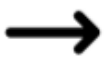
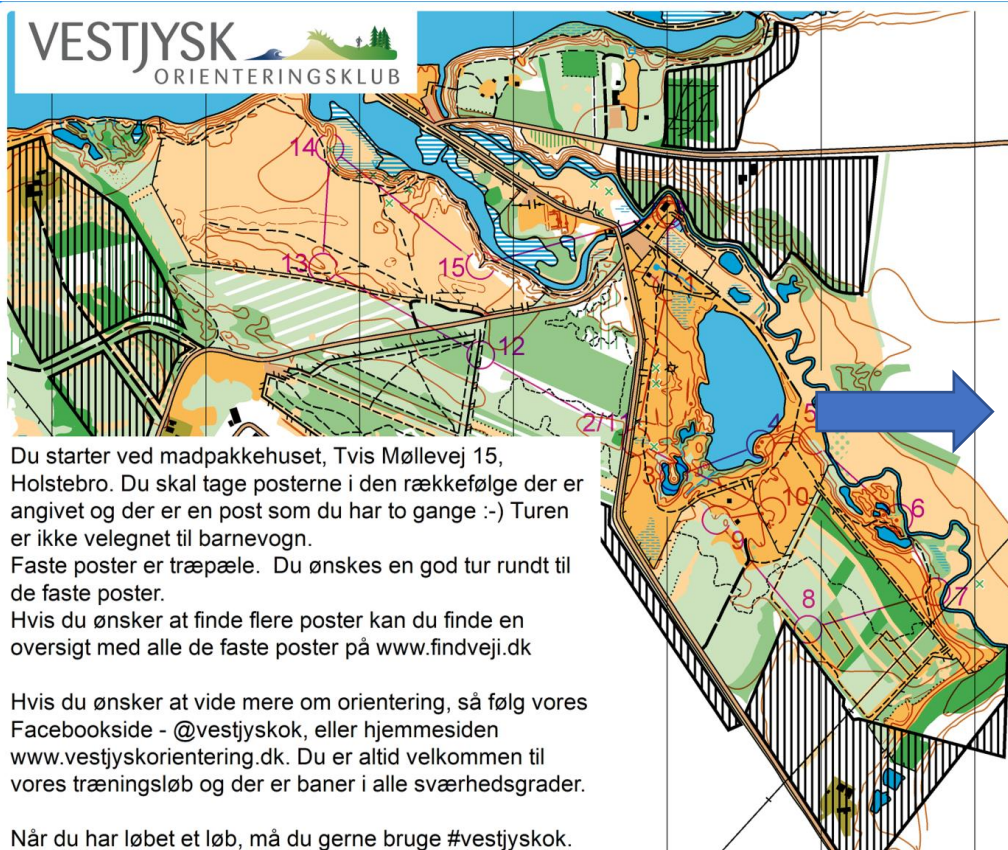


Postdefinitioner og afstand

En postbeskrivelse kan se sådan ud:									
Skovløbet									
D 35 A, H 16 A, H 21 AK, H 50 A									
5			5,5 km			135			
									
1	31								
									
3	57								
4	142								
5	82								
6	95								
7	64				1,4				
 --- 175 m ---  									

De klasser, der løber banen		
Banens nummer	Banens længde	Stigningen på bedste vejvalg
Start er i vækstgrænseknæk		
Post 1 har nummer 31 i skoven og er hvor en sti og en grøft krydser hinanden		
Post 2 har nummer 63 i skoven og er ved nordvestfoden af en punkthøj		
Post 3 har nummer 57 i skoven og er i den midterste af de små lavninger, der er i postcirklen		
Post 4 har nummer 142 i skoven og er i den østlige lysnings sydøstkant. Der kan fås væske på posten		
Post 5 har nummer 82 i skoven og er i en slugt, i den øverste del af slugten		
Post 6 har nummer 95 i skoven og er i en ubevokset moses vestspids		
Post 7 har nummer 64 i skoven og er ved den sydlige sten. Stenen er 1,4 m høj, og posten er på østsiden		
Fra post 7 er der 175 meter afmærket strækning til mål		

A	B	C	D	E	F	G	H
	142						
Postens nummer på banen	Postens nummer i skoven	Hvilken af flere ens terrængenstande i postcirklen	Op til 3 oplysninger om forholdene ved posten. Det vigtigste står længst til venstre			Hvor står skærmen ved terrængenstanden	Yderligere oplysninger



Du starter ved madpakkehuset, Tvis Møllevej 15, Holstebro. Du skal tage posterne i den rækkefølge der er angivet og der er en post som du har to gange :-). Turen er ikke velegnet til barnevogn.

