



Turorienteringa i Verdal 2023

Informasjon





Verdal Orienteringsklubb ønsker velkommen til sin 53. sesong med turorientering

Årets opplegg

Vi vil også i år videreføre noe av det opplegget som ble brukt under pandemien for et par år siden.

- 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 først registrere dere som brukere. Dette gjøres ved å gå inn på turorientering.no eller laste ned appen turorientering
- 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 konvolutt-koden som ligger i konvolutt. Det er en unik kode for hvert kart og hver konvolutt. De som bare har kjøpt kort, trenger ikke noen kode for å få registrert postbesøket.

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 skiftet leverandør av nettside før 2022-sesongen. 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 e-post 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. De som deltok og brukte det digitale systemet i 2022-sesongen, trenger ikke å foreta seg noe. De er allerede registrert.

I konvoluttene 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 klubblop
- Konvoluttkoder

Postene:

Settes ut: Tas inn:

1-10	Forbregd-Lein	01. mai	17. september
11-25	Auglamarka	21. mai	17. september
26-60	Ramsåsen	21. mai	17. september
61-70	Fjellposter Leksdalen	18. juni	17. september
71-80	Fjellposter Grønningen	18. juni	17. 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 bevegelseshemmede. Dette gjelder «Grønne poster» med 5 poster oppi Forbregd-Lein og 5 poster oppi Auglamarka samt Tur for alle. Hvis du angir å ha nedsatt bevegelsesevne, 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 bevegelseshemming 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.

Forbregd-Lein: Anbefalt parkering ved parkeringsplass Forbregd-Lein barnehage. Her må vi vise hensyn ved parkering da det kan forekomme andre arrangementer ved barnehagen.
Postene her er gradert grønn.

Auglamarka: Ved parkeringsplass ved skihytta Volhaugen.
Følg skilting fra fylkesvei 6908 mellom Minsaas og Fleskhus. Ved Hestegrei skiltes det vei til skihytta. **NB: Bompenger.**
Alternativt kan man ta av fra samme fylkesvei ved Soltun grendehus, Sjøbygda. Her er veien skiltet til Volhaugen friluftsområde. Parkering oppi Ydsedalen der vei krysser barksti. Her er det begrensede parkeringsmuligheter. **NB. Bompenger.**
Postene her er gradert blå.

Ramsåsen **Parkering:**
Ta av fra rv. 72 ved Levringan, Finnmyra. Kjør inn i Tromsdalen til kalkverket. Ta av til høyre ved skilting til jakttskytteanlegg. Kjør forbi dette anlegget til vegen krysser elva Trongdøla. Ta av til venstre like etter brua. Ta igjen av til venstre ved neste kryss.
Kjør inn til skilting opp til Ramsåsvollen for parkering, alternativt kjør videre til veis ende for parkering.
Postene her er gradert rød.

Leksdalen **Parkering**
Kjør fylkesvei 759 fra Stiklestad i retning Steinkjer. Ta av fylkesveien ca. 300 m forbi Leksdal skole og følg merking inn til Leksdalsfjellet forbi Hallemsvollen.
Parkering ved lunningstomt etter Hallemsvollen eller kjør inn til veiende for parkering. Vis hensyn ved parkering. **NB: Bomveg.**
Postene her er gradert sort.

Grønningen **Parkering:**
Ta av fra fylkesvei 72 ved Garnes. Følg veien til parkering Grønningen. Parker ved veiende. Vis hensyn ved parkering. **NB: Bomveg.**
Postene er gradet sort.

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 heldagsturer eller turen kan tas over to dager med overnatting. I området Grønningen anbefales overnatting på Værdalsbrukets hytte ved Grønningen. Leie av hytta må bestilles direkte hos Værdalsbruket As.

På Leksdalsfjellet er det ingen overnattingshytte, men telt er et godt alternativ.

