



BANLÄGGNING

Välkommen till Ungotekets tredje träff. Den här gången ska vi lära oss om banläggning. Allt från tänket kring själva banläggningen, så att banorna får rätt svårighet och blir roliga att springa, till att fixa till det i datorn och sätta ut kontroller. Vi kommer också att provspringa varandras banor.

Datum: Lördag 14 augusti
Plats: Hjortgården i Alingsås
Tid: 9.30-16.00
Inspiratör: Bertil Åkesson

Banläggning

Anmälan

Som vanligt bjuder Ungoteket på lunch och fika. Därför är det viktigt att meddela vilka som kommer. Ange också om det finns behov av att låna dator och om det önskas anpassad kost.

Anmälningen görs klubbvis av mentorn här:

<https://www.svenskorientering.se/Distrikt/vastergotlandsorienteringsforbund/forbundet/formular/anmalanungotekettraffbanlaggning/>

Program

09.30	Banläggning, svårighetsnivåer, grönt till svart
10.15	Fika
10.30	Banläggning, distansernas särarter
11.00	Purple Pen
12.00	Lunch
12.30	Banläggning i praktiken
13.45	Kontrollutsättning
14.15	Provlöpning och inplockning
15.00	Fika
15.15	Genomgång av banorna
16.00	Slut

Kungälv OK
OK Stigen
OK Tranan
Sjövalla FK
Tolereds AIK

Övrig information

Vi kommer att vara utomhus en stund på eftermiddagen för att sätta ut kontroller, provspringa varandras banor och ta in kontroller. Ta därför med kläder och skor för att kunna vara utomhus, gärna träningskläder.

Om det finns frågetecken, hör av dig till Bertil Åkesson
Tel. 070-6779806
Mail. Bertil.vof@vgidrott.se

VI SES!