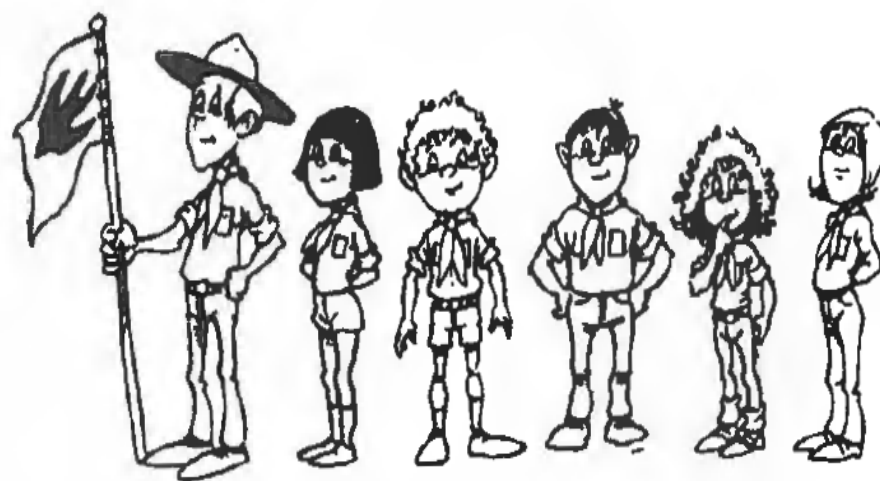


Spejderløbs ABC

Sådan laver du et løb



Spejderløbsledelsens håndbog (til alle dem som gerne vil lave et sejt spejderløb)

Der er "lånt" tekst og billeder fra:

Spejderlex 1998

Hej spejder 1993

Løbsbeskrivelse spejder-5-kamp 2023

How to do 5kamp_udarbejdet 2023

Spejder-5-kamp 2000 til 2023

Arbejdsstof for 6- 7 årige (marts 1979)

Samlet af Don Juul Madsen

2024, 1. udgave

Hej Løbsleder!

Velkommen til dette lille hæfte.

Det er fedt, at du har lyst til at give dig i kast med at lave et løb til spejderne



Hvis du aldrig har prøvet at lave et spejderløb, så kan dette hæfte (forhåbentlig) give dig nogle redskaber og ideer til, hvordan du kan lave et sejt spejderløb for dine, eller andre spejder.

Denne håndbog er tænkt til at være et opslagsværk, så du behøver ikke at starte med at læse fra side 1. Det er ok at bladere i bogen, indtil du finder de oplysninger som du har brug for.

Indholdsfortegnelse:

Emner:	8
---------------------	----------

Hvad er et spejderløb?	9
-------------------------------------	----------

De helt små spejderløb:.....	9
------------------------------	---

De små spejder løb:	9
---------------------------	---

De lidt større spejderløb:	9
----------------------------------	---

De store spejderløb:	9
----------------------------	---

Hvad skal man tænke over, når du lavet et spejderløb for andre.....	10
--	-----------

1) Hvor skal spejderløbet afholdes henne?	10
---	----

2) Hvem laver man løbet for (sværhedsgrad):.....	11
--	----

3) Hvor langt tid, skal løbet varer?.....	12
---	----

4) Tid på året? er det et vinterløb, et sommerløb eller?.....	13
---	----

5) Hvilke, og hvor mange discipliner skal løbet bestå af.....	13
---	----

6) Skal der være en fantasiramme omkring spejderløbet?.....	13
---	----

7) Økonomi?.....	14
------------------	----

8) Hvor stort skal spejderløbet være	16
--	----

9) Hvor meget tid, og hvor mange resurser har man som team til at forberede, og gennemfører spejderløbet.....	17
---	----

10) Reklame, hvordan vil du gøre spejderne opmærksom på at du har lavet et spejderløb og at de skal tilmelde sig.	18
--	----

11) Beredskab, hvad vil du gøre hvis der komme en spejder til skade under løbet, har du dine egne samaritater eller?	19
--	----

12) Hvad med logistik, hvordan får du materialerne ud til posterne og hjem igen.....	19
--	----

13) Hvordan, og til hvem skal spejderne tilmeldelse sig?	20
--	----

14) Hvad med fototilladelser?.....	21
------------------------------------	----

15) Postmandskab, skal teamet selv så for dem, eller skal man have hjælp fra ledere?	21
--	----

16) Mærker og eller præmier?	22
------------------------------------	----

17) Pointgivning?	22
-------------------------	----

18) Tidsplan på løbet.	22
-----------------------------	----

Til sidste:	22
-------------------	----

Hvad består et stort spejderløb af.	23
---	-----------

Løbsledelse:	23
--------------------	----

Aktivitets arbejdsgrupper:	24
----------------------------------	----

Postmandskab:	24
---------------------	----

Hjælper:.....	24
Samariter:	24
Dommer:	25
Køkkenhold:	25
Pr. og reklame:.....	25
Fotografer:	26
Logistik:	26
Måden som et løb kan være opbygge på.	27
Stjerneløb.....	27
Ringløb.	28
Stjerne-ringløbet.....	29
Linjeløb.....	30
Løb med valgfrie poster.....	31
Poster med åbningstid:.....	32
Temaløb:	33
Fotoløb:	33
O-løb:.....	33
Natløb:	33
Kodeløb:	33
Jagtløb:	33
Sejles eller ræs-løb:	34
Skaf en... løb:.....	34
Gåde/undersøge løb:.....	34
Fantasiramme:	35
Typer af små spejderløb.	37
Typen af større spejderløb.	38
Hikeløb	38
Adventureløb	39
Traditionelle spejderløb	40
Typiske elementer i et spejderløb	41
Forhindringsbane:.....	41
O-løb:.....	42
Natløb:	43
Dagsløb:	44

Skrøbelige ting:	45
Tilmeldingsopgaver:	46
Hike:	47
Overnatning:	48
Turnout:	49
Gennemgående opgave:	50
Hvordan er posterne opbygget.....	51
Typiske poster i et spejderløb	52
Besnøringspost:	52
Båltænding:	53
De barske poster:	54
Forhindringsbane:	55
Førstehjælp:	56
Gåder og spørgsmålspost:	57
Kimsleg:	58
Knob og knuder:	59
Koder:	62
Kort og Kompas:	63
Kulsø post:	64
Madlavning:	65
Musik og sang:	66
Målskydning:	67
O-løb:	68
Redningsrebskast:	69
Samarbejde post:	70
Signalering:	71
Sniger poster (lydløs hen til noget):	73
Styrkeprøve:	73
Tøjkæde/tøjtårn:	74
Hvilke evner skal spejderne have for at kunne være god på en post/aktivitet.....	75
Eksempler på postbeskrivelser:	78
Eksempel nr. 1: Post 1: Byg en popcornmaskine (Spejder-5-kamp 2023)	78
Eksempel nr. 2: Post nr. 4: Førstehjælp – Fællespost (spejder-5-kamp 2022).	83

Eksempel nr. 3 Post 6: Kims leg (spejder-5-kamp 2020)	85
Eksempel nr. 4 Post 4: Knob og knuder (spejder-5-kamp 2020)	89
Eksempel nr. 5 Post 2: Lav en lygte af en vinflaske og konserverdåser (spejder-5-kamp 1999)	92

Ting som kan være gode at have med på et spejderløb..... 95

Enkel dags spejderløb:.....	95
Flere dags spejderløb:	95

Kondition: 98

Spejderløb som du bør kende til: 99

**Vi er spejderleder, klanspejder,
centermedarbejder, fordi det er
sjovt, og fordi vi er en del af et
større fællesskab.**

- og det er det vigtigste!

Men for at det skal blive sjovt for alle, så er der nogle som må yde en ekstra indsats. Det kunne f.eks. være ved at lave nogle seje spejderløb, hvor spejderne får lov til at anvende deres færdigheder, fra de normale møder. Spejderne vil gerne lære noget så længe, at de føler at de kan bruge den viden til noget fornuftigt. Det er ofte de aktiviteter, der kræver den største indsats, som giver de bedste spejderoplevelse. Husk at det tager tid, at bliver god til at lave et fedt spejderløb.



Start med at finde nogle andre som også gerne vil lavet et spejderløb, og gå sammen. Det er meget nemmer, når man er flere til at lave et spejderløb, og også meget sjover ☺.

Emner:

Dette lille hæfte, vil gennemgå hvad et spejderløb er, eller kan være (det er dig/jer som bestemmer hvordan spejderløbet skal være). Hvilke forskellige typer af spejderløb som der findes, og hvilken typer af poster som typisk vil indgå på et spejderløb.

Når du er færdigt med dette hæfte, så skulle du have en bedre ide om hvad et spejderløb er, og du skulle meget gerne have fået en ide til hvordan Du kan lave dit første spejderløb.

Husk, at du behøver ikke at opfinde den dybe tallerken om igen. Du kan hurtigt lave et nyt spejderløb ud fra et gammelt løb ved "bare" at ændre lidt på nogle poster, eller måden som spejderne skal gå i mellem posterne på.



Hej det er mig, som er Don

Hvad ved jeg om spejderløb? Når man har været leder i over 20 år, så har man været blandet ind i flere forskellige spejderløb, og prøvet næsten alle rollerne som der er i et spejderløb.

Jeg har været en del løbsteam på Spejder-5 kamp i 4 år, og har også været med til at planlægge divisions spejderløb, ligesom jeg har lavet små spejderløb for mine egne spejder. I år (2024) fik jeg lov til at blive en del af Dini Zuli spejderløbet, hvor jeg håber, at de vil bruge de evner som jeg kan tilbyde.

Hvad er et spejderløb?

Et spejderløb er rigtige mange ting. Et spejderløb kan gå fra et lille løb, som du spejderleder har lavet til en af spejdermøderne. Spejderløbet vil kun foregå i de 1½-2 timer som dit spejdermøde varer. Men der er også spejderløb som kræver et planlægningsteam på 20 til 50 mennesker, som arbejder på at planlægge spejderløbet i et helt år og hvor spejderløbet har en varighed på flere dage.

Helt kort, så er et spejderløb en rute med nogle opgaver som skal teste spejdernes færdigheder.

Et spejderløb kan være opbygget på mange forskellige måder, vi skal kigge på nogle af disse forskellige måder.

De helt små spejderløb:

- Bliver normalt af lederne i spejdernes egen gruppe.
- Er normalt på 1-1½ time (det samme som dit spejdermøde normalt varer).
- Spejderløbet har normalt kun et element som tema (f.eks. koder).
- Det er normalt kun spejderne i din gruppen, og gren som deltager i løbet.

De små spejder løb:

- Bliver lavet af ledere fra et par grupper.
- Er på et par timer, eller en ½ dag.
- Spejderløbet have et par forskellige element som tema (f.eks. o-løb og morse)
- Det vil normalt kun være spejderne fra de grupper som har lavet løbet som deltager.

Kunne typisk være et spejderløb, som er planlagt på en sommerlejr af grupperne som deltager i sommerlejren.

