

PATİKA ORIENTEERING'E GİRİŞ

Banja Luka – Şubat 2012

Eğitmen: Tomislav Varnica, IOF Etkinlik Danışmanı; OK Vihor, Zagreb, Hırvatistan
İllüstrasyon & Sunum: Ivana Gobec, OK Vihor, Zagreb, Hırvatistan
Yardımcı Yazar: Damir Gobec, OK Vihor, Zagreb, Hırvatistan

Çeviri: Nesrin Mevsim – TOF Dış İlişkiler Kurulu üyesi

Bu sunum, Patika Orienteering'i Güneydoğu Avrupa Orienteering Çalışma Grubu üyelerine tanıtmak için hazırlanmıştır. Siz de, bu sunumu Patika Orienteering tanıtımı için kendi dilinize çevirebilirsiniz.

İllüstrasyonları yayımlamak için lütfen yazarlarla iletişime geçiniz: vihor@vihor.hr

Bireysel yayım veya fayda için kullanmayınız. Teşekkürler.

*Dilerseniz, eklemelerde bulunarak veya düzeltmeler yaparak iyileştirebilirsiniz.
Yardımaınıza ve emeğinize müteşekkîr kalırız.*

Uluslararası Orienteering Federasyonu (IOF) orienteering sporunun uluslararası yönetim kurulusudur.

IOF'nin idaresinde 4 orienteering disiplini vardır: koşarak orienteering, bisikletle orienteering, kayakla orienteering ve **patika orienteering**.



koşarak
orienteering



bisikletle
orienteering



kayakla
orienteering



patika
orienteering

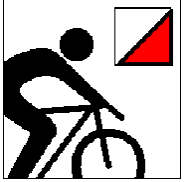
IOF'nin belirlediđi 4 haritalama standardı var:



Orienteering Haritaları için Uluslararası Standart = ISOM (2000)



Sprint Orienteering Haritaları için Uluslararası Standart = ISSOM (2007)

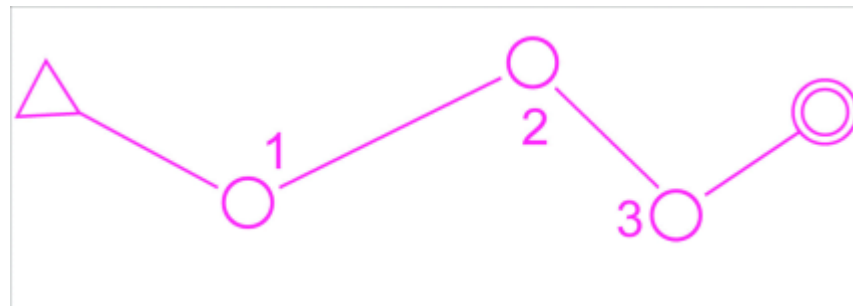
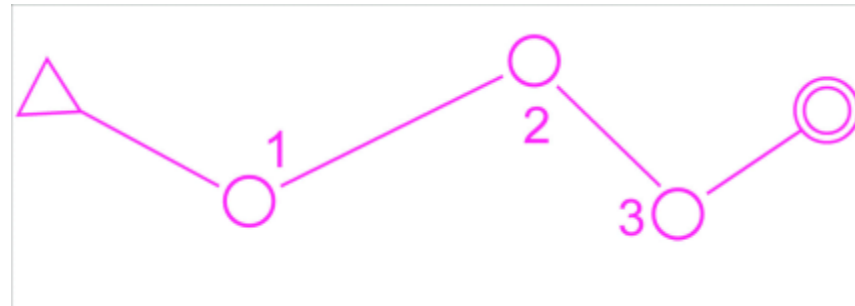
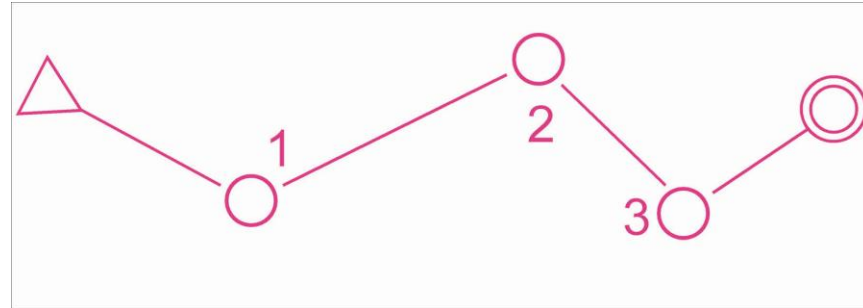


Bisikletle Orienteering Haritaları için Uluslararası Standart (2010)

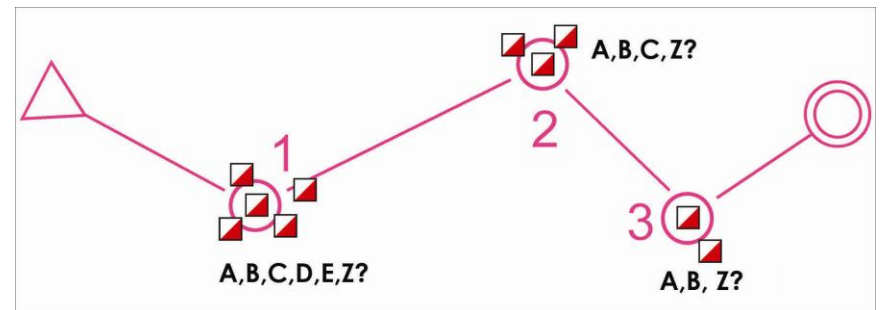
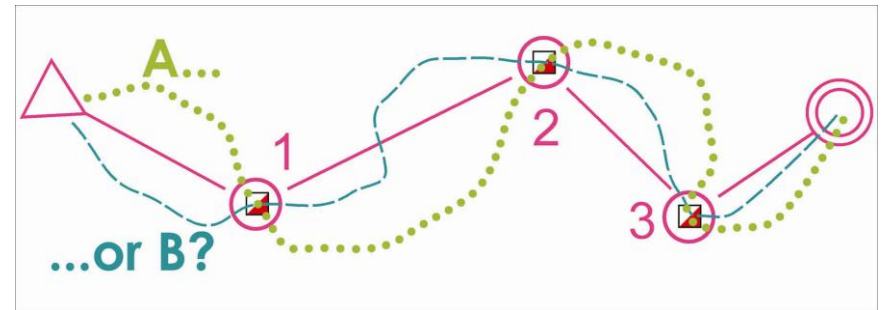
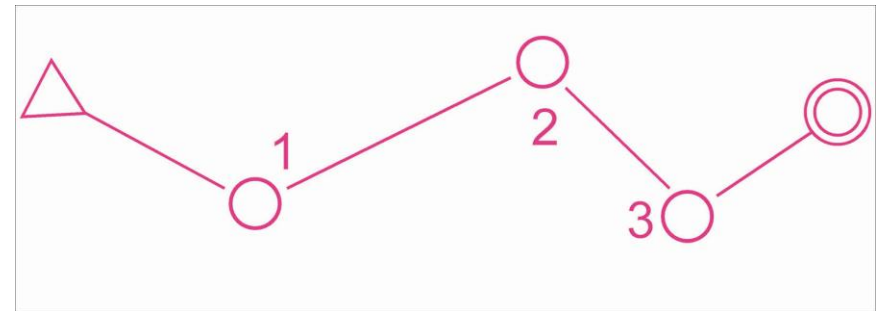


Kayakla Orienteering Haritaları için Uluslararası Standart (2009)

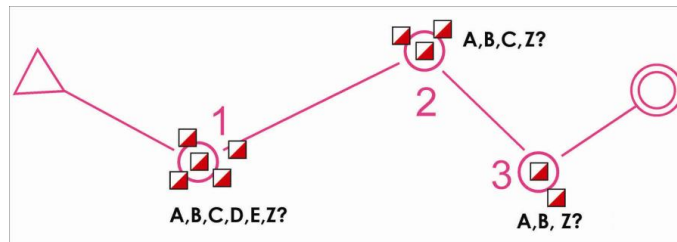
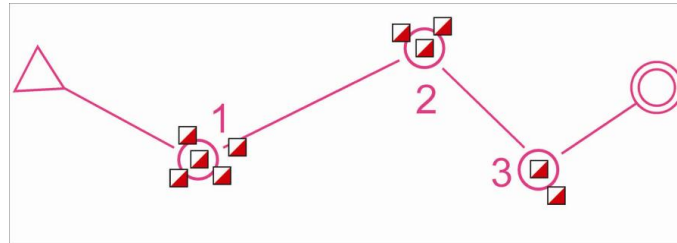
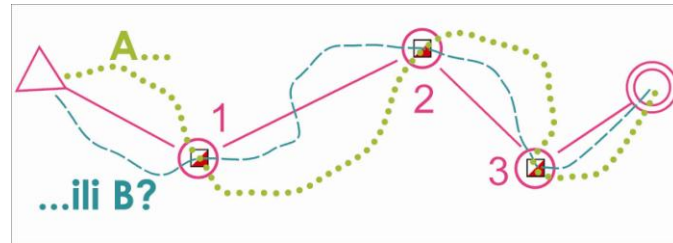
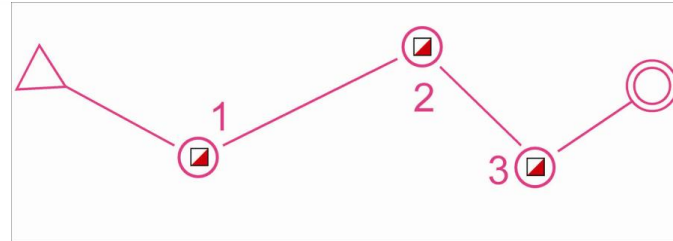
ORIENTEERING



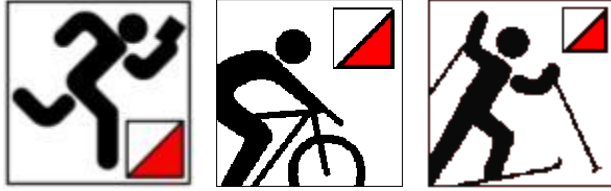
ORIENTEERING



ORIENTEERING



ORIENTEERING



sürat !

