



Kjære TurO-deltaker!

Velg en tur som passer ditt nivå og din dagsform!

Fargenivåene viser deg hva du kan forvente når du velger en tur hos oss. Grønne turer egner seg for nye, men også for de med sykkel, barnevogn eller rullestol. Sett av god tid til din første tur og bring med litt mat og drikke på lengre turer. Du styrer selv tempoet!

Vi ønsker deg en riktig **god opplevelse på jakt etter poster! GOD TUR!**



Gradering	Fargenivå	Dette kan du forvente på turene.	Ca tid og lengde
GRØNN TUR		LETT; For nybegynnere. Alle kan prøve denne turen! - Krever ingen forkunnskaper eller erfaring - På turveier og brede stier i parker og nærområder - Postene ligger lett tilgjengelige og er synlige - Turene er tilrettelagt for både sykkel, rullestol og barnevogn - Fottøy: joggesko/tursko	- Ca 1 t (gå-tid) 5-10 poster 1,5-3 km
BLÅ TUR		MIDDELS LETT: For de som vil prøve seg på litt mer gøy! - Krever noe kjennskap til å lese et kart, ingen kompass - Mest på stier - Postene er plassert i fint terreng nær stien, ofte synlig - Kompass er fint å ha med, men ikke nødvendig - Fottøy: Joggesko/gode tursko	45-90 min (ca gå-tid) - Ca 10 poster 1,5-4 km
RØD TUR		KREVENDE: For viderekommende som vil ha utfordringer! - Krever erfaring og kunnskap med å lese kart - Kunne karttegn, kompass og forstå høydekurver - Stier og skogsterreng, mulig også stigninger - Postene er ofte plassert i terrenget og kan ha tydelige lederlinjer å følge - Middels god utholdenhet - Fottøy: Gode tursko/fjellsko	1,5 -3 t (ca gå-tid) - Ca 10 poster 3-6 km
SVART TUR		ERFAREN/ekspert: For godt viderekommende – krever at du kan orientere! - Krever god kjennskap og bruk av kart og kompass - Forstå karttegn og kunne ta kompasskurs - Erfaring å gå i ulent terreng og krever utholdenhet - I all type terreng og kan være topptur med stigninger - Lengre avstand mellom postene - Fottøy: Gode tursko/fjellsko (vannavstøtende skotøy) Tips: ta med mat + drikke	1,5 - 4 t (ca gå-tid) 10-15 poster 3-10 km
Post-plukk		Mix av poster med forskjellige gradering av poster. Trenger mer planlegging i forkant. Postene er ofte ikke lagt opp som en naturlig runde å gå.	10-20 poster

