


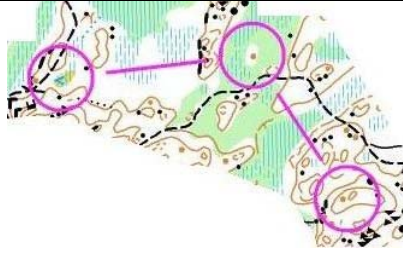


Utvecklingen för en orienterare beskrivs med hjälp av färgkoder, som beskriver hur avancerad orientering man genomför. Så här ser utvecklingen för en orienterare i IF Thors OL-skola ut:

Nivå	Utveckling	IF Thors verksamhet	Ungdomsklasser vid tävlingar	Kartexempel
Grön	Man lär sig olika karttecken Passar kartan med hjälp av terräng och kompass. Man lär sig hur en bana ritas på kartan. Orienterar längs tydliga ledstänger (stigar, vägar, åkerkanter, kraftledningar och liknande)	Gröna gruppen.	Inskolning U1	
Vit	Man väljer bland olika vägvalsalternativ. Följer även mer otydliga ledstänger, t.ex. beståndsgränser, ängskanter m.m. Tittar efter föremål utanför ledstängerna. Genar kortare sträckor genom skog och över öppen mark mellan ledstänger.	Vita gruppen. Lägerverksamhet.	U2 D10, H10 D12 Kort, H12 Kort	
Gul	Genar längre sträckor mellan ledstänger. Tar ut och följer kompassriktning kortare sträckor. Läser på tydliga höjdkurvor. Förstår hur färgerna på kartan beskriver löpbarheten.	Gula gruppen. Lägerverksamhet. En del "vanliga" träningar.	U3 D12, H12 D14 Kort, H14 Kort	
Orange	Läser mer detaljerade höjdkurvor. Följer naturliga ledstänger som höjder och sankmarker. Strukturerar och förenklar kartbilden. Tar ut och följer kompassriktning längre sträckor. Uppfattar avstånd. Bedömer vägval, löpbarhet och höjdskillnader.	Orange gruppen. Lägerverksamhet. Tisdags- och torsdagsträningar hela året. 15-16-åringar kan delta i UOF:s USM-verksamhet	U4 D14, H14 D16 Kort, H16 Kort	
Violett	Hittar svåra kontrollpunkter i detaljrik terräng. Anpassar farten efter svårighet (lätt orientering – springer snabbt, svår orientering – saktar in). Går noggrann kompassgång i detaljfattig terräng.	Orange gruppen (med violetta banor). Lägerverksamhet. Tisdags- och torsdags-träningar hela året. UOF:s USM-verksamhet	D16, H16	