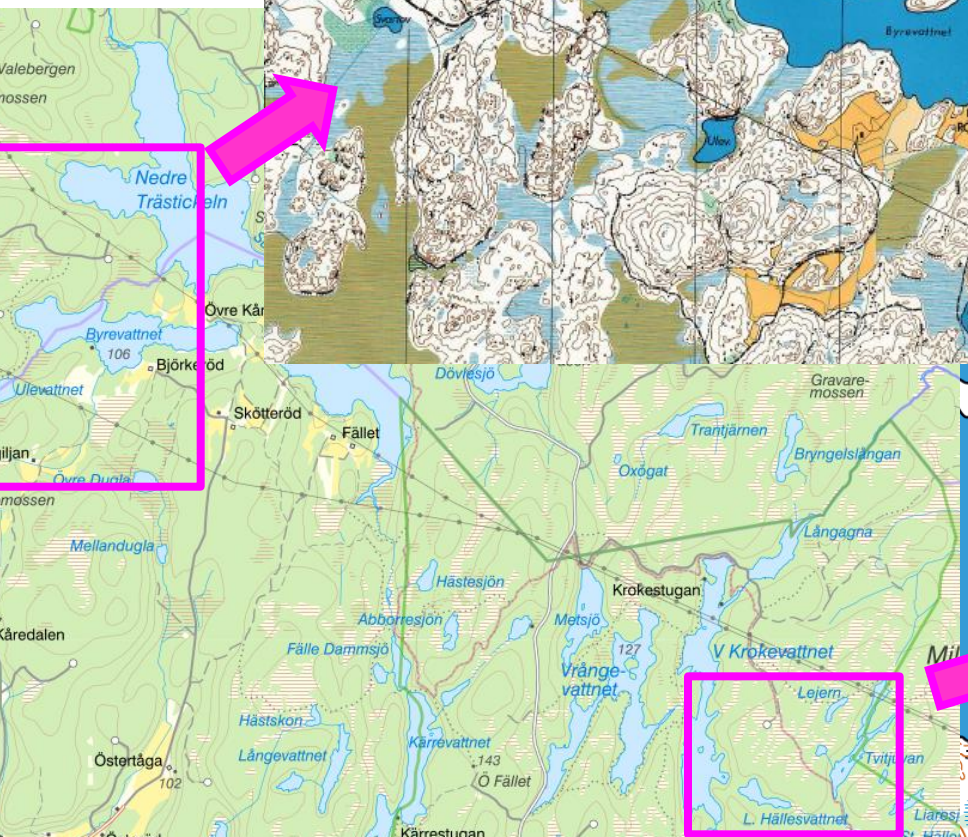
1:15000 = 1980- även idag

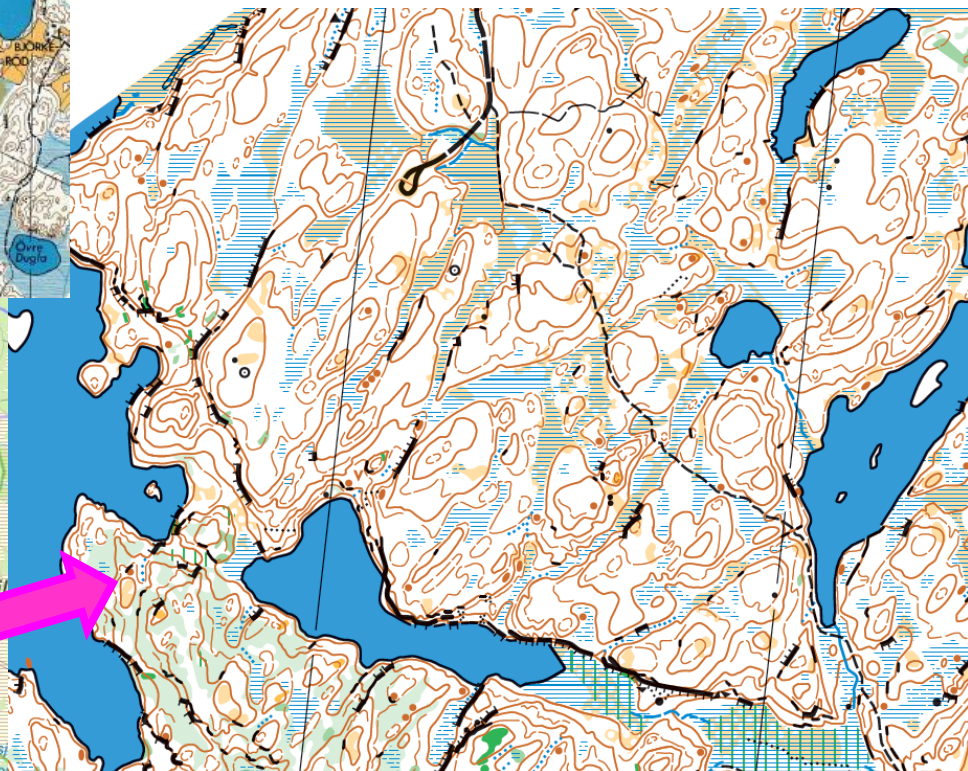
1:10000 = 1990 – även idag

1:7500 = 2010 – även idag

1:5000/4000/3000 = nytt under 2000-talet





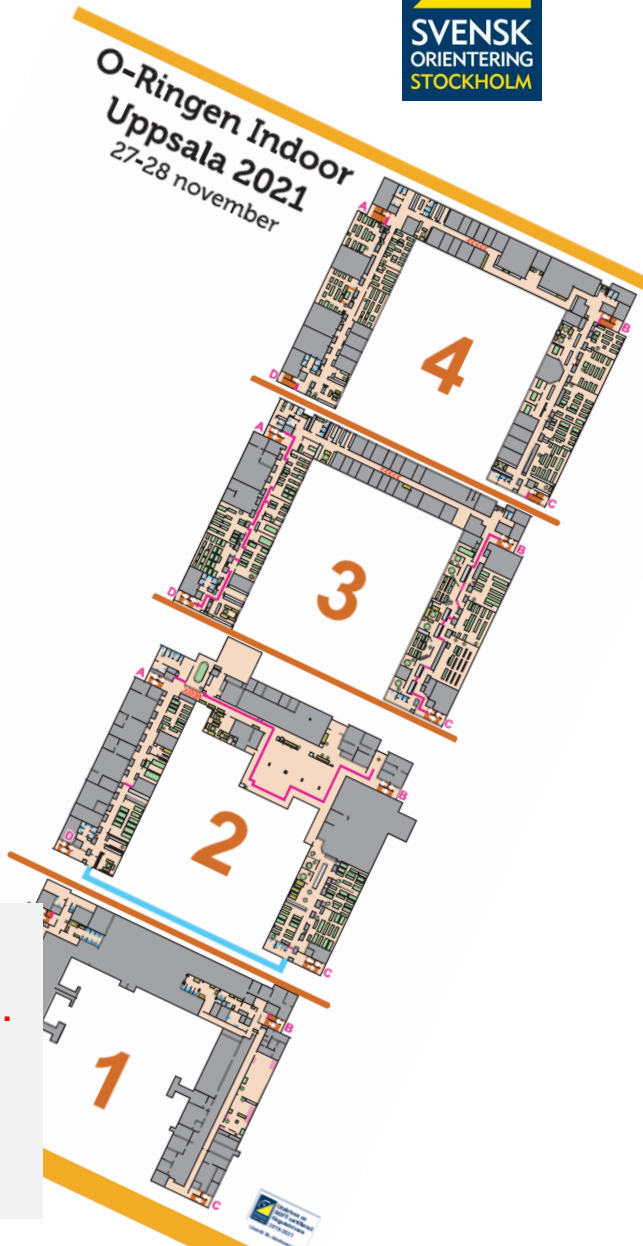


Orienteringssportens historia

