

# VÄGVAL

## - ATT VÄLJA VÄG MELLAN TVÅ PUNKTER

Att välja väg är aktuellt när du ska förflytta dig från en plats till en annan, oavsett om du promenerar, cyklar eller åker bil. Vid varje tillfälle måste du väga in olika parametrar och bestämma dig för vilken rutt du ska ta för att på bästa sätt komma till målet. Bästa alternativet är det som är snabbast och säkrast – på den nivå som du behärskar.

Det finns vägval som är korta för att de går rakt på, men som innehåller svår orientering. Det finns vägval som är långa men med lätt orientering som därmed går att genomföra i snabb takt utan många stopp för kartläsning. Vad som är det bästa vägvalet kan variera mellan olika terrängtyper.

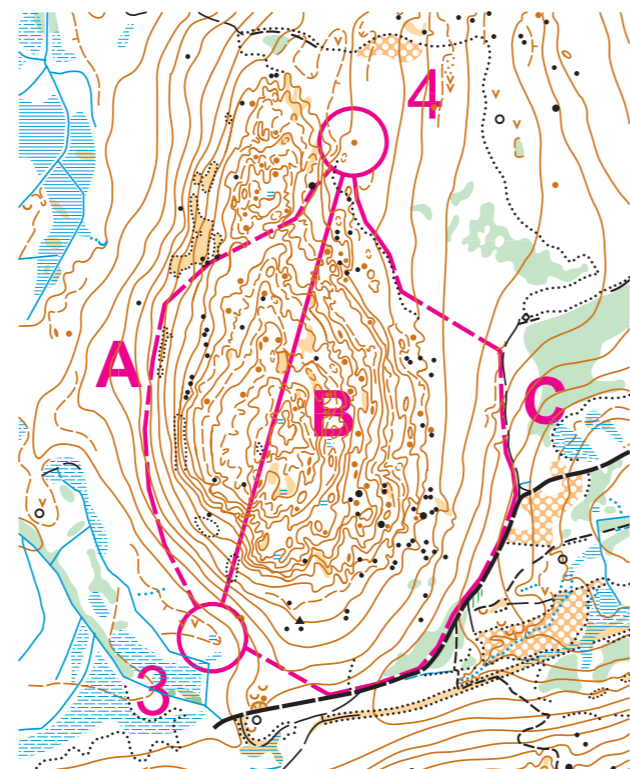
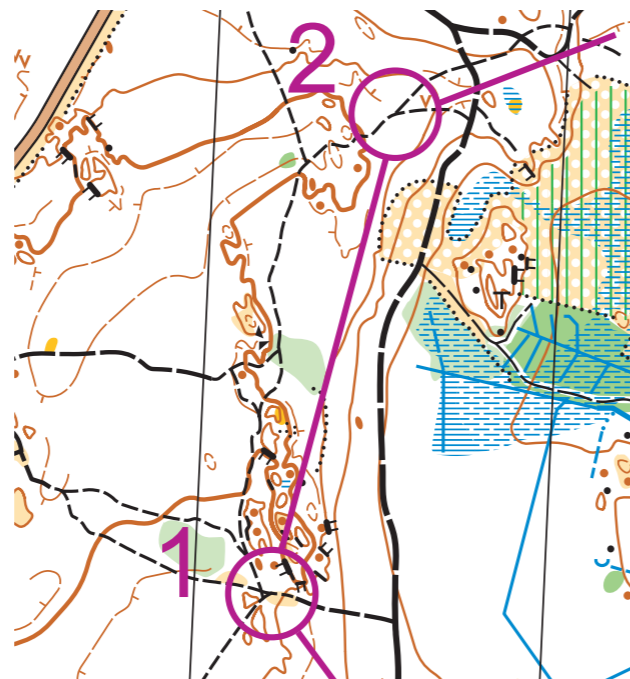
Väg in din erfarenhet och trötthetsgrad samt terrängens kupering och växtlighet när du väljer väg. Gör alltid en plan för hela sträckan innan du lämnar kontrollen och håll dig till ditt valda vägval.

