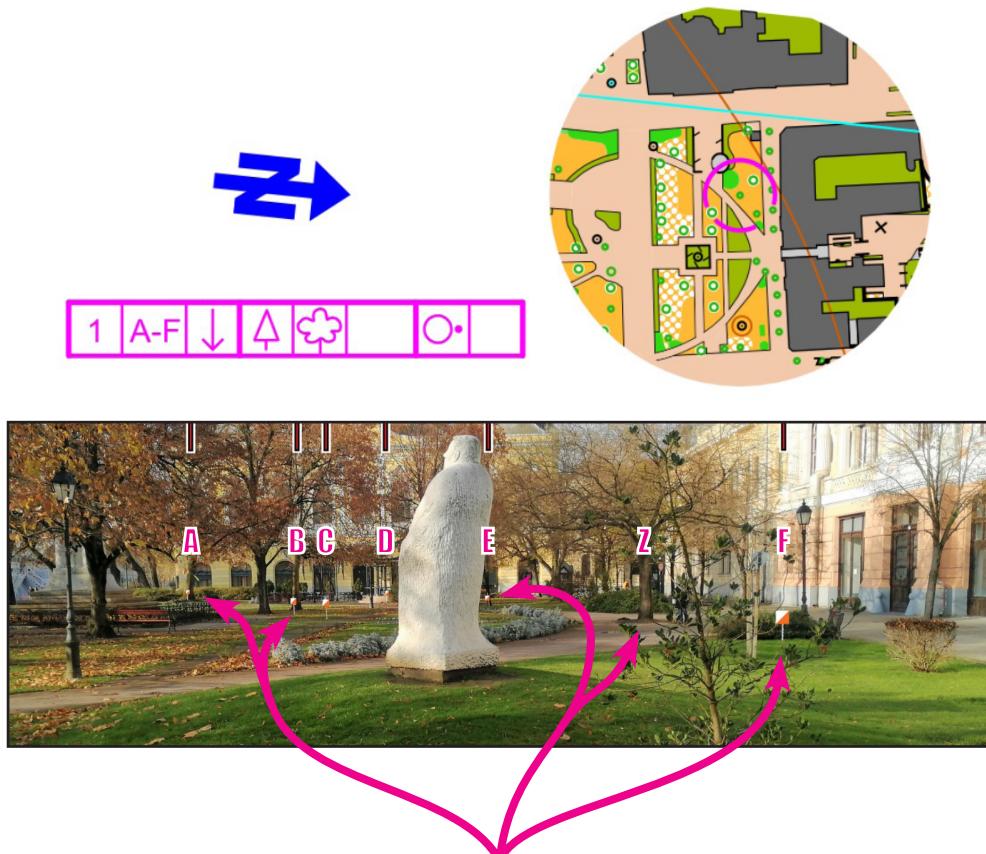


# TRENING za PRAVE ORIENTACISTE

Ali ste se kdaj znašli na terenu, kjer niste natančno vedeli kje se nahajate? Vrhunski orientacisti trenirajo, da ob pogledu na karto v zelo kratkem času določijo svoj položaj na karti in nadaljujejo svojo pot proti kontroli.



Takšne treninge, kjer je potrebno s pomočjo karte z razdalje določiti zastavico, ki označuje kontrolo, poznamo kot orientacijsko disciplino z imenom TempO.

## Kaj je TempO?

Orientacijska disciplina, pri kateri merimo čas branja karte in je odličen trening hitrega branja karte.

## Kje lahko TempO bolje spoznam?

Predstavitev bo potekala 23. 1. 2022 v bližini OŠ Ajdovščina ob DP Sprint. V ta namen bo pripravljeno kratko promocijsko tekmovanje. Tekmovanje bo potekalo približno 5 - 10 minut in bo na voljo od 11.40 do 13.30. Udeležba je BREZPLAČNA.

## Čemu TempO trening priponore?

TempO trening omogoča hitro branje karte, hitro prepoznavanje objektov na terenu in hitro odločanje, pri tem pa zahteva visoko zbranost. To so sposobnosti, ki so zelo pomembne pri vseh orientacijskih panogah.

## Komu je TempO trening namenjen?

Primeren je za vse, ki bi želeli postati boljši orientacisti. Promocijsko tekmovanje bo potekalo v treh starostnih kategorijah: MŽ12, MŽ18 in MŽ21. Na startni listi so vsi, ki so prijavljeni na DP Sprint, udeležijo pa se ga lahko tudi ostali.

## Ali je možno TempO redno trenirati?

TempO treningi lahko potekajo podobno kot potekajo vsi drugi orientacijski treningi, organizirano v klubih. TempO treningi potekajo tudi prek spletja, kjer imamo možnost od doma trenirati virtualno drugod po svetu, po parkih, v gozdovih in tudi na zelo nenavadnih terenih.

## Ali obstajajo TempO tekmovanja?

V TempO disciplini je vsako leto nekaj tekmovanj, katerih vabila najdete na strani OZS. Obstajajo tudi evropska in svetovna prvenstva. Državno prvenstvo bo 13. 8. 2022 na Črnem Vrhu ob tekmovanju Cerkno Cup.

*Vabimo vas, da se od svojega doma prek spletja udeležite TempO tekmovanj, ki bodo potekala virtualno v parkih na Madžarskem.*

*Za dostop do tekmovanja se je potrebno registrirati na spletni strani <http://torus.yq.cz>.*

*Registracija in udeležba tekmovanj ter treningov je brezplačna.*

*Tekmovanja na Madžarskem, poimenovana Hungarian TORUS TempO Trophy 2022, bodo potekala enkrat mesečno, vsako zadnjo sredo v mesecu.*

*Prvo tekmovanje bo že v sredo, 26. 1. 2022 in lahko se ga udeležite med 0.00 in 23.30.*

*Rezultate slovenskih tekmovalcev in klubov, kjer bodo šteli rezultati treh najboljših tekmovalcev iz kluba, bomo posebej vodili in jih razvrstili po petih najboljših doseženih rezultatih od januarja do junija 2022. Rezultati bodo objavljeni na spletni strani OZS pod imenom TRENING za PRAVE ORIENTACISTE.*