









































3 Klasser, banlängder och svårighetsnivå vid medel- och långdistans









De banlängder som anges avser individuell dagtävling och är riktvärden i kilometer. Vid bestämmande av banlängd ska särskild hänsyn tas för ungdomar och för de allra äldsta.

Verklig banlängd får, efter samråd inom distriktet (OF), avvika upp till 20 % av riktvärdet.

MOTIONSORIENTERING			TÄVLINGSORIENTERING				
Inskolnings- och utvecklingsklasser			Ungdomsklasser				
<i>Klass</i>	<i>Längd</i>	<i>Nivå</i>	<i>Klass</i>	<i>Längd</i>	<i>Nivå</i>	<i>Klass</i>	<i>Längd</i>
Insk. (Inskolningsklass)	1,5/1,5		D10	2,0/2,5		H10	2,0/2,5
U1 (Utvecklingsklass 1)	2,0/2,0		D12 Kort	2,0/2,5		H12 Kort	2,0/2,5
U2 (Utvecklingsklass 2)	2,5/2,5		D12	2,5/3,0		H12	2,5/3,0
Öppna motionsklasser			D14 Kort	2,5/3,0		H14 Kort	2,5/3,0
<i>Klass</i>	<i>Längd</i>	<i>Nivå</i>	D14	3,0/4,0		H14	3,0/4,0
ÖM1 (Öppen motion 1)	2,5/2,5		D16 Kort	3,0/4,0		H16 Kort	3,0/4,0
ÖM2 (Öppen motion 2)	... /4,0		D16	3,5/4,5		H16	3,5/5,5
ÖM3 (Öppen motion 3)	3,0/3,0		Vuxenklasser, inkl. elitklasser				
ÖM4 (Öppen motion 4)	... /5,0		<i>Klass</i>	<i>Längd</i>	<i>Nivå</i>	<i>Klass</i>	<i>Längd</i>
ÖM5 (Öppen motion 5)	3,5/3,5		D17-20 Kort	... /4,5		H17-20 Kort	... /5,5
ÖM6 (Öppen motion 6)	... /6,0		D18	3,5/5,0		H18	3,5/6,5
ÖM7 (Öppen motion 7)	3,0/3,0		D18 Elit	3,5/6,0		H18 Elit	4,0/7,5
ÖM8 (Öppen motion 8)	4,5/4,5		D20	3,5/5,5		H20	3,5/7,5
ÖM9 (Öppen motion 9)	... /7,5		D20 Elit	4,0/7,0		H20 Elit	4,5/10,0
<i>Exempel på fler valfria motionsklasser:</i>			D21 Kort	... /5,0		H21 Kort	... /8,0
ÖM10 (Öppen motion 10)	4,0/4,0		D21	3,5/7,0		H21	4,5/10,0
ÖM11 (Öppen motion 11)	... /5,5		D21 Elit	4,5/10,0		H21 Elit	5,0/14,0
"Motionsbanan"	D35	3,5/6,0		H35	4,5/8,0
"Direktbana 4"	D40	3,5/5,0		H40	4,0/7,5
"Poängorientering"	D45	3,0/4,5		H45	4,0/6,5
"GPS-klassen"	D50	3,0/4,0		H50	3,5/6,0
<i>Motion 1-6 (orange text) = motsvarande klass från motionsorientering anordnat under vardagar</i>			D55	3,0/4,0		H55	3,5/5,5
			D60	2,5/3,5		H60	3,5/5,0
			D65	2,5/3,5		H65	3,0/4,5
			D70	2,5/3,0		H70	3,0/4,0
			D75	2,0/3,0		H75	3,0/3,5
			D80	2,0/2,5		H80	2,5/3,0
			D85	2,0/2,5		H85	2,0/2,5
			D90	1,5/2,0		H90	1,5/2,0
			D95	1,0/1,5		H95	1,0/1,5

Beskrivning av nivå (svårighetsgrad)

Beskrivningen ska ses ur den tävlandes perspektiv. Banläggarboken ger en mer exakt beskrivning.

	Grön bana. Tydliga och sammanhängande planbildsdetaljer (vägar, stora stigar, byggnader, öppen mark osv). Kontroll alltid på ledstängen.
	Vit bana. Samma terräng som ovan. Kontroll markerar endast avslutning på sträcka och övergången till ny. Lätta och tydliga kontrollföremål.
	Gul bana. Något svårare terräng, enkel framkomlighet. Sammanhängande system av vägar, stigar, vattendrag, öppen mark eller liknande.
	Orange bana. Lättframkomlig terräng, ej för kuperad, skogsmark, gärna med inslag av kulturmark.
	Röd bana. Samma som orange, men svårframkomlig och kuperad skogsmark får förekomma.
	Violetta bana. All typ av terräng, förutom fysiskt mycket krävande. Alla typer av kontrollpunkter. Rätt teknik vid kontrolltagning lönar sig.
	Blå bana. Svårighet anpassas till de skickligaste. Mer kurvbild och detaljrik terräng nyttjas. Svårtillgänglig, tung terräng undviks.
	Svart bana. Samma som blå, men alla typ av terräng får förekomma.