

Niveau

I orienteringsløb er fire niveauer:

- **Begynder:** Posterne ligger på stierne, og der er en post, hver gang du skal dreje.
- **Let:** Posterne ligger tæt ved stierne. Løbet foregår på stierne og der er kun 1-2 retningskift i mellem posterne.
- **Mellemsvær:** Posterne ligger lidt væk fra stierne. Man kan løbe til posten langs tydelige linier i terrænet (f.eks. langs stier, grøfter og bevoksningsgrænser), eller man kan skyde genvej på tværs mellem to ledelinier.
- **Svær:** Posterne ligger væk fra stinettet. Kurvelæsning og kompas må benyttes for at finde posten.



Vi anbefaler, at børn starter på begynder eller let bane, og at voksne vælger let eller mellemsvær afhængig af mod og tidligere erfaring. Vælg helst lidt for let og tag en sværere næste uge.

Ved tirsdagstræninger i foråret og efteråret er der begynder og lette baner til børnene. Til de store børn og voksne er der specialbaner, som træner en bestemt teknik, f.eks. at tage kompasskurs.

Ved lørdagstræninger og til konkurrencer findes almindelige orienteringsbaner på alle niveauer.