Faste poster er træpæle. Du ønskes en god tur rundt til de faste poster.

Hvis du ønsker at finde flere poster kan du finde en oversigt med alle de faste poster på www.findveji.dk

Hvis du ønsker at vide mere om orientering, så følg vores Facebookside - @vestjyskok, eller hjemmesiden www.vestjyskorientering.dk. Du er altid velkommen til vores træningsløb og der er baner i alle sværhedsgrader.

Når du har løbet et løb, må du gerne bruge #vestjyskok.

Faste poster

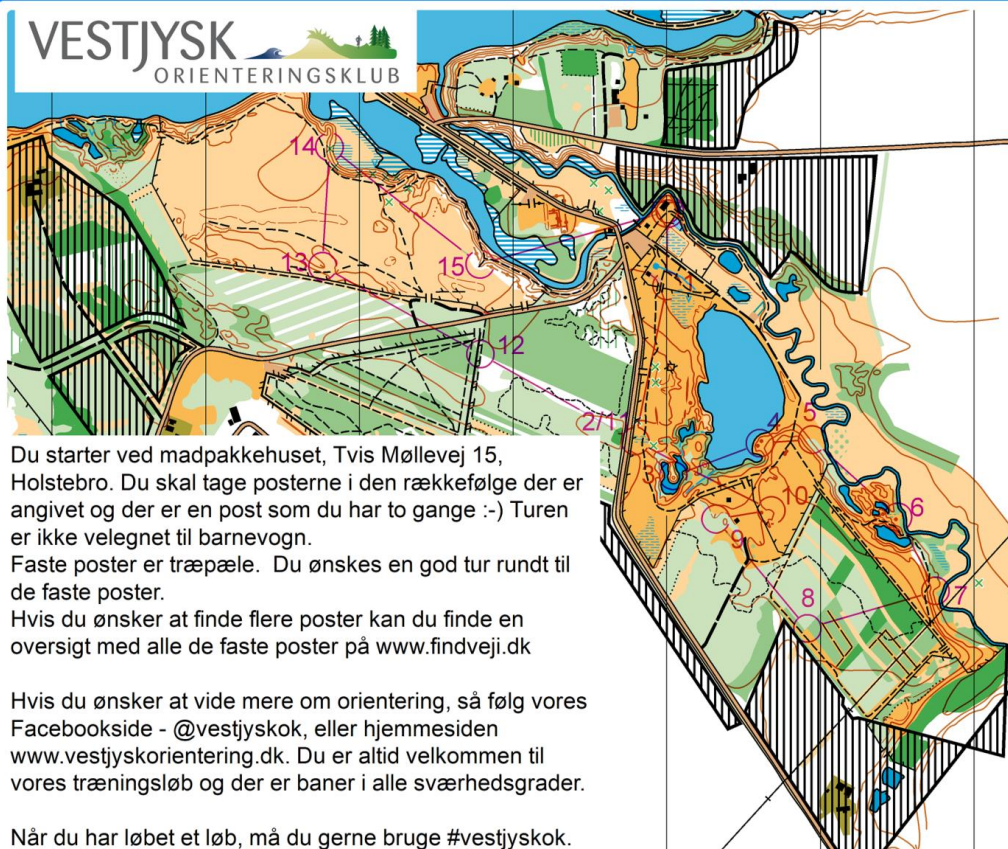
Tvis Mølle	3,2 km
1	20 Gennemgang, Øst-side
2	23 Mose, Vest-kant
3	25 Punkthøj, Nord-kant
4	28 Punkthøj Punkthøj, Mellem
5	31 Lund, Nord-spids
6	35 Punkthøj, Nordøst-side
7	36 Slugt flad
8	34 Åbent område, Nord-hjørne (inde)
9	29 Slugt
10	30 Slugt
11	23 Mose, Vest-kant
12	16 Sti Tæthed -sammenløb
13	12 Slugt
14	13 Markant træ med blade
15	15 Slugt

OK 325 m >O

www.cordes.net 10.2.12 Vestjysk Orienteringsklub
Faste poster Østre og Vandrøftsaen

Faste poster

Tvis Mølle		3,2 km			
▷					
1	20		⊥		○
2	23		≡		⊖
3	25		●		⊖
4	28		●	●	≡
5	31		⌞		↘
6	35		●		○
7	36		∩	⌒	
8	34		◇		^
9	29		∩		
10	30		∩		
11	23		≡		⊖
12	16		/	⊗	∠
13	12		∩		
14	13		⬆	♣	
15	15		∩		
○ <		325 m		> ⊙	



Du starter ved madpakkehuset, Tvis Møllevej 15, Holstebro. Du skal tage posterne i den rækkefølge der er angivet og der er en post som du har to gange :-). Turen er ikke velegnet til barnevogn.