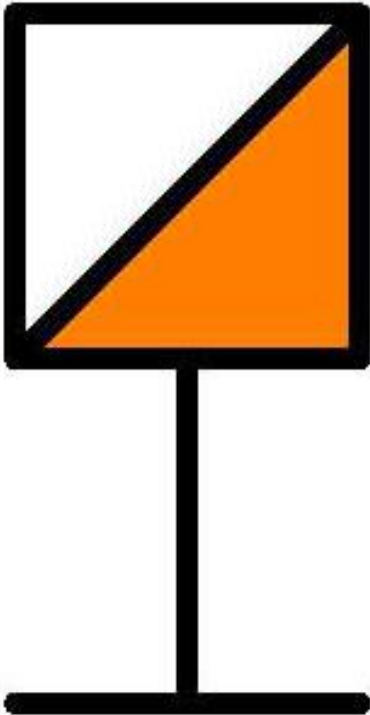


sürat yok

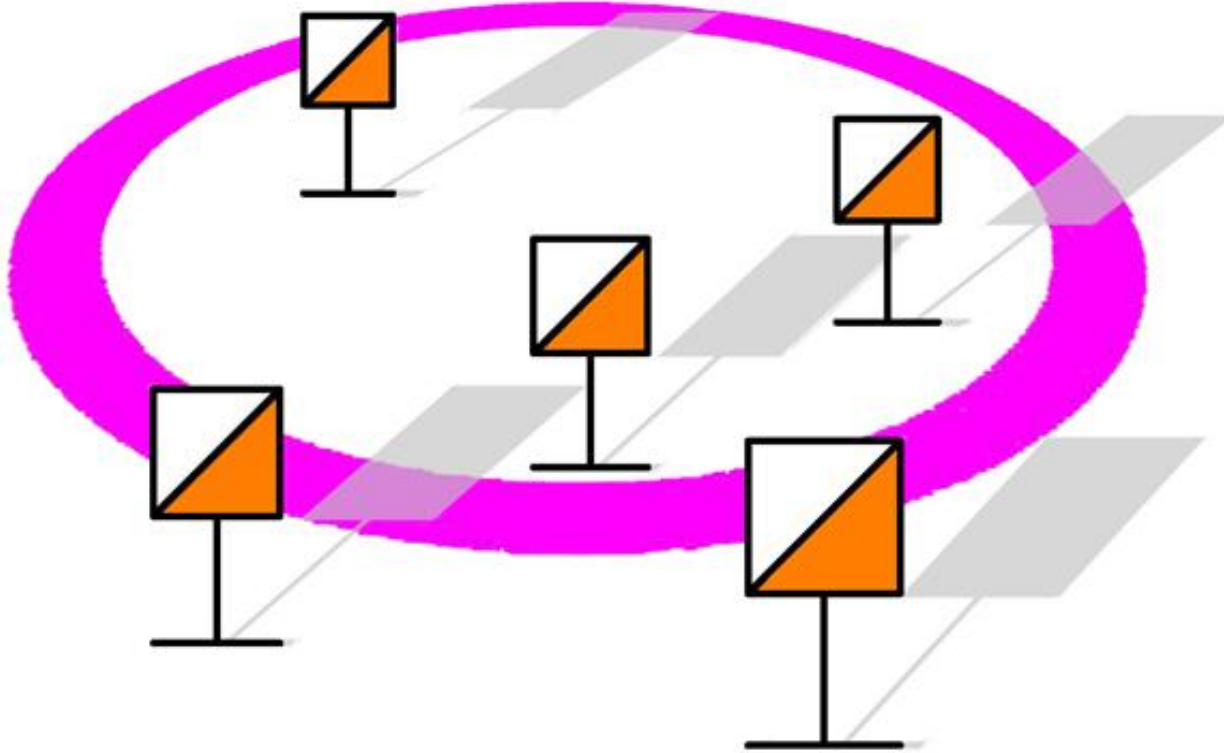


fakat Zaman Sınırı var !

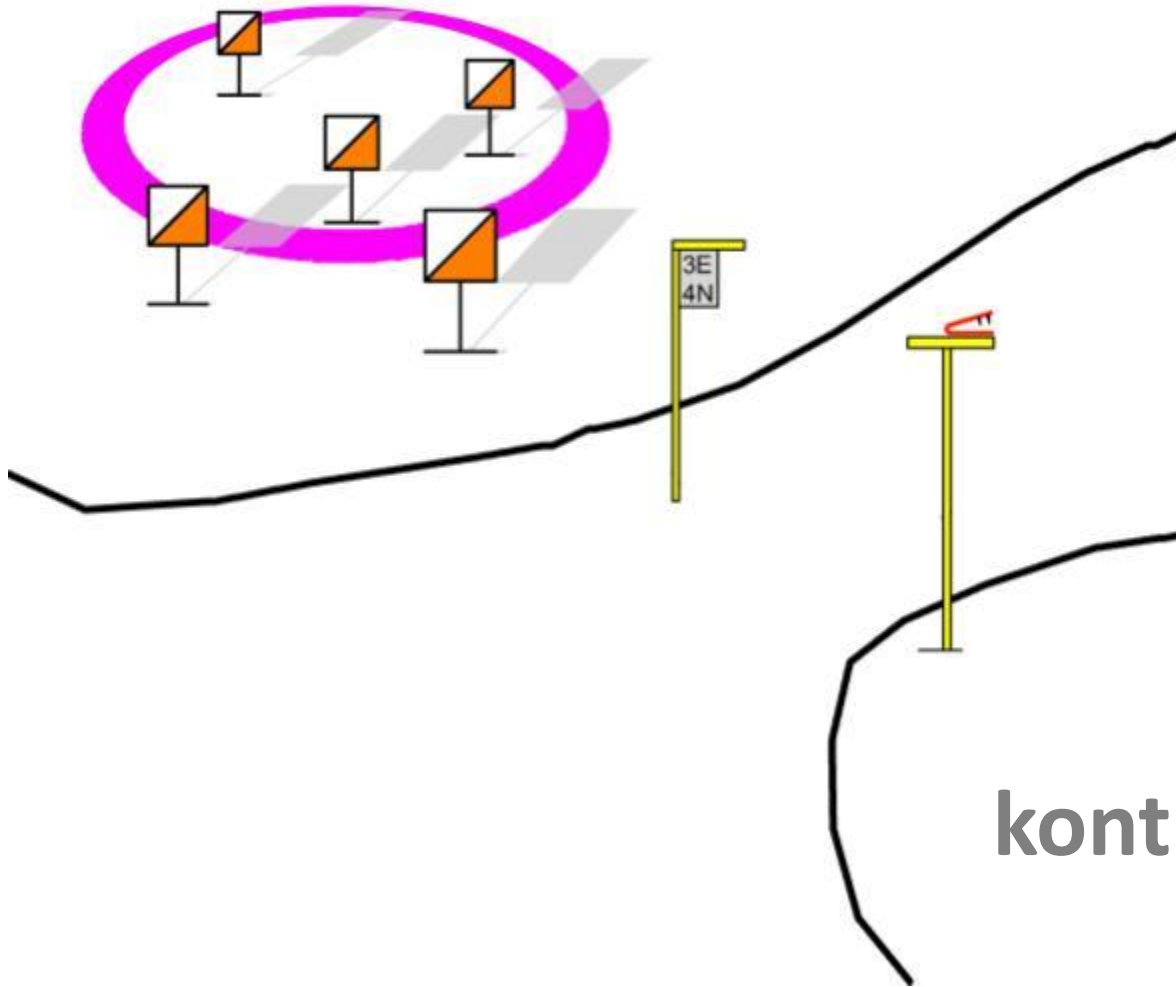




işaret / bayrak / fener

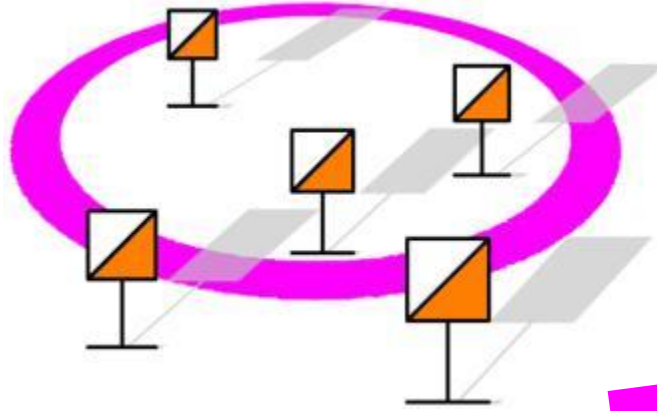
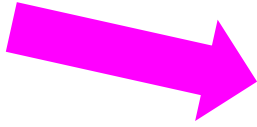


kontrol noktası

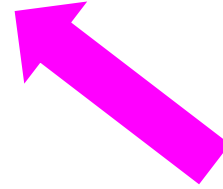


kontrol noktası

3



4



5

grup

= bir bayrak seti birçok problem için kullanılabilir
(birden fazla kontrol noktası için) ... Her defasında farklı bir
işaret doğru cevap olabilir.

IOF *Koşarak* Orienteering Yarışma Kuralları 2010

Orienteering, yarışmacıların arazide birbirlerinden bağımsız olarak yön buldukları bir spordur. Yarışmacılar arazide işaretli kontrol noktalarını **sadece harita ve pusula yardımıyla** en kısa sürede ziyaret etmelidir. Kontrol noktalarının lokasyonlarıyla belirlenen parkur, başlangıç anına dek yarışmacılara gösterilmez.

IOF *Patika* Orienteering Yarışma Kuralları 2012 – tanım:

Patika Orienteering harita ve arazi yorumunu içeren bir spordur. Yarışmacılar arazide işaretli kontrol noktalarını genellikle bir grup sırasıyla ziyaret eder. Verilen **haritayı** kullanarak, **pusula** yardımıyla, işaretlerden hangisinin çemberin ortasında yer alan ve kontrol tanımıyla belirtileni temsil ettiğini seçer. Bu karar kaydedilmelidir.

... ayrıca:

Yarışmacılar, start öncesi alana girme ve
varışa ulaşma arasında herhangi bir
telekomünikasyon cihazı taşımamalı ve
kullanmamalıdır,

cihaz, organizatör tarafından onaylanmadığı sürece.