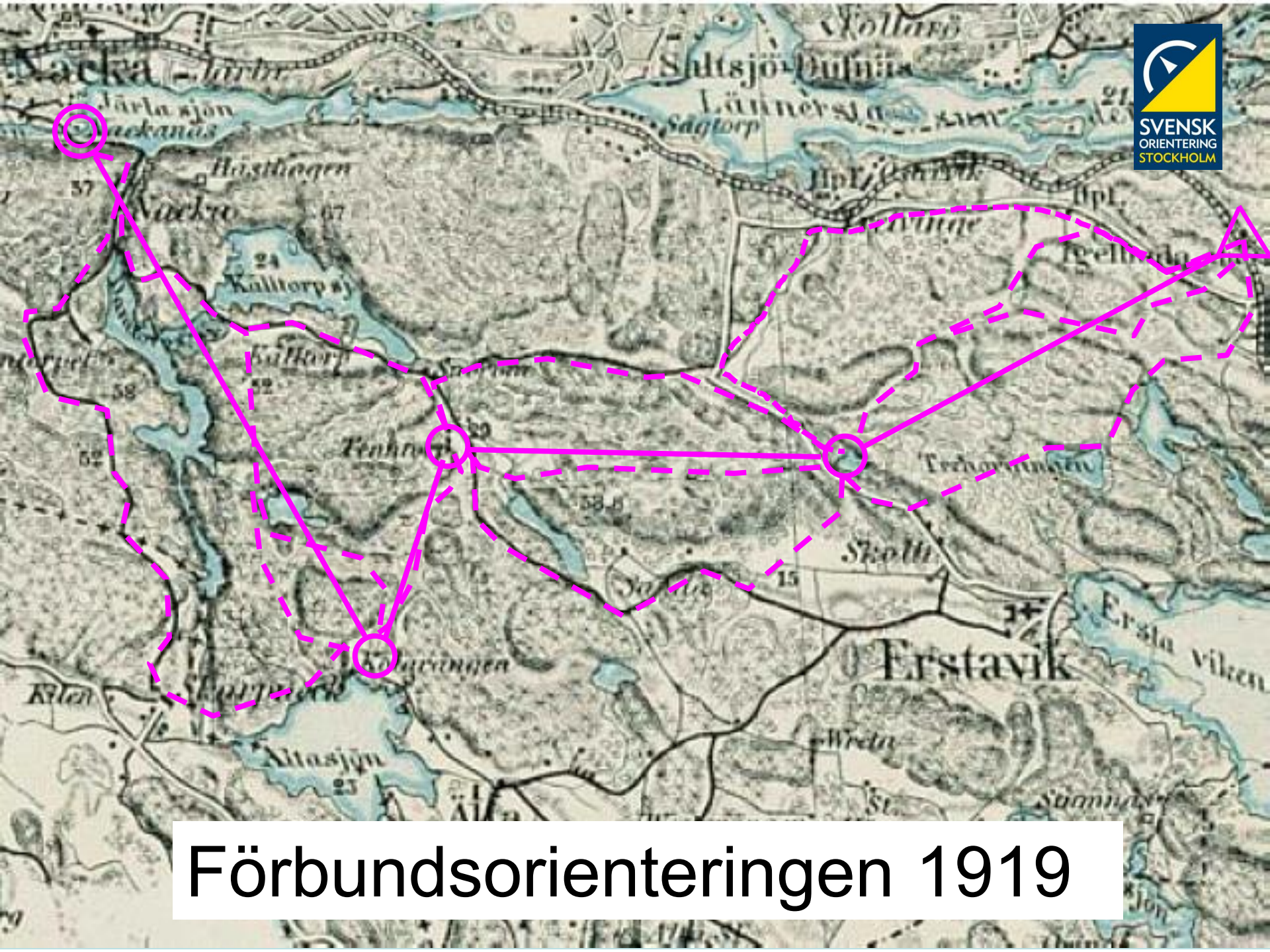
Kartan

Sprintorientering, kartnorm 2017





Inomhusorientering.
Kartuvecklingen pågår ständigt!

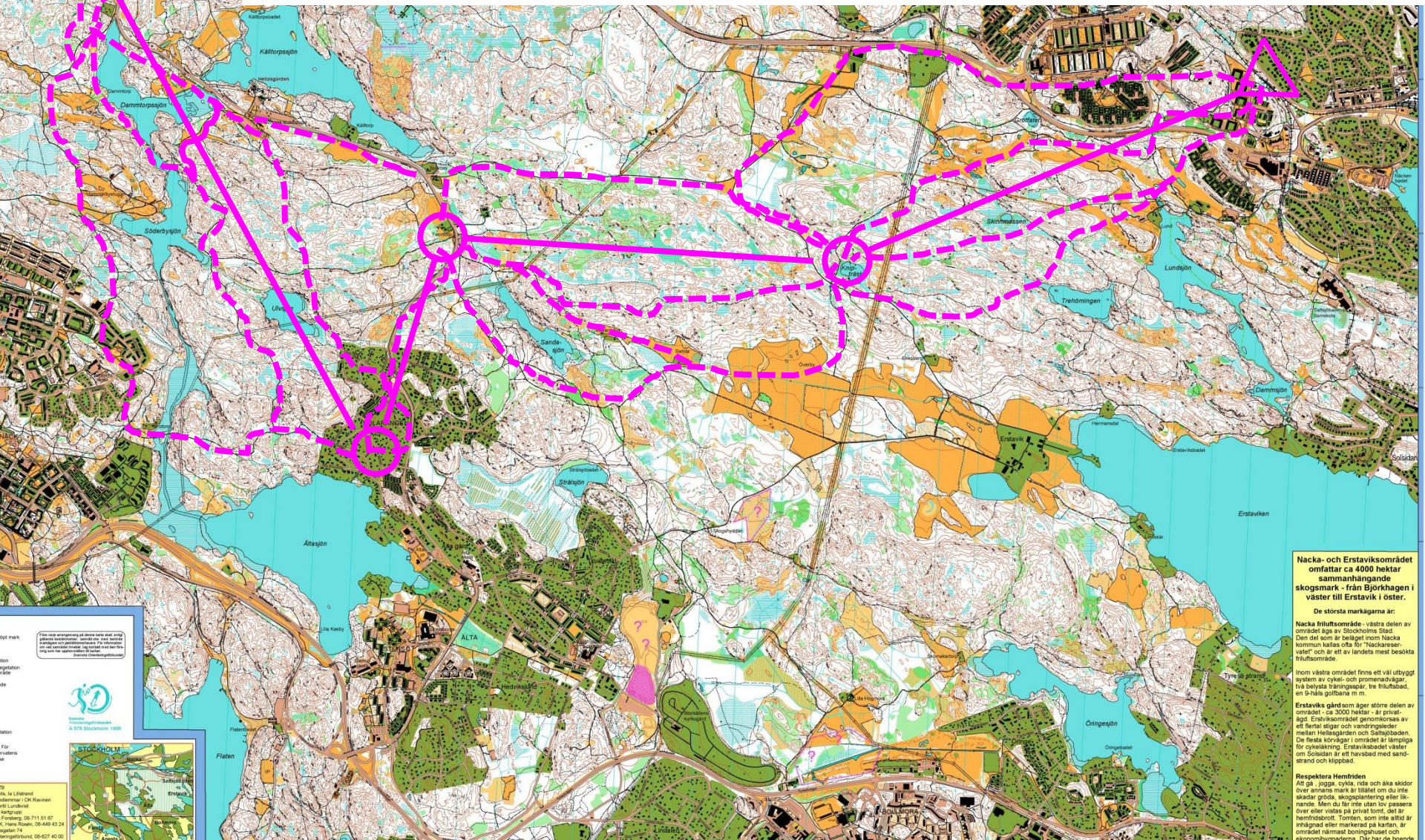


Förbundsorienteringen 1919

Förr eller nu…..

I grunden samma mål idag som 1919 eller 1939

VÄGVAL och rolig orientering!



