



20.april 2007

## IOF Postbeskrivelser

Viktigste endringer i forhold til 1990 versjonen:

- 1) Benevnelser og beskrivelser er i overensstemmelse med ISOM 2000.
- 2) Fjernet symbolene for rygg, steinhaug, liten myr, grøft, hogstfelt og hekk.
- 3) Fjernet ekstrasymbol for saltstein.
- 4) Nye symboler for Steinklynge, Vanntank eller vanntrau, tunnel, undergang, asfaltert område, rørgate, lav og under.
- 5) Endret symbol for stubbe og tydelig tre.
- 6) Omdefinert symbolet som tidligere ble brukt for grøft som noen ganger var vannfylt.
- 7) Tre nye symboler for park-/sprintorientering.
- 8) Nye instruksjoner for merkede løyper mellom poster, obligatoriske kryssingspunkter mellom poster og tvunget veivalg gjennom forbudte områder.
- 9) Dele og kryssymbol er flyttet til kolonne F, og begge detaljene skal alltid vises i kolonne D og E.
- 10) Mellomsymbolet er fortsatt i kolonne G, men begge detaljene må vises hver for seg i kolonne D og E.
- 11) Det er gjort tydeligere når kolonne G – plassering av flagget skal brukes.

### Innledning

Orientering er en idrett som bedrives over hele verden. Hensikten med IOFs symboler for postbeskrivelser er å skape et gjenkjennelig system for o-løpere fra alle land slik at de kan forstå postbeskrivelsene uten tvetydighet eller behov for oversettelse. Dette hefte viser hvordan symbolene kan brukes for å oppnå dette.

### Hvordan IOFs postbeskrivelser virker

Hensikten med en postbeskrivelse er å gi en større presisjon i beskrivelsen av detaljen posten er plassert på, og hvordan flagget er plassert i forhold til detaljen, enn det kartet alene kan gi. Men en god post er først og fremst funnet ved hjelp av kartlesing. Beskrivelser og koder kan hjelpe med oppgaven, men skal ikke være lengre eller mer kompliserte enn det som er nødvendig for å finne posten.

NB: Postbeskrivelser skal ikke brukes for å korrigere feil på kartet.



## Eksempel på postbeskrivelser

IOF Event Example			
M45, M50, W21			
5		7.6 km	210 m
▷		/ / /	Y
1	101	⋯	<
2	212	↖ ▲	1.0 ○
3	135	⊗ ⊗	≡
4	246	⊖	○
5	164	→ □	○
○ --- 120 m --- →			
6	185	/ / / ↘	└
7	178	⌋	⊖
8	147	≡ ≡	2.0
9	149	/ / / X	
○ --- 250 m --- → ⊙			

Postbeskrivelse for IOFs eksempelløp		
Klasser H45-, H50-, D21-		
Løpenummer 5	Lengde 7,6 km	Samlet stigning 210 m
Start		Vei, steingjerdemøte
1	101	Smal myr, svingen
2	212	Nordvestre stein, 1m høy, østre side
3	135	Mellom tykninger
4	246	Midtre grop, østre del
5	164	Østlige ruin, vestre side
Følg merka løype 120 m ut av posten		
6	185	Steingjerde, nedfallent, sydøstre hjørne (utsiden)
7	178	Rygg, nordvestre fot
8	147	Øvre stup, 2m høyt
9	149	Stikryss
Følg merka løype 250 m fra sistepost til mål.		



## Innholdet av postbeskrivelsen

Postbeskrivelsen for en orienteringsløype inneholder følgende opplysninger:

- Overskrift
- Startens plassering
- Beskrivelse av de enkelte postene, herunder også all spesiell informasjon så som lengden og typen av merka løyper underveis i o-løypa.
- Informasjon om veien fra sistepost til mål.

### *Overskrift*

- Løpets navn
- Klasser (valgfri linje)
- Løypekode; Løypelengde i km avrundet til nærmeste 0,1 km. Samlet stigning i meter avrundet til nærmeste 5 meter.

### *Startens plassering*

Vises i førstelinja i postbeskrivelsen, på samme måte som om det var en post.

