

Vejledning for banelæggerholdet ved træningsløb i Herning Orienteringsklub



Start planlægningen senest en måned før løbet, hvor du får en mail fra træningsudvalget med oplysning om løbsområdet mm. Tag en løbetur i løbsområdet. Tjek helst alle postplaceringer, men som minimum start, mål og tilkørselsforhold. Tjek også om det er let at

finde rundt på den lette bane. Find gerne et startsted med ly for vejret.

Der er hjælp at hente på klubbens hjemmeside. Her er der uddybende vejledninger til de forskellige punkter i denne vejledning. Herfra kan du også downloade kortfilen og finde en oversigt med klubbens SPORTident materiel:

Find hjælpen under: **AKTIVITET > HJÆLP TIL TRÆNINGSLØB:**

Hvad er et træningsløb?

Du er meget velkommen til at sætte dit personlige præg på løbet. Lav gerne specielle træningsmomenter – få ideer på DOF's hjemmeside. Eller lav de klassiske træningsløbsbaner – se nedenfor. Du bestemmer selv, om du vil lave elektronisk tidtagning med SPORTident, eller du blot sætter postskærme ud – gerne med postkontrolnumre. Kaffe og kage er velset.

Hjælp til træningsløb

Diverse vejledninger og anden hjælp til banelæggerholdet ved træningsløb i Herning Orienteringsklub

Vejledning for banelæggerholdet

Træningsløbsstatistik

Installer App FO Maps

Condes

- Banelægningsprogram
- Kort til FO Maps
- Licenskode
- Logo - Klub
- Logo - MapMagic
- Postbeskrivelser
- OCAD-fil til banelægning
- O-kort til Android/iPhone
- Quick guide
- Tryk af kort hos Trykstuen

SPORTident

- Baner fra Condes til mobilen
- Liste med 60 brikker i kuffert
- Liste med Herning OK's materiel
- Ved træningsløb

Starttid

Minimum: Tirsdage kl. 17-18 med tidtagning indtil kl. 20. Lørdage kl. 11-12 med tidtagning indtil kl. 14.

Banelægning i Condes

Søg gerne hjælp til Condes hos Kaj Kaspersen eller andre klubmedlemmer eller på hjemmesiden under TIPS & TRICKS. Du må gerne lave specialløb med træningsmomenter ellers laves standardbanerne:

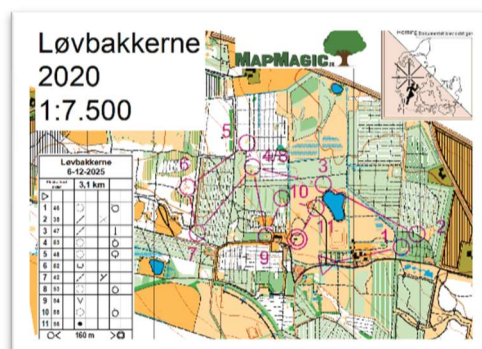
- Ekstra kort svær 3-4 km
- Kort svær 5-6 km
- Lang svær 8-9 km
- Mellemsvær 4-5 km, ikke for svær.
- Let 2-3 km, højst 2-3 momenter på hvert stræk.

Brug gerne SPORTidentposterne fra nr. 63 og opefter. Vær opmærksom på at post 66 ikke findes.

Begræns brug af dyrt vandfast papir og toner: Vær omhyggelig med at definere udskriftsområdet, som helst skal begrænses til A4. Lav kortvend hvis banerne ikke kan være på A4. Undlad eller begræns tykkelsen på kortrammen. Reducer også gerne den del af kortet der udskrives. Nedsæt postdefinitions feltstørrelse til 6 eller 5 mm.

Følgende skal være med på kortudskriften:

- Kortets navn, årstal og målestok (gerne 1:7.500).
- Klublogo
- MapMagic logo



Vejledning for banelæggerholdet ved træningsløb i Herning Orienteringsklub

Instruktion

Sammen med det øvrige materiale modtager du en skabelon til instruktion, som bør indeholde:

- Skov, dato, tidspunkter for start, indsamling af poster og baner i O-track
- Startsted og parkering - koordinater eller adresse for mødested og evt. kørevejledning.
- Kort og banetilbud
- Tidtagning, priser og forplejning
- Kontaktperson, banelægger og bemanning i skoven

Send 1 mail til traeningsudvalg@herning-orienteringsklub.dk med Condes-, OCAD-fil, instruktion og antal kort til hver bane - gerne 1 måned og senest 14 dage før løbet.

"Antal kort" kan du finde via "Træningsløbsstatistik". Følg linket øverst på siden HJÆLP TIL TRÆNINGSLØB. Du kan her se hvor mange, der har løbet på de enkelte baner ved tidligere løb i skoven.

Træningsudvalget hjælper gerne med layout af udskrifterne.

- Ud fra Condes- og OCAD-filerne
 - udskriver Jens Jørgen Jensen kort til dig på vandfast papir
 - opretter Kaj Kaspersen dit løb i O-track
- Ud fra instruktionen lægger Kaj Kaspersen dit løb på hjemmesiden under Aktuelle løb og opretter en facebookbegivenhed. Dit løb kommer så automatisk på hjemmesiden orienteringsløb.dk.

Kontakt webmaster@herning-orienteringsklub.dk hvis du ikke kan få kontakt til træningsudvalget.

Print af kort

Du kan vælge at sende pdf-filer af alle baner til Trykstuen, Tjelevej 42A, Herning.

Vejledning til SPORTident

I god tid finder du vejledningen i metalkufferten med mobil + printer og på siden HJÆLP TIL TRÆNINGSLØB.

Du kan også på en nem måde overføre banerne fra Condes til SPORTident ved at følge vejledningen "Baner fra Condes til mobilen".

På løbsdagen

- Sæt god tid af til postudsætning og opsætning af vejmarkering, klubbanner mm.
- Diriger parkeringen, hvis parkeringsforholdene ikke er umiddelbart indlysende. Der har været parkeringsbøder, når der parkeres i begge vejsider. Skovejere har afbrudt samarbejdet, når skovveje har været blokeret osv.
- Betaling: Medlemmer af Herning OK, Vestjysk OK, Holstebro, Viborg, Skive og Karup løber gratis. Andre løbere betaler 20 kr. Brikleje er gratis.
- I App'en Orienteering på mobilen skal du oprette alle deltagere med briknummer. Så har du styr på, hvem der endnu er i skoven, og vi har data til løbsstatistikken. Vær omhyggelig med korrekt navn, klub og bane for alle deltagere, også med dem, der vil løbe uden SPORTidentbrik.
- I nødstilfælde kan deltagerlisten omhyggeligt udfyldes på papir med: Dato, sted, alle banelæggere samt deltagernes navne, klub og bane.

Efter løbet

Materiel afleveres rengjort i klubhuset. Du må meget gerne udbedre evt. mangler og skader.

Evt. kontanter indsætter du på klubbens MobilePay 934199.

Mangler til Materielkassen melder du til:

Jens Peder Jørgensen - mail jpajorgensen@gmail.com - mobil 20651248

Øvrige mangler til Jørgen Pedersen – mail joergen8@gmail.com – mobil 27121773