De lidt større spejderløb:

- Bliver lavet lederne den lokale division, eller af dit lokale spejdercenter.
- Er typisk på en dags varighed, måske to.
- Spejderløbet kan have et tema, men kan også være en miniudgave af et større spejderløb, med flere elementer.
- Det vil normalt kun være spejder fra den lokale division som får lov (indbydelse) til at deltage i spejderløbet.

De store spejderløb:

- De store spejderløb er lavet af en særlig gruppe af, typisk, spejderleder som har lavet denne type af spejderløb tidligere. Det er ofte et mindre lokalt spejderløb som har vokset sig stort ved at man har åbnet for hvem som må deltage i spejderløbet.
- Har normalt en varighed på over en dag.
- Har typisk et tema, men indeholder forskellige elementer. Det vil typisk være det samme elementer som går igen, fra år til år.
- Det vil være muligt for spejder fra hele landet at deltage, også fra de forskellige korps.

Hvad skal man tænke over, når du lavet et spejderløb for andre.

(ikke i prioriteret rækkefølge)

1. Hvor skal spejderløbet afholdes henne?
 - a. Skovtilladelse skal søges i god tid, især hvis du ønsker at benytte bålpladser og overnatningen i skoven.
2. Hvem laver du løbet for (sværhedsgraden ska passe til grenen).
3. Hvor langt tid skal løbet varer.
 - a. Skal der være overnatning som en del af spejderløbet (hvor og hvordan skal spejderne sove)
 - b. Hvad med mad? skal spejderne selv medbringe det eller skal "løbet" sørge for maden.
4. Tid på året? Er det et vinterløb? Et sommerløb eller?
5. Hvilke og hvor mange discipliner skal løbet bestå af.
6. Skal der være en fantasiramme omkring spejderløbet?
7. Økonomi?
 - a. Deltagerprisen for spejderløbet.
 - b. Materialer til posterne? Købes eller lånes?
 - c. Penge til kørselsgodtgørelse?
8. Hvor stort skal spejderløbet være?
 - a. Antallet af spejder som kan deltage?
 - b. Lokalt eller nationalt?
9. Hvor meget tid, og resurser, har du som team til at forberede, og gennemfører spejderløbet.
10. Reklame, hvordan vil du gøre spejderne opmærksom på at du har lavet et spejderløb og at de skal tilmelde sig.
11. Beredskab, hvad vil du gøre hvis der kommer en spejder til skade under løbet, har du dine egne samaritter eller?
12. Hvad med logistik? Hvordan får du materialerne ud til posterne og hjem igen
13. Hvordan, og til hvem skal spejderne tilmeldelse sig?
14. Hvad med fototilladelser?
15. Postmandskab, skal teamet selv så for dem, eller skal I have hjælp fra ledere?
16. Mærker, og/eller præmier?
17. Pointgivning?
18. Tidsplan på løbet.

Punkt 1 til 8 er emner som sætter rammerne for hvilken type af spejderløb som du/I ønsker at lave. De øvrige punkter er nogle som du er nødt til at kigge på, lige meget hvilket type af spejder løb som du/I ønsker at lave.

1) Hvor skal spejderløbet afholdes henne?

Hvor i landet ønsker du at spejderløbet skal afholdes henne? Skal det afholdes som et byløb? I det åbne landskab? I skoven eller? Det er vigtigt, at du har en helt klar ide om hvor spejderløbet skal foregå, da du hurtigt får brug for nogle lokale, faciliteter, materialer, udstyr og mandskabskraft hvis du skal få dit spejderløb til at blive til noget.

1a) Skovtilladelse skal søges i god tid, især hvis du ønsker at benytte bålpladser og overnatningen i skoven.

Ønsker du at afholde et spejderløb i en skov, så skal du søge om tilladelse fra ejeren. Hvis du planlægger at benytte en statsskov så kan du gå ind på Naturstyrelsen hjemmeside. Der skal laves aftale om afvikling af løb og køretilladelse i skoven.

Godkendelse til løb fås via Book i naturen: <https://booking.naturstyrelsen.dk/Home/Kort>

Det er en god ide at lave en brugerprofil i spejderløbets navn inden på naturstyrelsens hjemmeside, så den også kan bruges hvis der sker udskiftning i løbsledelsen.

Skal der være overnatning i skoven, eller andet sted som ejes af Naturstyrelsen, skal dette også bookes via ovenstående hjemmeside.

Tilladelse til at køre i skoven med bil, eller traktor (til materialer og samarit) fås ved at sende en mail til den web-ansvarlige på den lokale enhed hos Naturstyrelsen.

Det er altid en god ide med mindst én køretilladelse til skoven i tilfælde af at nogle spejdere skal hentes.

!!!HUSK at en kørseltilladelse til skoven ikke er til sjov og ballade!!!!

Ved brug af kommunalt ejet arealer/områder skal kommunen kontaktes, for at lave en aftale.

Andre arealer som er privatejet, kontakt da den enkelte ejer.

2) Hvem laver man løbet for (sværhedsgrad):

Du skal inden du/I går i gang med at lave løbet tænke over, og beslutte hvilken målgruppe som løbet skal lave for.

I DDS er spejderne typisk delt op i de følgende grene:

- Familiespejdere: Børnehave (3-6 år)
- Mikrospejdere: 0.-1. klasse (6-8 år)
- Minispejdere: 2.-3. klasse (8-10 år)
- Juniorspejdere: 4.-5. klasse (10-12 år)
- Tropsspejdere: 6.-9. klasse (12-16 år)
- Senior/klanspejdere: 16-24 år

Spejderne i de forskellige grene kan ikke det samme, og der er en stor forskel på hvor langt et spejderløb skal være for en familiespejder og for en tropsspejder, ligesom sværhedsgraden for posterne er meget forskellig.

Valget af målgruppe (gren) er bestemmende for hvordan spejderløbet skal bygges op. Tænk også over hvilke spejder (gren) som du selv er leder for til daglig. Som juniorleder vil jeg have meget svært ved at lave et godt spejderløb for en flok familiespejder, da jeg ikke har været leder for den gren.

Husk!

Nogle grupper i DDS har en lidt anden inddeling af spejderne, blandet andet er der grupper som beholder juniorspejderne et år ekstra så de først rykker når de er 13 år, i stedet for 12 år.

3) Hvor langt tid, skal løbet varer?

Det er vigtigt at du/I som planlægger af et spejderløb, hurtigt får besluttet varigheden af spejderløbet (total længden) men også af de forskellige discipliner (hvis der er mere end en).

- Skal det være et kort spejderløb på et par timer?
- En ½ dag?
- En dag?
- En weekend?
- En uge?

Tidsrammer sætter rammerne for hvor mange discipliner, eller poster som spejderne kan nå.

Husk at varigheden af det spejderløb skal passe til alderen på den målgruppe som du gerne vil lavet et spejderløb til.

3a) Skal der være overnatning som en del af spejderløbet (hvor og hvordan skal spejderne sove)

Hvis spejderløbet går over flere dage, skal der så være overnatning med i spejderløbet. Er det spejderne som selv skal stå for overnatningen, eller er det noget som I, i løbsledelsen står for at planlægge. Det er muligt at låne sportshaller, spejderhytter med mere, men du skal være opmærksom på at du skal være ud i god tid, og at du skal undersøge om kommune og brandmyndighederne som orienteres om overnatningen, herunder og der skal være brandvagter tilstede imens spejderne sover.

Start med at kontakte den kommune som du gerne vil benytte til dit spejderløb, spørg dem om hvilke mulighed der er for at låne lokaler til overnatning (hvor mange må overnatte, hvornår er det muligt at låne lokalerne, skal der være brandvagter m.m.)

En spejder efterlader altid lånte lokaler pæne og opryddet, så der skal sættes folk af til at gøre lokalerne rene efter at spejderne har overnattet.

3b) Hvad med mad? skal spejderne selv medbringe det eller skal "løbet" sørge for maden.

Med mindre madlavningen er en discipliner i sig selv (altså at spejderne selv skal holde sig selv med kost), så skal der købes mad ind, og der er nogle (køkkenhold) som skal lave maden til spejderne.

På kort spejderløb (spejderløb på et par timer/En ½ dag) kan spejderne godt klare sig med en madpakke som de selv har taget med hjemmefra. På de øvrige spejderløb er det en god ide at det er spejderløbet som står for maden til spejderne.

Det er vigtigt, at du i deltagerbrevet, fortæller om spejderne selv skal have mad med, herunder om de skal have en madpakke med, eller ej.

Det koster ca. 150 kr. pr dag pr spejder at lave mad til dem (alt efter hvad de skal have af spise).

Husk at der også skal laves mad til løbsteamet og alle hjælperne.



4) Tid på året? er det et vinterløb, et sommerløb eller?

Hvornår et spejderløb bliver afholdt har en stor betydning for sværhedsgraden af spejderløbet. Et spejderløb som bliver afholdt om sommeren har ikke den samme sværhedsgrad som det "samme" spejderløb der afholdt om vinteren. Du kan derfor gøre dit spejderløb nemmer, eller svære, ved at bestemme hvornår på året det skal foregå.

Placeringen på året, hvor spejderløbet skal foregå, har også en betydning for, hvilken type af poster og discipliner som er egnet at indgå i spejderløbet.

F.eks. et natløb er "sjover" i vinterhalvåret, hvor det faktisk bliver mørkt end hvis det bliver gennemført om sommeren. Dog kan man med fordel lave et "natløb" for de yngste om sommeren, hvor det netop ikke er så mørkt og "farligt".

5) Hvilke, og hvor mange discipliner skal løbet bestå af.

Senere i dette hæfte bliver en række "typiske" spejderløbsdiscipliner gennemgået, så de vil ikke blive gennemgået her. Men når du har tænkt over varigheden af dit spejderløb og hvem du vil lave løbet for og hvornår på året løbet skal foregå, så skal du tænke over hvor mange discipliner som spejderne kan gå at gennemføre (og stadigvæk få en god oplevelse), samt hvilken type af discipliner som du gerne vil have at dit spejderløb skal bestå af.

Vil du have mange discipliner som kun skal være i kort tid, eller få discipliner i en længere periode?

Det er helt op til dig, men husk at du ikke skal have flere discipliner end du/i kan overskue at få gennemført. Tænk over, hvad der kan ske med resten af spejderløbet hvis en disciplin bliver forsinket, eller er nødt til at udgå fra spejderløbet.

6) Skal der være en fantasiramme omkring spejderløbet?

En fantasiramme kan være en fantastisk del af et spejderløb. En veludført fantasiramme er det som spejderne husker. En fantasiramme er også med til at gøre et spejderløb forskelligt fra alle de andre spejderløb, også selv om posterne og disciplinerne er de samme. En fantasiramme er også en fantastisk når du skal beslutte hvilke poster og discipliner som skal være en del af spejderløbet.