### ATT VÄLJA MELLAN OLIKA LEDSTÄNGER

En enkel form av vägval är att välja mellan två ledstänger. Titta på kartklippet uppe till höger där vänstervägvalet utgörs av en stig som slingrar sig fram och delar upp sig i flera stigförgreningar. Högervägvalet i sin tur går längs en tydlig stor stig. Även om det vänstra vägvalet ser närmare ut kanske det går snabbare att springa runt på den stora stigen till höger eftersom det går att hålla ett högre tempo där.

### ATT TA HÄNSYN TILL HÖJDER

Ta en titt på kartan här till höger och de tre vägvalen som är inritade. Väljer du att gå rakt på (B) innebär detta besvärlig och tröttande klättring. Vänstervägvalet (A) innebär en längre sträcka, men i gengäld slipper du klättra över berget. Vägvalet till höger (C) är längre än de två förstnämnda men innehåller inte så mycket klättring. När du identifierat de olika alternativen gäller det att väga vägvalen, med för- och nackdelar, mot varandra. I orientering är grundtanken att var och en själv får bestämma sitt vägval till de olika kontrollerna. Vid orienteringstävlingar har de öppna klasserna bara ett fåtal vägval medan elitklasserna ställs inför många olika alternativ vilket kräver en del tankemöda.



### OLIKA HASTIGHETER

När det gäller att välja bästa väg handlar det i viss mån om att undvika terräng som gör dig trött eller som begränsar hastigheten. Exempel på detta är höga berg, djupa raviner, tät skog, stenigt underlag och blöta sankmarker. Överväg istället vägar, stigar och ångar

som har ett jämnare underlag och därmed kan vara snabbare. I tabellen nedan anges den ungefärliga tiden i minuter som det tar att förflytta sig en kilometer i olika terrängtyper.

	Väg	Ångsmark	Skog	I skog med stark kupering
Vandrare	10 min	15 min	20 min	25 min
Motionär	6 min	8 min	10 min	14 min
Elitlöpare	4 min	5 min	6 min	8 min

Detta innebär till exempel att det går ungefär lika fort att ta en mer än dubbelt så lång omväg på en väg i

jämförelse med att förflytta sig i starkt kuperad skogsterräng.

### ATT ANVÄNDA HÅLLPUNKTER OCH ATTACKPUNKT

När du orienterar är det alltid lättast att följa ledstänger, men ibland saknas tydliga ledstänger som leder fram till den plats eller kontroll du ska. Då behöver du nyttja andra terrängföremål. Att använda hållpunkter och attackpunkter handlar om att välja ut tydliga objekt som förenklar orienteringen fram till själva kontrollpunkten. Hållpunkter används på vägen fram till kontrollen medan attackpunkten är den sista hållpunkten och används vid kontrolltagningen. Att hitta en tydlig och enkel punkt nära kontrollen kan vara av stort värde för att skapa möjlighet till säker och snabb orientering ända in till kontrollen.

I kartexemplet är hållpunkterna och attackpunkten

markerade med tvärstreck. Hållpunkterna består av en kraftledningsstolpe, en stor sankmark, en tydlig höjd, en väg som korsas intill en äng och en sankmark till. Attackpunkten utgörs av en markant höjd.

Ta hjälp av kompassen och se ut riktningen till nästa hållpunkt. Lyft blicken, ibland kan du se terrängföremålet på håll och ta dig dit direkt. Om inte behöver du titta ofta på kompassen för att se att du förflyttar dig i rätt riktning. Undvik att blint följa kompassen längre sträckor. Det är lätt att tappa riktningen om du behöver runda en stensamling, en blöt sankmark, ett tätt snår eller liknande. Det kan vara svårt att korrigera en sådan avvikelse efter att hindret passerats.