YARIŞMACI KATEGORİLERİ

Açık kategori yarışına cinsiyet, yaş veya fiziksel beceri/engel gözetilmeksizin tüm yarışmacılar katılabilir.



Paralimpik kategori yarışına sadece, hareket kabiliyetini önemli bir seviyede azaltan kalıcı bir engeli olan yarışmacılar katılabilir.



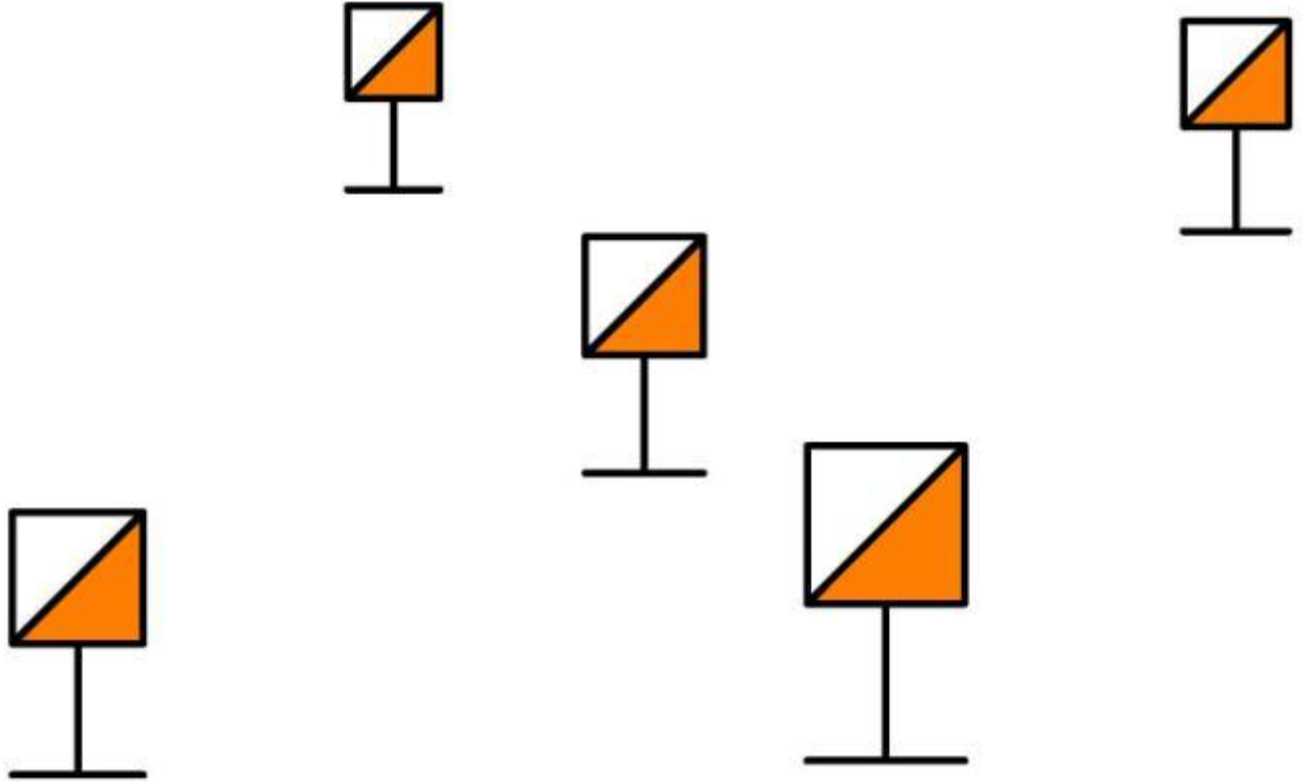
Kategoriler (bilgi & tecrübe):

- ELİT kategoriler
 - A, B,...
 - N = yeni başlayanlar
-

PROBLEM BELİRLEME

PROBLEM BELİRLEME

ARAZİ:



Arazide bir **grup bayrak** var.

PROBLEM BELİRLEME



Arazide bir **grup bayrak** var.

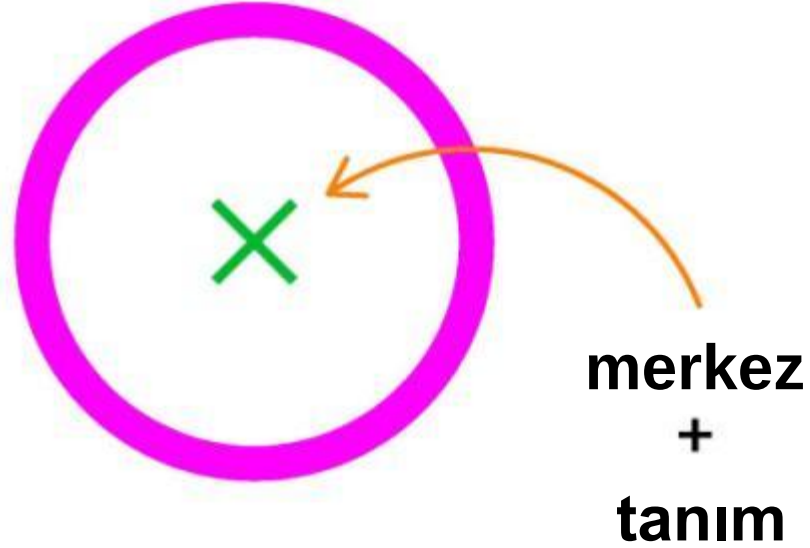
PROBLEM BELİRLEME



Arazide bir **grup bayrak** var.

PROBLEM BELİRLEME

HARİTA : 6

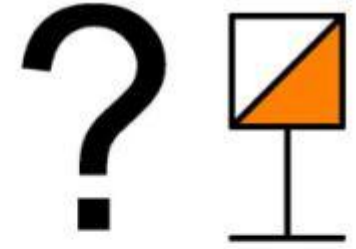
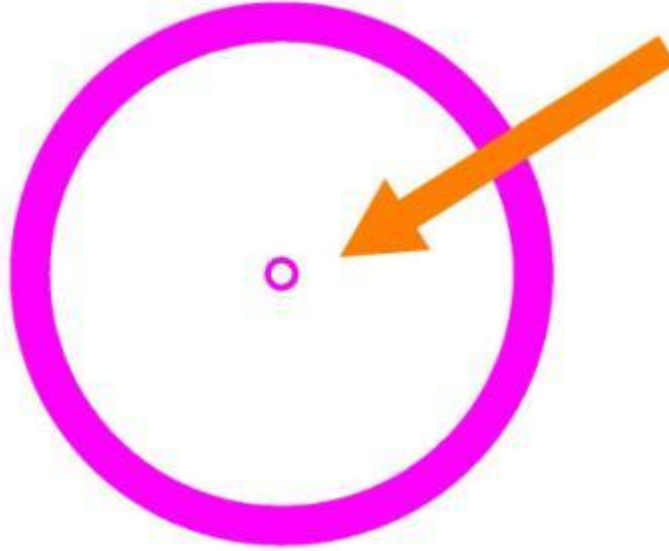


6	A-x						

Haritada **sadece bir** tanıma sahip **bir** kontrol çemberi var.

PROBLEM BELİRLEME

SORU:

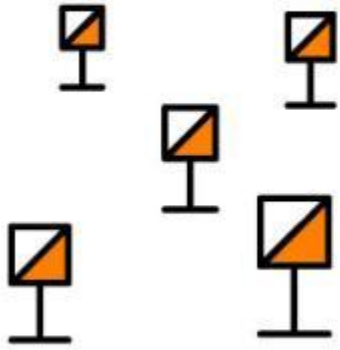


Hangi bayrak çemberin merkezinde belirtilendir?

PROBLEM BELİRLEME

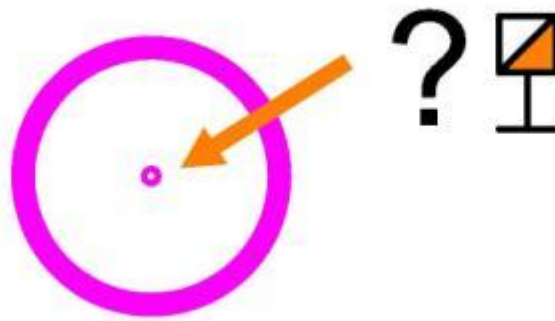
... hepsi birlikte:

arazi



Arazideki bir
grup
bayraktan....

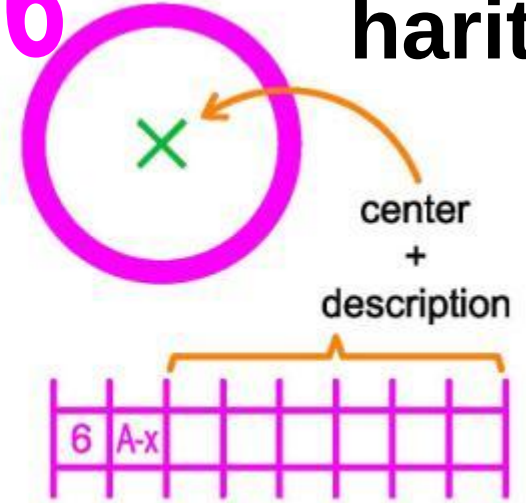
soru



... **hangisi**...

6

harita



... çemberin merkezinde
yer alandır ve doğru
tanımlanmıştır?

PROBLEM BELİRLEME

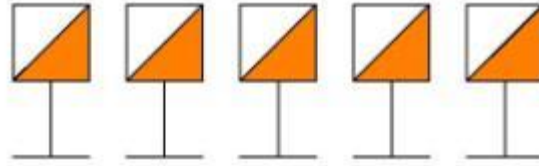
Temel prensip:

HARİTA

Hatasız olmalı!

ÇEMBER + TANIM

Hatasız olmalı!