F.eks. spejderløbet med fantasirammen "En verden af affald"

Kort historie:

Verden er ved at blive begravet i affald, og natur er presset fra alle kanter. Kyniske forretningsfolk har valgt at se stort på alle love og regler, og er i gang med at ødelægge naturen. Spejderkorpsene

har indkaldt alle spejderne til at finde ud af hvilke personer som bag ødelæggelsen, så de skyldige kan blive dømt for deres forbrydelser imod naturen.

Disciplin: dagsopgaveløb

Post 1: Affaldskimsleg, hvordan skal affald søttes?

Post 2: Jorden er giftig – en tønde med giftig affald skal flyttes fra A til B uden at spejderne kommer for tæt på.

Post 3: Lav et minikomfur ud af dåser, og kog en kop vand.

Post 4: Koder – Spejder skal afkode en "tabt" besked.

Post 5: Førstehjælp – spejderne finder en person som er faldet ned i et hul, hvor nogle har forsøgt at begrave farligt affald, brækket arm, blødende sår, ætsninger m.m.

Post 6: Forhinderbane – vejen frem er blokeret af "affald" og spejderne skal finde igennem for at komme frem.

Post 7:....

Ved den sidste post bliver "forbryderne" fanget, så de kan blive stillet til regnskab for deres miljøforurening.

Det er en god ide, hvis der til hver post er en kort historie som spejderne får læst op, som fortæller historien omkring posten, og løbet.

Hvis du ønsker at lave en fantasiramme, og hvis den skal være gennemført, så koster den energi og penge. Du skal tænke over, om der er de ekstra resurser tilstede i løbsteamet.

Ting som bør være med i en fantasiramme.

- Overordnet historie som sætter rammerne for løbet.
- En fortælling til hver disciplin (kort historie, hvordan passer disciplinen med den overordnede historie)
- En kort historie til hver post.
- Poster og discipliner som passer ind i den overordnede fortælling.
- Udklædning, rekvisitter og kulisser som passer ind i den overordnede fortælling.
- Udklædning og rekvisitter til spejderne. F.eks. skal alle spejderne medbringe en hat, og et sværd, være udklædte som aliens eller?

7) Økonomi?

Økonomien i spejderløb er vigtig at have styr på, og du bør sikre at der er en person i teamet som kun er ansvarlig for økonomien.

7a) Deltagerprisen for spejderløbet.

Det er vigtigt at holde deltagerprisen nede, jo dyrere et spejderløb bliver, jo færre spejderer har lyst til at deltage. I nogle grupper, er det gruppen som betaler for at spejderne kan deltage i spejderløb, men der er også grupper hvor spejderne selv skal dække alle udgifter. Vær derfor opmærksom på at holde udgifterne nede.

7b) Materialer til posterne, købe eller låne.

Der skal bruges rigtige mange ting og udstyr til et spejderløb. Er det et helt nyt spejderløb, har man ikke et lager af materialer og udstyr at trække på. Der bør f.eks. altid være en førstehjælpskasse på alle poster, og også gerne en vanddunk så spejderne kan få noget vand at drikke (især vigtig om sommeren). Har du beslutter dig for at lave et løb med 8 poster, så skal du ud og skaffe 8 førstehjælpskasser og 8 vanddunke, og hvis du ikke kan låne dem så kan man ud og købe dem.

Mit råd til dig, hvis du går med tænkere om at lave et helt ny spejderløb, det er at tage kontakt til allerede etableret spejderløb, spejdercenter, og grupper i det område hvor du vil gennemføre spejderløbet. Spørg dem om det er muligt at låne udstyr af dem, så du slipper for at skulle ud og købe nyt udstyr.

I 2023 skulle jeg ud, og skaffe over 100 mælkekasser til en post på spejder-5-kamp, og hvordan får man så lige fat i 100 mælkekasser 7 dag før spejderløbet skulle starte? Jeg tog kontakt til den lokale genbrugsstation (som samler mælkekasser ind for Arla). Jeg fik lov til at låne dem hen over en weekend imod at jeg selvfølgelig afleveret dem igen.

Køb hvert år en lille smule udstyr/materialer, så du lidt efter lidt får opbygge spejderløbet materiale lager.



7c) Penge til kørselsgodtgørelse

Spejderledere og hjælpere er meget hjælpsomme og de ligger gerne bil til, og ofte gør det uden at så penge til benzin for det. Men den eller de som står for logistikken, kan meget hurtig komme op og køre flere 100 km på en weekend. Jeg har selv prøvet at køre mere end 200 km på en weekend i forbindelse med et spejderløb, og så er det ret at få dække udgifterne til benzin. Det er derfor vigtigt at der bliver sat penge af til at dække teamet og hjælpernes kørselsforbrug under spejderløbet.



8) Hvor stort skal spejderløbet være

Mange af de store spejderløb, her haft en meget beskednen start, som lokale spejderløb for en eller et par grupper. Efter hånden som årene er gået har de vokset sig store. Det er ikke umuligt at starte ud med at lave et kæmpe spejderløb, men det er en fordel at øve sig og stille og roligt bygge løbet op, før man kaster sig ud i spejderløbet med 500 til 800 deltager.

Spørgsmål som du skal tænke over

- a. Antallet af spejder som kan deltage
Hvor få spejder skal der være tilmeldt for at løbet bliver gennemført? og hvor mange spejder kan der maximale være tilmeldt.
- b. Lokalt eller nationalt?
Skal spejderløbet være for de lokale spejder, eller skal alle spejder i Danmark og evt. udlandet får lov til at deltage i spejderløbet?

Arbejdsbelastningen ved at lave et spejderløb, er ikke afhængig af antallet af spejder som deltager. Om du laver et spejderløb til 50 eller 100 spejder gør ikke den store forskel (med undtagelse af køkkenholdet), det er når du kommer over en hvis mængde, at arbejdsmængden stiger fordi spejderløbet lige pludselig kræver meget mere af måde som løbet og posterne er opbygget på.

Tænk over hvis du skal sende spejder afsted fra start med 2 minutter mellemrum, så vil der med 10 patruljer gå 20 minutter fra den første patrulje tager afsted og til den sidste patrulje er taget. Er der 30 patruljer er der nu 60 minutter mellem første og sidste patrulje.

Er der i stedet for 3 minutter i mellem patruljerne, så er der gået 3 timer fra første og sidste patrulje.

Tænk også over, at der skal bruges flere som postmandskab, jo flere spejder som deltager i spejderløbet.



9) Hvor meget tid, og hvor mange resurser har man som team til at forberede, og gennemfører spejderløbet.

Man skal ikke slå et større brød op, end man kan bage, og det sammen er gældende for et spejderløb. Det hjælper ikke, at du vil lave verdens største og bedste spejderløb, og så ikke have den nødvendige tid og energi til at kunne gennemføre den nødvendig planlægning, som et godt spejderløb kræver.

Der er en meget stor forskel på om, du skal lave et 1½ times løb til din juniorgren, og så et spejderløb med 30 sjak, 150 spejder og 30 hjælpere.

Når du er på jagt efter et team til at lave dit drømme spejderløb så prøv at finde nogle med de følgende egenskaber:

- Den kreative sjæl, som altid kan hive en ide op af hatten.
- Planlæggeren, som kan sætte ideerne i system.
- Sekretæren, som kan holde styr på aftale og tidsplaner.
- Holdlederen, som kan have det kolde overblik.
- Ildsjælene, som brænder for hvert deres spejderområde.

Meget kort har du brug for nogle som kan komme med de gode ideer, nogle til at lave ideerne over til mulige poster, nogle til at holde styr på hvilke opgaver som er løst og hvilken som mangler at blive løst. En som kan holde hovedet koldt og få alle til at bevæge sig i den rigtige retning og til sidst ildsjælene som tager ejerskab over disciplinerne og poster og gør dem til sine egne.

10) Reklame, hvordan vil du gøre spejderne opmærksom på at du har lavet et spejderløb og at de skal tilmelde sig.

Man kan lave verdens bedste spejderløb, men det kræver, at der er nogle spejder som ønsker at være en del af spejderløbet. Da de fleste spejder ikke er tænkelæser, så hvis spejderne skal kunne deltage i dit spejderløb, så er de nød til at vide, at dit spejderløb findes. Det er lige så vigtigt at lave en god reklame omkring sit spejderløb, som det er at lave selve spejderløbet. Man skulle ellers tro at udsigterne til at kunne få lov til at deltage i verdens bedste spejder ville være nok til at trække spejder til i flokke vis.

Tænk over hvordan I, i teamet vil gøre reklame for jeres spejderløb, I kunne f.eks. gøre:

Instagram:

Lav posts med teasere under planlægningen. F.eks. når I holder møder, er ude og rekognoscere, osv. Instagram takeover under afviklingen af Spejderløbet. Det kan fås ved at kontakte følgende korps:

- DDS,
- KFUM
- De grønne pigespejdere
- Hvis der deltager spejdere fra andre korps kan disse kontaktes.

Husk at lave aftalerne i god tid.

Facebook:

Hav en gruppe, hvor teasere løbende bliver lagt ud, Husk at I også skal lave reklame over for spejdernes ledere (og også deres forældre). Har spejderne eller deres leder spørgsmål til løbet, så prøv at svar dem så hurtigt som muligt, og gerne så andre også kan få glæde af svaret (så slipper du for at give det samme svar en masse gange)

Hjemmeside:

Det er altid en god ide med en hjemmeside, som kan bruges til at videregive oplysninger, tidsfrister, og hvor spejderne og hjælper kan tilmelde sig igennem. Husk at den løbende skal opdateres, så det ikke er en "død" hjemmeside som spejder og ledere kommer ind på.

Spejderkorpsets kalendere:

Spejderløbet bør lægges i de forskellige korps kalendere, så det er muligt for spejderne at finde og tilmelde sig spejderløbet. Kontakt de enkelte spejderkorps for dette.

11) Beredskab, hvad vil du gøre hvis der kommer en spejder til skade under løbet, har du dine egne samaritter eller?

En spejder er altid beredt, og det er et ordentlig spejderløb også. Der er ingen spejderløb (med respekt for sig selv) som regner med at de får brug for samaritter, da alt jo er planlagt ned til den sidste detalje. Desværre er virkeligheden ligeglad med detaljeret planer, og det er bedre at have et samaritter hold og ikke skulle bruge dem, end at skulle bruge dem og ikke have nogle samaritter.

Prøv at høre i din spejderomgangskreds om der er nogle, som tidligere har været samaritter på et spejderløb eller spejderlejr. Ofte vil der være nogle som gerne vil hjælpe med, og de ved selv hvilket udstyr som de har brug for, for at kunne være samaritter på dit spejderløb.

Har du et spejderløb i en skov, er det en rigtig god ide at få en køretilladelse som dine samaritter kan køre ind i skoven og behandle spejder som er kommet til skade.



12) Hvad med logistik, hvordan får du materialerne ud til posterne og hjem igen.

