

Instruktion til træningsløb

Herning Orienteringsklub

Skov	Nørlund Nord			
Dato	Tirsdag den 14. april 2026			
Tidspunkter	Vi udleverer kort, og du kan starte mellem kl. 17.00 og kl. 18.00. Vi indsamler poster fra kl. 20.00 Banerne ligger i O-track fra kl. 14.00			
Startsted	Ejstrupvej 14, 7430 Ikast			
Embargoområde DM Klubhold 2026	se her: https://www.herning-orienteringsklub.dk/aktivitet/staevner Banerne kommer ikke ind i embargoområdet til landsfinalen i oktober.			
Kort	Nørlund Nord Ækvidistance 2,5 m Tegnet 2015 revideret 2025 efter ISOM 2017.2 Nørlund Nord er en karakteristisk midtjysk hedeplantage med et overvejende fladt til svagt bølget terræn. Kurvebilledet er præget af store, jævne flader, der her og der brydes af lavninger, små højdepartier og svage terrænfald. Landskabet domineres af højstammet nåleskov og åbne hedearealer med sandet jordbund, hvor skovbunden ofte er dækket af mos eller græs, hvilket giver en høj grad af gennemløbelighed. Der findes dog partier med tættere opvækst og selvsåede træer, hvor bevoksningsgrænserne er uregelmæssige og glidende uden skarpe linjer i terrænet. Området gennemskæres af et geometrisk netværk af lange, retlinjede spor og skovveje. På de åbne arealer og langs visse skovbryn er bunden dækket af lyng og lav vegetation, og jordbunden er her præget af løst sand.			
Baner	Du kan vælge mellem følgende baner på vandfast papir:			
	Betegnelse	Længde	Antal poster	Målestoksforhold
	Lang svær	8,2 km	18	1:7.500
	Kort svær	5,2 km	12	1:7.500
	Ekstra kort svær	3,7 km	9	1:7.500
	Mellemsvær	4,4 km	10	1:7.500
	Let	2,2 km	7	1:7.500
Moment	Momentbane	2,6 km	7	1:7.500
	(læs mere under Øvrige informationer)			
Tidtagning	Vi tager tid med SportIdent og udarbejder online resultatlister			
Priser	Løbere fra Viborg Ok, Skive AMOK, Karup OK, Holstebro OK, Vestjysk OK og Herning Orienteringsklub løber gratis. Øvrige betaler 20,- kr. via MobilePay nr. 934199.			

Instruktion til træningsløb

Herning Orienteringsklub

Forplejning	Vi tager kaffe, the og kage med. Medbring gerne egen kop
Øvrige informationer	Øvelsen er en introduktion til at lære løberne at orientere mellem holdepunkter ved at kigge grundigt på kortet og udvælge tydelige terrængenstande som holdepunkter, og samtidig formå at få kortet vendt rigtigt, gerne ved brug af kompasset, få løftet blikket og set frem og til siderne for at se næste holdepunkt. Øvelsen beskrives nærmere i skoven
Kontaktperson/ Banelægger	Karl Gammelvind mobil: 61714224 email: karl@gammelvind.dk
Bemanding i skoven	Søren Søgaard, Anders Gammelvind og Karl Gammelvind