



DOF Akademiet 2018

Tid: Lørdag den 13. januar 2018 kl. 09.45-16.00

Sted: Midtjys Fritidscenter, Søvej 34, 5750 Ringe

Følgende kurser udbydes denne dag:

Mesterskabsstævner – Stævneledelse og –kontrol v/Susanne Højholt

Mesterskabsstævner – Banelægning og –kontrol v/Helge Lang Pedersen

Divisionsturnering/Åbne stævner – Stævneledelse og –kontrol v/Bendt Frandsen

Divisionsturnering/Åbne stævner – Banelægning og –kontrol v/N.N.

Klubkommunikation v/Erling Thisted, Jakob Lind Tolborg mfl.

Introduktion til korttegning – begynderkursus – skolegårdskort v/Flemming Nørgaard

Condes workshop – tips og tricks til o-teknisk træning v/Masha Semak og Andreas Duc Jørgensen

Skoleorientering - Find vej i skolen v/Anders Bachhausen

MTBO – korttegning, banelægning og stævneafvikling v/Erik Flarup og Tage V. Andersen

Introduktion til O-Track v/Henrik Poulsen

Beregning – Tips, Tricks og erfaringer (eResult, eTiming, OE2010, MeOS) v/Michael Termansen, Keld Gade mfl.

Pris: kr. 250,00 pr. kursus – dækker undervisningsmaterialer, morgenbrød, kaffe/te og frokost.

Spørg din klub om muligheder for tilskud til kurser og transport.

Fyld bilen med nogle klubkammerater, deltag i forskellige kurser på dagen, og del jeres nye fælles viden i bilen hjem.

Tilmelding: via O-service senest d. 5. januar 2018

Program:

Kl. 09.45 – ankomst, velkomst og morgenbrød, te og kaffe – fordeling i lokaler

Kl. 10.15 – start på undervisningen

Kl. 12.15 – frokost

Kl. 13.00 – undervisning fortsætter

Kaffe/te pause i løbet af eftermiddagen

Kl. 15.45 - afslutning – kort evaluering

Kl. 16.00 - hjemrejse efter en positiv og inspirerende dag ☺

Yderligere information: udsendes direkte til de tilmeldte i starten af uge 2 – 2018

Spørgsmål?

- Kontakt udviklingskonsulent Gert Nielsen – gn@do-f.dk – tlf. 4196 9375



Mesterskabsstævner – Stævneledelse og -kontrol

Målgruppe

Hvis du kan svare ja til et eller flere af nedenstående spørgsmål, er Mesterskabsstævneledelseskurset noget for dig:

- Skal du være stævneleder for et Mesterskabsstævne, WRE eller større løb som Nordjysk 2-dages, Danish Spring og Påskeløb i 2018 eller 2019?
- Er det første gang, du har ansvaret eller medansvaret for så stort et stævne?
- Overvejer du at påtage dig en opgave som stævneleder, og er i tvivl om hvad det indebærer?
- Har du prøvet opgaven før, og ønsker inspiration til at gøre det endnu bedre næste gang?
- Mangler du opdateret viden om seedning og ranglister?
- Søger du konkret sparring på, hvordan stævnepladsen gøres til en festplads, hvordan du kan motivere frivillige hjælpere, eller hvordan du sikrer en fornuftig risikostyring?

Kursusindhold

Fokus på kurset vil være på de ledelsesmæssige dilemmaer og udfordringer, man kan støde ind i som stævneleder i en frivillig organisation. Kurset er med andre ord ikke et reglements kursus (men har du specifikke spørgsmål, klarer vi nok også det). Der vil være rig lejlighed til spørgsmål og diskussion, samtidig med at vi forhåbentlig har det sjovt.

Underviser

Susanne Højholt, Kolding Orienteringsklub – rutineret stævneleder for bl.a. Påskeløbene 2016 og kommende Event director ved WOC 2020.



Mesterskabsstævner – Banelægning og -kontrol

Målgruppe

Hvis du kan svare ja til et eller flere af nedenstående spørgsmål, er Mesterskabsstævne-banelægningskurset noget for dig:

- Skal du være banelægger eller kontrollant for et Mesterskabsstævne, WRE eller andre større konkurrencer som Nordjysk 2-dages, Danish Spring og Påskeløb i 2018 eller 2019?
- Er det første gang, du har ansvaret eller medansvaret for et sådant stævne?
- Overvejer du at påtage dig en opgave som banelægger eller banekontrollant, og er du i tvivl om, hvad det indebærer?
- Har du prøvet opgaven før, og ønsker inspiration til at gøre det endnu bedre næste gang?

Kursusindhold

Kurset henvender sig til rutinerede banelæggere, der har lagt baner til kredsløb og divisionsmatcher og er interesseret i, hvordan man tilføjer banelægningen den ekstra kvalitet, som forventes ved mesterskabsstævner.