Jo større poster, jo flere materialer skal der ud til posterne og tilbage igen. Mindre ting kan postmandskabet selv have med på sin cykel eller i sin bil, men det er de færreste som har plads til 20 stk. 4 meter rafter i deres bil eller på deres cykel. Her har du brug for at have en logistik gruppe som kan hjælpe med at transportere materialer og udstyr til de forskellige poster. Det er også logistik som køre mad ud til postmandskabet på posterne og drikke vand til spejderne.

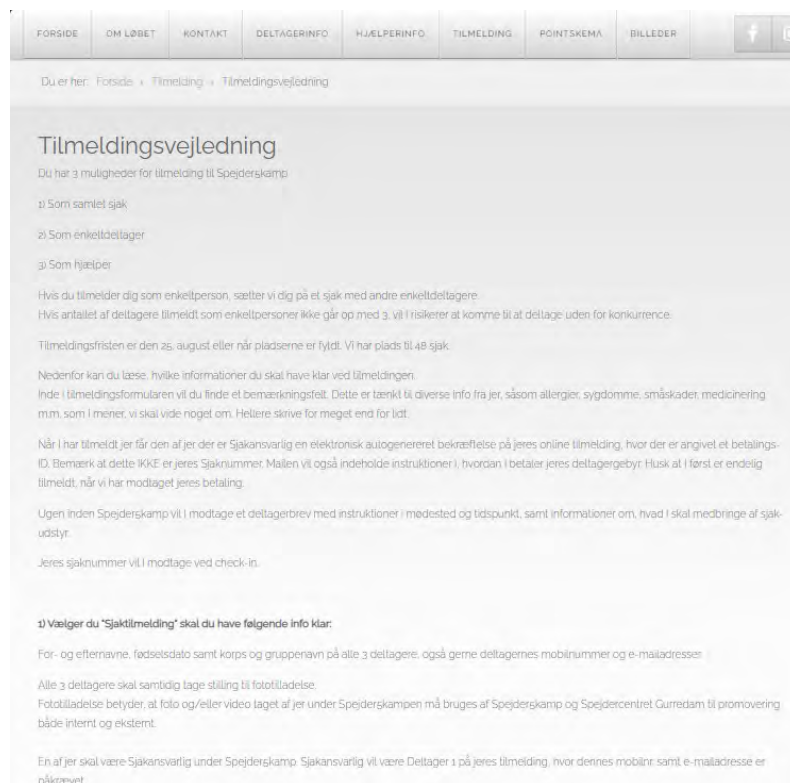
Prøv at finde en person som har (eller muligheden for at låne) en stor trailer, og som ved hvordan man pakker og køre med den. Når du sammen med teamet laver en tidsplan for afvikling af spejderløbet, så er det vigtigt at tage logistik med i diskussion, da det er dem som skal for materialerne og udstyr ud til posterne inden spejderne ankommer.

13) Hvordan, og til hvem skal spejderne tilmeldelse sig?

Det er vigtigt at tænke over hvordan spejderne skal kunne tilmelde sig dit spejderløb.

Er det spejderlederne i grenen som skal ringe, eller sende, en mail. Skal spejderne selv have muligheden for at tilmelde sig selv. Skal tilmeldingen ske via en hjemmeside eller?

Det vigtigste er at du laver en meget tydelig og nem måde som spejderne, (eller spejderlederne) kan tilmelde sig løbet. Du skal også gøre det nemt for hjælper at tilmelde sig dit spejderløb.



Oplysninger som deltager bør oplyse ved tilmelding:

- Deltagernes for- og efternavn.
- Deltagernes mobilnummer og e-mailadresser.
- Fototilladelse.
- For- og efternavn, telefonnummer og e-mailadresse på en kontaktperson der ikke er med på løbet (Denne skal bruges ved uheld, skader m.m. Vi anbefaler, det er en leder eller en forælder.)

Oplysninger som hjælper bør oplyse ved tilmelding:

- Hjælperens for- og efternavn.
- Hjælperens mobilnummer og e-mailadresser.
- Fototilladelse.

14) Hvad med fototilladelser?

Du skal tænke over, hvordan du sikrer at der er fototilladelser på alle spejderne, og hvordan spejderløbet håndterer spejder som har sagt nej til, at der må tages billeder af dem.

Nogle spejderløb giver spejderne en blomsterhalskæde, så man kan se at man ikke må tage et billedet af dem, og det også nemmer at fjerne billeder fra arkivet, så et billedet ikke bliver lagt ud på nettet ved et uheld.



Andre spejderløb giver spejderne et fotoforbudt skilt, som de kan bære i på deres uniform eller i deres tørklæde.

15) Postmandskab, skal teamet selv så for dem, eller skal man have hjælp fra ledere?

Nogle poster kan godt være "døde poster" altså poster hvor der ikke er et postmandskab, men de fleste poster og discipliner kræver at der er et postmandskab tilstede under afviklingen af spejderløbet.

Det bedste ville være hvis du og dit teamet kunne besætte alle positioner som postmandskab selv, men det ville kræve et meget stor team. Normalt beder man spejderne om at de skal stille med en leder (hjelper) hvis de skal have lov til at deltage – det langt de fleste leder stiller mere end gerne op til at give en hånd. Du skal tænke over om en på posten skal være fra teamet eller om postbeskrivelsen er god nok til at hjælperne selv kan styre posten.

En beskrivelse til hjælperne kunne være:

Beskrivelse til ansvarlig hjælper:

Din opgave som den ansvarlig hjælper:

- At sikre at posten ligger det rigtige sted i forhold til den placering som er vist på kortet.
- At sikre at alle de nødvendige materialer kommer med ud til stedet hvor posten skal være.
- At posten er klar til at modtage spejder inden de første spejder kommer frem.
- At de forskellige sjaks bliver registeret på posten, får deres opgave udleveret/præsenteret og at sjakkene får point efter pointbeskrivelsen som høre til posten.
- At pointskemaet bliver afleveret til teamet.
- At du instruerer dine hjælper i hvad der skal ske på posten, og får dem til at føle sig som en del af løbet.
- At kontakte HQ til tilfælde af problemer.
- At der bliver ryddet op der hvor posten er/har været.

16) Mærker og eller præmier?

Spejder elsker at få mærker til deres uniform, og gerne mærker for hver gang som de deltager i et spejderløb. Du skal derfor tænke over om du ikke også skal få lavet nogle mærker som spejderne syntes er "fede". Husk at mærkerne også er en reklame for dit spejderløb, som spejderne gør med hele året. Nogle spejderløb har en vandrepokal som spejderne får lov til at tage med hjem i det år som går mellem hvert spejderløb. På vandrepokalen er der gjort plads til at spejderne kan sætte deres eget sølvemblem på, så alle kan få af vide hvem det var som vandt det år.

Hvis du vælger at bruge en vandrepokalen, så husk at holde styr på hvem som vandt de forskellige år, så du kan når at få vandrepokalen hjem inden næste gang som løbet skal afholdes.

17) Pointgivning?

Du skal tænke over hvordan du vil give point og hvordan du vil sikre at spejderne bliver bedømt ens, især hvor postmandskabet er ledere som også har spejder som deltager i løbet.

Lav en tydelig beskrivelse til hver post/disciplin om hvordan posten/disciplinen skal bedømmes. Den kunne f.eks. se således ud.



Have nogle fra teamet som er overdommer, og som tæller point sammen.

18) Tidsplan på løbet.

Det er vigtigt at du laver en tidsplan for hele spejderløbet, hvornår spejderløbet skal starte, om der er frokostpause, hvornår der sker et skift til en ny disciplin eller hvornår poster lukker. Hvis der er overnatning med i spejderløbet, hvor skal spejderne så seneste være i "seng".

Slut tidspunktet for spejderløbet er vigtigt, så spejderne kan blive hentet. Husk at have nogle luft huller i din plan, så der rum for at ting kan blive forsinket.

Spejder grå i dag ikke særligt hurtigt. Du skal regne med at hastigheden for juniorspejder som går er nede omkring 1 til 2 km pr time, hvis de ikke er vant til at deltage i spejderløb. De spejder som ønsker at vinde, gå med en hastighed på op til 6 km i timen.

Til sidste:

Har du ikke prøvet at lave et spejderløb før, så tag kontakt til et af de eksisterende spejderløb og hør om du kan få lov til at være med og lære af dem.

Man lære kun noget ved at prøve sig frem, husk det bliver nemmer og bedre jo flere gange man har prøvet at lave et spejderløb, om det er lille eller stort.

Hvad består et stort spejderløb af.

Et spejderløb består af langt flere ting, end deltager se eller bemærker. Dette afsnit vil kigge på nogle af det ting som er bag kulissen på et spejderløb, og som ikke altid er synlig for dem som deltager.

Et spejderløb kan ikke fungere uden at disse ”typiske” funktioner er tilstede.

- Løbsledelse.
- Aktivitets arbejdsgrupper
- Postmandskab.
- Hjælper.
- Samariter.
- Dommer.
- Køkkenhold.
- Pr. og reklame.
- Fotografer.
- Logistik.

Vi vil her gå lidt nærmere ind i de forskellige funktioner:

Løbsledelse:

Løbsledelsen, eller løbsteamet, er en gruppe af typisk spejderledere som syntes at det kunne være sjovt at lave et spejderløb for nogle spejder – altså dig og dem som du er gået sammen med. Det er løbsledelsens opgave at samle alle trådene fra de forskellige arbejdsgrupper til et løb. Løbsledelsen er altså dem, som skal samle alle de forskellige elementer som spejderløbet består af og få dem til at blive til et velfungerende spejderløb. Det er normalt også dem som byder spejderne velkommen på spejderløbet. Løbsledelsen vil (på de store spejderløb) ikke selv opleve særligt meget af spejderløbet, da de hele tiden arbejder på at få tingene til at fungere under spejderløbet, så som at holde styr på at alt fungerer på posterne, og sikre at spejder, som er faret vild, bliver fundet.



Aktivitets arbejdsgrupper:

Løbsledelsen kan ikke lave alting selv, derfor har løbsledelsen en række arbejdsgrupper, som står for at lave de praktiske ting, ved de forskellige aktiviteter. Det kunne f.eks. være at lave postbeskrivelser, indkøbe materialer, pakke postmaterialer, opbygge posten, herunder teste om det er muligt for spejderne at udføre aktiviteten. Det er typiske forskellige arbejdsgrupper som er ansvarlige for de forskellige elementer på et spejderløb. Det er denne arbejdsgruppe som virkelig ligger en masse timer før spejderløbet, med at få gjort alle posterne/opgaverne m.fl. klar inden at spejderløbet begynder.

I de mindre spejderløb er løbsledelsen og aktivitets arbejdsgrupper ofte den samme gruppe.