Kartans historia och utveckling och banläggningens utveckling hänger ihop

Bättre och **mer detaljrika kartor** => mer möjligheter till spännande banläggning och rättvisare tävlingar, men….
risk för kontroller för kontrollens egen skull

Gyllene regeln ska vara: **varje sträcka och kontroll ska ha en mening**

Kunniga banläggare =>
roligare banor och rättvisare tävlingar
fler tävlande eftersom de tycker det är roligt

Banläggningens **Mål**

1 - orientering ska vara **skonsam mot naturen**

2 - upprätthålla orienteringssportens **egenart**

3 - skapa **sportslig rättvisa**

4 - säkerställa **distansernas säraarter**

5 - skapa **rolig orientering**

Banläggningens mål Hänsyn till naturen

SOFT:s tävlingsregler och anvisningar

Tävlingsregler och an....pdf

Förord

Rättvis orientering och hänsyn mot vår omgivning

Orienteringens karaktär är sådan att den bygger på individens ansvar och medvetenhet om idrottens hedersbegrepp. Det handlar om att visa respekt för medtävlare och ledare samt att se tävlandet som en ärlig kamp, där den egna förmågan är avgörande för resultatet.

Orienteringsidrotten bedrivs i markerna på allemansrättslig grund. Vi behöver alltid vara medvetna om vårt ansvar gentemot och samarbete med mark-, jakt- och andra friluftsintressenter. Hänsyn till naturen och dess djur- och växtliv är en viktig del i vår verksamhet.

Det är genom att visa hänsyn mot vår omgivning och att ta ansvar för vår idrott, som vi kan skapa goda förutsättningar för orienteringens möjligheter att få en fortsatt stark och positiv utveckling.

Förbundsstyrelsen, april 2018

Se SOFT:s hemsida, under Förening → Arrangör → Markfrågor, för markrelaterad information och dokumentation.

21 / 74

Banläggningens mål Hänsyn till naturen

I tävlingsreglerna

Tävlingsregler och an....pdf

9.3 Begränsningar i vägvalet

9.3.1 Tävlande ska följa snitslad del av banan i hela dess sträckning.

9.3.2 Tävlande ska, om inte annat anges, besöka kontrollerna i nummerordning.

Förbjudet på kartan och i tävlingsområdet

9.3.3 Tävlande är skyldig att iaktta alla de begränsningar av möjligt vägval som följer av kartnormen för den aktuella tävlingskartan och banpåtrycket.

9.3.4 Det är förbjudet:

- Att beträda tomtmark, trädgård eller område närmast boningshus eller ekonomibyggnad.
- Att beträda åker eller äng med nysådd, växande eller ej skördad gröda. Det är även förbjudet att beträda kantzon mellan odlad mark och dike, staket, stenmur eller dylikt, om inte arrangören har angett annat.
- Att beträda frizon.
- Att beträda eller korsa en järnvägs spårområde annat än på anordnat övergångsställe, om inte arrangören har angett annat.
- Att beträda eller korsa motorväg eller motortrafikled.
- Att passera genom byggnad, med undantag av där kartan redovisar passage.
- Att klättra på staket, stängsel eller plank.

TA **Särskilda regler för sprintorientering**

Det finns ett antal regler som skiljer mellan traditionell orientering och sprintorientering. Sprintnormen anger vad på kartan som är tillåtet resp. inte tillåtet att passera.

På SOFT:s hemsida, under Utöva & Följ → Tävla → Stöddokument & filer, finns ett dokument som beskriver skillnaderna mellan traditionell orientering och sprintorientering, samt belyser särskilda sprintregler.

Allemansrätten och Orientering

- **Sedvanerätt**
- **Knuten till den enskilde i skogen. Kan utnyttjas i grupp.**
- **Inte orsaka markägaren ekonomisk skada eller störa hemfriden**
- **Inte störa andra friluftsmänniskor**
- **Inte störa eller förstöra**
- **Beakta gällande regler och överenskommelser**
- **Sköta markkontakterna rätt**

Orientering och naturen

Naturvärden och
Ekonomiska värden

Vegetation **Vilt**

Kom ihåg

Kontakt - Dialog - Tillstånd

Några påståenden

- Banläggare är normalt inte **markansvarig**!
- Ingen **mark** = Inga kartor = Inga banor
- Banor jämkas med **Mark**förutsättningarna!
- **Klart med markkontakterna före banläggning! = VIKTIGT!**

Alltid välkomna tillbaka!

Karträttsinnehavarna har det fulla och entydiga ansvaret för sina kartor!

Karägaren ska:

- ha dialog med markägare mfl inför kartproduktion
- I samverkan med markägarna utarbeta planer för hur kartan ska användas
- ta fram markägarregister för att förenkla arbetet med dialogarbetet
- genomföra löpande samråd med markägare och jägare
- vid behov hjälpa andra klubbar med mark-samråd när de vill nyttja klubbens karta

Sprintkartor har speciella förutsättningar gällande samråd med markägare

Banläggningens mål Hänsyn till naturen

På kartorna



Banläggningens mål Hänsyn till naturen

Naturvårdsverkets handledning för arrangemang i naturen (april 2022), lägger grunden



Orientering ska vara skonsam mot naturen

Orienterare ska alltid vara välkommen tillbaka

Banläggningens mål Hänsyn till naturen

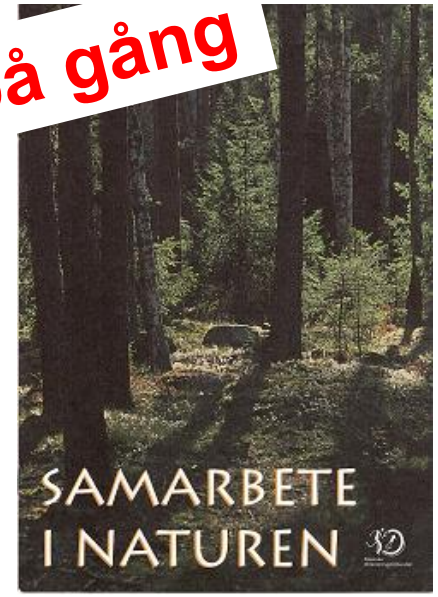
Bra äldre litteratur från SOFT



Togs fram med anledning av de tidigare **Allmänna råden** 1996

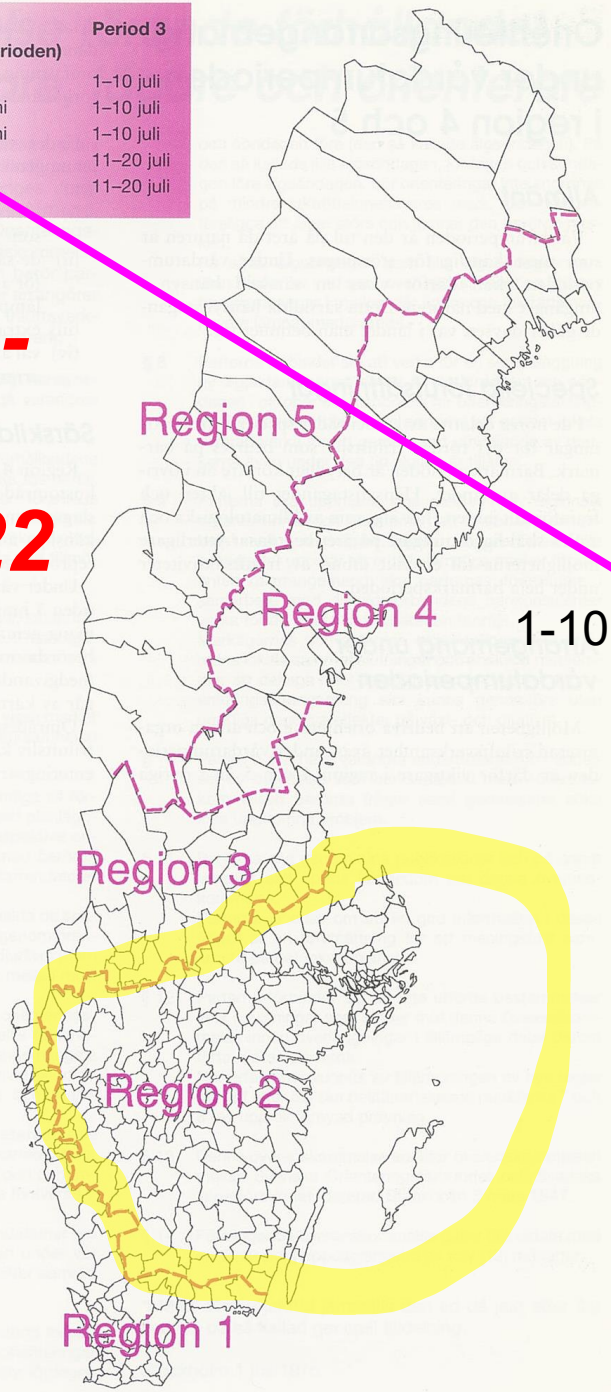
Uppdatering kan vara på gång





Region	Period 2	Period 1 (Vårdatumperioden)	Period 3
1	21–30 april	1 maj–30 juni	1–10 juli
2	1–10 maj	11 maj–30 juni	1–10 juli
3	10–20 maj	21 maj–30 juni	1–10 juli
4	20–31 maj	1 juni–10 juli	11–20 juli
5	1–10 juni	11 juni–10 juli	11–20 juli