Årets trivselstiltak og ekstrapoeng

Åpningsdagen 1. mai gir to ekstrapoeng ved oppmøte ved Forbregd-Lein velforenings hytte. Her serveres kaffe. Parkering ved Forbregd-Lein barnehage og merket vei derfra.

Hyggekveld

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

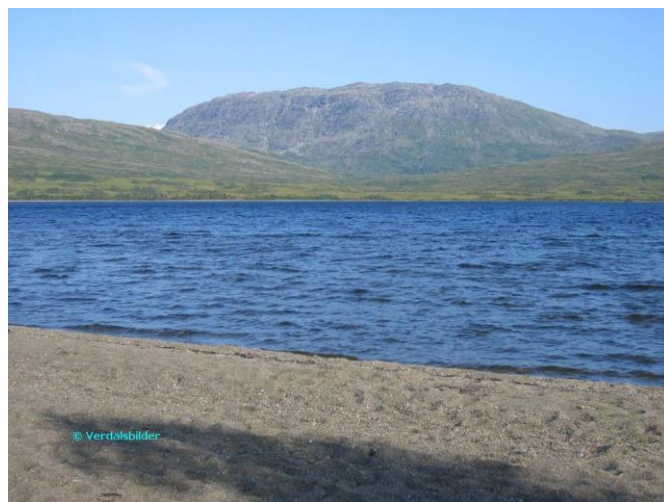
Dette blir en trivelig kveld i godt lag! Servering og underholdning.

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 tidsfristen. 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; #turoverdal.



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 50 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. «**Tilrettelagte poster bevegelseshemmede**» teller **3 poeng** hver for personer med bevegelseshemming. 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**.

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 2023 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 Andreas 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- asfaltplass, berg i dagen
	skog god løpbarhet
	nedsatt løpbarhet
	svært nedsatt løpbarhet
	ikke løpbar område

Verdal OKs Terminliste 2023

Dato	Kretsløp	KLUBBLØP	Område	Mannskap
20.04.2023	U-cup 1, Verdal		Ørmelen	Løpsleder: Ole Magnus Løypelegger: Aleksander/Fredrik Mannskap: Høydahl, Myrvold
26.04.2023		Bygdakamp1		
27.04.2023	U-cup 2, Frol			
03.05.2023		O-karusell 2	Stiklestad	Sikkeland
04.05.2023	U-cup 3, Skøyenar			
10.05.2023		Bygdakamp2	Blommen	Løpsleder: Ragnhild Baglo, Løypeleggere: Mathea og Fredrikke Mannskap: Baglo/Bjørkeng, Solberg
11.05.2023	U-cup 4, Inderøy			
24.05.2023		O-karusell 3	Garnes	Årstadvold/Gudding
25.05.2023	U-cup 5, Frol			
31.05.2023		Bygdakamp 3		
01.06.2023	U-cup 6, Stjørdals- blink			
07.06.2023		O-karusell 4/VM	Marka	Storstad/Røe
08.06.2023	U-cup 7, Grong/Snåsa			
14.06.2023		Bygdakamp 4	Ballhald	Løpsleder: Vidar Skjerve, Løypelegger: Einar Lund Mannskap: Vehus Skjerve, Skjerve
21.06.2023		Treningsløp	Auglamarka	Tanem Iversen

16.08.2023		O-karusell 5	Leirsjøen	Laksholm/Grindberg
17.08.2023	U-cup 8, Verdal		Forbregd	Løpsleder: Jon Marius, Løypelegger: Filip Mannskap: Mitchell Iversen, Hermann
23.08.2023		Bygdakamp 5		
02.09.2023		O-karusell 6- ultralang	Leirsjøen	Inge Hafstad
06.09.2023		Bygdakamp 6		
07.09.2023	U-cup 9, Stjørdals- blink			
13.09.2023		O-karusell 7	Ørin	Tanem/Iversen
21.09.2023	U-cup 10, Steinkjer			