



**Turorienteringa i Verdal 2022**

# Informasjon



# Verdal Orienteringsklubb ønsker velkommen til sin 52. sesong med turorientering

## *Årets opplegg*

Som alle nå vet er de koronarestriksjonene som ble innført de to siste åra, nå opphevet. Men vi vil likevel videreføre noe av det opplegget som ble brukt under pandemien.

- Vi vil ikke ha klippetenger til bruk for klipp i kort. Vi vil benytte postflagg med bokstavkoder og en QR-kode.
- Dere brukere må ha med penn/blyant og notere koder for hver post på klippekortet.
- Alternativt kan dere f.eks. ta bilder av postnr. og -koden og notere den på kortet når dere kommer hjem eller på turorientering.no. Her må dere registrere dere som brukere.
- Men det nye av året, er at postene også er tilført en QR-kode som kan brukes. I appen turorientering kan dere scanne koden som da blir registrert automatisk i systemet. Dere får samtidig beskjed om koden er feil eller riktig. For at dette skal fungere, må dere registrere konvoluttkoden som ligger i konvoluttet. Det er en unik kode for hvert kart og hver konvolutt.

Alle disse alternativene kan brukes, men de som registrerer kodene i det digitale systemet trenger ikke å levere inn klippekort. Resultatet er allerede registrert.

Men det gamle systemet med å notere koder på klippekort er fullt ut mulig.

Vi ønsker alle god tur og lykke til på årets turorientering.

### **Ny nettside**

Norges orienteringsforbund har skiftet leverandør av nettside. Det kreves derfor at du registrerer deg på nytt i den nye portalen turorientering.no. Alle brukere må resette sitt passord på den nye websiden. Dette gjøres enkelt ved å få tilsendt engangskode fra systemet, et valg i innloggingsprosessen. Brukerne kan benytte samme epost og samme passord om det ønskes. Nytt passord settes av bruker selv. Informasjon om dette vil også ligge på nettsiden når de logger inn. Dette er i henhold til personvern, GDPR.

### **Ny APP.**

Det har kommet en ny APP. Den har likt utseende som den gamle. Gammel APP fungerer ikke lenger, så den bør slettes. Ny APP lastes fra Google Play eller App Store. Bruker kan benytte samme epost og samme passord som innlogging på websiden og i app til turorientering.

Gi gjerne tilbakemeldinger om årets «system», eller andre uklarheter/hendelser.

## I konvolutten finner du følgende innhold:

- 5 kart med inntegna tur-o-poster
- 1 klippekort
- Informasjon (den du nå holder i handa)
- Plastlomme til vern av kart og klippekort
- Tur for alle
- Skihyttebrosjyre
- Terminliste klubbløp
- Konvoluttkoder

### Postene:

### Settes ut:

### Tas inn:

1-10	Trones	01. mai	18. september
11-25	Blommen	15. mai	18. september
26-45	Leirsjøen	22. mai	18. september
46-65	Koamarka	22. mai	18. september
66-80	Fjellposter Vera	18. juni	18. september

## **Gradering etter vanskelighetsgrad gjør at du kan velge poster /turer ut fra eget ferdighetsnivå:**

**Grønne** turer er grei å starte med for deg uten erfaring. Turene er i hovedsak korte og postene er godt synlige langs ledelinjer (for eksempel sti, bekk o.l).

**BLÅ** turer er for deg med litt erfaring. Du må ha litt kartkunnskap, men postene er fortsatt nær ledelinjer.

**RØDE** turer. Her må du kunne bruke kart og kompass, og terrenget er litt mer krevende.

**SVARTE** turer. Du må ha god kunnskap i bruk av kart og kompass. Fysisk krevende.

Du tar postene i den rekkefølgen du selv ønsker. Tilbudet er tilgjengelig hele døgnet hele sesongen! Du velger selv når du drar på tur, hvor du vil starte, og hvor lang turen skal være. Nummereringen av postene er ment som en veiledning til hvordan du kan legge opp til naturlige runder.

