



PM OLL

Aktivitetsdag på Bragdøya

Mandag 6. august



Bragdøya i Kristiansandsfjorden er, sammen med øyene rundt, offentlig friareal. Øyene ble kjøpt av Kristiansand kommune i 1969 med statlig tilskudd og klausul om at området skulle være rekreasjonsområde for byens befolkning. På øyene er det en del eldre hyttebebyggelse.

Byens første lystgård ble oppført på Bragdøya av by- og rådstueskriver Henrik Arnold Thaulow rundt 1770. Thaulow var morfar til Camilla, Oscar og Henrik Wergeland, og barna tilbragt flere somre på øya med foreldre og besteforeldre. Under 2.verdenskrig ble mange russiske krigsfanger skutt og drept av tyskerne på Bragdøya. Dere vil se flere minnesmerker på øya fra denne tiden. I dag er det alle villsauene som dominerer øya sammen med mange sommerferierende gjester. Vis hensyn til villsauene og øvrige sommergjester.

Området er variert, med småkupert terreng, skog, svaberg og gammelt kulturlandskap. Her er badeplasser både på øst- og vestsiden av øya, nye og gamle stier. Villsauene holder vegetasjonen nede slik at det er lettløpt.

Avreise fra KKG mandag morgen er i henhold til tidskjema for gruppen (se under). Reisetid fra skolen er først 15 minutter med buss, så 10 min med båt. Da tidskjema er stramt er det viktig at alle møter i god tid og er effektive ved på og avlasting buss og båt. Hold deg sammen med gruppa de.

Ved avreise har du på deg varmt treningstøy som tåler å bli bløtt. Joggesko – bytt gjerne til terrengsko før start. Sko med metallpigger er ikke tillatt på buss eller båt.

Ta med i sekken/bagen: Skift fra topp til tå (regn med at du blir bløtt), håndkle, varmt tøy/regntøy/ull avhengig av været, badetøy, stor niste, drikkeflaske, terrengsko/o-sko, kompass, emit brikke og litt mer tøy. Det er en liten kiosk på øya. Med bl.a. kaffe, brus, vafler og is.

Hva skjer?

Det blir Øyvandring med 7 bemannede stasjoner i tillegg til 4 oppgaver som gruppa løser underveis. Gruppa skal være samlet på de 7 bemannede stasjonene, men kan deles opp mellom stasjonene. Ev «minigrupper» må bestå av minimum 5 deltagere. Mobiltelefon, nettbrett eller lignende kan tas med på eget ansvar men får kun brukes som kamera. Bruk av internett, å ringe eller sende sms er ikke tillatt. Trener er ansvarlig for at dette overholdes.

Ved start får gruppa 5 kart hvor de 7 bemannede stasjonene er markert. Gruppen får ved start oppgitt hvilken stasjon gruppen må begynne med. Alle avslutter med stasjon 8 før målgang. Øvrige stasjoner tas i valgfri rekkefølge. På stasjonene blir det forskjellige oppgaver som gruppen må samarbeide om. De fleste oppgavene vil ha en tidsgrense på 4-8 minutter. I tillegg til å løse oppgavene best mulig blir det også tatt hensyn til hvordan gruppen samarbeider. Viktig å involvere alle.

Informasjon om oppgaver og tidsbegrensing får dere ved ankomst stasjonene. Ved eventuell kø på noen av stasjonene kan det være et tips å løse noen av de andre oppgavene dere får ved start.

Når siste stasjon (stasjon 8) er gjennomført er det målpasering. Og etter det ev bading, skift til tørt tøy, nistespising og litt avslapning før crazy- o starter.

Vi har badevakter i forbindelse med bad i badebukta ved vår samlingsplass på øya. Av sikkerhetshensyn vil vi at bading ev andre steder kun skjer i grupper på minimum 5 personer, samt at dere har gitt beskjed til gruppetrener hvor dere går.