Faste poster er træpæle. Du ønskes en god tur rundt til de faste poster.

Hvis du ønsker at finde flere poster kan du finde en oversigt med alle de faste poster på www.findveji.dk

Hvis du ønsker at vide mere om orientering, så følg vores Facebookside - @vestjyskok, eller hjemmesiden www.vestjyskorientering.dk. Du er altid velkommen til vores træningsløb og der er baner i alle sværhedsgrader.

Når du har løbet et løb, må du gerne bruge #vestjyskok.

Faste poster

Tvis Mølle	3,2 km	
1	20	Gennemgang, Øst-side
2	23	Mose, Vest-kant
3	25	Punkthøj, Nord-kant
4	28	Punkthøj Punkthøj, Mellem
5	31	Lund, Nord-spids
6	35	Punkthøj, Nordøst-side
7	36	Slugt flad
8	34	Åbent område, Nord-hjørne (inde)
9	29	Slugt
10	30	Slugt
11	23	Mose, Vest-kant
12	16	Sti Tæthed -sammenløb
13	12	Slugt
14	13	Markant træ med blade
15	15	Slugt

325 m

www.cordes.net 10.2.12 Vestjysk Orienteringsklub
Faste poster Østre og Vestsiden

Faste poster

Tvis Mølle

3,2 km



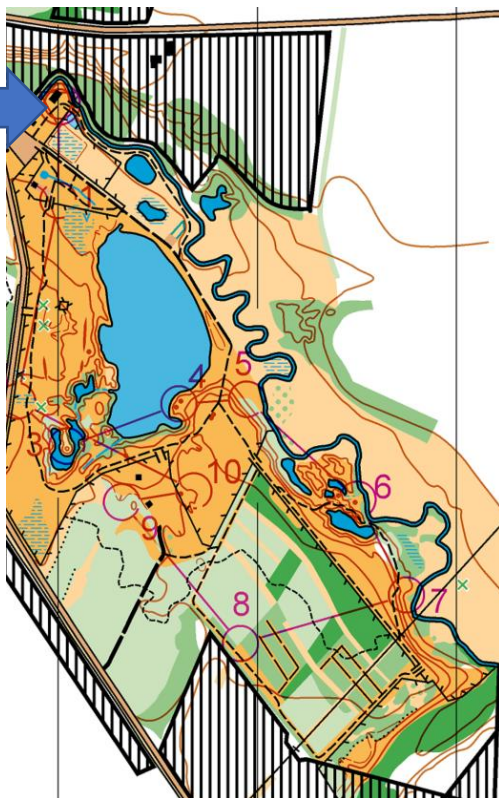
1	20	Gennemgang, Øst-side
2	23	Mose, Vest-kant
3	25	Punkthøj, Nord-kant
4	28	Punkthøj Punkthøj, Mellem
5	31	Lund, Nord-spids
6	35	Punkthøj, Nordøst-side
7	36	Slugt flad
8	34	Åbent område, Nord-hjørne (inde)
9	29	Slugt
10	30	Slugt
11	23	Mose, Vest-kant
12	16	Sti Tæthed -sammenløb
13	12	Slugt
14	13	Markant træ med blade
15	15	Slugt



