

Övning 1

Orsak till bom	Lösning?
Parallellfel – tar fel på två liknande föremål eller ledstänger i terrängen	Kontrollera riktning. Ligger föremålet eller ledstången i rätt riktning. Övar på att se när det finns risk för parallellfel.
Kollar liknande kontrollpunkter i närheten – springer omvägar trots att det inte stämmer med egen kontrollpunkt	Lita på dig själv. Ha koll på om det finns något i närheten av din kontroll som är unikt.
Kontrakurs/grovt felaktig riktning – vänder kartan fel eller använder kompassen felaktigt	Kontrollera kompassen. Gör det en extra gång efter att du lämnat kontrollen.
Detaljfattig terräng eller väldigt likformig terräng – svårt att hitta hållpunkter eller något att läsa in sig på	Var extra noggrann med kartkontakt och hållpunkter. Överväg om det finns säkrare vägval.
Dålig avståndskänsla – springer för långt eller för kort	Öva avståndskänsla. Gör en bild av sträckan i huvudet.
Chansar – tappar kartkontakten men kör på ändå och hoppas	Ha en plan för sträckan. Stanna upp om du inte har något som fångar upp dig.
Tappar bort sig på långa sträckor	Ha en plan med tydliga hållpunkter. Orientera med framförhållning. Gör en bild av sträckan i huvudet.

Övning 2

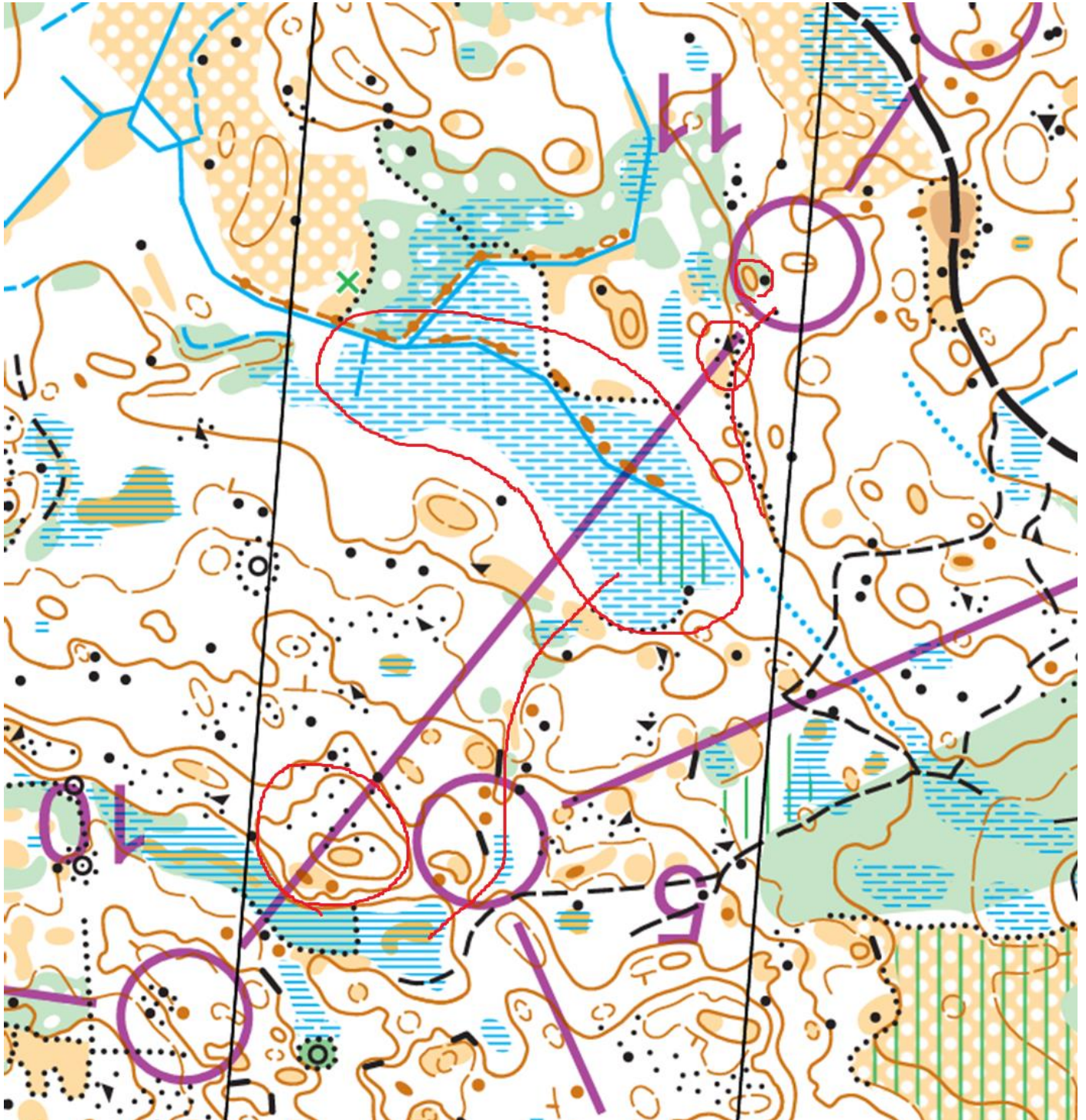
Planera sträcka 10-11. Sträckan är 569 m från Veckans bana i Strängnäs 13-17/6

Hållpunkter? Ledstänger? **Myren och höjden i början. Sänkan till höger. Den stora myren med bäcken. Beståndsgränsen som följer höjden.**

Attackpunkt? **Öppna gläntan med steniga området i kanten. Gula höjden med en sten bredvid.**

Risker? Parallellfel eller svåra objekt att läsa av? **Flera små höjder, öppna områden och steniga partier. Stigen kan vara svår att fånga om man söker den i början.**

Inläsningspunkter eller uppfångning? **Bäckar, stor öppna fält (hyggen)?, stora myren, mindre väg**



Övning 3

Planera sträcka 2-3. Sträckan är 737 från Veteran-OL Oskarshamn

Hur bryter du ner sträckan? Hållpunkter? Ledstänger? **Stenarna vid myren, höjden med branter runt, höjden med lång brant, höjden med brant, stora höjden, slutningen åt höger**

Attackpunkt? **Branterna innan kontrollen**

Risk för parallellfel? **Många gula höjder, kolla branternas riktning**

Inläsningspunkter eller uppfångning? **Stora höjden, branter, stenar, tornet, i nödfall ta riktning ut till stigen**