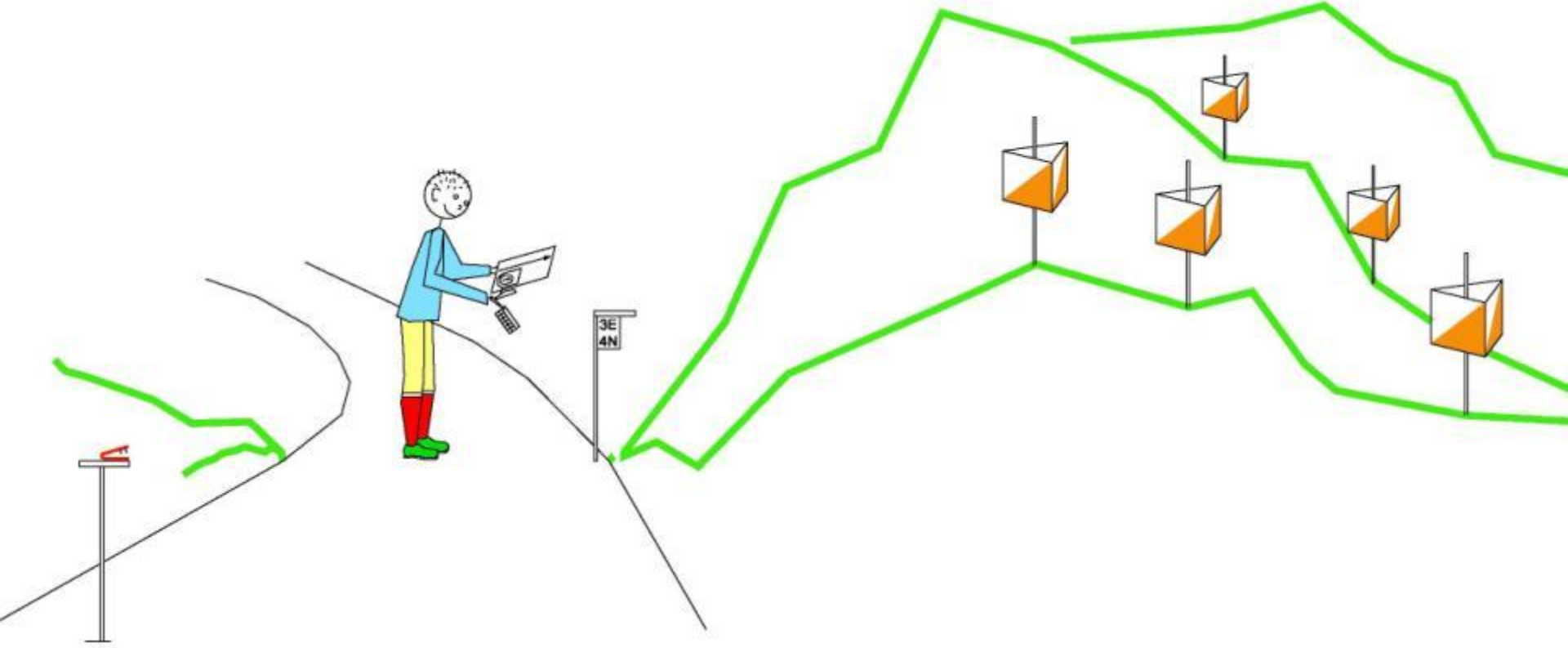


Arazideki işaretler – **aldatıcı** olabilirsiniz!

(...Kontrol kurgusu için prensipleri daha sonra göreceğiz...)

PROBLEM ÇÖZME

PROBLEM ÇÖZME



Bir yarışmacı **yolda/patikada** yürüyor ve araziyi izliyor (gözlüyor).

Örnek:

Bir yarışmacı
yolda/patikada
yürüyor ve araziyi
izliyor!
Araziye doğru
yürümüyor!



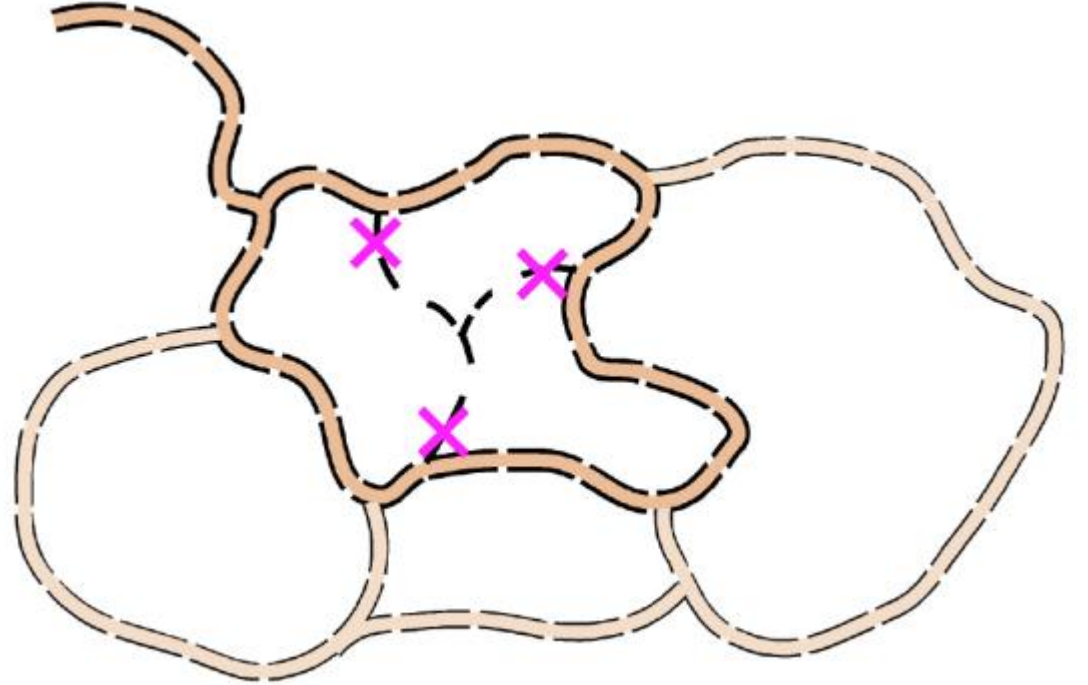
PROBLEM ÇÖZME



Sadece gözlemle! **İzle!**
Arazinin içine yürümek yok!

YASAKLANMIŞ ROTALAR

Sportmenlik ve herkes için **aynı koşullar** temel gereksinimlerdir!

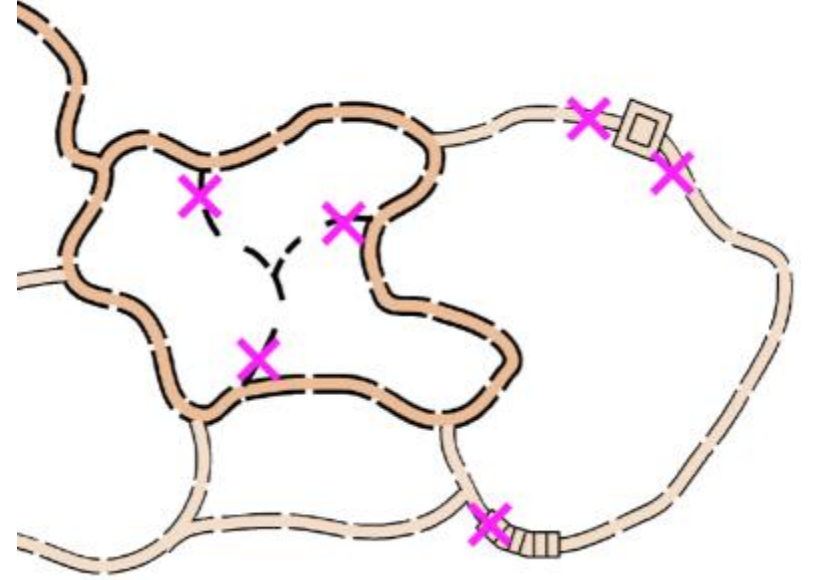


YASAKLANMIŞ ROTALAR

Yollar (patikalar) dışındaki tüm
arazi yasak bölgedir.

Normalde izin verilen bazı
rotalar ve alanlar yasak bölge
olarak belirtilebilir.

Yasaklanmış bir alana kasten
giren yarışmacılar diskalifiye
olur.



YASAKLANMIŞ ROTALAR



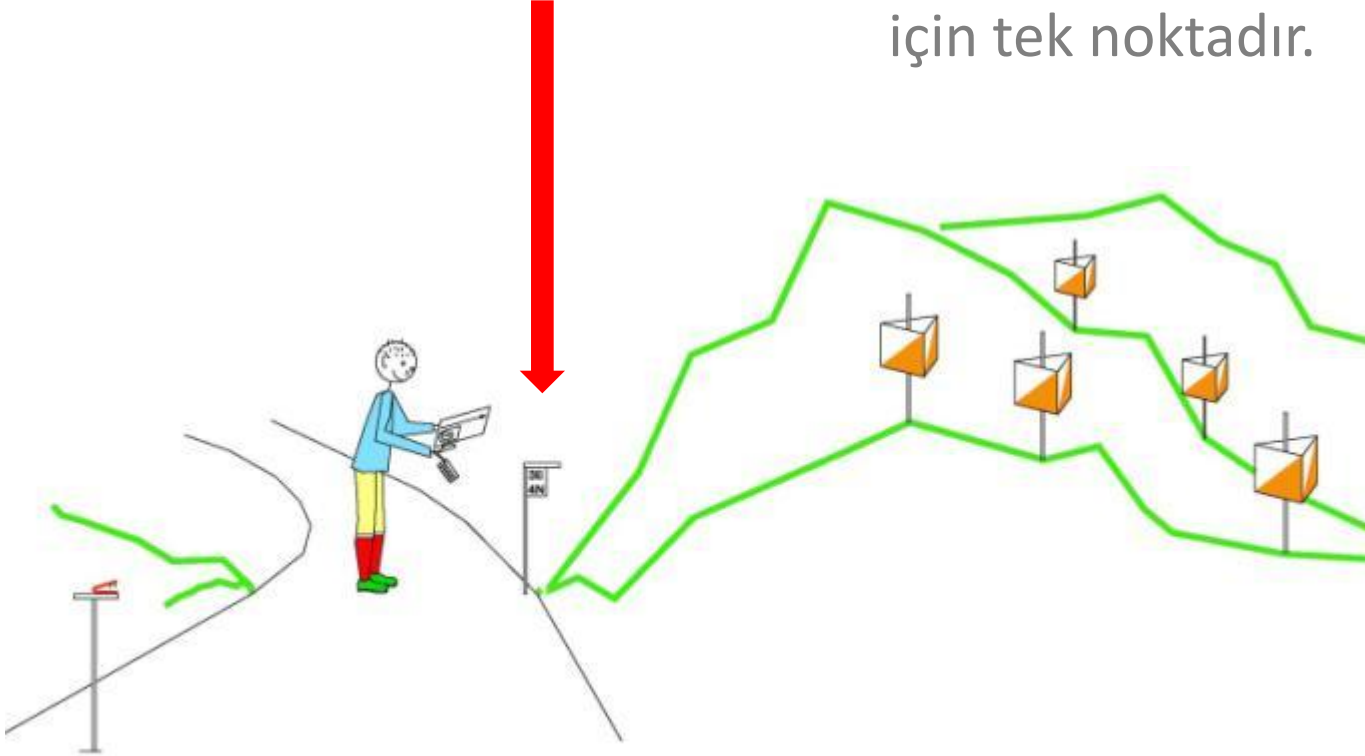
YASAKLANMIŞ ROTALAR

Sportmenlik!

