

Frågor om banläggning

Ange svar i rutan

1. Vad vill Riksidrottsförbundet?

- 1 Orienteringssporten ska prioritera de som har förutsättningar att bli bäst
- x OL-klubbar ska skapa aktiviteter som uppmuntrar till livslångt idrottande
- 2 Samhällets ekonomiska stöd ska främst fördelas till fotboll och ishockey

2. Vilken Stockholmsklubb anses vara först med att genomföra en orienteringstävling i Sverige?

- 1 Skogsluffarnas OK
- x Sundbybergs IK
- 2 Uppsala Studenters IF

3. Banläggningens övergripande mål beskrivs i banläggARBOKEN och är i antal?

- 1 5 st
- x 4 st
- 2 3 st

4. Vad kännetecknar en bra vägvalssträcka?

- 1 Två-tre möjligheter att springa runt-om
- x Svår och detaljrik terräng rakt på
- 2 Sträcka som innehåller variation i terräng, teknik och svårighetsgrad

5. Vad är en balanseringssträcka

- 1 En sträcka genom en smal passage
- x En sträcka för att skapa en bra utgångspunkt för nästa sträcka
- 2 En sträcka där löparen behöver balansera över en spång

6. Varför bör man se till att alla löpare passerar en större väg på samma ställe?

- 1 För att det ska vara lättare att rita in banan
- x För att det ska vara så trafiksäkert som möjligt
- 2 För att det ska vara så rättvist som möjligt

7. Vilka klasser har Violett färg på sina banor?

- 1 DH16
- x DH75
- 2 DH14

8. Vad är en Nyckelbiotop?

- 1 Assa-Abloys nya låssystem
- x Ett terrängområde med t ex fjärilar
- 2 Terräng som ej får beträdas av en orienterare

9. Vad menas med buffertzonen?

- 1 Ett område där älgar och vildsvin håller till
- x Ett område som är avsatt för att viltet ska kunna få en möjlighet att lugna ner sig
- 2 Ett grönområde

10. Om kartskalen är 1:10 000, vilken diameter ska kontroll-ringarna ha på tävlingskartan?

- 1 Exakt 5 mm
- x Max 6 mm
- 2 7,5 mm

11. Vad är kontrollens huvudsakliga uppgift för klassen D65?

- 1 Att vara en start eller avslutning på en orienteringssträcka
- x Att sprida löparna så att naturen inte slits
- 2 Minimera risken för en att sträckan innehåller vägval

12. Vad ska man tänka på om man lägger korsande sträckor på en bana?

- 1 Ingen ska kunna ta kontrollen i fel ordning
- x Att ta hänsyn till djur och natur
- 2 Att rita pilar så att ingen tar fel kontroll av misstag

13. Vad menar banläggaren med ”att se ur barns synvinkel”

- 1 Låta barn se barnprogram på TV i stället för att springa en OL-bana
- x Man förstår att erfarenhet och kroppslängd påverkar barns förmåga att lösa OL-uppgifter
- 2 Erbjudna klassen D14 enklare banor på våren än vad tävlingsregler och banläggARBOK anger

14. De olika bantyperna inom orienteringssporten betecknas med...?

- 1 Bokstäver och siffror
- x Endast bokstäver
- 2 Färger

15. Vad menas med ledstångsorientering?

- 1 En sträcka mellan 2 kontroller som är snitslad eller sammanbunden av ett rep
- x Lösa en sträcka på en bana genom att följa en tydlig stig, bäck eller tydlig höjdkant
- 2 Lösa en sträcka på en bana genom att utnyttja olika typer av tydliga kartdetaljer som tillsammans blir av formen ledstång

16. Hur bör man markera en väg på kartan som är förbjuden att korsa och springa längs med?

- 1 Med tecknet för förbjudet område
- x Behövs ingen markering eftersom det är förbjudet att beträda vägar
- 2 Med en kedja av violetta kryss

17. Var ska startpunkten placeras?

- 1 I en stignögröning
- x Så att den syns från startplatsen
- 2 Anpassas till deltagare på Grön, Vit och Gul bana

18. Hur långt från en åkerkant, stig eller väg kan en kontroll på en Vit bana ligga?

- 1 Max 100 m
- x Min 20 m
- 2 Max 50 m

19. Vad menas med uttrycket kontroll med säker uppfångare på en Gul bana?

- 1 En stor stig 50 meter bakom en kontroll
- x En höjdkant med en brant 30 meter bakom en kontroll
- 2 En otydlig sankmark 50 meter bakom en kontroll

20. Vad menas med Finorientering?

- 1 Lugn motionsorientering utan tidtagning
- x Orienteringstävling i vacker natur
- 2 Noggrann kartläsning, till exempel in mot en kontroll

21. Vad är bankontrollantens huvuduppgift?

- 1 Ansvara för att alla kontroller sitter rätt i terrängen och att alla kartor är tryckta utan fel
- x Vara ett stöd till banläggaren och kontrollera att banläggaren följer regler och anvisningar
- 2 Anmäla till OF när banläggaren lägger dåliga banor