### *Beskrivelse av de enkelte postene*

Disse angis i den rekkefølgen som de skal besøkes. Her inkluderes også spesiell informasjon så som lengden og typen av merka løyper underveis i o-løypa. En tykk vannrett strek skal brukes etter hver tredje postbeskrivelse samt på begge sider av eventuell spesialinformasjon.

A	B	C	D	E	F	G	H	A	
2	225	↘	⋯	■	8x4	◀	⤴	Postnummer	
								Kodenummer	
								Hvilken av flere liknende detaljer	
								Postdetalj	
								Utseende	
								Størrelse og kombinasjoner	
								Plassering av postskjermen	
								Annen informasjon	

### **Forklaring til kolonnene**

Alle postene beskrives på følgende måte:

#### ***Kolonne A – Postnummer***

Postene nummereres i den rekkefølgen de skal besøkes dersom det ikke er poengorientering.

#### ***Kolonne B – Kodenummer***

Kodenummeret skal være et tall større enn 30.

#### ***Kolonne C – Hvilken av flere lignende detaljer***

Denne kolonne brukes dersom det er flere liknende detaljer inne i postsirkelen, f.eks. sørøstlige.

**Kolonne D – Postdetalj**

Detaljen som er vist på kartet i sentrum av sirkelen som definerer postens plassering, f.eks. lysning; stein. Beskrivelsen av hver post er basert på International Specifications for Orienteering Maps (ISOM 2000).

**Kolonne E – Utseende**

Ytterligere beskrivelse av detaljen dersom det er nødvendig, f.eks. overvokst; nedfallen. I noen tilfelle også brukt for en postdetalj i tillegg der det er påkrevet.

**Kolonne F – Størrelse og kombinasjoner**

Størrelse på postdetaljen skal gis når størrelsen på kartet er symbolsk og ikke målestokkriktig i forhold til kartet.

Brukes også for en kombinasjon av to detaljer (kryss; møte; dele)

**Kolonne G – Plassering av skjermen**

Plasseringen av postskjermen i forhold til detaljen; f.eks. vestre hjørne (utsiden); søndre fot.

**Kolonne H – Annen informasjon**

Annen informasjon som kan være av viktighet for løperen; f.eks. meldeposter; væskestasjoner.

**Spesiell informasjon**

Disse linjene legges inn i postbeskrivelsen og gir informasjon om obligatoriske løyper som må følges i den delen av løypa; f.eks. merka løype 50 meter ut fra posten; pålagt krysningspunkt.






**Løypa fra siste post til mål**

Denne linja viser avstanden fra siste post til mål, samt typen av merka løype som skal følges.

**Forklaring på symbolene**

Der det er oppgitt et ISOM 2000 referansetall viser dette til sammenhengen med karttegnet som er definert i ISOM 2000 spesifikasjonene.

**Kolonne C – Hvilken av flere liknende detaljer**

Ref.	Symbol	Navn	Beskrivelse
0.1		Nordlige	Den nordligste av to liknende detaljer, eller den nordligste av flere.
0.2		Sydøstre	Den sydøstre av to liknende detaljer, eller den lengst sydøst av flere.
0.3		Øvre	Der postdetaljen er direkte over en liknende detalj
0.4		Nedre	Der postdetaljen er direkte nedenfor en liknende detalj
0.5		Midtre	Der detaljen er den midterste av flere liknende detaljer

