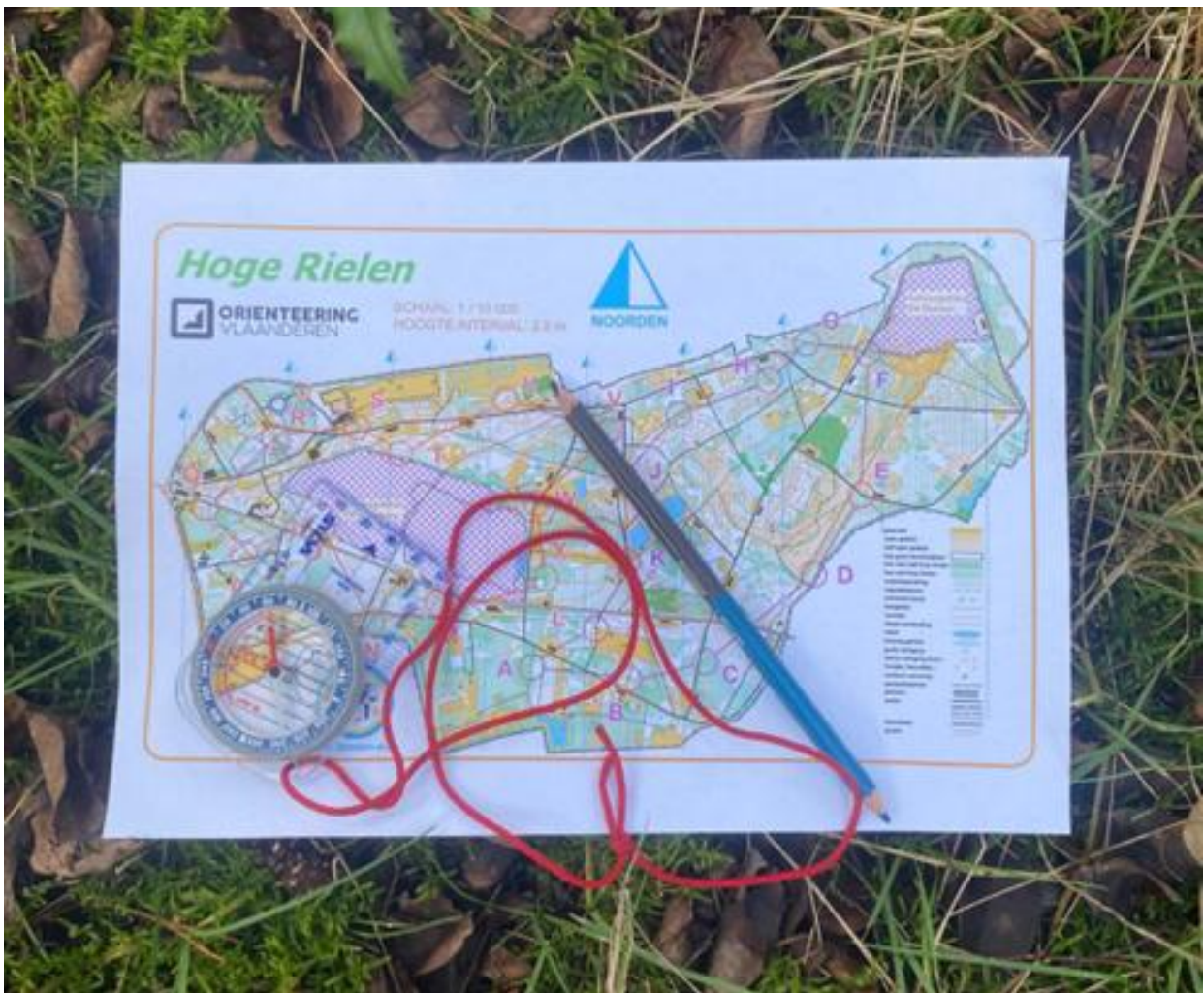


Handleiding Oriëntatieloop



DE HOGE RIELEN

Inhoudsopgave

1) Wat kan ik verwachten van de oriëntatieloop?	3
2) Aan de slag met de oriëntatieloop	4
3) Technieken om te lopen op de kaart en kompas	6
4) De uitleendienst: praktisch.....	9
5) Bijlage.....	10

1) Wat kan ik verwachten van de oriëntatiewandeling?