Kurset følger forløbet i banelægningen fra de indledende overvejelser til skrivebordsbanelægningen og videre derfra til arbejdet i skoven. Når arbejdet i skoven er afsluttet udestår arbejdet med at gøre baner og postbeskrivelser klar til trykning, samt den afsluttende trykning og kontrol. I hele forløbet taler vi om, hvordan man arbejder for at opnå den bedst mulige kvalitet og systematisk eliminerer risikoen for at begå fejl. Vi taler også om samarbejdet mellem banelægger og banekontrollant, der starter som en sparring og undervejs i forløbet gradvis ændres til at blive kontrol, der udføres uafhængigt af hinanden.

Trods titlen "kursus" gennemføres dagen i høj grad som en workshop, hvor deltagerne bliver inviteret til at bidrage med deres egne erfaringer med, hvad der er gået særligt godt og hvor noget kunne have været bedre og diskutere nogle af de emner, hvor der ikke findes et klart svar på, hvad der er rigtigt og forkert.

Kurset tager udgangspunkt i slideserien Banelægning - kvalitetsløb, som findes på DOFs hjemmeside: <http://do-f.dk/dansk-orienterings-forbund/vejledninger-reglement-arkiv/banelaegning>

Underviser

Helge Lang Pedersen, Farum OK, Eliteudvalget og IOFs Foot-O Commission – med mange års erfaring som Mesterskabsbanelægger og -kontrollant.



Divisionsturnering/Åbne stævner – Stævneledelse og -kontrol

Målgruppe

Hvis du kan svare ja til et eller flere af nedenstående spørgsmål, er Divisionsturnering/Åbne stævner stævneledelse-kurset noget for dig:

- Skal du være stævneleder eller kontrollant for en Divisionsturnering eller Åbent stævne i 2018 eller 2019?
- Er det første gang, du har ansvaret eller medansvaret for et sådant stævne?
- Overvejer du at påtage dig en opgave som stævneleder eller kontrollant, og er du i tvivl om hvad det indebærer?
- Har du prøvet opgaven før, og ønsker inspiration til at gøre det endnu bedre næste gang?

Kursusindhold

- Introduktion
- Divisionsturnering/åbne stævner. Drøftelse af krav og forventninger fra løbsdeltagerne og gennemgang af DOFs reglement.
- Stævneledelse. Drøftelse af krav til stævnelederen og stævneorganisationen.
- Stævnekontrol. En meget vigtig funktion, som skal have særlig opmærksomhed.
- Opsamling af kurset via en opgave, som deltagerne bedes udfylde med efterfølgende diskussion i plenum.
- Evaluering af kurset.

Underviser

Bendt Frandsen, Farum OK, rutineret stævneleder med mange års erfaring fra utallige store som små stævner i Østkredsen.



Divisionsturnering/Åbne stævner – Banelægning og –kontrol

Målgruppe

Hvis du kan svare ja til et eller flere af nedenstående spørgsmål, er banelægningskurset noget for dig:

Skal du være banelægger eller banekontrollant for Divisionsturnering eller Åbent stævne i 2018 eller 2019?

- Er det første gang, du har ansvaret eller medansvaret for banelægning til et sådant stævne?
- Overvejer du at påtage dig en opgave som banelægger eller banekontrollant, og er i tvivl om hvad det indebærer?
- Har du prøvet opgaven før, og ønsker inspiration til at gøre det endnu bedre næste gang?

Kursusindhold

Fokus på kurset vil dels være banelæggerens opgaver i forbindelse med Divisionsturnering eller Åbent stævne, dels generel introduktion til banelægning med fokus på sværhedsgrader (begynder, let, mellemsvær, svær) og særlige krav til baner for de yngste ungdomsløbere.

Kurset er **IKKE** et Condes-kursus.

Med udgangspunkt i et par cases kommer vi ind på banelæggerens opgaver og planlægning heraf i forbindelse med Divisionsturnering eller Åbent stævne.

Senere på dagen tager vi fat på banelægning med gennemgang af sværhedsgrader og mulighed for selv at lave baner under supervision af en erfaren banelægger.

Underviser

Vakant



Klubkommunikation

Målgruppe

Hvis du kan svare ja til et eller flere af nedenstående spørgsmål, er Klubkommunikationskurset noget for dig:

- Er du ansvarlig for din klubs interne og/eller eksterne kommunikation?
- Vil du blive bedre til at skrive pressemeddelelser om klubbens aktiviteter?
- Er du PR-ansvarlig i forbindelse med et eller flere af din klubs arrangementer i 2018 eller 2019?
- Er du ansvarlig for indholdet på klubbens hjemmeside?
- Vil du blive bedre til at bruge Facebook effektivt både internt og eksternt i klubben?
- Vil du vide mere om, hvordan sociale medier kan understøtte klubbens arbejde?

