

## Tiokampens orientering 2021.

### Grupp D och C

Man följer en snitslad bana och följer med på kartan var man är. Vid varje kontroll finns en kontrollskärm och 3 avläsningseenheter för den elektroniska pinnen märkta A, B och C. Varje kontroll är inringad på kartan med en stor ring. Inom varje sådan ring finns tre mindre ringar märkta A, B och C. Kontrollskärmen sitter vid en av dessa. Deltagaren ska avgöra var kontrollskärmen sitter och stämpla i rätt avläsningseenhet. Vinner gör den som har stämplat rätt vid varje kontroll och är snabbast. De som har stämplat fel vid **en** kontroll kommer sedan i tidsordning. Därefter de som stämplat fel vid 2 kontroller i tidsordning, osv. Det är viktigare att stämpla rätt vid kontrollerna än att det går snabbt.

### Grupp B

I B-gruppen har vi friorientering efter en enkel bana med ca 5-8 stycken kontroller och ungefär 2 000 meter lång. Deltagarna får en karta i starten med kontrollerna angivna. Det gäller att hitta kontrollerna i rätt ordning. På vägen till kontrollerna kommer man att hitta bilder med 'Glada gubbar' på träden om man är på rätt väg. Skulle man välja fel stig möter man bilder med 'Ledsna gubbar'



### Grupp A

I A-gruppen har vi friorientering med ca 10 kontroller men banlängd på ca 3 km.

### "Pinne" för alla grupper

I alla grupper kommer vi att använda en 'elektronisk pinne' som man får i anmälan. Pinnen fäster man på fingret. Med 'pinnen' stämplar man vid start, vid alla kontroller och vid målgång. I pinnen lagras information om tider och att man passerar alla kontroller i rätt ordning. Efter målgång ska 'pinnens' innehåll läsas av i separat avläsningseenhet. (Följ snitsel till avläsningseenheten efter att målet passerats). Det gäller att hålla rätt på pinnen ända tills man gått i mål. Utan pinnen kan man inte få någon tid eller placering (annat än "deltagit").



Vid starten, kontrollerna och målet finns en dosa där man sticker ner pinnen för registrering. En lampa blinkar till och en signal hörs vid korrekt registrering. **Det är viktigt att hålla 'pinnen' nedtryckt tills ljud- och ljussignal fås.** Annars registreras inte kontrollen i 'pinnen' och löparen riskerar att inte bli godkänd. Vid dosan finns ett nummer, som ska vara detsamma som kontrollens kodnummer på kartan i klasserna A och B om man är vid rätt kontroll.



### Förträning

Väsby OK ordnar förträning onsdagen den 20 okt. Anmälan kl. 18.00-19.00 vid Runbyskolan. Då finns det möjlighet att testa utrustningen och bekanta sig med kartor och karttecken. Alla får gå ut på en testbana i skogen. Ta med pannlampa eller ficklampa!