Crazy-o

Klassevis fellesstart. Se tidskjema under for når din klasse starter.

Bytt gjerne tøy og sko før start slik at du har tørt tøy å ta på deg etter målgang. Du behøver ellers terrengsko/joggesko og emit brikke. Kompass kan kanskje være en fordel.

Løypelengde: ca. 2,5 km.

Terreng: Bragdøya mm

Poster: Markert med o-skjerm og hengende ekt. På kartet er det store «ringer» som viser hvor posten er. Posten er ikke nødvendigvis i sentrum av «ringen». Les postbeskrivelsen og sjekk koder. Lureposter kan være plassert ut.

Mellom 1. og 2. post er det en gammel tretrapp ned en skrent. Det anbefales at du for egen sikkerhet ikke benytter deg av denne – tretrappen er sperret med merkebånd. Trappen står ikke på kartet.

Kart: Bragdøya

Type og alder er varierende.

Målestokk ja, ekvidistanse ja.

Tidtaking: Vi bruker emit og hengende enheter. Alle deltagere er registrert med emit nr som påmeldt til HL langdistanse. Ved endringer av brikke nr gi beskjed via trener til arrangør.

Villsau: Vis hensyn til alle villsauene. Møter du disse på din ferd ro ned tempoet og gi sauene en grei fluktvei. Vis selvfølgelig også hensyn til alle øvrige gjester på Bragdøya.

Etter målgang Crazy-o blir det ev. mer bading, skifte til tørt tøy, utdeling av wraps og avslapning før returreise. For aktuelle returtider for deg og din gruppe se tidskjema.

Starttider Crazy-o

H14 kl 13.30

D14 kl 13.40

H15 kl 14.00

D15 kl 14.10

H16 kl 14.40

D16 kl 14.50

Tidsskjema og Transportplan:

Gruppe nr.	Buss fra KKG- fremmøte	Båt til Bragdøya	Starttid øyvandring	Starttid Crazy-O	Båt fra Bragdøya	Buss retur
1	08:24	08:55	09:30	13:30/13:40	14:55	15:15
2	08:24	08:55	09:36	13:30/13:40	14:55	15:15
3	08:24	08:55	09:42	13:30/13:40	14:55	15:15
4	08:40	09:25	09:48	13:30/13:40	15:25	15:45
5	08:40	09:25	09:54	13:30/13:40	15:25	15:45
6	08:40	09:25	10:00	13:30/13:40	15:25	15:45
7	09:04	09:35	10:10	14:00/14:10	15:55	16:15
8	09:04	09:35	10:16	14:00/14:10	15:55	16:15
9	09:04	09:35	10:22	14:00/14:10	15:55	16:15
10	09:14	09:45	10:28	14:00/14:10	16:00	16:20
11	09:14	09:45	10:34	14:00/14:10	16:00	16:20
12	09:14	09:45	10:40	14:00/14:10	16:00	16:20
13	09:39	10:10	10:46	14:00/14:10	16:30	16:50
14	09:39	10:10	10:55	14:40/14:50	16:30	16:50
15	09:39	10:10	11:01	14:40/14:50	16:30	16:50
16	09:49	10:20	11:07	14:40/14:50	16:40	17:00
17	09:49	10:20	11:13	14:40/14:50	16:40	17:00
18	09:49	10:20	11:19	14:40/14:50	16:40	17:00
19	10:19	10:50	11:25	14:40/14:50	17:00	17:20
20	10:19	10:50	11:31	14:40/14:50	17:00	17:20
Ledere (inntil 30 stk)	08:04	08:30	-	13:10	14:30	14:50
Ledere (inntil 30 stk)	10:24	11:25	-	15:10	17:00	17:20

Generalsponsor



Hovedsponsorer



Premie- og leverandørsponsorer



Forbundssponsorer



**NORSK
ORIENTERING**

noname

SPORT & NO



Arenaskisse