Kursusindhold

- Pressearbejdet ved Erling Thisted, workshop og mulighed for selv at prøve kræfter med at skrive en pressemeddelelse
- Facebook og hvordan klubben får spredt budskabet ved Jakob Lind Tolborg
- Andre sociale medier v/ ?

Undervisere

Erling Thisted, Udviklingskonsulent (Kommunikation), Dansk Orienterings-Forbund, Jakob Lind Tolborg, Klubudviklingskonsulent, Dansk Orienterings-Forbund m.fl.



Introduktion til korttegning – begynderkursus – skolegårds kort

Målgruppe

Hvis du kan svare ja til et eller flere af nedenstående spørgsmål, er Introduktion til korttegningskurset noget for dig:

- Vil du gerne komme i gang med at tegne kort?
- Ønsker du at kunne bidrage med korttegning i din klub?
- Har din klub planer om at tegne skolegårds kort de kommende år?
- Vil du introduceres til såvel rekognocering som rentegning af skolegårds kort?

Kursusindhold

Kort teoretisk introduktion til korttegning generelt, herunder tegning af sprint- og orienteringskort.

Praktisk opgave – rekognocering og tegning af skolegårds kort på Nordagerskolen i Ringe.

Undervisere

Flemming Nørgaard, OK Pan – DOFs Kortsupervisor



Condes workshop – tips og tricks til o-teknisk træning

Målgruppe

Hvis du kan svare ja til et eller flere af nedenstående spørgsmål, er Condes-workshoppen noget for dig:

- Er du interesseret i at bruge Condes til orienteringsteknisk træning i din klub?
- Vil du vide mere om de mange muligheder Condes indeholder, når det gælder f.eks. manipulation af kortet i forbindelse med orienteringsteknisk træning?
- Er du interesseret i at dele dine erfaringer og sjove orienteringstekniske træninger med andre?
- Er du klubtræner/ungdomstræner med ansvar for orienteringsteknisk træning og mangler du af og til inspiration til nye træninger?

Kursusindhold

Masha Semak og Andreas Duc Jørgensen vil præsentere en lang række eksempler på orienteringsteknisk træning fra deres år som o-tekniske klubtrænere for Farum OK/Ballerup OK/Allerød OK/Kildeholm OK/OK 73 og Tisvilde Hegn OK mfl.

Med udgangspunkt i Mashas og Andreas' oplæg vil der herefter være workshop og erfaringsudveksling mellem deltagerne, hvor alle er velkomne til at bidrage med egne erfaringer og eksempler til fælles bedste.

Undervisere

Masha Semak, Farum OK – Talentcenter- og klubtræner og Andreas Duc Jørgensen, Tisvilde Hegn OK, klubtræner



Skoleorientering - Find vej i skolen

Målgruppe

Hvis du kan svare ja til et eller flere af nedenstående spørgsmål, er Find vej i Skolen-kurset noget for dig:

- Er du interesseret i at starte samarbejde med folkeskolerne i dit lokalområde?
- Er din klub allerede med i Find vej i skolen projektet?
- Vil du vide mere om, hvordan samarbejde med kommune og folkeskolerne bedst gribes an?
- Er du interesseret i at høre om, hvad der kræves af en orienteringsklub for at starte et skolesamarbejde?
- Vil du vide mere om mulighederne i folkeskolereformen og den åbne skole for din klub?
- Vil du vide mere om undervisning i orienteringsløb i folkeskolen?
- Vil du mødes med andre klubbers Find vej i skolen-ansvarlige og udveksle erfaringer?

Kursusindhold

På kursets første del gennemgås DOF's koncept for skolepakker: hvad indeholder de, hvad skal man være opmærksom på, hvordan sælger man dem til skolerne?

Derefter tager vi hul på, hvordan videre samarbejde om aktiviteter kan gribes an og struktureres på en meningsfuld måde, så det kommer klubben til gavn.

Undervisere

Anders Bachhausen, Udviklingskonsulent (Skole), Dansk Orienterings-Forbund



Dansk Orienterings-Forbund
DOF Akademiet

MTBO – korttegning, banelægning og stævneafvikling

Målgruppe

Hvis du kan svare ja til et eller flere af nedenstående spørgsmål, er MTBO-kurset noget for dig:

- Overvejer din klub at tage MTBO på programmet?
- Ønsker du at kunne bidrage med MTBO-korttegning i din klub?
- Vil du arrangere et MTBO-stævne?
- Ønsker du at vide mere om MTBO-banelægning?
- Vil du bidrage til udviklingen af MTBO i din klub, kreds eller på landsplan?