**Kolonne D – Postdetalj**• *Terrengformasjoner (ISOM avsnitt 4.1)*

Ref.	Symbol	Navn	Beskrivelse	ISOM
1.1		Platå	Et (tilnærmet) vannrett område i en skråli.	
1.2		Rygg	En utstikker som hever seg fra terrenget rundt.	
1.3		Søkk	Et hakk i skråningen, en dal, det motsatte av en rygg	
1.4		Jordskråning	En brå endring i høyden, som klart skiller seg ut fra terrenget rundt .	106
1.5		Sandtak	Grus, sand eller steinuttak i flat eller hellende terreng.	106
1.6		Jordvoll	En smal stripe av jord som hever seg over terrenget rundt, kan være delvis kledd med stein, som oftest menneskeskapt. Kombineres med symbol 8.11 for å indikere en nedrast jordvoll.	107 108
1.7		Erosjonskløft	En erosjonsgrøft, renne eller dike, normalt tørr.	109
1.8		Fure	En liten erosjonsgrøft eller dike, normalt tørr.	110
1.9		Kolle	Et høyt punkt, vist på kartet med høydekurve.	101 111
1.10		Høydepunkt	En liten, men tydelig haug. Kombineres med symbol 8.6 for å vise en steinete kolle.	112 113
1.11		Sadel	Det laveste punktet mellom to koller.	
1.12		Senkning	En senkning eller hull hvor terrenget stiger på alle sider. Vist på kartet med høydekurve.	114
1.13		Grop	En liten og naturlig senkning eller hull hvor terrenget stiger på alle sider.	115
1.14		Hull	En gravd grop med klare, bratte sider. Som regel menneskeskapt. Kombineres med symbol 8.6 for å vise en steinete grop (f.eks. skjerp).	116 204
1.15		Bruddfelt	Bakke som det tydelig har vært jobbet med, men hvor hver enkelt detalj er for liten til å vises, eller det er for mange av dem til å vises.	117
1.16		Maurtue, termittue	Haugen laget av maur eller termitter.	

• *Fjell og steiner (ISOM avsnitt 4.2)*

Ref.	Symbol	Navn	Beskrivelse	ISOM
2.1		Stup skrent	Et stup eller skrent, kan være passerbar eller upasserbar.	201 203
2.2		Steinsøyle	En høy, naturlig oppstikker eller søyle .	202
2.3		Hule	Et hull i en fjellvegg eller åsside, leder ofte til gruver.	205



# NORGES ORIENTERINGSFORBUND



2.4		Stein	En tydelig frittliggende stein eller steinblokk.	206 207
2.5		Blokkfelt	Et område med så mange steiner at de ikke kan vises enkeltvis på kartet.	208
2.6		Steinklynge	En liten og avgrenset klynge av steiner som er så tett sammen at de ikke kan vises hver for seg på kartet.	209
2.7		Steingrunn	Et område dekket med mange små steiner, steinur.	210
2.8		Bart fjell	Et godt løpbart område med fjell, uten dekke av jord eller vegetasjon.	212
2.9		Small passasje	Gapet mellom to stup eller skrenter som peker mot hverandre.	

## • Vann og myrer (ISOM avsnitt 4.3)

Ref.	Symbol	Navn	Beskrivelse	ISOM
3.1		Sjø, vann	Et stort område med vann, normalt upasserbart.	301
3.2		Pytt	Et lite område med vann.	302
3.3		Vannhull	En grop fylt med vann.	303
3.4		Elv, bekk, vannløp	Et naturlig eller kunstig vannløp, med enten stillestående eller vann i bevegelse.	304-306
3.5		Liten kanal, grøft	En naturlig eller kunstig kanal eller grøft som bare inneholder vann enkelte tider på året.	307
3.6		Smal myr	En smal myr eller et råsigg, for smalt til å vises på kartet med symbolet for myr.	308
3.7		Myr	Et permanent vått område med myrvegetasjon.	309-311
3.8		Fast mark i myr	Et ikke myrete område i en myr, eller mellom to myrer.	309-311
3.9		Brønn	Et brønnhull som inneholder vann, eller et oppkomme som er tatt i bruk.	312
3.10		Kilde	Starten på et vannløp med et tydelig oppkomme.	313
3.11		Vanntank, trau	En oppbygd beholder for vann.	

## • Vegetasjon (ISOM avsnitt 4.4)

Ref.	Symbol	Navn	Beskrivelse	ISOM
4.1		Åpent område	Et område uten trær. Gresskledd eng, beitemark, eller dyrket område. Også hede og lyngheier.	401 403
4.2		Halvåpent område, voll	Et åpent område med enkelte spredte trær eller busker.	402 404
4.3		Skogshjørne	Hjørnet av eller spissen på et skogsområde som går inn i et åpent område.	



