

	Vad och var hittar du info från böckerna KUL, TRÄNA och TÄVLA	Hur eller typ av träning	OK
1	Vad är en karta översätta karta kul boken 96 - 97	1. Träningar där du tränar kartförståelse t.ex. alla ritar en karta från gymmen eller naturen. 2. Rita kontroll mellanrummet och förklara. 3. Rita kontroll mellanrummet och använd detta som karta till följande kontroll, ...	
2	Vikning av kartan tumgrepp sida 100 - 101 För at ha Kul boken	Vika kartan stafett	
3	Passa kartan med hjälp av omgivning KUL sida 99	Passa kartan förs med hjälp av bygnade, stigar vägar och Åkrar	
4	Kartans färger Kul siad 98	gå i naturen och kolla olika färger, kartan berättar vad skall komma	
5	Orientera tydlig ledstång och ledstång byte KUL sida 103 och 104	Tusenfotingen kopplas med 4 gå i naturen	
6	Kontrollbeskrivning - kodsiffror KUL sida 101	minnesspel	
7	Passa kartan med hjälp av kompass KUL sida 106		
8	Kontrollbesiktning - terrängföremål KUL sida 104		
9	Kartläsning med enkel framhållning KUL 105		
10	Kartläsning, kontrolltagning på terrängföremål bredvid ledstången KUL sida 105		
11	Gena över öppen mark KUL sida 107		
12	Orientera längs mindre tydliga ledstänger KUL sisa 103		
13	Se vägval kort eller lång, gena över öppen mark KUL sida 106		
14	Alla kartecken		
15	Finorientera korta sträckor		
16	Grundläggande höjdkurvförståelse		
17	Bedöma vägval emellan olika ledstänger, framkomlighet och längd		
18	Sträckplanering säkra vägval och säker kontrolltagning		
19	Förstå använda attackpunkt		
20	Avståndsbedömning kartskala		
21	Grovorientera från ledstångs till en annan		
22	Förstå hållpunkter och skillnader emellan hållpunkt och ledstång		
23	Kompasteknik, hur kan jag använda kompassen		
24	Gena emellan ledstänger		
25	Kontrolltagning i kurv bilden med uppfångare		
26	Grovorientera - generalisera		
27	Förstå höjdkurvor		
28	Använda höjdformationer som ledstång (stråk) eller hållpunkter		
29	Vägvalsbedömning utifrån längd, framkomlighet och säkerhet via hållpunkter		
30	Föränkla, förstora och förlänga kontroll		
31	Hålla noggram riktning. Kontrolltagning i detaljfattig terräng TRÄNA sida 114		
32	Skräorientera hålla höjd TRÄNA 119		
33	Välja teknik efter svårighet och förmåga TRÄNA sida 120		
34	Skräorientera hålla höjd TRÄNA sida 119		
35	Kontrolltagning utan uppfångare TRÄNA siadsida 114 och 119		
36	terrängförståelse - kunna anpassa tekniken efter terrängtypen TRÄNA sida 114		
37	framhållning, lyfta blicken - microvägval TRÄNA sida112		
38	Finorientera i detaljrik terräng		
39	Svåra vägvalsbedömning		
40	Skräorientera i alla typer av slutningar (längs med och diagonalt)		
41	Grovorietera / generalisera på detaljrik karta		
42	behärska olika kartor och olika terrängtyper		
43	Välja rätt teknik vid varje tillfälle		
44	Få en känsla för terrängtyp genom at se på karta		