OPZET

Oriëntatiewandeling is een sportieve activiteit waarbij je met behulp van een kaart en kompas (zo snel mogelijk) een parcours aflegt. Onderweg ga je op zoek naar verschillende controlepunten die op de kaart zijn aangeduid. De route tussen deze controlepunten kies je zelf. Bij elk controlepunt staat een cijfer dat je noteert op het invulblad.

Op het domein van De Hoge Rielen zijn **twee oriëntatiewandelingen** uitgestippeld. Beide wandelingen zijn ongeveer **3,5 km** lang en tellen **12 zoekpunten**. Je kiest zelf of je het parcours al lopend of al stappend aflegt.

Oriëntatiewandeling (wat krijg je mee):

- Handleiding
- Invulblad
- Kaart en kompas
- Potlood
- Oplossingsfiche (in bijlage)
- Hints (in bijlage)

DOELGROEP

Met een duidelijke uitleg over het gebruik van kaart en kompas kunnen jongeren **vanaf 12 jaar** de tocht zelfstandig afleggen. Voor **jongere deelnemers** raden we aan om te zorgen voor een goede voorbereiding .

Een goede conditie is geen voorwaarde. Je mag de wandeling al stappend afleggen. Indien nodig kan je het groepje ook het papier met hints meegeven zodat ze de paaltjes makkelijker kunnen vinden.

TIJDSDUUR

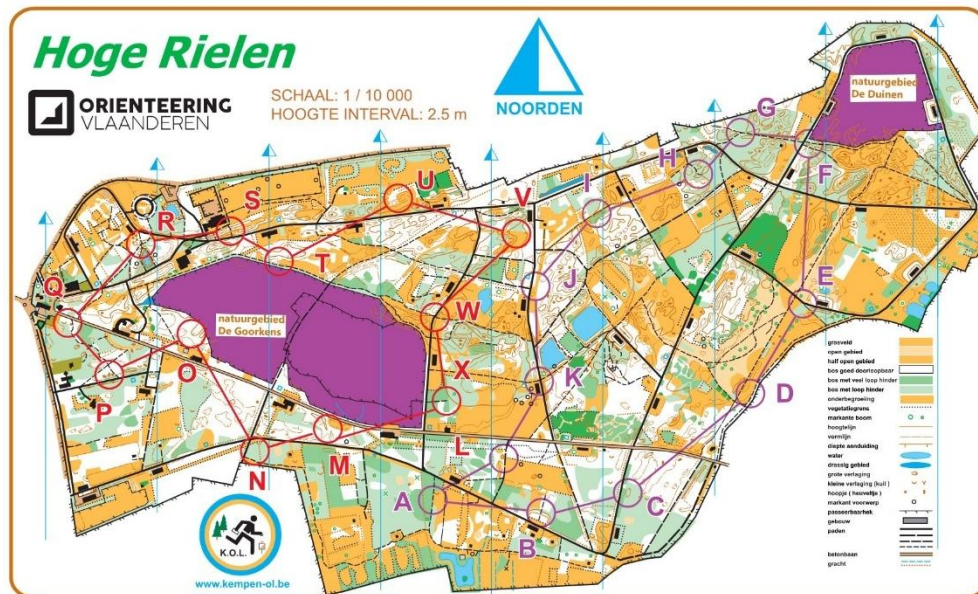
Bij vlot gebruik van de kaart en het kompas en mits wat lopen kan je één wandeling in ongeveer een uur afleggen. Bij minder ervaren deelnemers reken je op 1,5 tot 2,5 uur per wandeling. In gemengde groepen kan je sommige deelnemers twee wandelingen laten doen en andere maar één.

2) Aan de slag met de oriëntatieloop

STARTLOCATIE

Het startpunt van de omloop kan je zelf kiezen. Je geeft de deelnemers mee welke omloop ze doen en naar welk checkpoint ze eerst gaan. Daarna kan de oriëntatieloop starten.