Også i år har vi poster som er tilgjengelig for funksjonshemmede. Dette gjelder «Grønne poster» med 4 poster på Trones, 3 poster oppi Blommen, 3 poster på Leirsjøen og Tur for alle. Hvis du angir å ha nedsatt funksjonsevne, gir vi 3 poeng for hver post det kvitteres for.

**Tur for alle:** Her er det i tillegg tur på Ørin med tre poster og Vinne med tre poster som er lett tilgjengelig med rullestol. Med litt hjelp kan også andre «Tur for alle» turer nåes. Ved å kvittere bak på brosjyren får du godskrevet **1 poeng** for hvert turmål, men får allikevel **max 10 poeng**. Har du funksjonsnedsettelse gir som sagt hvert turmål **3 poeng**, og du kan med dette oppnå **60 poeng** (kravet til gullmerke). Brosjyren kan leveres samtidig med innlevering av klippekort. Vil du ha deltakerpremie, må du levere brosjyren ved Servicekontoret. **Da angir du antall turmål i det ordinære klippekortet, så sjekker vi med Servicekontoret i etterkant.**

## *Hvordan finne fram til parkering og riktig nivå for deg?*

På karta er det avmerket anbefalte parkeringsplasser. Parker med omtanke slik at du ikke er til hinder for annen trafikk. Noen anbefalte parkeringsplasser er merket med skilt.

På <http://turorientering.no/verdalok> finner du ytterligere info om hvor karta befinner seg.

**Trones :** Anbefalt parkering ved parkeringsplass Stiklestad Golfklubb. Her må vi vise hensyn da det kan være arrangementer ved golfklubben som krever parkering. Parkering kan også gjøres ved parkeringsplassen før bebyggelsen i Sørskaget.  
**Postene her er gradert grønn.**

**Blommen: Parkering:**  
Ved parkeringsplass til Blommen skisenter. **Parkeringsavgift.**  
Følg skilting fra fylkesvei 759 ved Stiklestad.  
**Postene her er gradert blå.**

**Leirsjøen: Parkering:**  
Følg Fv. 757 fra Stiklestad mot Vuku ca. 7 km. Ta av til venstre ved Volen. Skilting til Leirådal. Følg veien til Heimtun forsamlingshus – ca. 1,6 km. Ta til venstre og følg skiltet vei til Leirsjøen. Ca. 1,3 km fra Heimtun forsamlingshus, ta til høyre i Nye Skrovesvegen retning Svartdalen/Leirsjøen og følg veien ca. 1,7 km til parkering.  
**Postene her er gradert rød.**

**Koamarka: Alt. 1:** Kjør E6 til Røra. Ta av til høyre like etter jernbanelinja (når du kommer sørfra). Følg Oltidsvegen ca. 1,9 km og ta av vegen til Lekset. Følg denne vegen forbi Lekset gård - ca. 1,8 km.  
**Alt. 2:** Samme som alt.1, men følg Oltidsvegen til du kommer til parkeringsplass for skistadion ved Røfloa.  
**Postene her er gradert rød.**

**Fjellposter: Parkering:**  
Følg Fv. 757 fra Stiklestad retning Vuku. Fortsett denne veien opp gjennom Helgådalen til Vera. Ta av til høyre ca. 150 m øst for handicaplass Stortjønna. Kjør til veis ende.  
**Postene er gradet sort.**

**NB:** På noen postflagg på kartene Trones, Blommen og Leirsjøen er det to postkoder. Det er samme bokstavkode på begge merkene, men QR koden er forskjellig. De kodene som er mrk med «F» foran postnummer, er koder for de som bruker opplegget for funksjonshemmede.

**Kjør forsiktig da enkelte av veiene kan være smale og med få møteplasser. Parker med omhu; kanskje flere skal fram!**

Fjellpostene er de mest krevende, både mht lengde og orienteringsmessig. Her er det lurt å ta med fiskestang, multespann og selvfølgelig en god nistepakke. Dette er en heldagstur eller en tur med mulighet for overnatting på Værdalsbrukets hytte ved Fiskløyningen. Leie av hytta må bestilles direkte hos Værdalsbruket As.