Postmandskab:

Postmandskabet er de personer som bemande de forskellige poster. Det er ofte en blanding af personer som har været den del af arbejdsgruppen og så frivillige hjælpere. Alt efter spejderløbes størrelse, og alt efter hvor mange hjælpere og medlemmer af arbejdsgruppen, så kan du godt møde de samme personer på forskellige poster. Altså når den ene post er lukket, så går postmandskabet videre til en anden post som først åbner senere i løbet. Det er postmandskabet som bedømmer spejdernes evne til at løse posten, samt spejdernes evne til at samararbejde, herunder turn out på posten. Det er en fordel, at det ikke kun er ledere fra den samme gruppe som står på den samme post (hvis de selv har spejder med i løbet), da det kan give problemer med om deres egne spejder har fået den rigtige bedømming på posten.

Hjælper:

Hjælper er normalt spejderleder, eller klanspejder, som har meldt sig frivilligt til at hjælpe med på spejderløbet. De møder typisk op samtidigt med spejderne (ofte et par timer før) og får at vide hvad deres rolle er i løbet af spejderløbet, herunder hvad der kommer til at foregå i løbet af spejderløbet.

Hjælperne udgør en stor del af postmandskabet, men de kan også hjælpe til med maden, i logistikken osv. Det er virkelig fedt hvis man på sit spejderløb kan få nok hjælpere, men der skal også være nok arbejde til hjælperne. De har svært ved at se hvorfor de skal komme og hjælpe hvis de bruger halve og hele dage på at sidde og drikke kaffe uden at lave noget. Oplever du at der kommer mange flere hjælpere til dit spejderløb end du har opgaver til, så vær åben og fortæl hjælperne hvor mange arbejdsopgaver der er og om der er nogle som heller vil lave noget andet end at hjælpe på spejderløbet. Sagt med andre ord giv dine hjælpere muligheden for at lave noget andet, hvis de har lyst.

Samariter:

Samariter er en vigtig del af de fleste større spejderløb. Der er spejder som har en særlig viden inden for førstehjælp. Ofte er de spejder som har en sundhedsfaglig uddannelse, såsom sygeplejersker eller læge. De er i beredskab og bliver sendt ud af løbsledelsen, hvis der er spejder som er kommet til skade under spejderløbet. Hvis der ikke er en skadet spejder, bliver de også ofte sendt ud for at finde spejder som er faret vild. Samariterne kan løse næsten alle de problemer, som spejderne kan risikere at komme ud for. Er man heldig, så har samariterne ofte lidt slik med som de deler ud til trætte spejder (altid en god ide at give samaritterne lidt slik med, da slik også kan bruges på postmandskab som er gået "sukkerkold"). Det er samariterne som vurderer om en spejder er egnet til at forsætte på et spejderløb, hvis postmandskabet er bange for at spejderen er for syg eller dårlig til at forsætte.

Dommer:

Dommer er en gruppe af spejderleder (løbsledelsen, arbejdsgruppen og/eller hjælper) som bedømmer de opgaver som spejderne har afleveret i starten af løbet (tilmeldingsopgave) eller på et tidspunkt under løbet (gennemgående opgave). Dommerne er typisk personer som ikke selv har spejdet med på løbet, og kan være en blanding af de spejder som har været med til at lave løbet og så hjælper.

Dommer er valgt efter deres evne til at lave en retfærdig bedømmning af spejdernes opgaver. Det er også dommerne som tæller pointene fra de forskellige elementer sammen og finder de spejder som har vundet løbet.

Det er altid en god ide at finde dommer uden for den gruppe af spejderleder/hjælper som har spejdet med på løbet. Selvfølgelig er det bedst hvis Teamet selv er dommer, men der er masser af opgaver for teamet under spejderløbet som skal håndteres, og bedømmelse af spejdernes opgaver er en af dem som kan løses af andre.

Køkkenhold:

Køkkenhold, uden mad og drikke, er der ingen som kan klare sig igennem et spejderløb. De større spejderløb har et hold af spejder (klanspejder, og/eller spejderleder), som sørger for at der er mad og drikke til alle. Både dem som står på post, men også deltagerne. Køkkenholdet er ofte i gang lang ud på natten og er også i gang tidligt om morgen for at lave mad til alle. Om der er mad til deltagerne eller ej, har meget at gøre med hvilken tradition som det spejderløb som du er i gang med at planlægge skal have. På Spejder-5-kamp er det en tradition for, at deltagerne får morgenmad på senge(soveposen) om søndagen.

Pr. og reklame:

Pr. og reklame er en vigtig og på nogle måder også en meget usynlig arbejdsgruppe. Det kan godt være at man har verdens fedeste spejderløb, men der kommer ingen deltager hvis de ikke ved at det findes, og hvornår og hvordan man melder sig til.

Mange spejderløb har deres egen hjemmeside, hvor man kan finde de fleste informationer.

wasawa.dk	spejder5kamp.dk	alligator.dk	invictusloebet.dk	makamani.dk
nathejk.dk	ccmr.dk	rangerchallenge.dk	svaerdkamp.dk	solaris.dk
bispestaven.dk	web.fenris.info	dille.dk	apokalypse.dk	thewild.dk

Her er bare nogle af de hjemmesider som findes.

Hvis dit spejderløb skal have fat i spejderne (så du kan få nogle deltager), så er du nødt til at lave reklame for dit spejderløb, især når det er helt nyt. Det lyder måske nemt, du skal "bare" lave lidt reklame, og så skal spejderne nok komme... desværre er det ikke så let. Det er hårdt arbejde at skabe den nødvendige opmærksomhed omkring sit spejderløb.

Kender du måske Dinizuli spejderløbet? (<https://www.dinizuli.dk/>)

Det er Danmarks (og måske også verdens ældste) spejderløb, det startede i 1943, og har kørt hver år lige siden.

Hvis du ikke kender det så gør det ikke noget, men det fortæller lidt om hvor svært det er at få sit budskab ud om at man har et spejderløb, som alle spejder godt må deltage i.

Fotografer:

Fotografer, hvis spejderløbet skal kunne lave pr. og reklame for sig selv så skal der tages nogle billeder af hvad der er sket under spejderløbet. Deltagerne muligheden for at se sig selv, imens de løse nogle af de udfordringer som spejderløbet har budt på. Ved større spejderløb er der flere fotografer hvis eneste opgaver er at tage nogle fede billeder. Det er vigtigt at have styr på fototilladelserne eller kan du ikke bruge billederne til noget, også selv om det er verdens bedste spejderbilledet.

Lave en aftale med hjælperne om at de tager en masse billeder imens de er på disciplinerne og posterne, så har du en større fotodatabase at finde de gode billeder ud fra.

Logistik:

Logistik er en vigtig del af et spejderløb. Det er denne arbejdsgruppe som sørge for at materialer til posterne kommer ud til de rigtige steder. Det er også dem som sørge for at der kommer mad og drikkevarer ud til postmandskabet. Det er også logistik som køre spejdernes udstyr fra overnatningssteder og tilbage til afslutningsstedet (hvis spejderne altså ikke selv skal bære på deres udstyr). Logistik hjælper også til, til at finde spejder som er blevet væk, så det er sjældent at logistik får et roligt øjeblik imens spejderløbet er i gang.

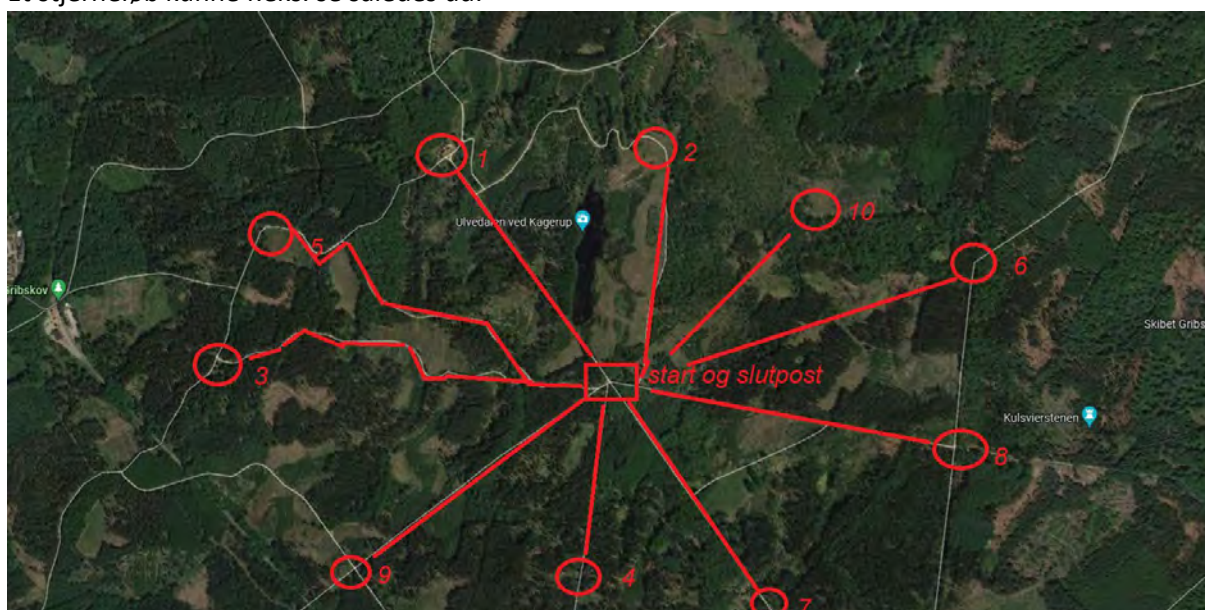


Måden som et løb kan være opbygge på.

Stjerneløb.

Et stjerneløb, er et løb hvor spejderne hele tiden vender tilbage til startstedet. Når spejderne har løst en post, vil spejderne så få at vide hvor den næste post befinder sig. Spejderne skal herefter gå hen til den, løse posten og vende tilbage til start. Posterne vil normalt ligge som en ring uden om startposten. Fordi spejderne skal gå fra startposten og ud til posterne og tilbage igen før de igen kan få at vide hvor den næste post ligger, vil den rute som spejderne går komme til at ligne en stjerne når de er færdige med løbet. Det er derfor at denne type af spejderløb, med et fast startpost som man hele tiden kommer tilbage til, for stjerneløb.