Als je graag **beide lussen** wilt **combineren** is het aangeraden om een startpunt te kiezen in het midden van het domein, bijvoorbeeld in de buurt van kamp 9, 40 of bij gebouw 39.



GROEPSINDELING

In principe zou elke deelnemer **individueel** de omloop moeten kunnen lopen. Maar dit vraagt meer tijd en niet iedereen vindt het fijn om alleen in een onbekend bos rond te lopen. Je kan er dus voor kiezen om in **groepjes van 2 tot 4 deelnemers** te werken. Hoe kleiner de groepjes, hoe meer kans iedereen krijgt om met kaart en kompas te werken.

TIPS VOOR DE BEGELEIDING

Het vertrek

Er zijn verschillende mogelijkheden:

- 1) Je kiest een omloop. De groepjes gaan, met tussenpauzes, op zoek naar de punten. De deelnemers **starten met een tussentijd van minimum 2 minuten**.
- 2) **Splits de groep in 4 deelgroepen**. Twee groepen lopen omloop 1 (letter A tot L) beiden in de tegenovergestelde richting. De twee andere groepen doen hetzelfde bij omloop 2 (letter M tot X). Je kan dus vier verschillende tochten ondernemen tegelijkertijd vanuit een vertrekplaats naar keuze.

Controlepunten



De geletterde punten op de kaart, aangeduid met cirkels, zijn de controlepunten. Op die punten vind je op het domein **metalen paaltjes met een oranje kop**. Op de bovenkant van elk paaltje werd een **nummer** gelast. Dit nummer kan je gebruiken als controlemiddel.

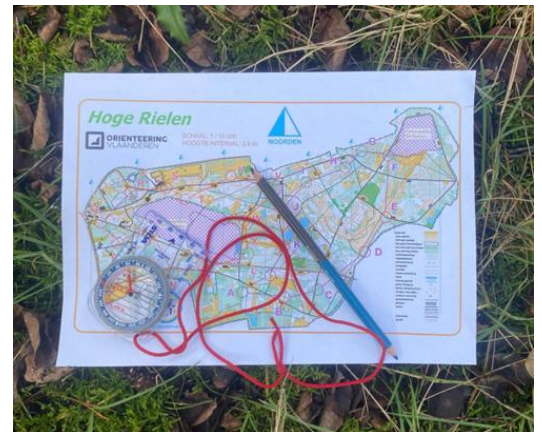
Op de **invulpapieren** die je meekrijgt, kunnen deelnemers bij elke letter van de kaart, het nummer noteren dat ze bovenaan op het paaltje vinden.

Welke informatie geef ik de groep nog mee?

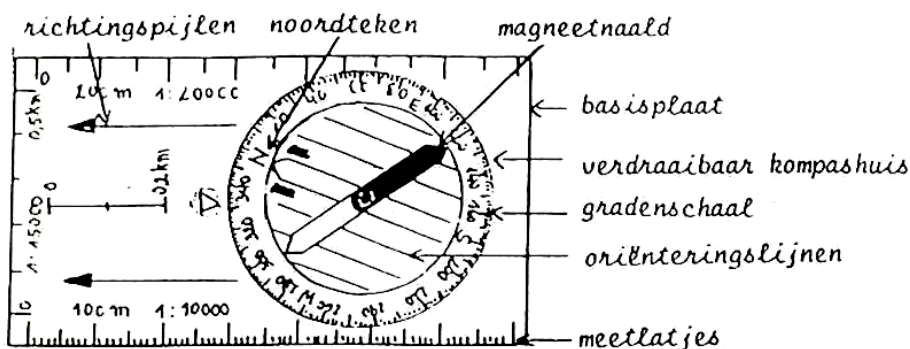
Elk groepje of deelnemer krijgt een gedetailleerde **kaart** van het domein, een potlood, een invulblaadje én een **kompas**.

Op de kaart vind je een **legende**. Verder kan je ook het extra papier met hints om de paaltjes te vinden meegeven.