Hänsyns-perioder 1996-2022

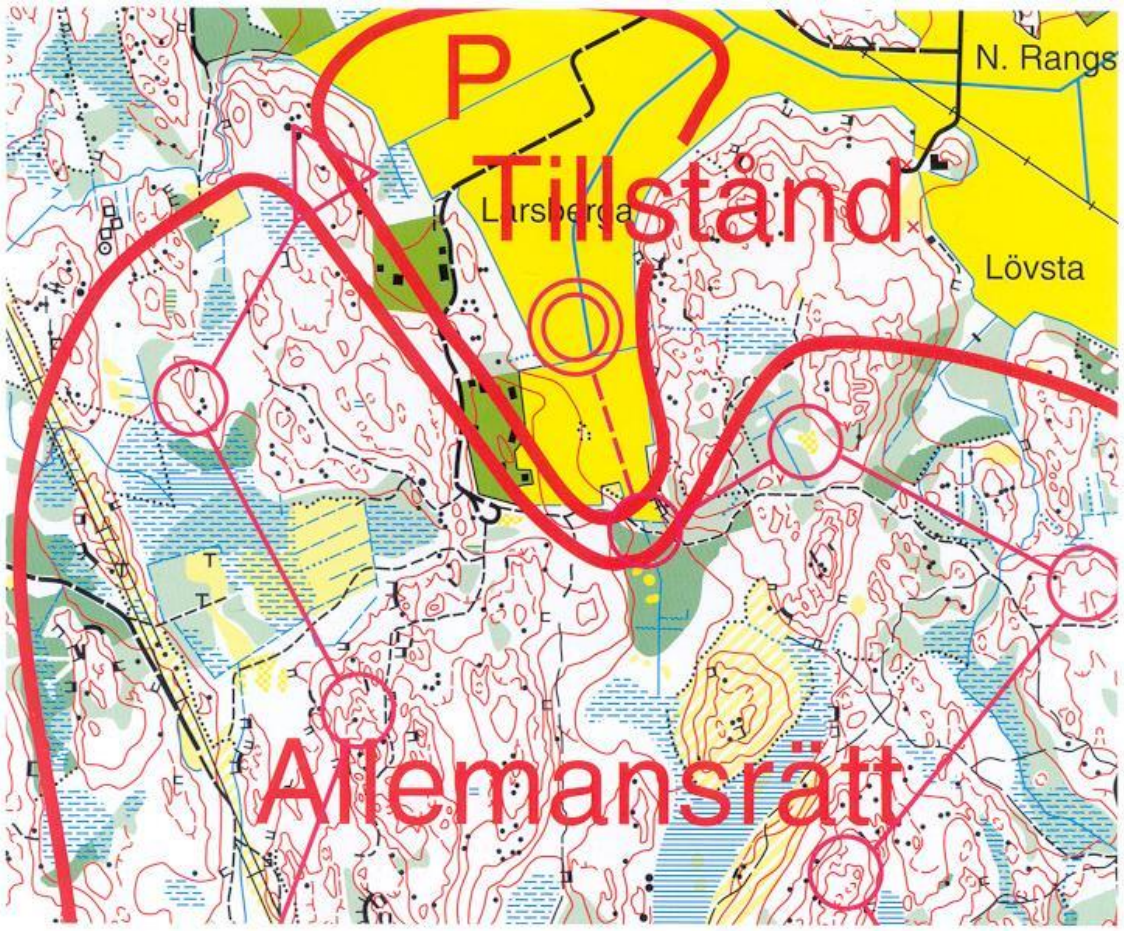


Hänsynsperioder

1-10 maj ---- 11maj-30 juni ---- 1-10 juli

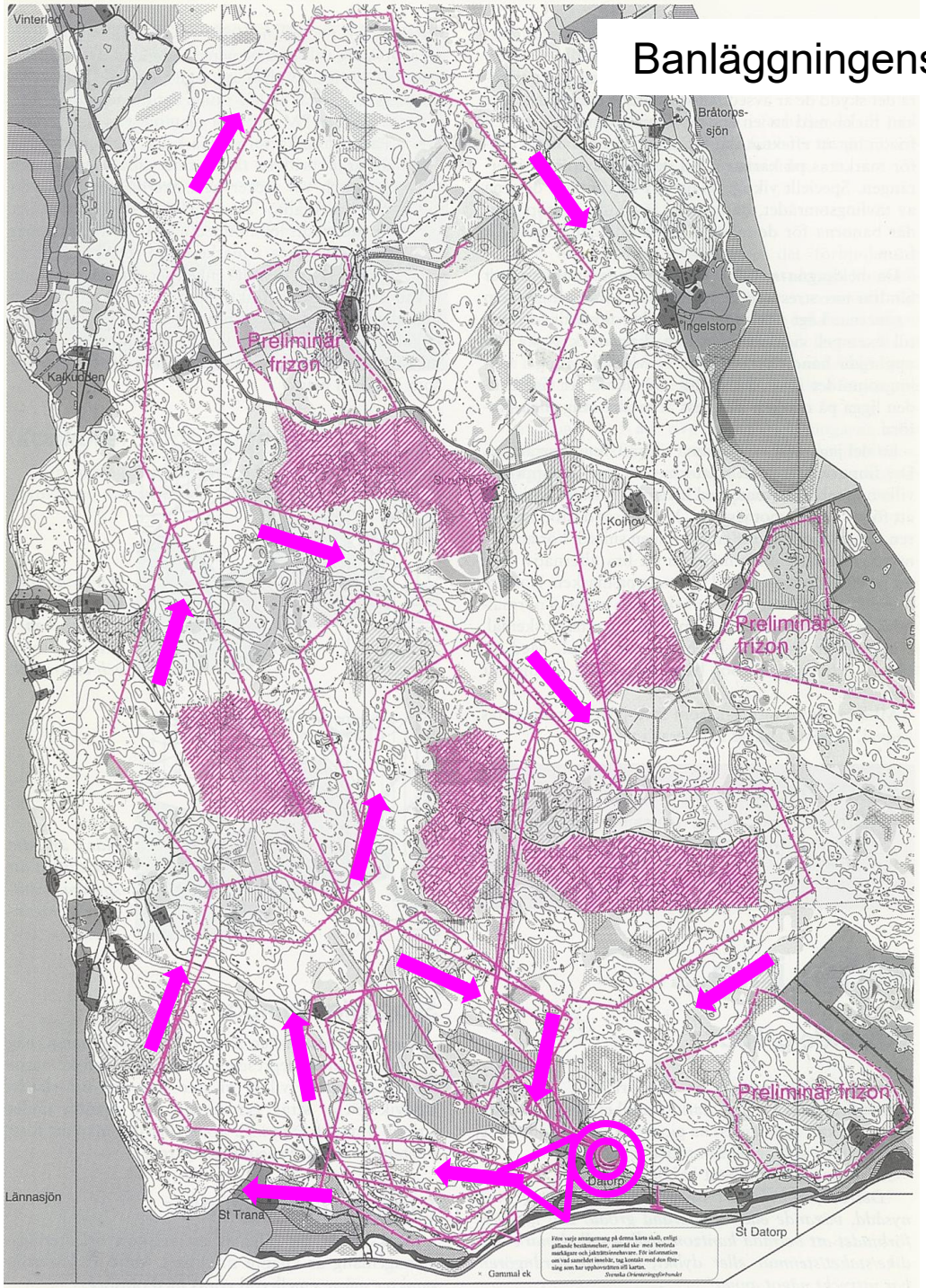
I Stockholm gäller detta fortfarande

Tävlingsarena/ Tävlingscentrum



Visa alltid HÄNSYN!!!