# NORGES ORIENTERINGSFORBUND



4.4		Lysning, glenne	Et lite område uten trær i skogen.	401 403
4.5		Tett skog, kratt	Et lite område med skog hvor trærne eller undervegetasjonen er så tett at det er vanskelig å komme igjennom.	408 410
4.6		Linjeformet tett skog, hekk	En menneskeskapt linje av trær eller busker som er så tett at det er vanskelig å komme igjennom.	410
4.7		Vegetasjonsgrense	Et klart skille mellom ulike typer trær eller vegetasjon.	416
4.8		Treklynge	Et lite område med trær i åpent område.	405 406
4.9		Tydelig tre	Et uvanlig eller tydelig tre enten på et åpent område eller i skogen. Det er vanlig å angi typen av tre i tillegg.	
4.10		Stubbe, rotvelt	Stubben til et felt tre. Rota som er dratt opp på et veltet tre, med eller uten stammen.	

• *Menneskeskapt detaljer (ISOM avsnitt 4.5)*

Ref.	Symbol	Navn	Beskrivelse	ISOM
5.1		Vei	Grus- eller asfaltvei, egnet for kjøretøy under vanlige værforhold	501- 504
5.2		Sti, traktorvei	Et tydelig tråkk lagd av mennesker eller dyr. Kjerreveier kan kjøres av enkelte kjøretøy.	505- 508
5.3		Branngate	En tydelig linje i skogen, men uten en tydelig sti.	509
5.4		Bro, klopp	Krysningspunkt over vann eller andre lineære detaljer.	512 513
5.5		Kraftledning	Kraft- eller telefonledning, skitrek eller skiheis.	516 517
5.6		Kraftmast	Støtte for kraft- eller telefonledning, skitrek eller skiheis.	516 517
5.7		Tunnel	En passasje under veier, jernbane e.l.	518
5.8		Steingjerde	Et steingjerde eller steinsatt jordvoll, Kombineres med symbol 8.11 for å indikere et nedrast steingjerde.	519- 521
5.9		Gjerde	Tråd, netting eller plankegjerde Kombineres med symbol 8.11 for å indikere et nedrast gjerde.	522- 524
5.10		Passasje	En passasje gjennom eller over et gjerde, steingjerde eller rørgate. Inkluderer også porter og overganger.	525
5.11		Bygning	En stående, mur, murstein eller trestruktur.	526





5.12.		Fast dekke	Et område med fast grunn, brukt for parkering eller annet.	529
5.13		Ruin	Restene etter en bygning som har falt ned.	530
5.14		Rørledning	Rør for gass, vann, olje eller liknende, som ligger over bakken.	533 534
5.15		Tårn	En høy metall-, tre- eller murstruktur, som regel bygd for overvåking av skogen.	535 536
5.16		Jakttårn	En struktur festet til et tre hvor en jeger eller observatør kan sitte.	536
5.17		Røys, varde	En menneskeskapt stein eller haug av steiner. Grenserøyser, varder, minnesmerker eller trigonometriske punkt.	537
5.18		Fôrkrybbe	En konstruksjon for dyrefôr.	538
5.19		Kølabbånn, kullmile	Tydelige rester etter et område hvor det har blitt brent trekull.	
5.20		Monument, statue	Et monument, minnesmerke, statue eller skulptur.	
5.23		Passasje i bygning	En arkade, innendørspassasje, eller rute gjennom en bygning.	852
5.24		Trapp	En trapp med minst to trinn.	862

• *Spesielle detaljer*

Ref.	Symbol	Navn	Beskrivelse	ISOM
6.1		Spesiell detalj	Dersom dette tegnet brukes må betydningen oppgis i informasjon før løpet.	
6.2		Spesiell detalj	Dersom dette tegnet brukes må betydningen oppgis i informasjon før løpet.	