Voor het vertrek leg je uit hoe deelnemers het kompas moeten gebruiken. Je kan voor vertrek best ook even de **technieken van het oriënteren en lopen op kompas** inoefenen.



GEBRUIK VAN HET KOMPAS



Om het kompas correct te gebruiken, moet je het perfect horizontaal houden. Als je het kompas horizontaal houdt, wijst de **rode pijl** altijd naar het **noorden**.

Blijf uit de buurt van magnetische velden: Houd het kompas weg van hoogspanningslijnen, elektrische toestellen (zoals zaklampen) en metalen voorwerpen. Deze kunnen de werking van het kompas verstoren en een verkeerde richting aanduiden.

Poets het kompas niet vóór gebruik: Poets het kompas nooit droog met bijvoorbeeld een droge doek of je mouw. Door wrijving kan **statische elektriciteit** ontstaan. Die statische lading kan de kompasnaald tijdelijk beïnvloeden, waardoor het kompas **onnauwkeurig of verkeerd** aanwijst.

3) Technieken om te lopen op de kaart en kompas

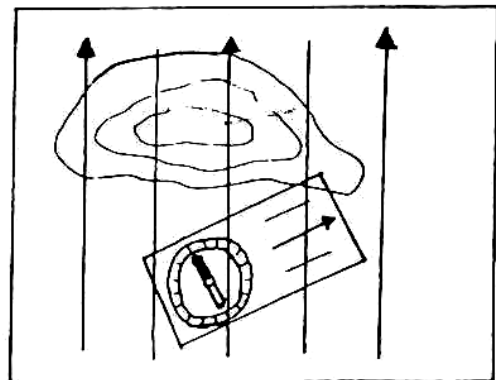
Aan de hand van onderstaande werkwijze kunnen deelnemers de omloop met kaart en kompas afleggen. Bij elk paaltje (controlepunt) herhaal je de vier stappen en bereik je zo veilig opnieuw het startpunt.

STAP 1: KAART ORIËNTEREN

Het noorden

Alle kaarten (stadsplannen, landkaarten, ...) zijn steeds zo getekend dat het noorden zich bovenaan de kaart bevindt. Om je kaart op het terrein bruikbaar te maken, moet je er dan ook voor zorgen dat de noordkant van de kaart (bovenkant) gericht is naar het echte noorden.

Op onze oriëntateloopkaarten wordt het noorden ook aangeduid door de blauwe pijlen die uiteraard naar de bovenkant van de kaart wijzen. Het instrument dat ons kan aanduiden waar het echte noorden is, is het kompas.

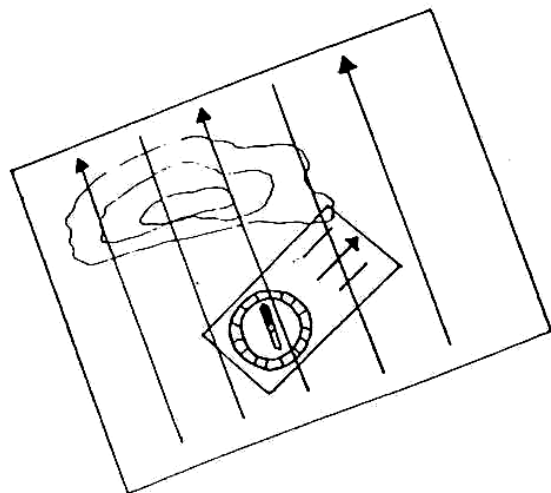


De kaart juist leggen

Leg de kaart op een vlakke ondergrond en leg het kompas er bovenop.

Je weet dat de magneetnaald altijd naar het noorden wijst. Nu moet je de kaart draaien tot de blauwe pijlen op de kaart (die het noorden aanduiden) in dezelfde richting wijzen als de rode pijl van de magneetnaald van het kompas.

Let op dat je wel degelijk je kaart oriënteert op de rode pijl die naar het noorden wijst. De richtingspijlen op het plastic omhulsel van het kompas kan je verdraaien, zij geven dus niet altijd het noorden aan.



STAP 2: WAAR BEN IK EN WAAR MOET IK NAARTOE?