Banläggningens mål Hänsyn till naturen

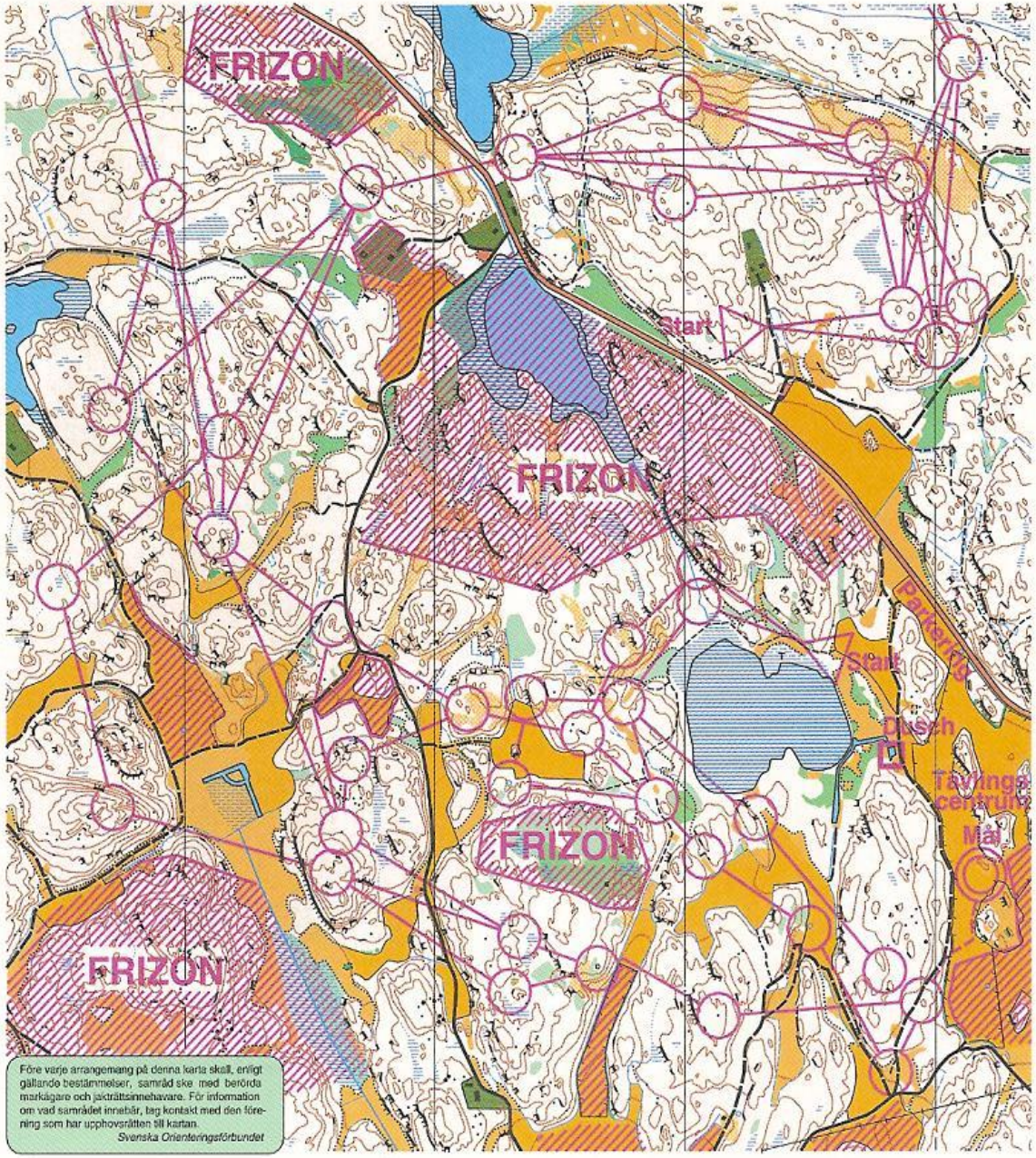


* **Stråkbanläggning**

|

* **HÄNSYNSområden**

Från ”Mark och Vilt” (1996)

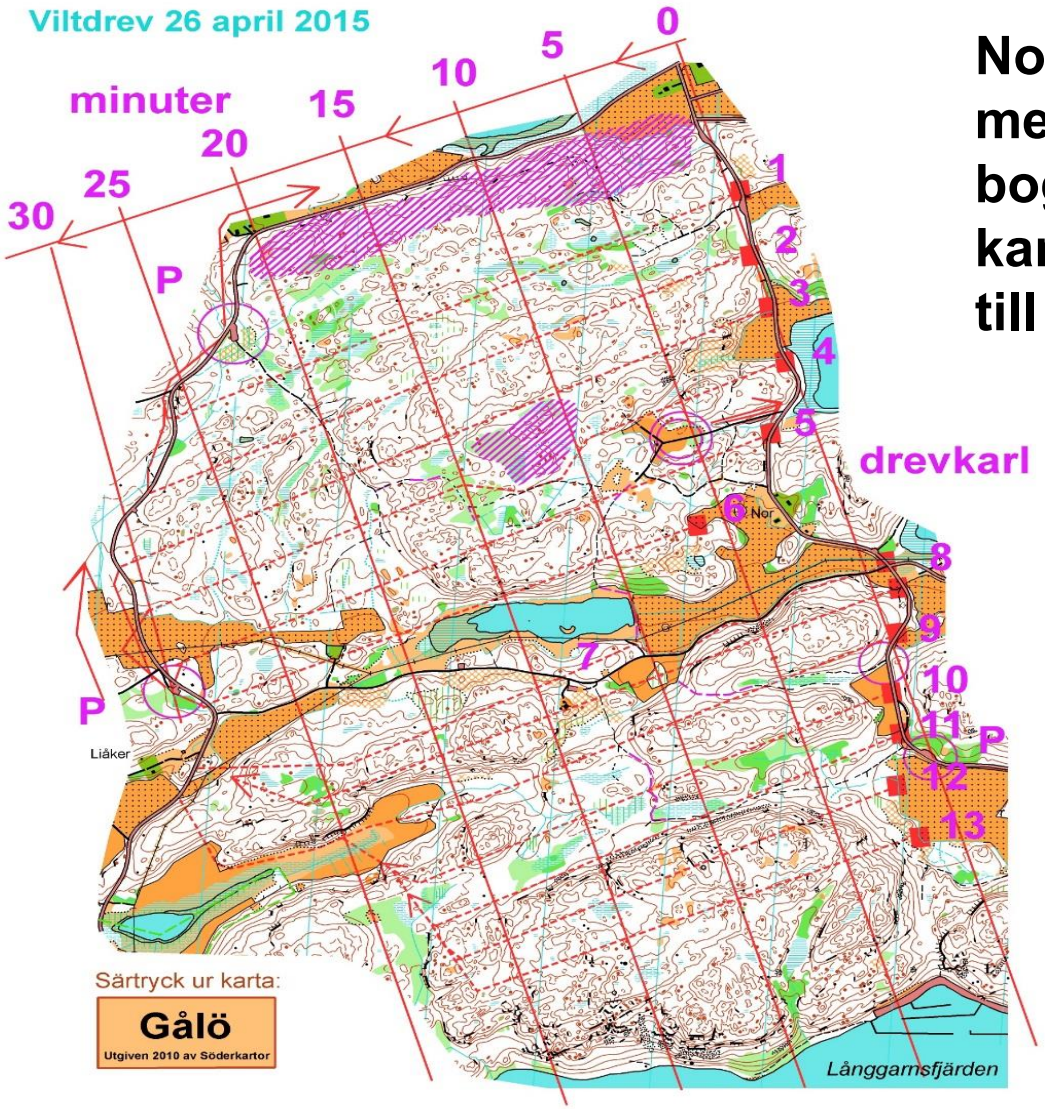


Från ”Samarbete i naturen”