Kursusindhold

MTBO-korttegning

Introduktion til MTBO-kortnormen – hvad adskiller sig fra fod-o-kortnormen?
Introduktion til tegning af MTBO-kort på baggrund af eksisterende fod-o-kort (konvertering) eller som nyttegning med udgangspunkt i grundmaterialer fra DOF.

MTBO-stævneafvikling

Introduktion og opsamling sammen med MTBO-banelægning.

Forskellige regler for og eksempler på MTBO-stævneafvikling:

- Internationale stævner (IOF's regler) – kun i oversigtsform - med EM 2009 i Danmark som eksempel
- Danske stævner (DOF's regler) med eksempler fra DM Stafet 2015
- Træningsløb (Skov-regler) med eksempler fra Nordsjællands vinter- og sommerserieløb

Skovadgang

- Problemområder og måske fremtidige løsninger

Hvor få hjælpere kan man klare sig med?

- Oversigter fra praksis

MTBO-banelægning

Deltag i Danmarks første banelægningskonkurrence for MTBO-baner!
Hvis du er dygtig, kan du tage hjem med en præmie.

Kurset er en del af DOF Akademiet.

Ansvarlig for indhold og økonomi er forbundet, mens frivillige fra en række klubber står for den praktiske afvikling.

For at kunne deltage skal du medbringe et eller flere kort fra din hjemegn (helst MTBO-kort) samt et udprint af de Find-vej poster, der er i skoven.

Formål:

- At afprøve DOF's nye forslag til sværhedsgrader for MTBO-baner i forskellige skove (på papiret)
- At få demonstreret om man kan lave brugbare MTBO-baner alene ved at anvende Find-vej poster, hvis disse er anbragt ved veje og stier (flest mulige banekombinationer med færrest mulige poster)
- At få demonstreret, at disse poster også kan bruges til lette Find-vej baner for andre end MTBO-ryttere (poster inde i terrænet er ofte for svære for begyndere, skoleklasser o.l.)
- At man sådan kan lave MTBO-træningsløb uden hverken at skulle sætte poster ud eller tage dem ind igen

Følgeprojekt:

- At udvikle et system, så postenhederne (SI /Emit) kan låses fast til de standardiserede poststolper i skoven, så de også kan bruges til konkurrencer.

Undervisere

Erik Flarup, Skive AMOK og Tage V. Andersen, OK Øst Birkerød



Introduktion til O-Track

Målgruppe

Alle med interesse i DOFs nye gratis app "O-Track" til tracking af orienteringsløb.

Kursusindhold

Kurset i O-track vil introducere dig til brugen af DOF's nye mulighed for gratis at tilbyde tracking på Find Vej i, klubtræninger og konkurrencer.

På kurset vil du lære, hvordan du opretter baner i O-Track, samt hvorledes du som løber indlægger dit track fra telefon eller GPS ur.

For at få det fulde udbytte af kurset, skal du oprettes som administrator for din klub i O-Track, dette gør du således:

1. På www.o-track.dk vælger du 'REGISTER' i øverste højre hjørne, du kan også blot vælge 'SIGN IN' og derfra vælge at du f.eks. vil bruge din Facebook eller Google som sign in.
2. Når du er logget på skal du vælge din klub, hvorefter du kan sende en mail til info@o-track.dk så vi kan oprette dig som administrator.

På kurset bedes du medbringe følgende:

- PC med Condes installeret og opdateret til seneste version
- Evt. GPS ur med mulighed for at hente dit GPS track i GPX format
- Evt. Android telefon til brug for tracking

Kurset vil tage udgangspunkt i Find Vej i kortet over Ringe.

Undervisere

Underviser er Henrik Poulsen, FIF Hillerød og DOFs Stævne og Reglementsudvalg



Dansk Orienterings-Forbund
DOF Akademiet

Beregning – Tips, Tricks og erfaringer (eResult, eTiming, OE2010, MeOS)

Målgruppe

Hvis du kan svare ja til et eller flere af nedenstående spørgsmål, er Beregningskurset noget for dig:

- Vil du vide, hvad beregningsfunktionen ved et orienteringsstævne går ud på?
- Har din klub brug for din hjælp til beregning?
- Vil dele dine erfaringer med andre med interesse i beregningsfunktionen?
- Vil du vide mere om beregning f.eks. i forbindelse med divisionsturnering eller flerdages løb?
- Ønsker du at vide mere om et specifikt beregningsprogram?

Kursusindhold

Fælles introduktion til beregningsfunktionen ved orienteringsstævner generelt. Herefter deles holdet op efter interesse (eResult, eTiming, OE2003/2010 og MeOS). Angiv gerne interesse ved tilmelding i O-service under "Bemærkning til arrangør".

Teoretisk og praktisk gennemgang af de respektive beregningsprogrammer.

Undervisere

Michael Termansen, OK Syd (eResult), Keld Gade, Viborg OK (eTiming) mfl.