Nu is de kaart georiënteerd.

Opgelet: Vermijd dat de kaart tijdens de volgende stappen verdraait.

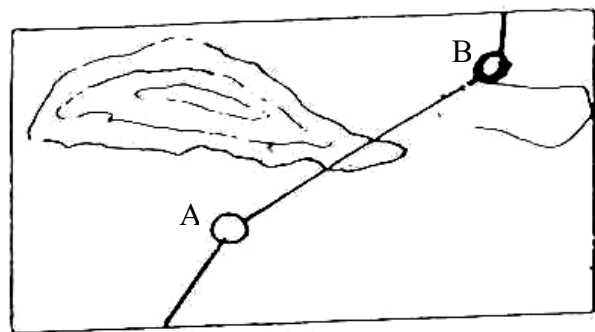
Waar ben ik?

Bepaal op de kaart op welk punt je nu staat (let op dat de kaart niet beweegt, want je hebt ze zonet georiënteerd en dit moet zo blijven).

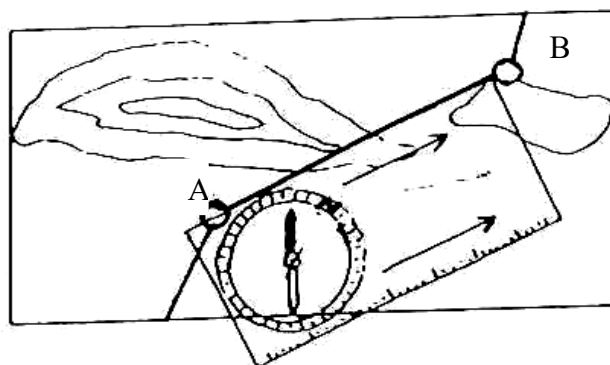
Om erachter te komen waar je bent op de kaart, kan je herkenningpunten in de omgeving zoeken die je gemakkelijk kan terugvinden op de kaart. Bijvoorbeeld: water (blauwe vlakken op de kaart), wegen en gebouwen (zwarte lijnen en rechthoeken op de kaart), de richting van wegen, heuvels (bruine vormen), enzovoort.

De looprichting

De looprichting wordt bepaald door de rode/paarse verbindingslijnen. Stel dat je bij controlepunt A staat en je moet naar controlepunt B, dan noemen we de verbindingslijn tussen A en B de looprichting.



Leg de richtingspijlen van het kompas in de richting van het doel of in de looprichting.

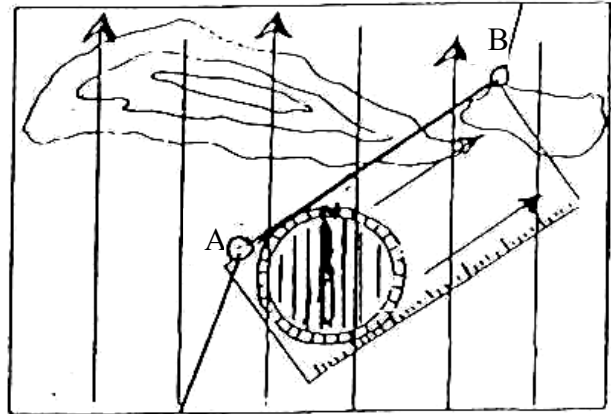


STAP 3: HET NOORDPUNT BEVRIEZEN

De ring van het kompasshuis is verdraaibaar. Op de ring vind je een verdeling in graden van 0 tot 360°. Het noordpunt wordt aangeduid met een hoofdletter N. Om dit noordpunt gaat het tijdens deze stap.

Zorg ervoor dat de kaart niet beweegt en dat ook de richtingspijlen van het kompas in de looprichting blijven liggen. Anders waren de vorige stappen zinloos.

Draai aan het verdraaibare kompasshuis tot het noordteken (N) naar het echte noorden wijst. Het echte noorden is waar de magneetnaald naartoe wijst.



Nu is het kompas klaar om te gebruiken bij de verplaatsing.