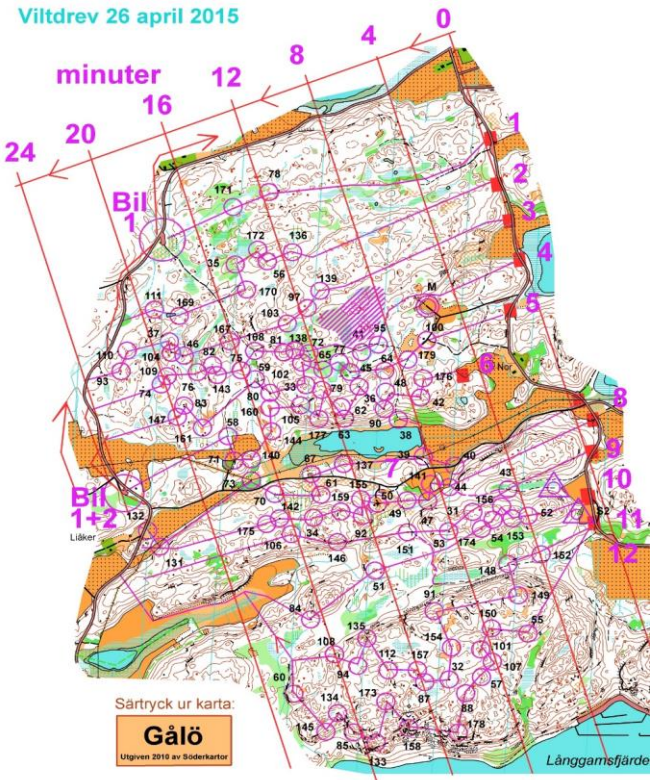
Banstråk | HÄNSYNS-områden

Viltavdrivning

Viltavdrivning bör ske i samverkan med jägarna i området och även samordnas med utsättningen eller start av stämplingsenheter. Utsättarna rör sig då i samma riktning som drevkedjan gjort och gärna i samma riktning som löparna tar i starten på banan.



Normalt har man en karta med inritade stråk och boghalter, men troligtvis kan man använda Livelox till detta



Förkastligt!





Oddsen för att vi är välkomna tillbaka minskar om markägaren får se detta

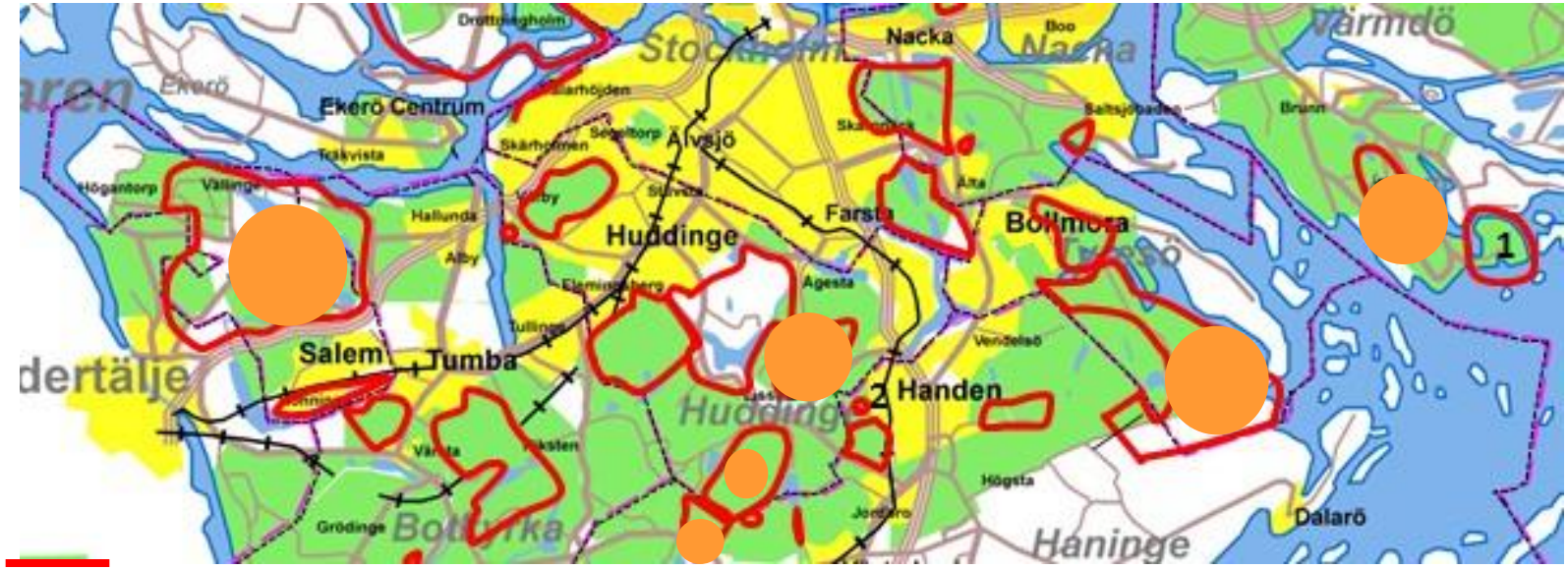


NATURA 2000-OMRÅDEN

SVENSK ORIENTERING STOCKHOLM

Stockholmsorienteringens marker ….

60 NR 10 Natura 2000



= *Naturrerservat och Natura 2000!*

Mer om NR finns i **Skyddad natur**

Nyckelbiotoper

”Värdefulla biotoper med funna/förmodade hotade växter/djur (Rödlistade). Normalt 2-5 ha.”

