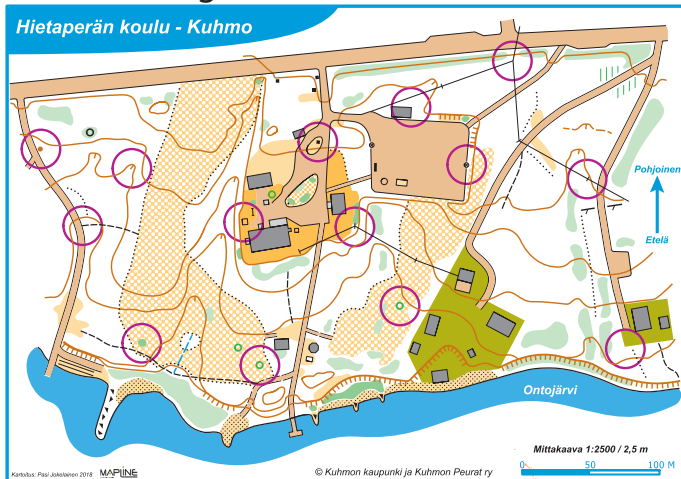


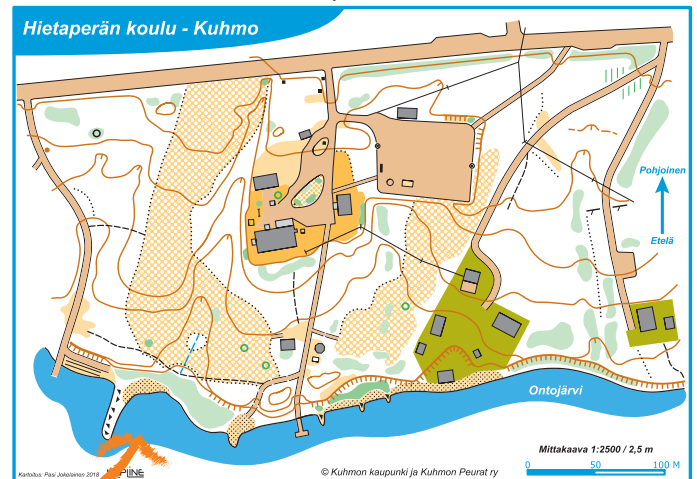
## Förberedelser

Printa ut kartor för övningen. På en del av kartorna ritar man kontrollpunkter och en del av dem lämnas tomma.

En idrottssal eller en jämn plan passar bra för övningen. Är man ute är det bra att ha ett skrivunderlag till kartorna.



En karta med kontroller



En tom karta, vart kontrollerna överförs

## Beskrivning av övningen

Övningen kan göras i lag, i par eller individuellt.

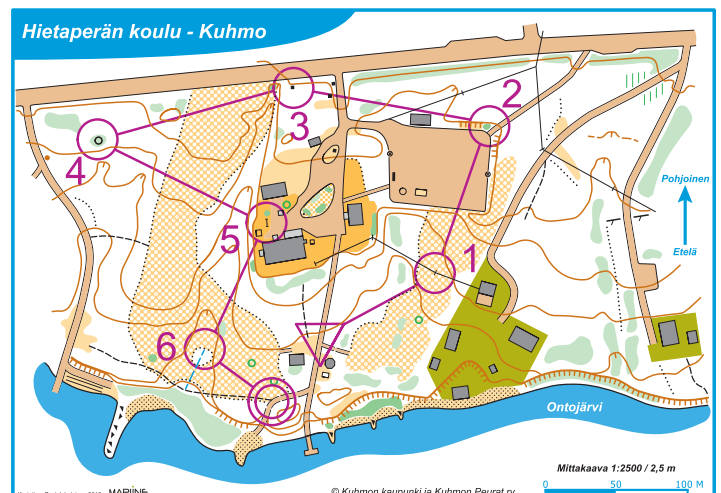
Varje lag har två likadana orienteringskartor eller kartdelar. På den ena kartan finns det utmärkt enskilda kontroller (eller en orienteringsbana) och den andra kartan är tom.

Kartorna som har kontroller placeras t.ex. 10-15 meter från lagen. Varje lag får en penna och en tom karta utan kontroller.

De första löparna i laget far iväg samtidigt på given signal. Stafettlöparen springer (eller tar sig fram på annat överenskommet sätt) till den karta som är utplacerad en bit ifrån, kollar in en kontroll och sätter dess plats på minnet. Sedan springer löparen tillbaka och ritar in kontrollen på den tomma kartan.

Följande löpare kollar in positionen för en annan kontroll. Stafetten fortsätter tills alla kontroller är överförda eller tiden tar slut. Om eleven hinner glömma kontrollens plats, är det tillåtet att löpa mellan kartorna så många gånger som behövs.

Rita in kontroller på en egen karta eller printa ut ovanstående kartpar, eller en bana, från [koulukartalla.fi](http://koulukartalla.fi)



Kontrollöverföring kan också göra på kartan med bana.