STAP 4: VERPLAATSEN MET HET KOMPAS

Als de vorige stappen correct zijn doorlopen, kan je deze laatste stap eventueel afleggen zonder gebruik te maken van de kaart.

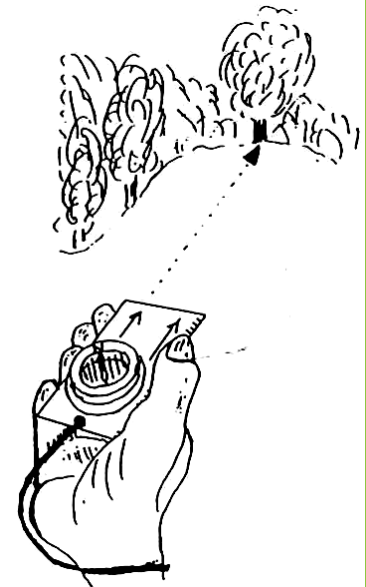
Neem het kompas horizontaal in de hand, midden voor het lichaam.

Draai je lichaam tot de magneetnaald tegenover het noordteken (N) van het verdraaibaar kompasshuis staat. Je draait dus enkel jezelf. Aan het kompas verdraai je niets meer.

De richtingspijlen op de basisplaat van het kompas duiden nu de looprichting aan.

Om te vermijden dat je steeds met je hoofd naar beneden moet lopen om de looprichting in de gaten te houden of om te controleren of de magneetnaald wel tegenover het noordteken blijft staan, ga je vooraf een punt in het terrein uitkiezen waar je naartoe stapt.

Kijk in de richting van de richtingspijlen en mik op een merkteken op het terrein in het verlengde van de richtingspijlen. Stap naar dit merkteken en herhaal, indien nodig, alle stappen tot je het volgende controlepunt bereikt.



4) De uitleendienst: praktisch

Voor de reservatie van het materiaal kan je terecht bij de dienst onthaal & info. De kostprijs van het gehuurde materiaal wordt verrekend in je eindfactuur. Je kan het materiaal van de oriëntatieloop ophalen tijdens de openingsuren van de uitleendienst. Als je iets kwijtraakt of stuk maakt, wordt dit nadien aangerekend in je eindfactuur volgens de prijzen die je vindt in de materiaallijst.

Materiaallijst oriëntatieloop per set:

ARTIKEL	AANTAL	PRIJS/STUK IN € ¹
Handleiding	1 per 5 à 10 sets	4
Kompas	1 per set	16,5
Kaart	1 per set	0,5
Potlood	1 per set	0,5
Invulblaadje	1 per set	
Oplossingfiche	1 per set	0,5
Draagtas		5

¹ Bij beschadiging en /of verlies van materiaal zullen we deze prijzen aanrekenen.

5) Bijlage

HINTS ORIENTATIELOOP

Omloop 1: Oostelijke omloop (3500m)

- A: Ten westen van zandweg
- B: Aan de voet, ten noorden van de eerste zandberg
- C: In ondiepe inzinking
- D: In het bos, tussen heideveld en zandweg
- E: Bij kruising van betonweg en zandpad
- F: Achter pad op berm
- G: Voor bocht, links van de weg
- H: Ondiepe put, diep genoeg in het bos
- I: Put
- J: Ten oosten van zandpad
- K: Rechts naast de loods
- L: Hoek van open plaats

Omloop 2: Westelijke omloop (3500m)

- M: Voor de aanplanting
- N: Ten noorden van put
- O: Open plek in bos
- P: Zuid van bospad, noord van betonbaan
- Q: West van pad en zwierpaal
- R: Noordwest van vennetje
- S: Voet van de berm, noord van betonpaal
- T: Ten noorden van bospad
- U: Boven op de helling
- V: Ten zuiden van bospad
- W: Bij kruising van zandpad en betonbaan
- X: Weg volgen diep genoeg in het bos

INVULBLAADJE

Groep:			
OMLOOP 1		OMLOOP 2	
A		M	
B		N	
C		O	
D		P	
E		Q	
F		R	
G		S	
H		T	
I		U	
J		V	
K		W	
L		X	