**Kolonne E - Utseende**

Ref.	Symbol	Navn	Beskrivelse
8.1		Lav	Når detaljen er spesielt lav eller flat, men dette ikke fremgår fra kartet, f.eks. lav kolle.
8.2		Grunn	Når detaljen er spesielt grunn, men dette ikke fremgår fra kartet, f.eks. grunt søkk.
8.3		Dyp	Når detaljen er spesielt dyp, men dette ikke fremgår fra kartet, f.eks. dyp grop.
8.4		Overvokst	Når detaljen er spesielt dekket av undervegetasjon eller kratt, men dette ikke fremgår fra kartet, f.eks. overvokst ruin.
8.5		Åpen	Når detaljen er i et område hvor vegetasjonen er mindre tett enn omgivelsene, men dette ikke fremgår fra kartet, f.eks. åpen myr.
8.6		Steinete	Når detaljen er i et område med steinete bunn, men dette ikke fremgår fra kartet, f.eks. åpen myr. F.eks. steinete grop.
8.7		Bløt	Når detaljen er i et område med fuktig eller myrliknende bunn, men dette ikke fremgår fra kartet, f.eks. åpen myr. F.eks. fuktig søkk.





8.8		Sandete, grusetete	Når detaljen er i et område med sandete eller grusetete bunn, men dette ikke fremgår fra kartet, f.eks. åpen myr. F.eks. steinete søkk.
8.9		Bartre	Når treet posten henger ved er et bartre. F.eks. enkeltstående bartre.
8.10		Løvtre	Når treet posten henger ved er et løvtre. F.eks. klynge av løvtrær.
8.11		Nedfallen	Når detaljen har falt ned. F. eks. nedfallent gjerde.

**Kolonne F – Størrelse og kombinasjoner**

Ref.	Symbol	Navn	Beskrivelse
9.1	2.5	Høyde, dybde	Høyden eller dybden til detaljen i meter.
9.2	8 x 4	Flate	Horisontal utstrekning i meter.
9.3	0.5/3.0	Høyde i skråli	Høydene til en detalj i skråli i meter.
9.4	2.0 3.0	Høyden på to detaljer	Høyden på to detaljer når posten er mellom dem.

• **Kombinasjoner**

Ref.	Symbol	Navn	Beskrivelse
10.1		Kryss	Stedet hvor to lineære detaljer krysser hverandre.
10.2		Møte, dele	Stedet hvor to lineære detaljer møtes, eller skilles.

Når et av disse to symbolene brukes i Kolonne F skal de to detaljene som krysser hverandre eller møtes angis i kolonne D og E, for eksempel:

D	E	F		
			Stikryss	Stedet hvor to like lineære detaljer krysser hverandre.
			Branngate/ elve-kryss	Stedet hvor to ulike lineære detaljer krysser hverandre.
			Veidele	Stedet hvor to like detaljer møtes eller skilles.
			Bekk/ smal myr dele	Stedet hvor to ulike lineære detaljer møtes eller skilles.

**Kolonne G – Plassering av postskjermen**

Ref.	Symbol	Navn	Beskrivelse
11.1		Nordøstre side	Brukes når detaljen hever seg over bakken. F.eks. stein, nordøstre side; ruin, vestre side.
11.2		Sørøstre kant	Brukes når: a) Detaljene senker seg ned i terrenget, og detaljen sitter på kanten av nivået til resten av terrenget, f.eks. grop, sørøstre kant.



# NORGES ORIENTERINGSFORBUND



			b) Detaljen strekker seg over et betydelig område og posten er på kanten av dette området. F.eks. myr, vestre kant; lysning, nordvestre kant.
11.3		Vestre del	Brukes når detaljen strekker seg over et betydelig område og posten verken er i sentrum av eller på kanten av dette området. F.eks. myr, vestre del; søkk, sørøstre kant.
11.4		Østre hjørne (innsiden)	Brukes når:
11.5		Søndre hjørne (utsiden)	a) kanten på detaljen gjør en sving på 45-135 grader. F.eks. Åpent område, østre hjørne (innside); ruin, nordvestre hjørne (utside). b) Når en lineær detalj gjør en sving. F.eks. gjerde, søndre hjørne (innside); steingjerde, sørvestre hjørne (utside). Orienteringen av symbolet angir i hvilken retning hjørnet peker.
11.6		Sørvestre spiss	Brukes når kanten av en detalj gjør en sving som er skarpere enn 45 grader. F.eks. myr, sørvestre spiss.
11.7		Sving	Brukes når detaljer gradvis endrer retning. F.eks. stisving, elvesving.
11.8		Nordvestre ende	Stedet en lineær detalj starter eller slutter. F.eks. hugning, nordvestre ende; steingjerde, søndre ende.
11.9		Øvre del	Når detaljen strekker seg over to eller flere høydekurver og posten er plassert nær toppen. F.eks. erosjonsgrøft, øvre del.
11.10		Nedre del	Når detaljen strekker seg over to eller flere høydekurver og posten er plassert nær bunnen. F.eks. søkk, nedre del.
11.11		Oppe på	Når posten er plassert på den høyeste delen av detaljen, og det ikke er den normale plasseringen. F.eks. stup, oppe på.
11.12		Under	Når posten er plassert under detaljen. F.eks. rørgate, under.
11.13		Foten (uten retning)	Når posten plasseres ved det nedre kryssningspunktet av hellingen på detaljen og det omliggende terreng. F.eks. jordvoll, foten.
11.14		Nordøstre fot	Som 11.13, men når detaljen er stor nok til at posten kan plasseres mer enn et sted rundt den. F.eks. kolle, nordre fot.
11.15		Mellom	Når posten er plassert mellom to detaljer, for eksempel mellom tykninger; mellom kolle og stein.