## Årets trivselstiltak og ekstrapoeng

Åpningsdagen 1. mai og midnattspost 25. juni gir to ekstrapoeng hver. Vi satser på en felles avslutning med innlevering av klippekort for de som bruker det og kanskje mulighet for å kjøpe kaffe og kaker.

Tidspunkt og sted for avslutningen annonseres i lokalavisa og på sosiale medier.

### Hyggekveld

Klubbens hyggekveld anbefales. Dato er ikke fastsatt, men det blir annonsert i lokalavisa, facebook og på klubbens hjemmeside i starten av oktober.

Dette blir en trivelig kveld i godt lag! Servering og underholdning.

Her deler vi ut velfortjente merker og plaketter.

Kåring av **Årets Hardhaus senior** (17 år og eldre) og **junior** (de t.o.m. 16 år). **Dette er en utmerkelse som bare de aller sprekeste kan oppnå! Du må ha vært på alle 80 postene.** Og ikke minst; du må ha levert inn eventuelt klippekort før hyggekvelden. De som bruker den digitale løsningen, er allerede registrert.

### Del opplevelsene

Vi oppfordrer alle som er glad i turorientering til å dele gleden med en eller flere som du unner en god opplevelse. Ta dem med ut i skogen, gi dere god tid. Nyt naturen og gjerne litt medbragt niste og kaffe. Håper dere deler bilder med oss; #turoverdøl.



## Diverse informasjon

### Poeng og merkekrav

Det er lagt opp til at bronsemerket skal være stygglett å klare. Sølvmerket skal også være lett match for de fleste. Gullmerket krever både litt orienteringsferdigheter og innsats, men oppnåelig for de fleste som klarer å prioritere nok tid i skogen. Å klare alle postene skal være ei utfordring.

Hver post gir **ett poeng** og hvert klippekort gir rett til **ett merke eller plakett**. Kravet til **gullmerket er 60 poeng, sølvmerket 35 og bronsemerket 15**. Plakett tildeles når du har klart **gullkravet** 5-10-15-20-25-30-35-40 eller 45 år! Hvis du har opparbeidet "gullår" i andre klubber før du kom til Verdal, kan du få disse årene medregnet!

**Halvert merkekrav for barn 10 år og yngre og for veteraner fra det året de fyller 70. Husk derfor å skrive fødselsår på klippekortet.**

### Merkekrav for funksjonshemmede:

Tur for alle + postene mrk. «Grønne poster» teller **3 poeng** hver for personer med funksjonsnedsettelse. Husk å merke av for dette ved innlevering av klippekort /kart. De som bruker digital løsning, er automatisk registrert.

### Feil med postene?

Ring Lars Børre Hallem, Tlf 41 31 96 76 eller Dagfinn Enes, Tlf 90 81 00 26. De ordner opp! Noter dato i rubrikken på klippekortet, dette vil sikre deg poeng også for denne posten.

### Innsending av klippekort

til Lars Børre Hallem, Svanevegen 8, 7655 Verdal innen **1.oktober**, eller lever kortet på avslutningsdagen.

### Nyttige nettsider



turorientering.no/Verdal



Turorientering i Verdal



turoverdal



verdal-ok.net

*AS Værdalsbruke*

verdalsbruket.no



*Verdal Fjellstyre*

verdalfjellstyre.no

### Bli med i laget!


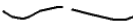









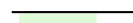

Alle turorienterere er velkommen som medlemmer i Verdal Orienteringsklubb. Du finner mer informasjon ved å gå inn på nettsiden til klubben. Enkeltmedlem koster kr.250,- og familiekontingent kr.500,- for 2022 og kan innbetales på bankkonto 4440.31.12000.

