

STJÄRN = ★ = KAMPEN

Hitta - Skråkorridor

Träningspass: Helt

Förberedelse: Mycket

Skapad av: Team Stjärnkampen,

Om uppdraget

Orienteringskartan är uppbyggd av en mängd höjdkurvor som symboliserar olika höjdformationer i terrängen. Uppförsbacke, nedförsbacke, sänka, ås, grop, osv. Att tyda höjdkurvor kan vara klurigt till en början men när koden väl är knäckt blir det betydligt enklare att orientera sig fram i skogen. Att följa en höjdkurva och därmed springa på skrå är en stor utmaning och också det ungdomarna ska få träna på i det här uppdraget.

Steg för Steg

Övningen finns beskriven under Björnens violetta nivå i [Utvecklingsmärkena](#).

Reflektera tillsammans i gruppen efteråt: 1) Hur var upplevelsen av övningen? 2) Hur kändes kontrolltagningen? 3) Känner du att vi behöver träna mer kurvbild och att springa på skrå?

Att tänka på

Beroende på hur korridoren läggs kan övningen variera kraftigt i svårighetsnivå. Var noga att anpassa efter gruppens förmåga, kanske kan ni lägga ett antal slingor med olika eller stegrande svårighetsnivå. Välj själva om ni markerar kontrollpunkterna på kartan eller om ungdomarnas uppgift blir att själva komma ihåg och rapportera var längs korridoren skärmarna satt.

Det här behöver ni

Kartor

Skärmar

Kompass