Et stjerneløb kunne f.eks. se således ud:

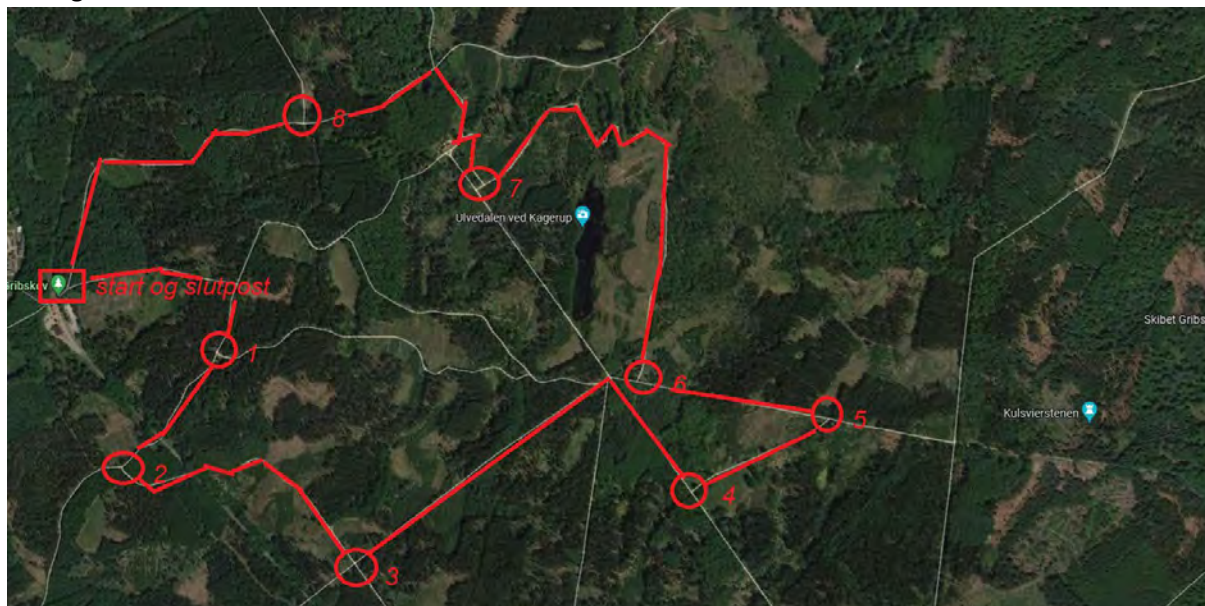


Stjerneløb benyttes ofte på spejderløb, hvor der er en stram tidsplan, altså hvor det er vigtigt at spejderne er tilbage på en særligt tidspunkt. Stjerneløbet har den fordel at løbsledelsen kan stoppe løbet ved at undlade at sende spejderne ud til en ny post, og sende dem enten videre i det store spejderløb eller tilbage til stedet hvor spejderløbet skal afsluttes.

Ringløb.

Et ringløb, er som navnet fortæller, et spejderløb hvor spejderne starter med at gå fra startposten til den første post, og fra den første post til den næste indtil de er kommet hele vejen rundt og er kommet tilbage til startposten. Et ringløb vil sende spejderne rundt i en ring, men et ringløb er ikke nødvendigvis cirkelrund. Formen på ringløbet kommer meget an på veje, stier og geografi på det lokale område hvor løbet bliver afholdt.

Et ringløb kunne f.eks. se således ud:

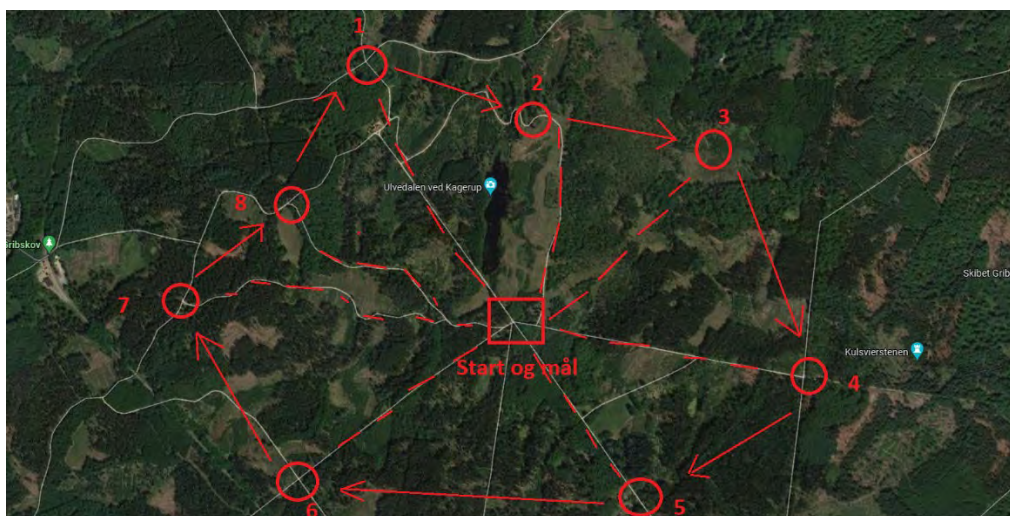


Ringløb benyttes i spejderløb hvor man ønsker at spejderne kommer tilbage til det sted hvor løbet startede, det benyttes ofte til yngre spejder, eller på spejderløb hvor der er en fast base, Sct. Georgs løb er et typisk løb som benytter ringløb.

Der findes også en variant af ringløbet, som minder lidt om en blanding mellem et stjerneløb og et ringløb. Posterne og start og slutligger som i et stjerneløb, men i stedet for at gå frem og tilbage mellem start og de enkelte poster, så bevæger spejderne sig rundt mellem posterne som om det var et ringløb. Spejderne har der første post på forskellige poster, og går herefter med, eller mod, uret rundt indtil de har gennemført alle posterne. Systemet har den fordel at den minimerer ventetiden på de enkelte poster (især på starten posten).

Stjerne-ringløbet.

Stjerne-ringløbet er en blanding mellem et stjerneløb og et ringløb. Løbet starter som et stjerneløb hvor spejderne (sjak/patruljerne) fordeles ud på alle posterne ved start. Lige så snart som spejderne er nået ud til den første post bliver løbet til et ringløb hvor spejderne går fra den ene post og hen til den næste i en "cirkel".



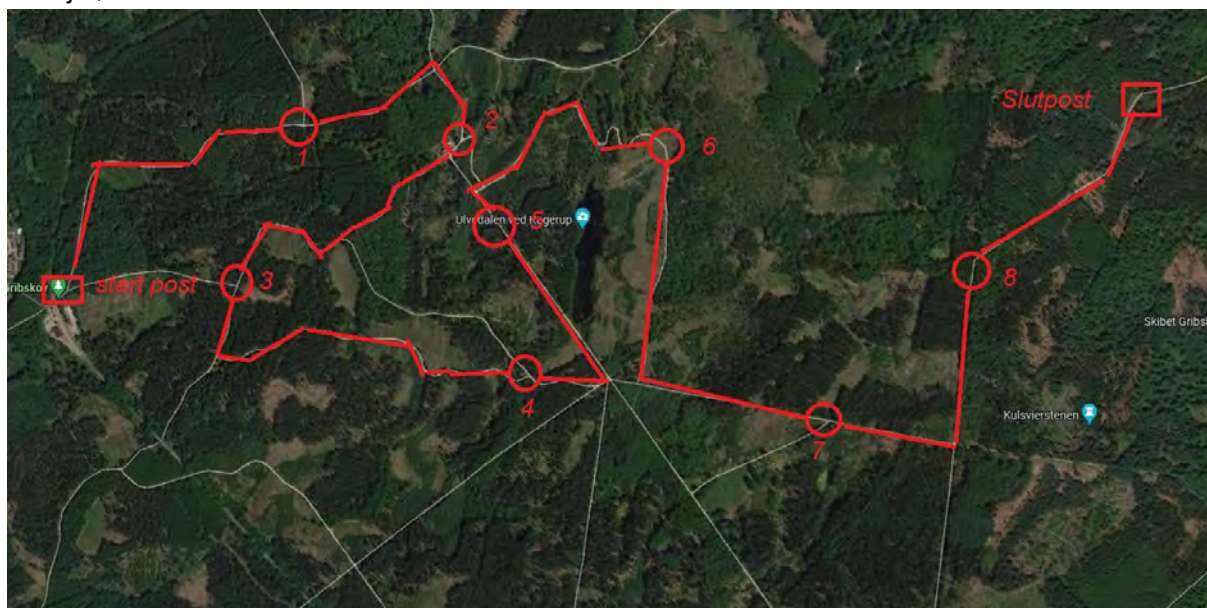
Når spejderne har nået alle posterne, eller hvis tiden løber ud, så bliver løbet igen til et stjerneløb, hvor alle spejderne går fra den sidste post som de har været på og tilbage til start/mål posten.

Denne måde at bygge et spejderløb op på, har den fordel, at det er muligt at sende alle sjak/patruljerne ud på posterne på en gang, i stedet for at sende dem afsted med 5 min. mellemrum. Den store ulempe er at alle poster skal være bemanded på samme tid, hvilket kræver at der skal være nok postmandskab og hjælper.

Linjeløb.

Et linjeløb, er et spejderløb hvor start og slutposten ligger to forskellige steder. Du skal altså forstille dig at posterne ligger som knuder på en snor. Linje behøver ikke at være lige, den må godt sno sig i gennem landskabet.

Et linjeløb kunne f.eks. se således ud:

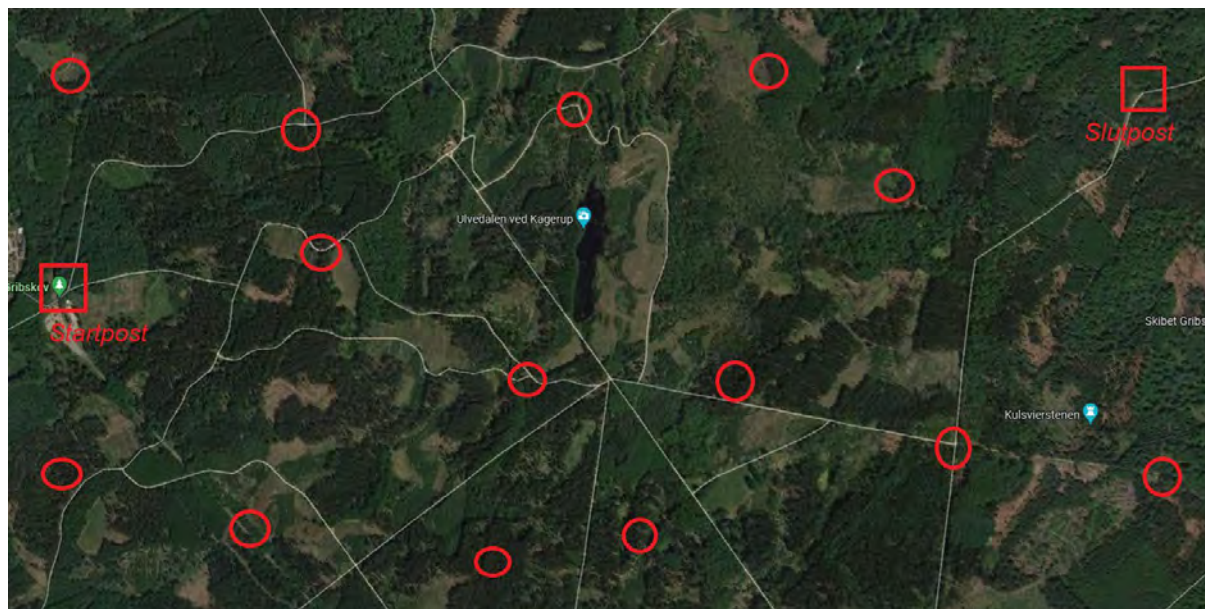


Linjeløb er nok en af de mest anvendte metoder til at planlægge og udføre et spejderløb på. Linjeløb bliver ofte brugt til dag eller nat opgaveløb, hvor man ønsker at flytte spejderne her til et nyt område, hvor en ny aktivitet bliver startet. Dinizuli og Spejder-5-kamp er typiske spejderløb som benytter linjeløb som et delelement.