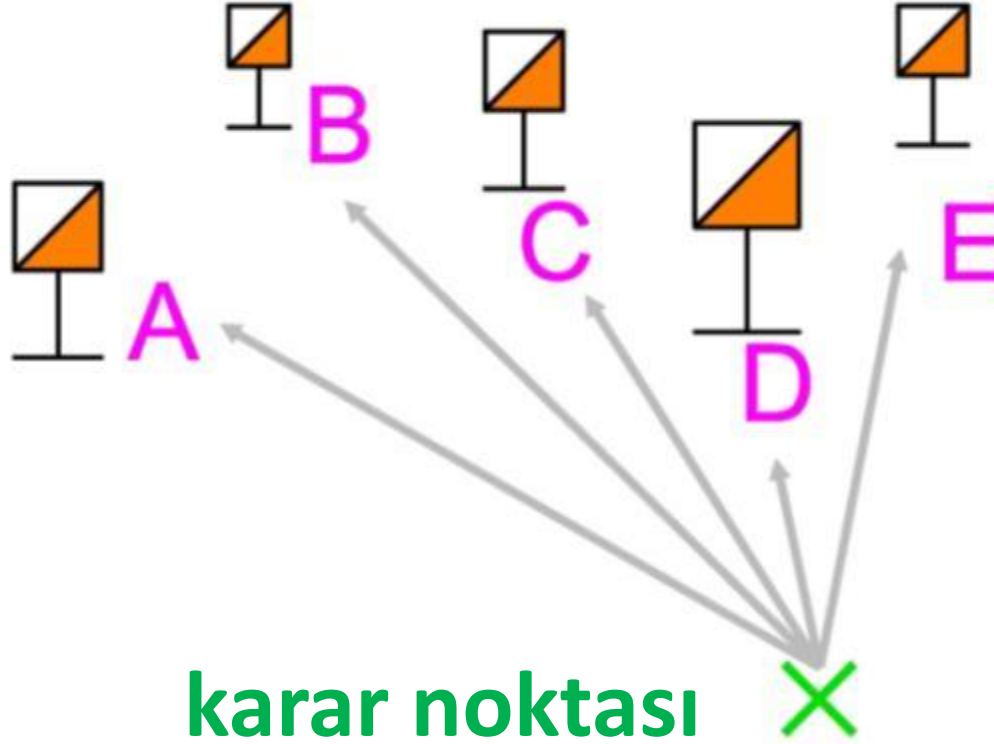


KARAR NOKTASI...

...bayraklara “isim” vermek için tek noktadır.



PROBLEM ÇÖZME



Yarışmacı, arazide işaretlenmiş fakat haritada işaretlenmemiş
“Karar Noktası”nda bayraklara “isim verir”.

A - B - C - D - E

sol  **sağ**



Bayraklar soldan sağa doğru okunur....

A - B - C - D - E

sol  **sağ**



Bayraklar, mesafesine bakılmaksızın soldan sağa doğru okunur.

~~mesafe~~

PROBLEM ÇÖZME

Kararı “Karar Noktası”ndan vermemek **problem** olabilir!

C?



A

B

C?

Kararı “Karar Noktası”ndan verince hangi bayrağın hangisi olduğu
açık ve nettir.



KONTROL TANIMLARI

Koşarak Orienteering

A	B	C	D	E	F	G	H
2	225	↘	⊙	⏏	8 x 4	• <	🧑

Patika Orienteering

A	B	C	D	E	F	G	H
2	A-D	↘	⊙	⏏	8 x 4	• <	↗

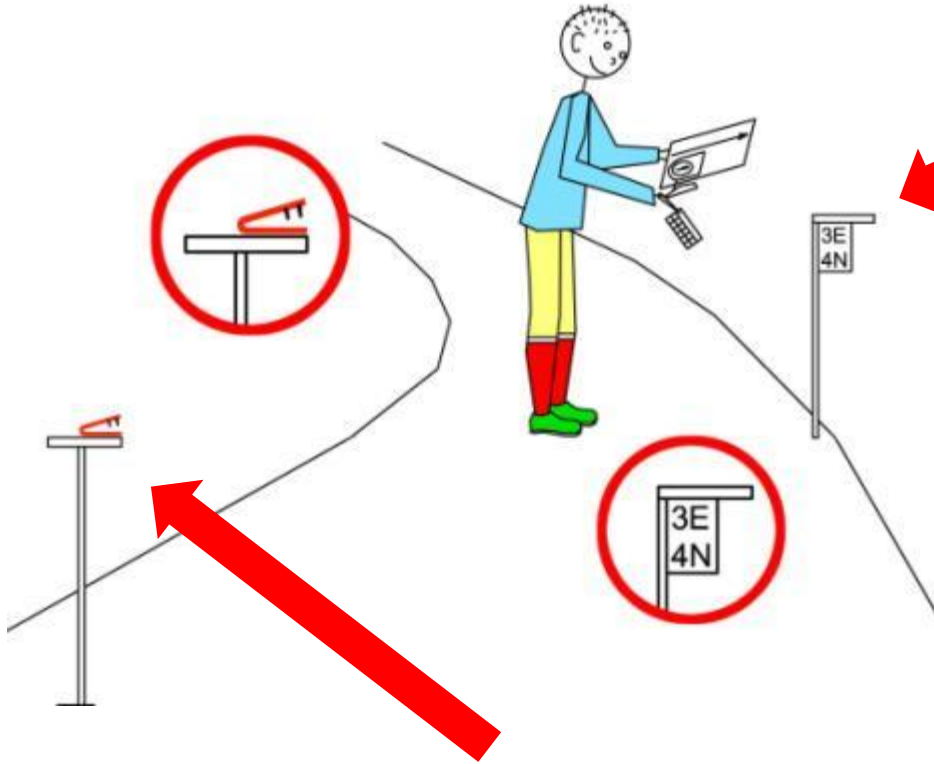
Arazideki
bayrakların sayısı



A
A-B
A-C
A-D
A-E

Kontrole doğru
bakış yönü

PROBLEM ÇÖZME



**KARAR
NOKTASI...**
Bir karar
ver!

.... VE SONRA ZIMBALA.

PROBLEM ÇÖZME

Patika orienteeringcileri
kopyalanmış çok seçenekli
kontrol kartı kullanır.



Z	1	Z	2	Z	3	Z	4	Z	5	Z	6	Z	7	Z	8	Z	9	Z	10	Z	11	Z	12	Z	13	Z	14	Z	15	Z	16	Z	17	Z	18
E		E		E		E		E		E		E		E		E		E		E		E		E		E		E		E		E		E	
D		D		D		D		D		D		D		D		D		D		D		D		D		D		D		D		D		D	
 Trail Orienteering 																				T.C.1		T.C.2	T.C.3	T.C. Correct	Score										
Name.....Comp. Nbr.....Federation.....																				Answer															
Start.....Delay 1.....Delay 2.....Finish.....Time Over.....																				Watch 1 sec						Total Time		Penalty							
																				Watch 2 sec															
																				Avg.		Sec.						Sec.		Sec.					
C		C		C		C		C		C		C		C		C		C		C		C		C		C		C		C		C		C	
B		B		B		B		B		B		B		B		B		B		B		B		B		B		B		B		B		B	
A		A		A		A		A		A		A		A		A		A		A		A		A		A		A		A		A		A	
1		2		3		4		5		6		7		8		9		10		11		12		13		14		15		16		17		18	



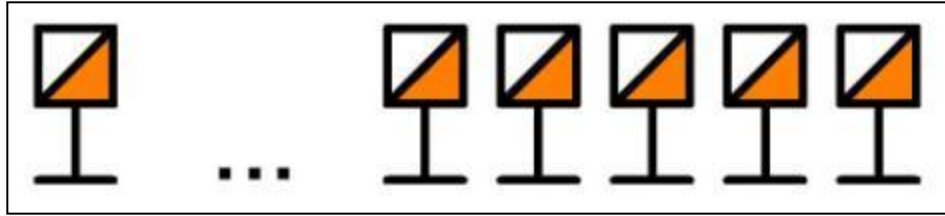
Düzeltilme yok !

Kategori A - N

sadece 1		= OK ✓
+	 ...    	= OK

= Sadece tek bir bayrak tanımına göre doğru yerleştirilir.
Diğerleri “sahte”dir (aldatıcı).