## *God tur i skog og fjell!!*

### **Hilsen tur-o-komitéen**

Lars Børre Hallem	41 31 96 76
Otto Brustad	99 73 37 02
Marius Enes	95 22 03 83
Dagfinn Enes	90 81 00 26

## TEGNFORKLARING

	hovedvei, mindre asfaltert vei
	vei, traktorvei
	stor sti, liten sti
	far, uthogd linje
	kraftlinje: stor, liten
	gjerde: passerbart, upasserbart
	steingjerde
	bygning, ruin, høyt tårn, tårn
	spesiell detalj
	stup, skrent, passerbart stup
	stein, stor stein, steinklynge
	blokk, ur, steingrunn
	skoggrense, kultivasjonsgrense
	høydekurver, hjelpekurver
	høydepunkt, jordvoll
	grop: naturlig, opparbeidet
	grustak, jordskrent
	smalt søkk, kløft, hule, berg hull
	vann, dam
	pytt, brønn, kilde
	upasserbar elv, elv, stor bekk
	bekk, grøft, utydelig -bekk- grøft
	myr: tydelig, utydelig
	upasserbar myr, myrsig
	dyrketmark, åpen grassmark
	halvåpen grassmark
	åpent udyrka, halvåpent udyrka
	hage, forbudt område
	grus- asfalt plass, berg i dagen
	skog god løpbarhet
	nedsatt løpbarhet
	svært nedsatt løpbarhet
	ikke løpbar område

## Verdal OKs Terminliste 2022

Dato	Løp	Distanse	Arena	Ansvarlig
<b>06.apr</b>	Treningsløp 1	Sprint	Verdalsøra/Ørmelen	Rånes
<b>07.apr</b>	TA-sprint 1	Sprint		
<b>18.apr</b>	Påskeløp	Sprint	Trones	Nubdal/Frøseth
<b>20.apr</b>	Treningsløp 2	Sprint	Vinne	Høydal/Bjørbekk
<b>21.apr</b>	TA-sprint 2	Sprint	Verdalsøra skole	Egen liste
<b>27.apr</b>	Treningsløp 3	Tomannstafett	Ørin	Sverre Kristoffersen
<b>28.apr</b>	TA-sprint 3	Sprint		
<b>04.mai</b>	Bygdakamp 1	Eget løypeoppsett	Blommen	Håkon og Margrete Skjerve
<b>05.mai</b>	TA-sprint 4	Sprint		
<b>11.mai</b>	O-karusell 1	Sprint	Stiklestad	Lars Børre Hallem
<b>13.mai</b>	TA-sprint finale	Sprint		
<b>18.mai</b>	Bygdakamp 2			
<b>21.mai</b>	Verdal 2-dagers		Garnes	Egen mannskapsliste
<b>22.mai</b>	Verdal 2-dagers		Garnes	Egen mannskapsliste
<b>25.mai</b>	O-karusell 2	Mellomdistanse	Ballhald	Gjedrem Lund
<b>01.jun</b>	Bygdakamp 3			
<b>08.jun</b>	O-karusell 3/Verdalsmesterskap	Langdistanse	Ramsåsen	Anton Bjartnes
<b>15.jun</b>	Bygdakamp 4	Eget løypeoppsett	Koamarka	Ydse Sivertsen
<b>22.jun</b>	O-karusell 4	Mellomdistanse	Marka	Vehus Skjerve
<b>10.aug</b>	Treningsløp 4	Mellomdistanse	Ramsåsen	Karl Arne Melbye
<b>17.aug</b>	Bygdakamp 5			
<b>24.aug</b>	O-karusell 5	Forkortet langdistanse	Garnes	Mitchell/Iversen
<b>28.aug</b>	KM Stafett	Stafett		
<b>31.aug</b>	Bygdakamp 6			
<b>07.sep</b>	O-karusell 6	Skogsprint	Ørin	Skjørholm/Dillan
<b>14.sep</b>	Treningsløp natt	Skogsprint	Trones	Tanem/Iversen
<b>24.sep</b>	O-karusell 7	Ultralang	Leirsjøen	Baglo/Bjorkeng
<b>30.sep</b>	KM natt		Blommen	Egen liste