

Frågor om banläggning

Ange svar i rutan

1. Vad kännetecknar en bra vägvalssträcka?

- 1 Minst två möjligheter att springa runt-om
- x Svår och detaljrik terräng rakt på
- 2 Variation i terräng, teknik och svårighetsgrad

2. Vad är en balanseringssträcka

- 1 En sträcka genom en smal passage
- x En sträcka för att skapa en bra utgångspunkt för nästa sträcka
- 2 En sträcka där löparen behöver balansera över en smal bro

3. Vad kännetecknar en medeldistansbana?

- 1 Teknisk orientering och vinnartider på 25 minuter
- x Teknisk orientering med vägvalsmöjligheter
- 2 Teknisk orientering och gömda kontroller

4. Varför bör man se till att alla löpare passerar en större väg på samma ställe?

- 1 För att det ska vara lättare att rita in banan
- x För att det ska vara så trafiksäkert som möjligt
- 2 För att det ska vara så rättvist som möjligt

5. Varför lägger man in en avledningsträcka?

- 1 För att få bort en spetsig och ful vinkel eller komma i läge för t ex en vägpassage
- x För att avleda löparnas uppmärksamhet och på så sätt få dem att missa
- 2 För att koppla ihop två intressanta terrängområden

6. Vilka klasser har Violettt färg på sina banor?

- 1 DH16, DH17-20, Öppen 11
- x DH16, DH17-20, Öppen 6
- 2 DH17-20, DH14, Öppen 7

7. Vad är en Nyckelbiotop?

- 1 Assa-Abloys nya låssystem
- x Ett terrängområde med t ex fjärlar
- 2 Terräng som ej får beträdas av en orienterare

8. Vad menas med buffertzona?

- 1 Ett område där älgar och vildsvin håller till
- x Ett område som är avsatt för att viltet ska kunna få en möjlighet att lugna ner sig
- 2 Ett grönområde

9. Vad kännetecknar en sprintbana i orientering?

- 1 Kluriga kontrollpunkter
- x Hög fart
- 2 Segrartider på 16 minuter

10. Om kartskalet är 1:10000, vilken diameter ska kontrollringarna ha på tävlingskartan?

- 1 Exakt 5 mm
- x Max 6 mm
- 2 7,5 mm

11. Vad är kontrollens huvudsakliga uppgift?

- 1 Att vara en start eller avslutning på en orienteringssträcka
- x Att sprida löparna så att naturen inte slits
- 2 Skapa en snygg banprofil

12. Vad ska man tänka på om man lägger korsande sträckor på en bana?

- 1 Ingen ska kunna ta kontrollen i fel ordning
- x Att ta hänsyn till djur och natur
- 2 Att rita pilar så att ingen tar fel kontroll av misstag

13. De olika bantyperna betecknas med...?

- 1 Bokstäver och siffror
- x Endast bokstäver
- 2 Färger

14. Vad menas med ledstångsorientering?

- 1 En lätt orienteringsbana där kontrollerna är sammanbundna av ett rep eller annan ledstång
- x Lösa en sträcka på en bana genom att följa en tydlig stig, bäck eller tydlig höjdkant
- 2 Lösa en sträcka på en bana genom att utnyttja olika typer av tydliga kartdetaljer som tillsammans blir av formen ledstång

15. Hur bör man markera en väg som är förbjuden att korsa på tävlingskartan?

- 1 Med tecknet för förbjudet område
- x Behövs ingen markering eftersom det är förbjudet att beträda vägar
- 2 Med en kedja av violetta kryss

16. Vilken av följande påståenden är en bra beskrivning på en lämplig målsput?

- 1 Minst 2,5 meter bred enkelriktad målfälla
- x En rejäl uppførsbacke så att speaker och publik hinner se löparna
- 2 Alla klasser måste ha samma sista kontroll

17. Var ska startpunkten ligga i starttriangeln?

- 1 I spetsen
- x I mitten
- 2 I bakkanten

18. Om kartskalan är 1:4000 på en sprinttävling i Sverige, vilken linjebredd ska banpåtrycket, linjer och kontrollringarna ha på tävlingskartan?

- 1 Exakt 0,14 mm
- x Max 0,35 mm
- 2 Minst 0,52 mm

19. Hur långt från en åkerkant, stig eller väg kan en kontroll på en Vit bana ligga?

- 1 Max 100 m
- x Min 20 m
- 2 Max 50 m

20. Vad menas med uttrycket kontroll med säker uppfångare på en Gul bana?

- 1 En stor stig 50 meter bakom en kontroll
- x En höjdkant med en brant 30 meter bakom en kontroll
- 2 En otydlig sankmark 50 meter bakom en kontroll

Antal rätt: _____

Lägg en medeldistansbana för klasserna Mycket lätt 2km, D12, H14 och D16 på bifogad karta. Bestäm själv mål och startplatser.

Rita först med blyerts innan du är klar och fastställt banorna. Sedan kan du förtydliga genom att använda olika färger för de olika banorna! (OBS! Nedanstående karta är inte skalriktig, använd bifogad karta)