Løb med valgfrie poster.

I denne type af løb bestemmer spejderne selv i hvilken rækkefølge, som de ønsker at tage posterne i, og om de ønsker at tage alle posterne. Løbet kan have start og slut poste samme sted (f.eks. ved et o-løb), men start og slutpost kan også ligge to forskellige steder (f.eks. ved Nathejk).

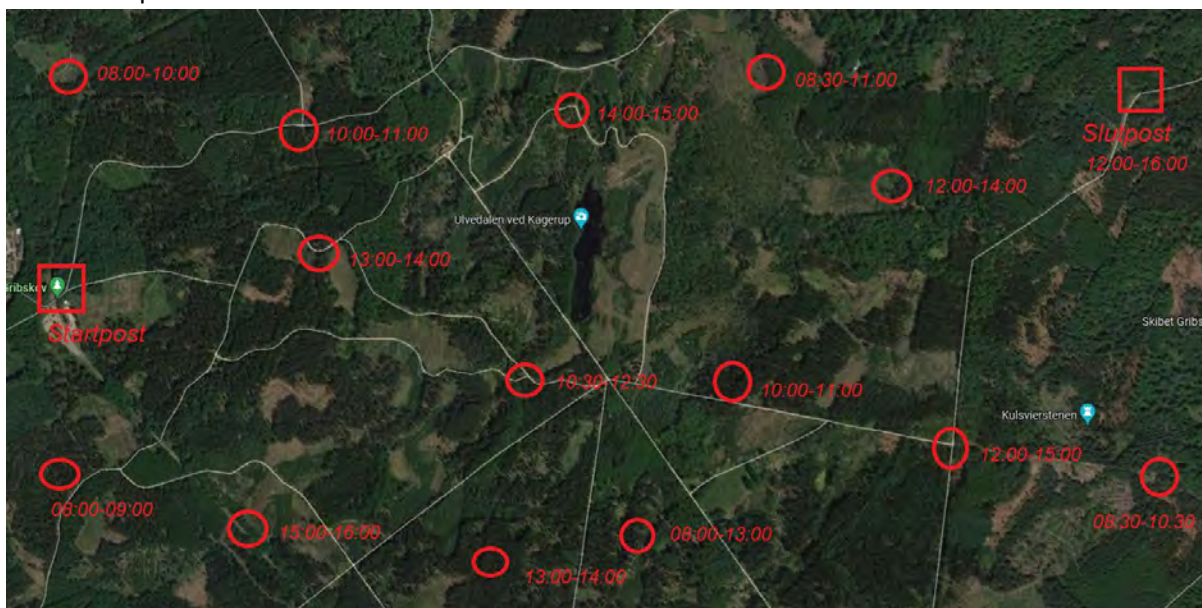
Et løb med valgfri poster kunne f.eks. se således ud.



Normalt får man flere point, jo længere væk posten er den korteste rute, og jo flere poster man når at gennemføre, jo flere point få man også. Der er altså ikke en fast rute som spejder skal gå/løb for at kunne gennemføre spejderløbet. Posterne kan være bemanded, ubemanded eller en blanding, hvor nogle poster er bemanded og andre ikke er det.

Poster med åbningstid:

Der findes spejderløb, som minder meget om et løb med de valgfrie poster, men hvor posterne åbner og lukker på fastlagte tidspunkter. Dette betyder at spejderne er nødt til at tænke over hvilke poster som det er muligt at kunne nå frem til, gennemføre og være klar til at nå hen til den næste post inden den lukker.



I nogle spejderløb er løbet planlagt så det ikke er muligt at nå alle posterne. Det betyder at spejderne som deltager i løbet er nødt til at tænke over hvilke og hvor mange poster som de kan nå at komme ud til og deltage i. Det er vigtigt at tænke over hvor mange point en post giver, og hvor lang tid man skal bruge på at komme der ud samt at løse posten. Det kan være at det er bedre at tage 3 poster som hver især giver færre point, som ligger tættere på og som tager korter tid, end en post som ligger længere væk og som giver flere point.

Større spejderløb:

Et større spejderløb kan sagens bestå af flere forskellige typer af løb, så typen af løb ændre sig i løbet af dagen, weekenden eller ugen.

Temaløb:

Et temaløb, har som navnet beskriver et tema som alle posterne i løbet forholder sig til. Normalt er der tale om, at spejderne skal bruge en særlig færdighed, og at spejderne "kun" skal bruge denne færdighed for at kunne gennemføre spejderløbet. Andre typer at temaløb er spejderløb, hvor det kun er en aktivitet som er i fokus.

Et tema er ikke det sammen som fantasirammen.

Et tema er koblet til en færdighed, f.eks. kort og kompas, hvor fantasirammen kan være en historieske periode, eventyr, Sifi m.f.

Fotoløb:

Fotoløb, bliver typisk brugt i forbindelse med kend-din-by løb. Der findes også spejdercenter som har deres egne fotoløb. Fotoløb bliver normalt lavet i forskellige sværhedsgrader, Sværhedsgraden bestemmes af hvor meget af, hvor meget af det sted som skal findes, som spejderen får lov til at se på billedet. Jo mere spejderen får lov til at se, jo nemmer er det at finde stedet. Fotoløb er normalt udformet som et stjerneløb.

O-løb:

O-løb, findes i flere forskellige typer, se håndbog: Orienterings, kort og kompas, for en gennemgang af de forskellige typer. Spejder bliver sendt ud på o-løb så det er muligt at teste deres færdigheder (evner) i brug af kort, herunder deres evnen til at finde rund i skoven og i brugen af kompas.

Natløb:

Natløb, er et spejderløb som foregår om natten, og ofte i vinterhalvåret, så det kan blive rigtigt mørkt. Det er ofte de samme typer at poster som bliver brugt på et natløb, som der er indgår i et normalt opgaveløb. Dog vil nogle poster få et naturlige større sværhedsgrad fordi de kommer til at foregå i mørke.

Kodeløb:

Kodeløb, er et spejderløb, hvor spejderne lære placeringen af den næste post ved at løse koden på den post som de er kommet frem til. Kan de ikke løse kode, så kan de ikke finde vejen hen til den næste post. De vil normalt kunne "købe" sig til den næste post imod at miste point.

Jagtløb:

Jagtløb, er typisk et spejderløb, hvor spejderne vil blive jaget af andre spejder (typisk klanspejder). Nathejk er et typisk jagtspejderløb. Der vil være områder f.eks. nær poster hvor spejderne er fredet, og må ikke jages, mens resten af området er frit for at jagerne på jage spejderne. Disse spejderløb er typisk til de større tropsspejder. Hele temaet for spejderløbet er, at de ikke må blive opdaget af "jægerne".

Sejles eller ræs-løb:

Sejles eller ræs-løb, Denne type af spejderløb er typisk en kombination mellem et spejderløb og en "sportsgren" Mølleåsejladsen og Oak city sæbekasseløbet er typiske eksempler på denne type af spejderløb. Altså et spejderløb hvor det gælder om at komme først, det kan være sæbekassebil, på rulleskøjter, båd, svømning eller bare normalt løb.

Skaf en... løb:

Skaf en...løb, er en type af spejderløb hvor spejderne skal ud og skaffe en ting, eller et billede af dem selv foran en ting, bygning eller sted. Spejderne får en listen over ting som de skal skaffe, det kunne være et frimærke til 12 kr. en 2 krone fra 1998, en hjemmestrikket blå sok. Du skal som løbsplanlægger være opmærksom på, at du ikke kommer irritere lokale virksomheder, som f.eks. ved at spejderne skal købe for 15 kr. blandet slik, som skal bestå af en rød pinocchio kugler, en blå tyggegummikugler, en gul vingummi, osv, osv. Den ansat syntes sikkert, at det er sjovt ved de første 4 patruljer, men kommer der 200 patruljer, så kan det godt være at det sjove forsvinder. Tag en snak med virksomheden før du laver den slags opgaver. Den anden type af skaf en...løb er at spejderne skal ud og tage et billedet af hele patruljen foran en lokal bygning, seværdighed eller kendingsmærke i den lokale by. Spejderne vil f.eks. få en liste over steder som de skal gå hen til, f.eks. den lokale mølle, skole, station eller broen over åen, spejderne skal taget et billedet med deres mobiltelefon for at bevise, at de har været der.

Gåde/undersøge løb:

Gåde/undersøge løb, er en type af spejderløb, hvor spejderne får en liste over ting som de skal undersøge forskellige steder i lokal området. Det kunne være hvilken farve har døren ind til fodboldklubben. Hvor mange bænke er der i den lokale park. Hvornår blev gården som ligger på xxx gade opført, hvor mange lygtepæle er der på yyy gade. Osv, osv. Spejderne er altså nød til at gå hen til de forskellige steder for, at undersøge hvilken farve, antallet eller hvad der står på en gravsten. Det en type af løb som kan laves i flere sværhedsgrader.

Fantasiramme:

Fantasirammen er ikke nødvendig for at kunne lave et fedt spejderløb, men den kan give spejderne den ekstra oplevelse, som kan gøre det muligt for spejderne at huske spejderløbet mange år efter.

Fantasirammen kan fungere på mange forskellige niveauer, alt fra at posterne har et fælles tema til at hele spejderløbet er en del af en større fortælling, og hvor alle dele af løbet er en del af fantasirammen.

Hvis du ønsker at lave en fantasiramme omkring dit spejderløb, så prøv at tænke over:

- Skal opgaverne på posterne hænge sammen med den valgte fantasiramme eller ej?
- Skal der være udklædning til postmandskabet?
- Skal hver post starte med en lille historie (som er en del af den valgte fantasiramme)?
- Skal spejderne være udklædt?
- Skal spejderløbet forløbe på et sted som passer med fantasirammen?

Eksempel på en historie som posten starter med:

Historie:

I tro, I stolte, I taper, I skal nu vise jeres mod.

Fjenden er nær og I skal gøre ham til grin ved at placere jeres banner der hvor det gør mest ondt. Fenris ulven er løs og den er sulten. Gå stille og tænk hurtig. Området er besat og fjenden lure, i skov og på hede er der hvor de er flest, så husk at den lige vej mellem to punkter ikke altid er den hurtigste og den bedste.

List ad sted som om I havde et usynligheds kappe på.

Tiden flyver I har max. 1½ time til at komme forbi fjenden og sætte jeres banner, og ydmyge fjenden.

Holger danske ville vende sig i vrede hvis I fejler.

Historier: En atombombe er blevet efterladt af røde og den er sat til at springe om 20 minutter, I kan slukke for bomben ved at flytte den over på pladen der (en cirkel/plade), uheldigvis kan I ikke komme her til bomben idet de røde styrker har mineret jorden rundt om bomben. I skal fjerne bomben uden at røre den mineret jord.