Når symbolet 11.15 "Mellom" brukes i kolonne G, må de to detaljene som posten er mellom, vises hver for seg i kolonnene D og E, for eksempel:

D	E	F	G		
				mellom tykninger	Et punkt mellom to liknende detaljer.
				mellom kolle og stein	Et punkt mellom to forskjellige detaljer.

**Kolonne H – Annen informasjon**

Ref.	Symbol	Navn	Beskrivelse
12.1		Førstehjelpsstasjon	En post hvor førstehjelp er tilgjengelig.
12.2		Væskepost	En post hvor drikke er tilgjengelig.
12.3		Radio eller TV-post	Plasseringen av en post med radiosender eller TV-kamera.
12.4		Bemannet post	Bemannet post hvor klippekortet kontrolleres.

**Spesiell informasjon**

Spesiell informasjon kan gis til deltakerne i postbeskrivelsen. Dette skal benyttes for å understreke det som er vist på kartet dersom det er en merket løype ut fra enkelte poster eller mellom to poster.

Ref.	Symbol	Navn/ Beskrivelse
13.1		Følg merka løype, 60 meter ut fra posten.
13.2		Følg merka løype 300 meter mellom postene.

Dersom det er et obligatorisk passeringspunkt mellom to poster

Ref.	Symbol	Navn/ Beskrivelse
13.3		Obligatorisk(e) kryssingspunkt(er).
13.4		Obligatorisk passasje gjennom forbudt område.

Ved kartbytte eller dersom en merka løype skal løpes fra posten til kartbytte, skal det markeres etter den siste posten på den første delen av løypa som følger:

Ref.	Symbol	Navn/ Beskrivelse
13.5		Følg merka løype 50 meter til kartbytte.

**Beskrivelse av løypa fra siste post til mål**

Ref.	Symbol	Navn/ Beskrivelse
14.1		400 meter fra siste post til mål. Følg merka løype.
14.2		150 meter fra siste post til mål. Orienter til innløpet begynner, følg merka løype derfra.
14.3		380 meter fra siste post til mål. Orienter til mål. Det er ingen merka løype.



### Spesifiseringer for Presisjonsorientering (Pre-O)

Det er to avvik i bruken av kolonnene når IOFs postbeskrivelser brukes til pre-o.

#### *Kolonne B – Antallet postflagg*

Kolonnene benyttes for å angi antallet postflagg synlig ved denne posten; f.eks. A-C er like med tre postflagg å velge mellom; A-D er like med fire postflagg å velge mellom.

#### *Kolonne H – Observasjonsretning*

Denne kolonnen brukes for å vise fra hvilken retning detaljen betraktes. F.eks. en pil som peker nordover viser at deltagerne skal stå på stia sør for postsirkelen.

#### Eksempel

A	B	C	D	E	F	G	H
1	A-D		○			○	↑

### Spesifiseringer for Skiorientering (Ski-O)

Det benyttes ikke postbeskrivelser i ski-o.

### Spesifisering for Micr-O/Macr-O

I kolonne B angis ikke kodennummer, men en bokstav som refererer til hvert enkelt av postklyngene.