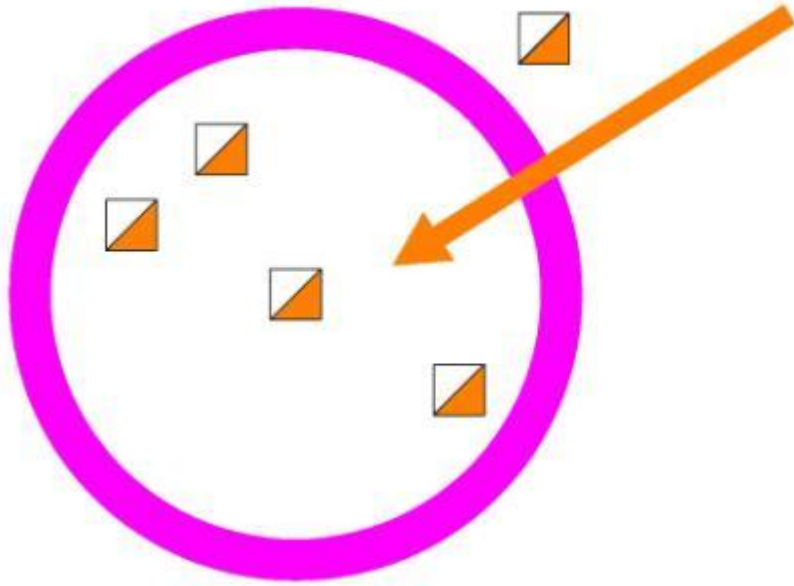
ELİT Kategoriler



Sadece **1** tanesi doğru,
ya da **hiçbiri** doğru değil = cevap **Z/S** (zero/sıfır)

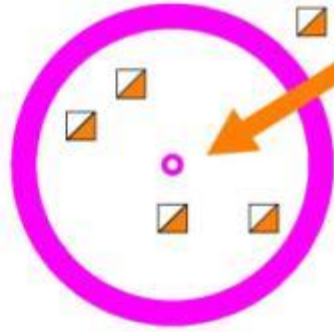
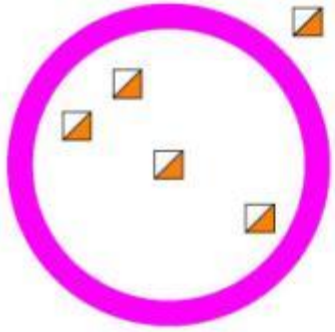
= Sadece tek bir bayrak tanımına göre doğru yerleştirilebilir, fakat hiçbiri de doğru yerleştirilmeyebilir.

Arazideki Kategoriler A – N:



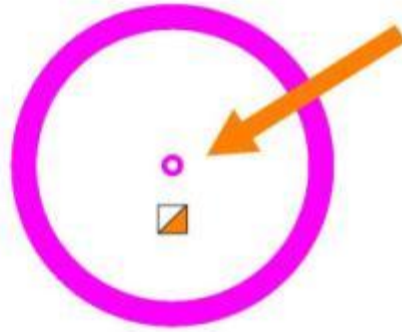
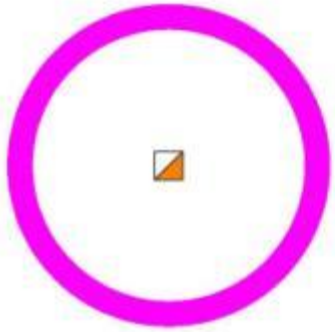
Cevap:
A, B, C, D veya E
olmalı

Arazideki ELİT Kategoriler:



Cevap:

A, B, C, D, E veya Z/S
(Zero/Sıfır)



...sadece

A veya Z olabilir.

ZAMAN AYARLI KONTROLLER

ZAMAN AYARLI KONTROLLER

Zaman ayarlı kontroller **karar süresinin** kaydedildiği kontrollerdir.
(kronometre ile, 60 saniye içinde)

= Net bir cevap bildirildiğinde zamanlama sonlanır.



- genellikle bir parkurda 2-3 zaman ayarlı kontrol yer alır
- başlangıçtan önce, parkur esnasında veya parkur sonrasında ayarlanabilir
- Zero (Sıfır) cevabı yoktur

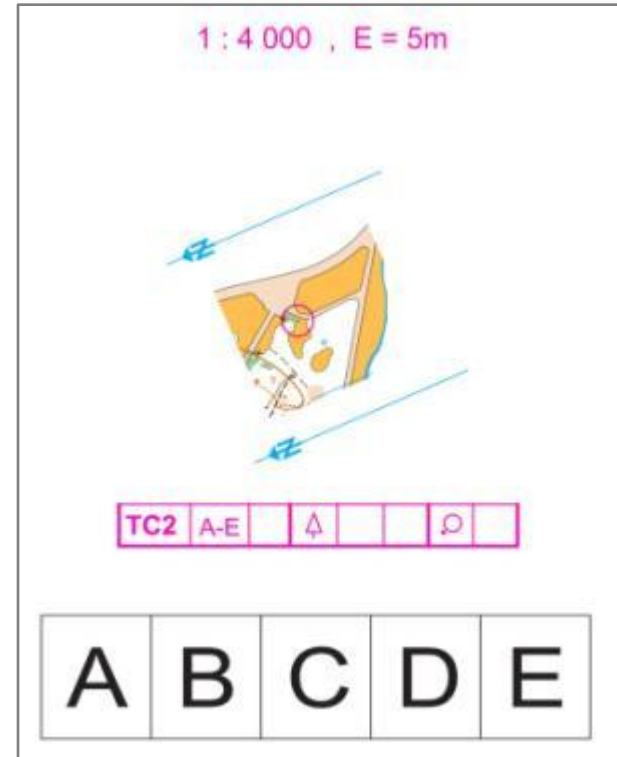
ZAMAN AYARLI KONTROLLER

Yarışmacılar zaman ayarlı kontrole çağrılır ve **oturmaları** sağlanır.



Sportmenlik!

Her bir zaman ayarlı kontrol için özel olarak hazırlanmış ayrı bir harita kullanılır.



ZAMAN AYARLI KONTROLLER



ZAMAN AYARLI KONTROLLER

Net bir cevap bildirildiğinde zamanlama sonlanır.

Gösterme tahtası kullanılarak

A	B	C	D	E
---	---	---	---	---

veya Uluslararası Fonetik Alfabetesi

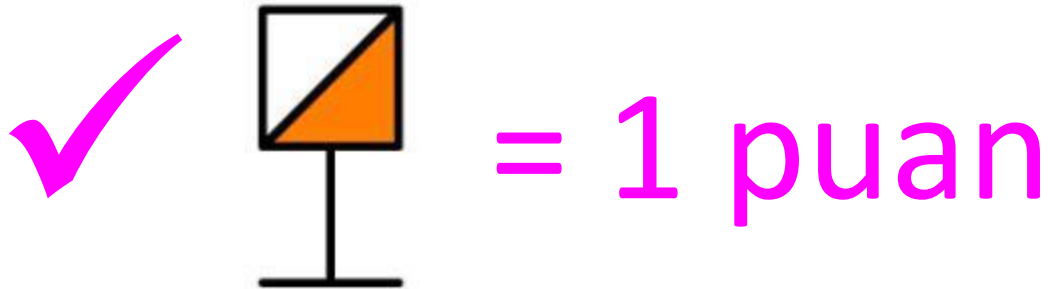
“Alpha”, “Bravo”, “Charlie”, “Delta”, “Echo”

kullanılarak yapılabilir.

SONUÇLAR

Yarışmacılar puanlarına göre sıralanır.

Her bir doğru tanımlanmış kontrol (Zaman Ayarlı Kontroller dahil) **bir puan** kazandırır.



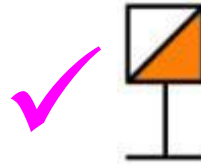
Yanlış bir cevaba puan **verilmez**.

Eşit puana sahip yarışmacılar
“Zaman Ayarlı Kontroller”deki
birikmiş sürelerine göre
sıralanır.



ZAMAN AYARLI KONTROLLER

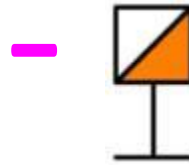
1. 0-60 saniyede verilen doğru cevap 1 puan kazandırır.



= 1 puan
+ saniye



2. Yanlış cevap puan kazandırmaz ve cevap verme süresine 60 saniye ceza eklenir.



= 0 puan
+ saniye
+ 60 saniye ceza

3. 60 saniyede cevap gelmezse puan kazanılmaz ve 120 saniye ceza verilir.



= 0 puan
+ 120 saniye ceza

Örnek:



