



Gradering turorientering for arrangører

I tur-o skal poster og turer graderes etter tilgjengelighet og vanskegrad slik at deltagerne kan velge poster/turer ut fra egen funksjon- og ferdighetsnivå. Graderingen er basert på håndbok for nasjonal standard for skilting og gradering: www.merkehandboka.no og NOFs gradering av o-teknisk nivå.

Er man usikker på graderingen anbefales det å gradere opp til det vanskeligste av nivået.

	Målgruppe/passar for	Terrengtype	Orienteringsteknisk nivå	Tid og lengde
GRØNN	<ul style="list-style-type: none">NybegynnereKrever ingen forkunnskaperTurene er tilrettelagt for rullestol og barnevognFottøy: Joggesko	<ul style="list-style-type: none">Nærområder, parker og grøntarealerFast og jevnt underlag: Asfalt, grus- og skogsveier uten store hindringer (skal kunne rulle med rullestol og barnevogn)Lette stigninger	<ul style="list-style-type: none">Helt uten erfaringPostplassering på store tydelige detaljer og på ledelinjeneEt veivalg skal kunne nås med rullestol og barnevogn.	<ul style="list-style-type: none">45-60 min (gå-tid)5-10 poster1,5-3 km
BLÅ	<ul style="list-style-type: none">NybegynnereKrever noe kjennskap med kartBør ha med kompass for å orientere kartetFottøy: Joggesko/gode tursko	<ul style="list-style-type: none">Lett og oversiktig terrengTurene går på sti eller fint terreng (jevnt underlag)Lette til moderate stigninger	<ul style="list-style-type: none">NybegynnernivåVeivalg langs tydelige ledelinjer og postplassering på og nær disseGrov retningsorientering	<ul style="list-style-type: none">45-60 min (gå-tid)5-10 poster1,5-4 km
RØD	<ul style="list-style-type: none">Litt viderekommendeKrever kjennskap og erfaring med kartKrever kompass for grovorienteringMiddels til god utholdenhetFottøy: Gode tursko/fjellsko	<ul style="list-style-type: none">Alle terrengkategorierTurene går på små stier og i terrengetKan være korte, bratte stigninger, men løypene skal unngå de mest krevende partiene	<ul style="list-style-type: none">Litt viderekommendeKunne bruke ledelinjer og bruke kort finorientering inn mot oppfangende detaljerKunne orientere etter tydelige høyder og noe kurveorientering	<ul style="list-style-type: none">1-3 t (gå-tid)8-12 poster3-6 km
SVART	<ul style="list-style-type: none">ViderekommendeKrever god kjennskap med kartKrever kompass for finorienteringGod utholdenhetFottøy: Gode tursko/fjellsko	<ul style="list-style-type: none">Alle terrengkategorierTurene går i terrengKan være topturer med sterke stigninger	<ul style="list-style-type: none">ViderekommendeFå eller ingen ledelinjerFå eller ingen oppfangende detaljerKrever nøyaktig kompasskursMå beherske kurveorientering	<ul style="list-style-type: none">1 ½ - 4 t (gå-tid)8-15 poster3-10 km

(Oppdatert feb. 2018)