19 st. definierade typer

Ex: Rasbranter, bäckar och lavmarker

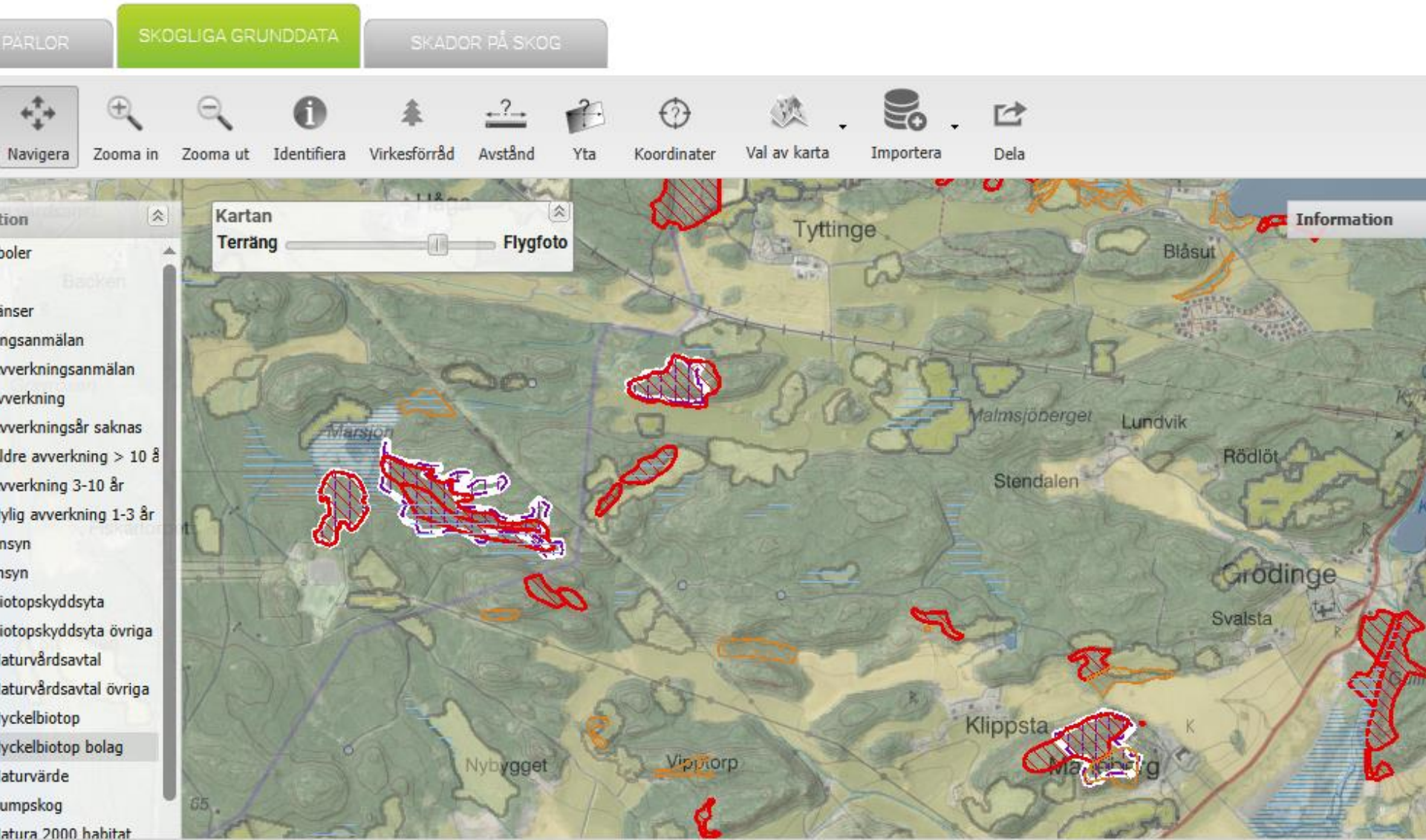
Vissa kan få Biotopskydd

Biotop är en enhetlig biologisk yta.

***bios* = liv och *top* =plats**

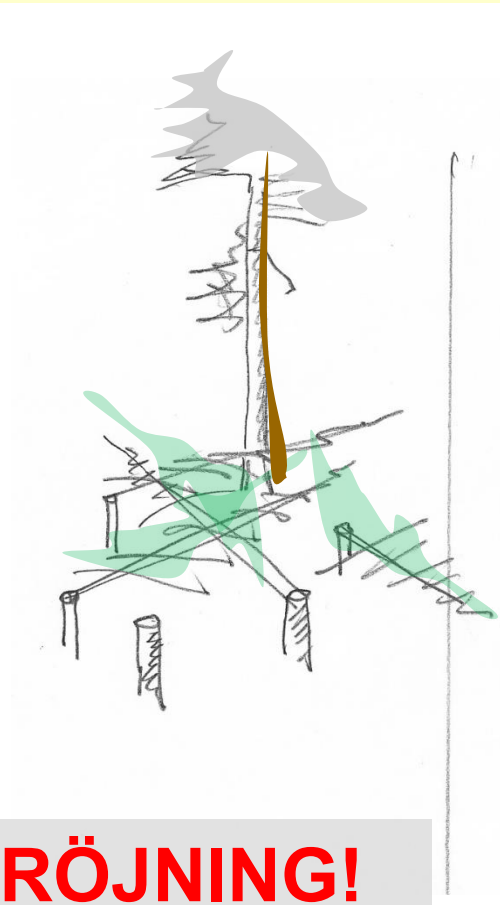
Nyckelbiotoper

”Skogsstyrelsen – skoglig grunddata”



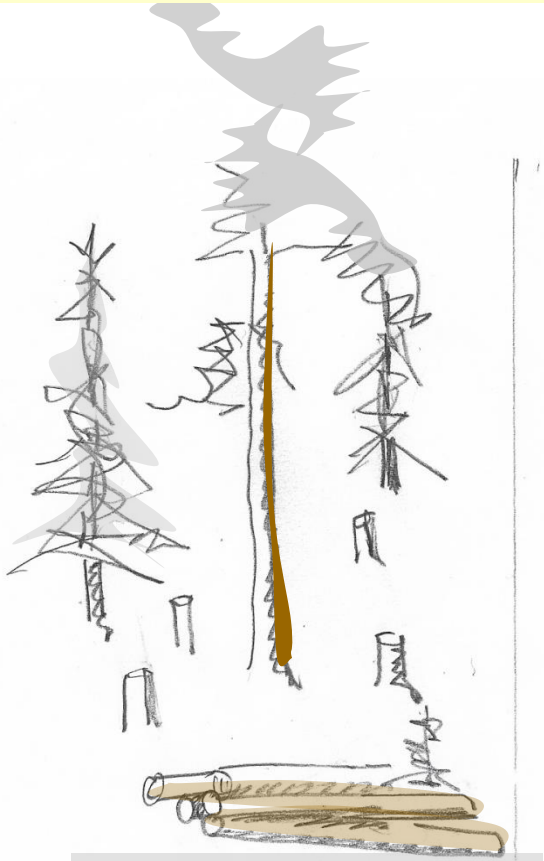
SKOGSÅTGÄRDER -

som påverkar banläggningen



RÖJNING!

= ***elände!***



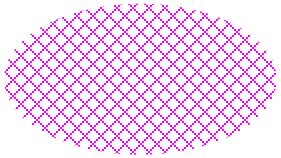
GALLRING



SLUTAV-VERKNING (HYGGE)

Hur gör man med Nyplanteringar?

- **Markägaren avgör!**
- **Förbudsområde?**
- **Inga kontroller - passera?**
- **Minska antalet passerande?**
- **Tydliga (snitslade) genomgångar?**
- **Genomföra eftersyn. Erfarenheter!**
- **Ersätta ev. skador. Annan gottgörelse?**



Springa i kantzon?

Det är förbjudet,

- Att beträda åker eller äng med nysådd, växande eller ej skördad gröda. Det är även förbjudet att beträda kantzon mellan odlad mark och dike, staket, stenmur eller dylikt, om inte arrangören har angett annat.

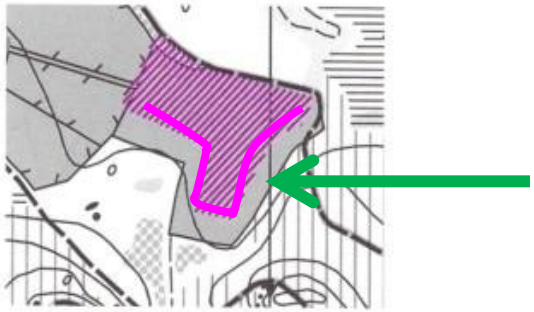
Springa i kantzon?

Aldrig tillåtet utan OK från markägaren, men bör alltid förtydligas i PM och på kartan



Om Nej!

Rastret ska gott och väl täcka hela den odlade ytan.
Vid behov snitsla i terrängen, utanför åkern.



Om Ja!

Lämna en tydlig glipa!
Snitsla vid behov.

Tillstånd från markägaren krävs!

Minimera antalet tävlande per kontroll, i skogen

– färre än 150, helst under 100!
Kolla marken innan vid planeringen!

- Bra för marken = många kontroller och många banor. Tar tid och ”kostar” för arrangören
- Dåligt för marken = färre kontroller och få banor. ”Kostar” mindre för arrangören

Begär ej tillstånd för allt

Dialog *och överenskommelse*

om utnyttjande av mark

för orientering

Tillstånd för:

Arenan (TC – P – Startplatser)

Eventuellt även kontrollbygge

Hot mot orienteringens rykte

- Stressade eller döda djur vid arrangemang
- Orienterare i förbjudna områden (hänsynsområden)
- Dåligt skött dialog med markägare och jakträttsinnehavare
- Orientering där deltagare springer in i pågående jakt
- Söndertrampad natur och leriga stigar vid tävlingar
- Spikar i träd vid kontrollpunkter
- Gamla kontrollställningar eller snitslar som är kvar i skogen
- TV-reportage: Massbilder av orienterare som väller fram i skogen
- Andra grupper som missköter sina OL-aktiviteter (t ex skolor)

Någon punkt som vi inte kan påverka?

Banläggningens mål Hänsyn till naturen

Banläggaren ska via banorna säkerställa att deltagarna skapar minsta möjliga påverkan på naturen och markägarnas intressen.

Till exempel:
Inte lägga sträckor eller ha kontrollplaceringar där deltagare i stressen eller av misstag gör saker som kan påverka naturen eller markägarens intressen negativt.

- inte ha sträckor där löpare måste klättra på staket eller mur
- inte ha sträckor där löpare riskerar att av misstag hamna inne på en tomt
- inte ha sträckor där löpare av misstag, eller för att tjäna tid, springer på odlad mark
- inte ha sträckor där löpare av misstag, eller för att tjäna tid, springer genom djurhagar eller i hänsynsområde/frizon.
- inte ha en belastning på kontrollen som riskerar skapa slitage på naturen

Som banläggare ska du hjälpa deltagarna att göra rätt!