European Trail Orienteering Championship

tävling i PreO, långdistans

fredagen den 6 augusti 2010



Paralympic Class, day 2 (Elite)				Kontroll		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Tkt 1		Tkt 2		Avdrag	Resultat		
R-nr	R-po	Namn	Klubb / Rätt	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	Z	B	C	Z	D	A	B	Z	C	B	Sek	E	Sek	Maxtid	Poäng	Sek	Ranking		
1	---	Ivica Bertol	Croatia	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	Z	B	C	Z	D	A	B	Z	C	B	45	E	21		22	66	----		
2	---	Pekka Seppä	Finland	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	Z	B	C	Z	D	A	B	Z	C	B	53	E	52		22	105	----		
3	12	0.79	Ola Jansson	Sweden	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	Z	B	C	Z	D	A	Z	Z	C	B	30	E	18		21	48	1.93	
4	15	0.91	Nils-Olov Andersson	Sweden	A	E	Z	A	E	D	A	C	A	D	D	Z	B	C	Z	D	A	B	Z	C	B	28	E	32		21	60	2.03	
5	9	0.63	Michael Johansson	Sweden	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	Z	B	C	A	D	A	B	Z	C	B	51	E	22		21	73	2.13	
6	---	Søren Saxtorph	Denmark	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	Z	B	C	Z	D	A	B	Z	C	B	17	C	15.5		21	92.5	----		
7	6	0.47	Anna Råberg	Sweden	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	Z	B	C	Z	D	A	B	Z	C	E	31	E	32		21	123	2.23	
8	---	Zdenko Horjan	Croatia	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	Z	B		B	D	A	B	Z	C	B	35	E	27		20	62	----		
9	20	1.52	Inga Gunnarsson	Sweden	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	C	B	C	A	D	A	B	Z	C	B	35	E	52		20	87	3.33	
10	---	Evaldas Butrimas	Lithuania	A	D	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	C	B	C	A	D	A	B	Z	C	B	36	E	18		19	54	----		
11	---	Yegor Surkov	Ukraine	A	E	C	B	E	D	A	C	A	D	D	Z	B	C	Z	Z	A	Z	Z	C	B	42	E	26		19	68	----		
12	---	Roberta Falda	Italy	A	E	C	B	E	C	A	C	A	D	D	Z	B	C	Z	D	A	Z	Z	C	B	36	E	43		19	79	----		
13	---	Vladyslav Poznianskiy	Ukraine	A	Z	Z	A	E	D	A	C	A	D	D	C	B	C	Z	D	A	B	Z	C	B	48	E	44		19	92	----		
14	17	1.26	Bernur Gustafsson	Sweden	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	Z	B	C	A	D	A	B	Z	C	E	21	E	15		19	96	4.53	
15	18	1.29	Nils Wahlberg	Sweden	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	C	B	C	B	D	A	B	E	C	B	32	C	6.5		18	98.5	5.73	
16	---	Oleksandra Zaika	Ukraine	A	D	A	B	E	D	A	C	A	D	A	Z	B	C	Z	D	A	B	Z	C	B	22	D	37		18	119	----		
17	---	Egil Sousterudbråten	Norway	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	B	Z	C	B	D	A	B	Z	C	E	52	E	15		18	127	----		
18	---	Christian Gieseler	Germany	A	E	Z	B	D	D	A	C	A	D	D	C	B	C	Z	D	A	Z	Z	C	B	30	D	47		18	137	----		
19	---	Matti Mäntyniemi	Finland	A	Z	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	C	B	C	Z	D	A	Z	Z	C	E	52.5	E	30		18	142.5	----		
20	---	Pavel Dudík	Czech Republic	A	E	Z	B	D	D	A	C	A	D	D	C	B	C	Z	D	A	B	Z	C	E	32	D	16		18	168	----		
21	---	John Crosby	Great Britain	A	E	Z	B	E	C	A	C	A	D	D	Z	B	C	C	D	A	B	Z	C	E	25	D	48		18	193	----		
22	---	Pavel Smetov	Russia	A	D	Z	B	E	C	A	Z	Z	D	D	C	B	C	Z	D	A	B	Z	C	B	22	E	27.5		17	49.5	----		
23	---	Seppo Birtt	Finland	A	D	C	Z	E	D	A	C	A	D	D	C	B	C	B	D	A	B	Z	C	B	32	E	22		17	54	----		
24	---	Andrejs Sulcs	Latvia	A	Z	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	C	B	C	A	D	A	Z	Z	C	B	21	C	31		17	112	----		
25	---	Kari Melleri	Finland	A	E	Z	B	D	D	A	C	A	D	D	C	B		Z	Z	A	B	Z	C	B	55	A	40		17	155	----		
26	---	Jan Erik Haug	Norway	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	Z	B	C	A	E	A	B	Z	Z	E	57.5	C	54		17	231.5	----		
27	---	Iryna Kulikova	Ukraine	A	Z	Z	A	C	C	A	C	A	D	D	C	B	C	Z	D	A	B	E	C	B	19	E	13.5		16	32.5	----		
28	---	Fruzsina Bíró	Hungary	A	E	Z	Z	D	A	C	A	C	A	D	D	Z	B	C	A	D	A	Z	D	C	B	41	E	34.5		16	75.5	----	
29	---	Bohuslav Hulka	Czech Republic	A	E	Z	C	D	C	A	C	A	D	D	C	B	C	A	D	A	B	Z	D	B	35	E	50		16	85	----		
30	---	Peter Roberts	Great Britain	A	E	B	B	E	D	A	B	A	D	D	C	B	C	D	Z	D	A	Z	Z	C	B	17	D	10		16	87	----	
31	---	Alexander Ilyushin	Russia	A	E	Z	C	E	B	A	C	A	D	D	C	B	C	B	D	A	B	D	C	E	28	E	21		16	109	----		
32	---	Arne Ask	Norway	A	Z	C	B	E	D	A	C	A	D	D	E	B	C	Z	D	A	Z	Z	C	E	36	D	52.5		16	208.5	----		
33	---	Laima Lazinskiene	Lithuania	B	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	C	B	C	A	D	A	Z	Z	C	E	41.5	C	48.5		16	210	----		

doğru cevaplar

+

ZAMAN AYARLI
KONTROLLERdeki saniyeler



22	66
22	105
21	48
21	60
21	73
21	92.5
21	123
20	62



Paralympic Class, day 2 (Elite)		Kontroll	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	Tk 1		Tk 2		Avdrag	Resultat	
	Namn	Klubb \ Rätt	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	Z	B	C	Z	D	A	B	Z	C	B	Sek	E	Sek	Maxti	Poäng	Sek
1	Ivica Bertol	 Croatia	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	Z	B	C	Z	D	A	B	Z	C	B ⁴⁵ ₄₅	45	E ²¹ ₂₁	21		22	66
2	Pekka Seppä	 Finland	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	Z	B	C	Z	D	A	B	Z	C	B ⁵³ ₅₃	53	E ⁵² ₅₂	52		22	105
3	Ola Jansson	 Sweden	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	Z	B	C	Z	D	A	Z	Z	C	B ³⁰ ₃₀	30	E ¹⁸ ₁₈	18		21	48
4	Nils-Olov Andersson	 Sweden	A	E	Z	A	E	D	A	C	A	D	D	Z	B	C	Z	D	A	B	Z	C	B ²⁸ ₂₈	28	E ³² ₃₂	32		21	60
5	Michael Johansson	 Sweden	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	Z	B	C	A	D	A	B	Z	C	B ⁵¹ ₅₁	51	E ²² ₂₂	22		21	73
6	Søren Saxtorph	 Denmark	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	Z	B	C	Z	D	A	B	Z	C	B ¹⁷ ₁₇	17	C ¹⁵ ₁₆	15.5		21	92.5
7	Anna Råberg	 Sweden	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	Z	B	C	Z	D	A	B	Z	C	E ³¹ ₃₁	31	E ³² ₃₂	32		21	123
8	Zdenko Horjan	 Croatia	A	E	Z	B	E	D	A	C	A	D	D	Z	B		B	D	A	B	Z	C	B ³⁵ ₃₅	35	E ²⁷ ₂₇	27		20	62

SONUÇLAR

Tüm kontroller
açıklanmalı ve çözümler
“Çözüm Kağıdı” formu
olarak verilmeli.

6. VIHOR PRE-O ADVENTURE
ZAGREB, DOTRŠČINA
11.06.2011.

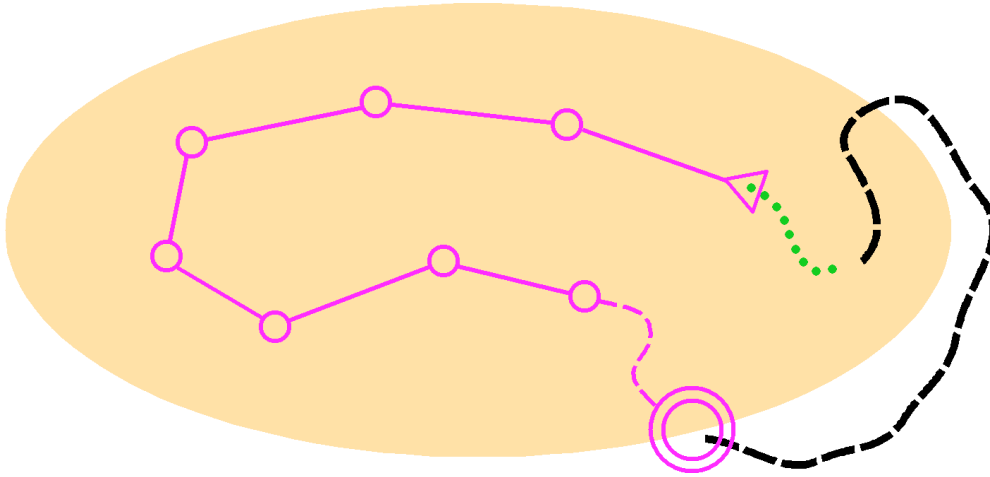
E	TC3	A-E							B
A	TC2	A-E							A

E	TC1	A-E							B
E	TC2	A-E							C
A	TC1	A-E							E

KLASİK ETKİNLİK:	10-15 kontrol noktası & 1-3 “zaman ayarlı kontrol”
SPRİNT:	daha çok sayıda “zaman ayarlı kontrol”
TEMPO:	tüm kontroller “zaman ayarlı kontrol”

PATİKA ETKİNLİĞİ ORGANİZASYONU

Çıkış alanı, varış alanı,



... Geniş bir patika ağına sahip arazi tekerlekli sandalyeli yarışmacılar için uygundur!

Unutma:



+ gereksinim:

- çok iyi bir harita
 - nitelikli bir parkur planlayıcı
-

HARİTA:



Sprint Orienteering Haritaları
için Uluslararası Standart
= ISSOM (2007)

- yüksek kaliteli harita, ISSOM
- 1:4000 veya 1:5000
- geniş bir patika ağı!

HARİTA:

En önemlisi, haritalanan
objelerin iyi çizilmiş
orantılı pozisyonlarıdır!

PARKUR PLANLAYICI:

Yarış ne kadar üst düzeyse, o kadar **deneyimli** bir parkur planlayıcıya ihtiyaç vardır!

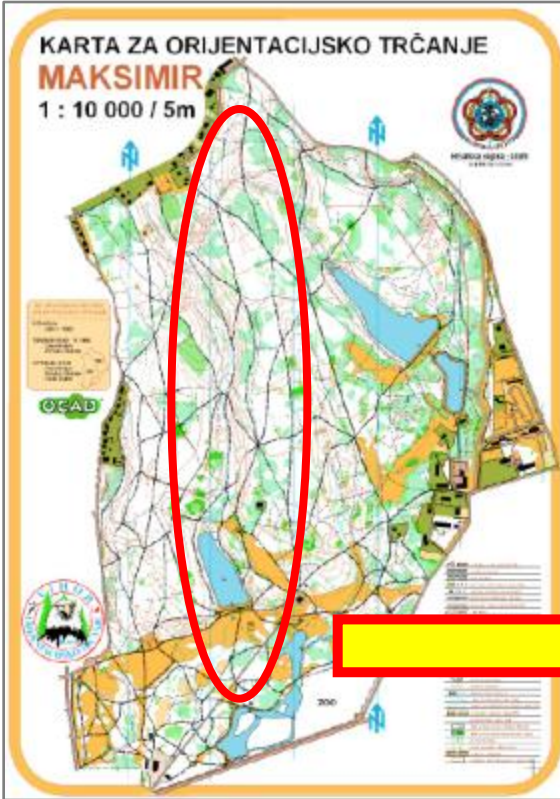
Organizasyon **karmaşıktır!**

Araziye sayısız **ziyaret**, harita düzeltmeleri ve her açıdan birçok defa kontrol gerektirir.