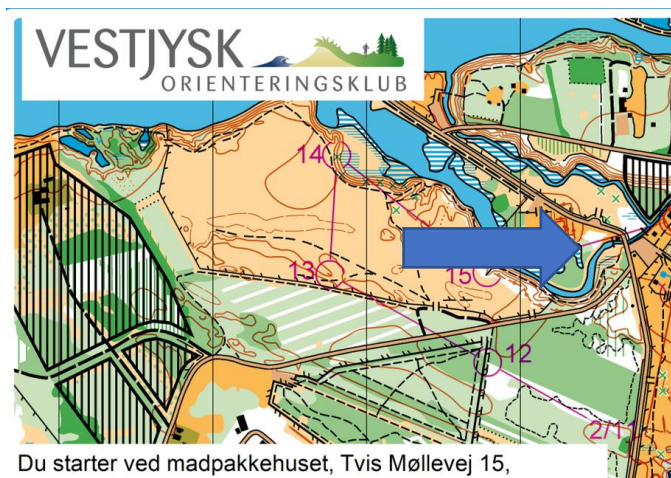
325 m



www.sander.net 4024215-fotoblog-orientering.dk



Faste poster					
Tvis Mølle		3,2 km			
▷					
1	20	≡		○	
2	23	≡		○	
3	25	●		○	
4	28	●	●	≡	
5	31	≡		≡	
6	35	●		○	
7	36	∩	—		
8	34	◇		∧	
9	29	∩			
10	30	∩			
11	23	≡		○	



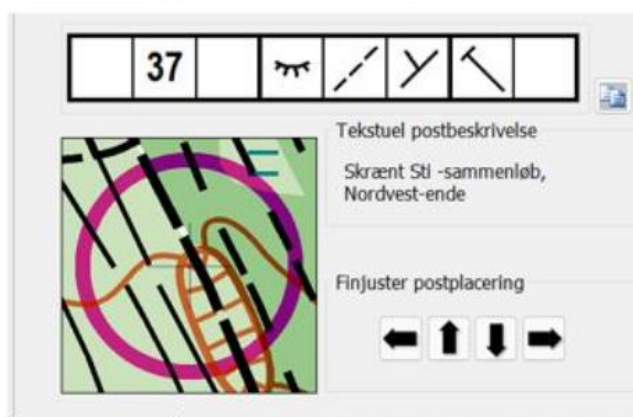
Du starter ved madpakkehuset, Tvis Møllevej 15,

11	23	≡		○
12	16	∩	≡	∩
13	12	∩		
14	13	∩	☼	
15	15	∩		
		○	325 m	○

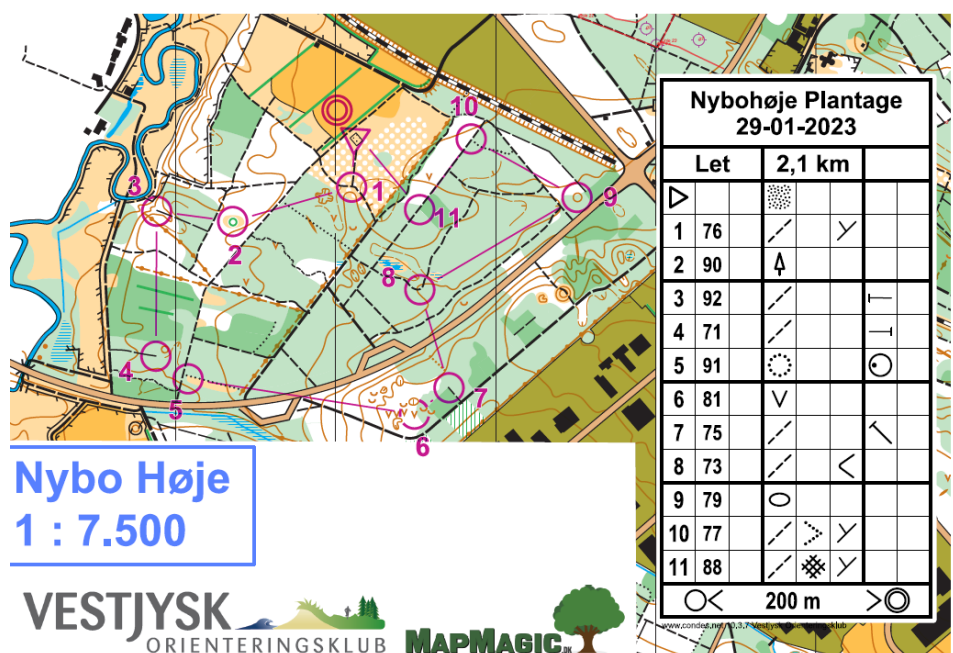
A



B



Afstand



Ofte er der cm-mål på dit kompas

Meridianer/nordlinjer – ofte 250 meter og på nye kort 300 meter

Løb en strækning flere gange og tæl skridt (jeg tæller kun højre ben)

Vej og terræn er ofte forskelligt

Frisk og træt er også forskelligt

Fx ved jeg at jeg bruger 47 dobbeltskridt på 100 m