Sammanfattning

Ta hänsyn till naturen!

* Handledning för arrangemang i naturen (Naturvårdsverket)
* På våren ska vi vara extra varsamma
* Samverka och rådgör med markägare, jägare och naturvård
* **Lämna hänsynsområden/frizoner**
* **Stråkbanläggning**
* Försök utnyttja hårda ytor för arena, start och mål
* Var noggrann vid planering av kontrollplaceringar, minimera risk
* Minimera belastningen på kontroller och sträckor

Banläggarens uppdrag och ansvar

Förutom banläggningens 5 mål nämner banläggarboken nedanstående punkter som viktiga för banläggaren att ha koll på

- **Alla ska ha möjlighet att delta på en bana med ”rätt” svårighet.** (SOFT:s klassystem och tävlingsregler mm)
- **Banläggaren måste vara väl insatt** i hur olika terrängtyper påverkar OL-tekniskt och fysiskt för olika kategorier orienterare
- **Banläggaren måste förstå** hur ålder och erfarenhet påverkar hur olika kategorier orienterar
- **Kontrollernas funktion** är att skapa utgångsläge för sträckor med lämpligt orienteringsmoment
- **Banläggarens arbete** går i huvudsak ut på att **hitta bästa möjliga vägvals-, och kartläsningssträckor till aktuell målgrupp inom aktuellt tävlingsområde**
- Det **svåraste momentet avgör sträckans svårighet** och **svåraste sträckan och kontrollen avgör hela banans svårighetsgrad**
- En **bra bana ska ha en blandning av tillåtna OL-moment** upp till det svåraste som får finnas på aktuell bana
- **Orienterare måste ”tala samma språk”, banläggarna ska kunna det språket,** precis som tränarna, ungdomsledarna, aktiva och funktionärer

Banläggarens **ansvarsområden**

Ett **axplock** av uppgifter för banläggaren (vid tävlingar):

*Samverka med tävlingsledningen mfl

-Aktivt medverka vid val av tävlingsområde, arena mm
-Nära dialog med kartritaren
-Kontakter med bankontrollanten/bankonsulten

*Organisera och i vissa fall leda banläggningsarbetet t ex

-Banläggarteam
-Genomföra banläggningsarbete på karta och i terräng
-Materialhantering inklusive elektronisk stämpling
-Vätskestationer
-Planera tryckning av kartor/banor
-Utsättning/intagning av kontroller, snitslingar och material
-Viltavdrivning

*Lämna underlag till inbjudan, lottning, PM, speaker mm

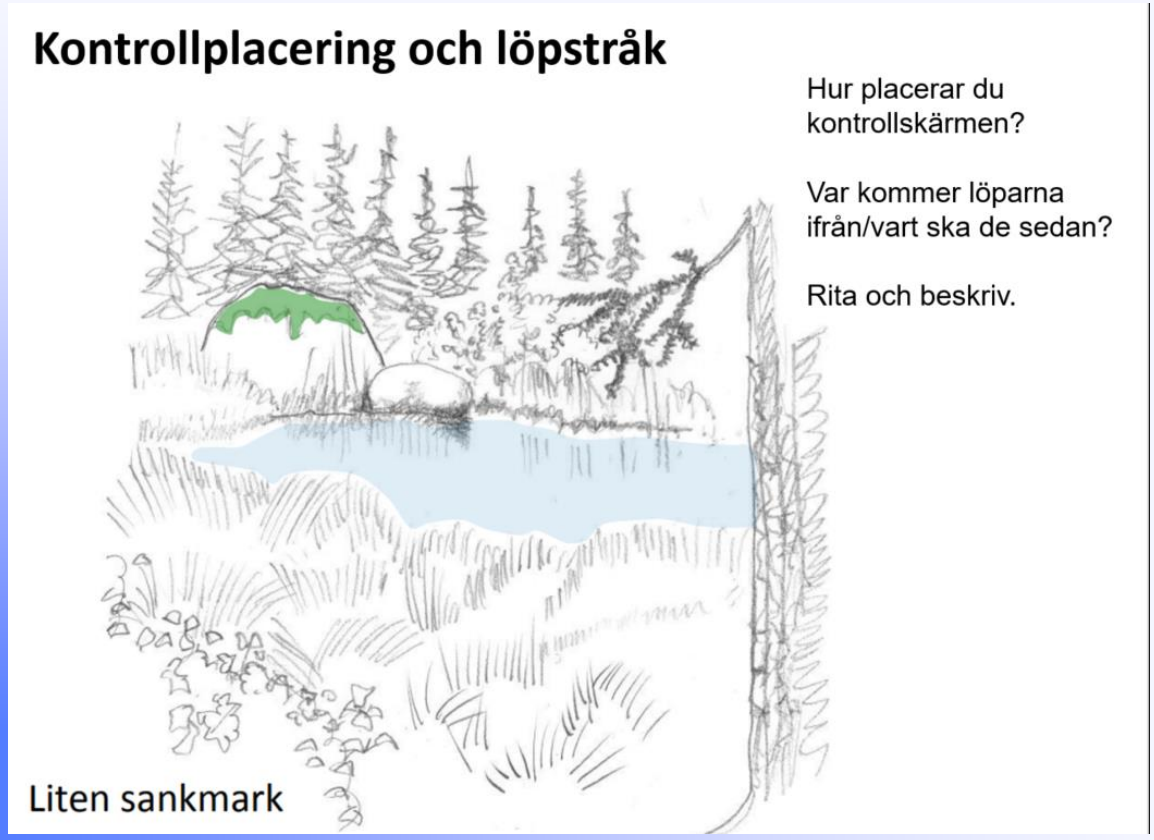
-Tillsammans med sekretariatet lotta och ta fram startlista
-Vid värdetävlingar planera för TV-sändningar

Tas upp mer på Grund och fortsättnings kursen

Till nästa gång

Hemuppgift 1

Ni kommer få ett PDF-dokument med 9 stycken bilder som ni ska komplettera genom att rita och berätta



Till nästa gång

Hemuppgift 2

Titta igenom någon av nedanstående webbsändningar i hur man använder Purple Pen, Condes och OCAD:s banläggarstöd. OCAD ska ni troligen redan kollat, välj någon av de andra.
Går att snabbtitta genom att spola fram sändningarna.

Purple Pen

https://youtu.be/s9UghzHTTGU?si=tZI9t9zbUlde2cU-

Condes

https://youtu.be/x0mWHXex1aI?si=tNRE2TDKDls1J5U1

OCAD

https://www.orientering.se/forening/arrangor/dokument-stod/utbildningar-traffar-webbinarier/ol-17-8-2023-ocad-for-banlaggare/

Till nästa gång

Hemuppgift 3

Läs sidorna 14-18 i boken Banläggning

Att förstå hur olika kategorier av löpare orienterar

Orienteringsteknik

För att kunna konstruera uppgifter som tvingar till tankemöda måste vi veta vad det är som kräver planering, tänkande och god orienteringsteknik. Med andra ord, för att pröva orienteringsskickligheten måste vi ha klart för oss hur deltagarna i en viss kategori kommer att gå tillväga för att lösa ett visst orienteringsproblem.

För att lyckas med banläggningsarbetet räcker det inte med enbart aktiva meriter, även om det är värdefullt om banläggaren orienteringstekniskt står på en hög nivå. Banläggaren bör dock vara väl förtrogen med elitens orienteringsteknik. På samma sätt är det viktigt att banläggaren har kunskap om vilken orienteringsteknik som alla övriga kategorier orienterare använder.

Till nästa gång

Hemuppgift 4

Stockholms OF har tagit fram ett infomaterial som beskriver hur man bör gå till väga vid planering av ett träningsarrangemang. Kolla igenom del 2 via länken nedan.

Del 1 har ni redan gjort, ”Gäst i naturen”

https://www.orientering.se/stockholm/stockholms-of/utbildning/markutbildningar/markutbildning-for-traningsarrangorer/

God natt, ses 18 november 19.30