ORGANİZASYON

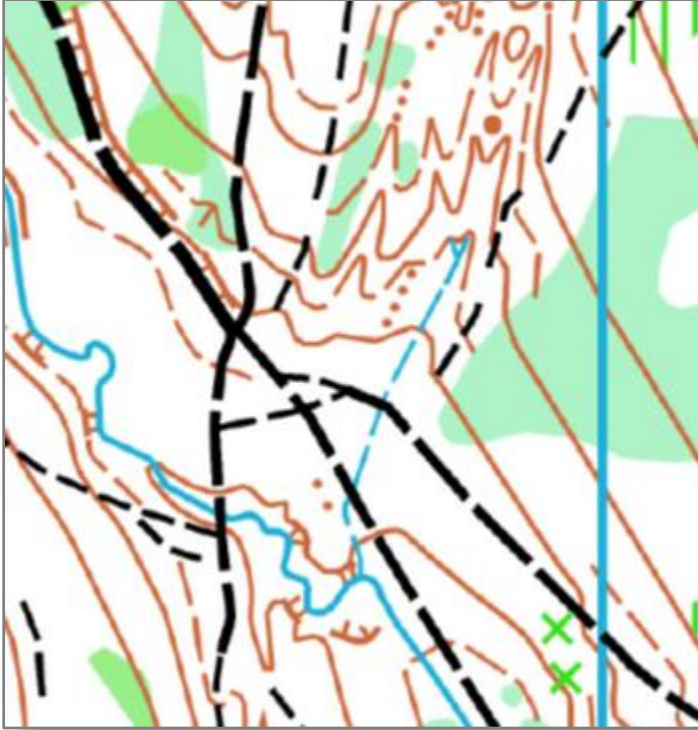
Örnek:



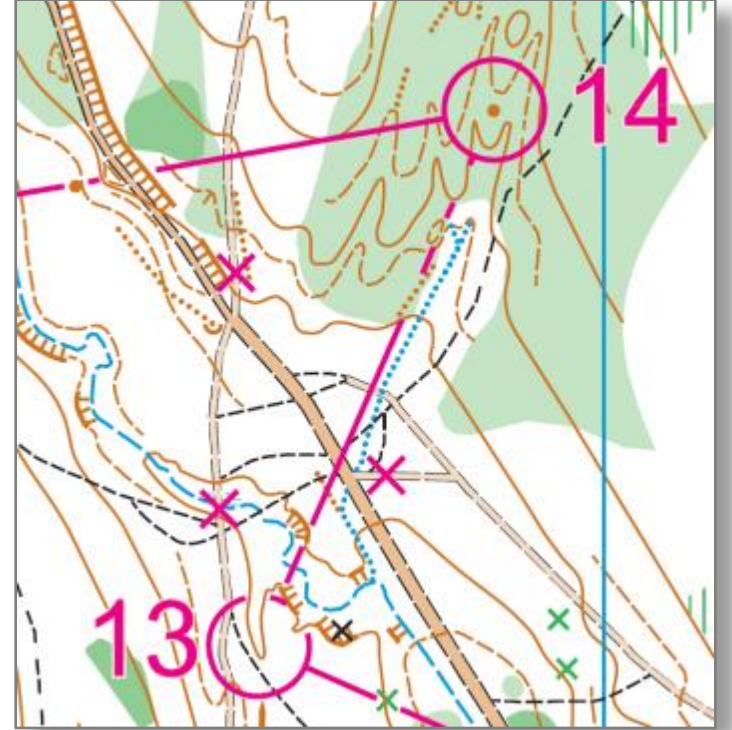
Basitleştirmek için, başlangıç olarak eski bir 1:10000'lik haritadan kesit kullanabilir ve sonra, ISSOM 1:5000 (1:4000)'e dönüştürerek kontrol düzeni için önemli olan yerlerde parçalı düzeltmeler yapabilirsiniz.

ORGANİZASYON

Örnek:

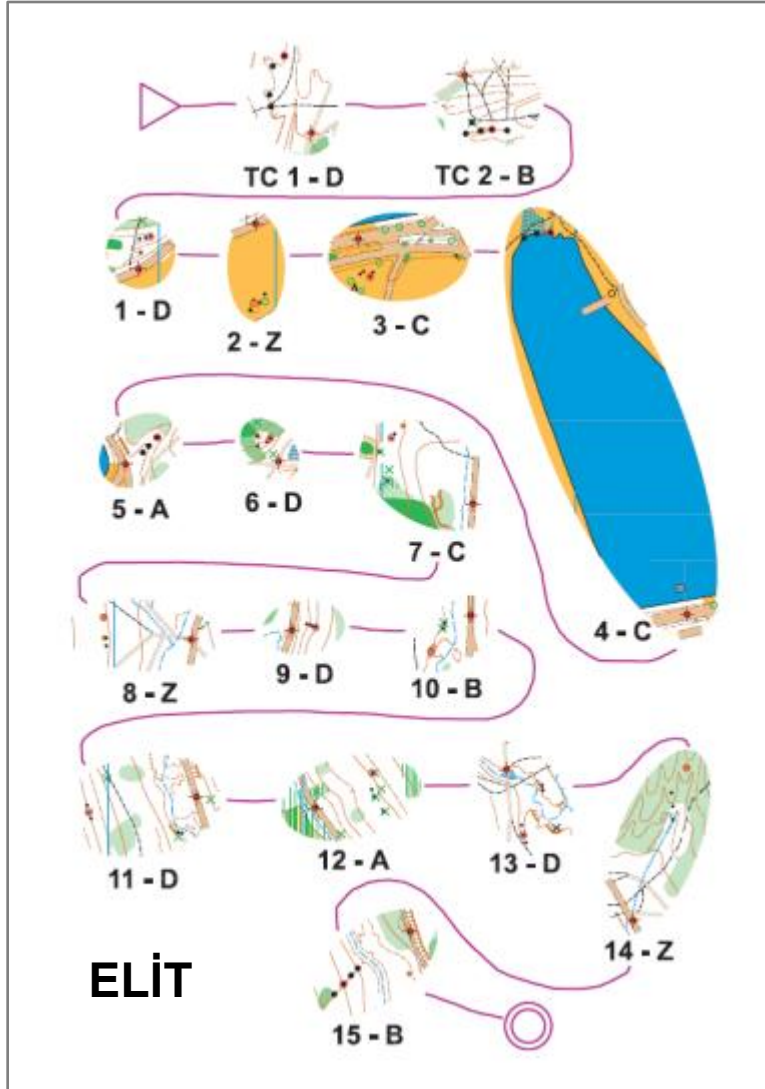


Eski bir 1:10000'lik haritadan kesit



ISSOM 1:4000'e dönüştürülmüş aynı harita,
düzeltmelerle birlikte

Örnek:



Basitleştirilmiş
Çözüm Kağıdı

BASİT ANTRENMAN ORGANİZASYONU

Basitleştir ve hemen başla!

Araziye önceden ziyaret **yok!**

Nasıl?

Büyük hazırlıklar gerekmeden nasıl antrenman yapılır?

1. Bir harita alıp noktaları **çember** içine alın.
2. Sadece bir tane doğru yer **tanımlayın** (hayal gücünüzü kullanın!!) ve ikinci sütun ile son sütun olmaksızın tanımlamaların çıktısını alın.
3. Bayraklarla bir araziye gidin.
4. **Önce doğru bir bayrak yerleştirin** ve sonra karışıklık yaratmak için diğerlerini etrafa “dağıtın”.
5. Tüm bayrakları görebildiğiniz bir yerden kontrol edin ve bir “karar noktası” **işaretleyin** (tebeşir veya bir kağıt parçası kullanabilirsiniz).
6. Haritadaki kontrol tanımının içine harf A-D(Z) cevaplarını yazmaları için (boş bıraktığınız ikinci sütuna) katılımcılara sadece bir kalem verin – kaç tane bayrak gördüklerini kendileri ayırt etmeliler.
7. Çözüm kağıdı hazırlamak yerine dijital kameranızla güzel bir fotoğraf veya video çekin ... daha sonra tartışmak için.

Ters giden ne olabilir?

1. Hayal ettiğinizi görememek
2. Arazi, haritada çizildiğinden farklı görünüyor

Yapabilecekleriniz:

- problemi ihmal etmek, veya
- karar noktasını yoldan kaldırmak ve araziye taşımak

.... ve katı kurallar koymayın bu, sadece bir antrenman, öyle değil mi?

Örnek:



Patika Orienteering Organizasyonunun Dezavantajları

1. Kontrolleri belirlemek ve parkuru planlamak karmaşık ve zaman alıcıdır
 2. Harita olağanüstü doğru çizilmiş olmalıdır. Resmi etkinlikler için patika orienteeringe özel yapılmış olmalıdır
 3. Arazi, tekerlekli sandalyeli paralimpik yarışmacılar için uygun olmalıdır
-

Patika Orienteering Antrenmanının Avantajları

1. Tüm diğer parametrelerle beraber, orienteering tekniği en üst seviyeye gelir.
 2. Öğrenmek için harika. Neredeyse tüm orienteering becerilerini geliştirir, özellikle de harita okuma ve arazi düzenini 3D algılama. Konsantrasyon becerilerini artırır – bunların tümü diğer orienteering disiplinlerinde de kullanışlıdır, hatta yüksek seviye orienteeringcilerde bile.
 3. Etkinlikler çok sessiz ve huzurludur, çok büyük alanlar gerektirmez. Ortalama seviyedeki etkinliklerde çok fazla sayıda organizatöre ihtiyaç duymazsınız. Parklarda, botanik bahçelerinde, doğa kaynaklarında veya koşmaya izin verilen her yerde düzenlenebilir.
 4. Farklı yaşta, cinsiyette ve fiziksel koşullardaki yarışmacılar arasında eşitlik atmosferi oluşturur.
-

Patika orienteering hakkında daha fazlası gelecek sefere...

İlave bilgiye ihtiyacınız olursa veya kendi ülkenizde dersler düzenlemek isterseniz, lütfen bizimle iletişime geçin:

vihor@vihor.hr



iyi şanslar!