De feje kujoner, taber, hunde hoveder, møg dyr, de røde, de..... I skal være hurtige nu er der ingen tid at spille. En bombe så stor er ikke set siden 3 verdens krig. Ravenerok er nær. Døden høster var han har sået. Nu i jeres ellevte time skal I handle. Uden at I får krøllet smokingen nu skal I tælle til 7 og gå i gang.

Historie: At kende vejen, er vigtig uden at vide hvad der er Nord kan det kun gå galt. At finde vejen ud og hjem igen er vigtigt, husker I?..... den korteste vej mellem to punkter er ikke altid den hurtigste og bedste vej, at kende til graderne er vigtigt, da men ellers hurtigt kan komme galt af sted, at kalde en major for en fenrik ender ikke godt, det koster blod, sved og tåre, hvis man går uden at kende vejen, hvad stjerner viser ved kun kentaure og de siger det ikke til nogle især ikke til nogle som jer.
en gang vil sneuglen hyle i natten, en gang vil lynet slå ned, en gang er der tilbage, en gang til at I kan bevise jeres mod, en gang hvor fjenden lur, en gang vil døden komme, en gang vil I høre torden over himlen.
En gang vil I forstå.

Typiske fantasirammer emner:

- Forskellige tidsepoker; vikingtiden, middelalderen, stenalderen osv.
- Eventyr.
- Det gode imod det onde; stjernekrigen, nord- og sydstatene, 3 verdenskrigen osv.
- Miljø.
- Klima.
- Forskellige lande historie eller kultur; Kina, Rusland, USA, Grønland osv.
- Fra bøger; Harry Potter, Moby-Dick, Ringens herre osv.
- Gamle dage.
- Fremtiden.

Typer af små spejderløb.

Små spejderløb er ofte lavet af den, eller de, spejderledere som er ansvarlige for de spejdere som skal ud på et lille spejderløb. Denne type af spejderløb har en varighed som passer med længden af gruppens spejdermøder. Denne type af spejderløb vil normalt blive afholdt i lokalområdet til spejdergruppen, og vil typisk bestå af ubemandet poster. Små spejderløb vil ofte være et temaløb, da den tid som der er til rådighed gør det svært, at afvikle mere kompliceret spejderløb. De små spejderløb er gode til at afslutte et forløb, som f.eks. knob og knuder, hvorefter spejderne bliver sendt ud på et løb, hvor alle posterne har noget med besnøringer at gøre.

Små spejderløb vil typisk være:

- Klassisk o-løb.
- Et by fotoløb.
- Kodeløb.
- Klassisk opgaveløb.
- Skaf en... løb
- Gåde/undersøge løb.

Typen af større spejderløb.

Hikeløb



Hikeløb er et spejderløb hvor den vigtigste del af spejderløbet er selve hike, altså at spejderne kommer fra A til B. Det kunne være en:

- Cykelhike.
- Kærrehike.
- Kanohike.
- Sejlas hike
- Fjeldhike
- Skihike.
- Sæbekassebil hike.
- Toghike.
- Alm. hike.

Det kan selvfølgelig også være en blanding af de forskellige hike typer.



Et hikeløb kan indeholde faste poster som skal gennemføres før, at man kan få lov til at forsætte på den næste del af løbet. Hike løb kan foregå hele år rundt, og hele døgnet rundt. Dog er der nogle type af hike som kun kan foregå i dele af året, som f.eks. skihike, som kræver at der er sne. Ligesom at bevæge sig ud på vandet i vinterhalv året ikke altid er en god ide. Normalt indgår der en eller flere overnatninger i et hikeløb. Disse vil normalt blive foretaget i telt eller under åben himmel, så husk den gode sovepose og underlag.

Adventureløb

Adventureløb er en gruppe af spejderløb, hvor konkurrenceelementer er en vigtig del af spejderløbet. Der er 14 Adventureløb, som er gået sammen i en liga, så spejderne ikke bare konkurrerer om at vinde de enkelte spejderløb, men også om at være den bedste spejderpatrulje i ligaen.

Adventureløbene er vilde og mere udfordrende end de normal/traditionelle spejderløb. For at have en mulighed for at vinde et adventureløb, så kræver det hård træning og et stort kendskab til spejderfærdighederne. Adventureløb er derfor ikke for alle spejder. Det er kun de spejder som ønsker, at bruge deres spejderliv på at blive god til at klare de opgaver og poster som adventureløbene benytter sig af, som klare sig godt i disse løb.



Hvis dine spejder ikke har prøvet at være på spejderløb før, så er et Adventureløb ikke det bedste sted at starte. Der findes nogle få landsdækkende spejderløb, som er gode introspejderløb.

Hvis du ønsker at lave et Adventureløb, så er det en rigtig god ide at være hjælper på nogle af de forskellige Adventureløb, inden du starter på planlægningen af dit egen Adventureløb. Spørg om du kan få lov til at opleve "maskinrummet" før, under og efter løbet.

Traditionelle spejderløb

I de traditionelle spejderløb, er det store konkurrenceelementer og den vildskab som adventureløb har, blevet tæmmet, så spejderløbet også er for de spejder som ikke brænder for at tage på adventureløb og skulle svømme tværs over en fjord. Det skal ikke forstås at traditionelle spejderløb er kedelige, eller dårlige. De traditionelle spejderløb er bare opbygget på en måde, som giver plads til at alle spejderne, også den som ikke bare altid vil vinde over alle andre, kan være med. De traditionelle spejderløb tester spejderne på de forløb som der normalt indgår i spejderarbejdet. Man behøver derfor ikke at kunne "løbe et maraton", plukke en høne, eller klare 3 dage uden søvn. De traditionelle spejderløb er en måde, som lederne kan teste om deres spejder nu har forstået alt det som lederen har lært i løbet af spejderåret.

Turnout er en vigtig del af de traditionelle spejderløb. Spejder-5-kamp er et traditionelle spejderløb, og bliver af mange betragtet som et godt indgangsløb til adventureløb.

Klare ens spejder "nemt" spejder-5-kamp så er de klar til adventureløbene. Har det i stedet for været opad bakke under hele løbet, så skal de nok deltager i et par andre traditionelle spejderløb inden de skal sendes ud på et adventureløb.

Spejder-5-kamp er ikke det eneste "adgangs"spejderløb, men der kan altid bruges et til... Måske er det noget for dig at lave det næste "adgangs"spejderløb?



Typiske elementer i et spejderløb

I dette afsnit vil vi kigge lidt på de "typiske" elementer som kan indgå i et spejderløb. Husk at dette er ikke en facitliste. Dit spejderløb kan indeholde de elementer som du synes er sjove 😊.

Forhindringsbane:

En forhindringsbane er en typisk aktivitet, som ofte indgår som en fast del af de fleste spejderløb. Forhindringsbaner findes i flere afskygninger. Ofte benyttes den traditionelle forhindringsbane, hvor spejderne "bare" hen over, eller igennem, forhindringerne. Den anden typiske forhindringsbane er en snor eller tov som er spændt op imellem nogle træer, og spejderne skal føre en ring eller tilsvarende fra den ene ende til den anden ende.

Der er nogle spejderløb som sætter et stolthed i at have de vildeste, eller vådeste forhindringsbaner, så det kan være en god ide at spejderne får af vide at de skal have noget tøj på, som kan tåle at blive beskidt, og et sæt skiftetøj til at tage på når spejderne har været igennem forhindringsbanen.

Hvad skal spejder være god til:

- Samarbejde
- Kondition, spejderne skal kunne hæve sig op i armene, og have styrke til at hive sig selv op over forhindringer.

Gode råd til et infobrev til spejderne:

- Husk skiftetøj, og tøj som kan tåle at blive beskidt.



O-løb:

O-løb, eller orienteringsløb findes i et hav af forskellige udgaver. Du kan læse mere om dette i håndbogen om Orientering, kort og kompas. Men vi vil lige liste de mest almindelige typer op.

- Det normale o-løb (idræt o-løb).
- Det omvendte o-løb.
- Linje o-løb.
- Kompas o-løb.
- Højdekurve o-løb.
- Stjerneløb.
- Pointorientering.
- Nat o-løb.

Det har alle sammen det tilfælles, at man tester spejdernes evne til at kunne finde vej ude i en skov (typisk), i landskabet eller i en by (by-løb). Orienteringsløb er stort set altid på tid, spejderne får point alt efter hvor mange forskellige poster som de har nået, og der vil være strafpoint hvis spejderne kommer for sent tilbage til målområdet.

De typiske typer af orienteringsløb er, det normale o-løb og nat o-løb.

I Dinizuli og Spejder-5-kamp indgår normalt både det normale o-løb og et nat o-løb.

Hvad skal spejder være god til:

- Kende til og kunne forstå Signature.
- Kende til og kunne løbe efter kort.
- Kende til, og kunne løbe efter højdekurver.
- Kende til og kunne løbe efter et kompas.
- Kende til og forstå målestok.
- Kende forskellen mellem forskellige type af o-løb.
- Kondition, spejderne skal kunne løbe minimum 10 km.

Gode råd til et infobrev til spejderne:

- Husk løbesko og løbetøj.
- Husk pandelampe (til nat o-løb).
- Husk Kompas.
- Husk ur.



Natløb:

Der findes mange forskellige typer af natløb. Alle de elementer som et dagsspejderløb består af, kan også foregå om natten og bliver på den måde til et natløb, men vi vil i dette afsnit prøve at gennemgå de "klassiske" natløb.

Det klassiske natløb er et opgaveløb som foregår om natten, og helst i vinterhalvåret, så er der så mørkt som muligt. De poster som spejderne kan komme ud for, er de samme som spejderne vil komme ud for på et dagsopgaveløb. Der kommer en ekstra sværhedsgrad ind, ved at det er mørkt, og at efterhånden som tiden går så bliver spejderne mere og mere trætt.

Prøv at kigge i listen over de typiske poster i et spejderløb, alle disse poster vil du kunne anvende når du planlægger dit natløb.

Den anden klassiske natløb er et orienteringsløb. Spejderne skal ud i den mørke skov, og finde posterne. Der er meget stor forskel på at finde vej i en skov om dagen, og om natten, så der er altså en stor forskel i sværhedsgraden på et normalt o-løb og et nat o-løb.

Hvad skal spejder være god til:

- Kondition, spejderne skal kunne løbe minimum 10 km og gå minimum 15 km.
- Kende morsealfabetet, samt kunne sende og modtage en morsebesked.
- Kunne lave besnøringer.
- Kunne tænde et bål under brug af tændstikker.
- Kunne lave mad over bål.
- Kunne finde vej i skoven om natten.
- Kunne bruge et kompas.
- Kunne give førstehjælp.

Gode råd til et infobrev til spejderne:

- Have en lygte med som kan bruges til at sende morsebeskeder på.
- Lommeorden.
- Tørt brænde (i meget fine stave).
- Husk noget sødt, så de ikke går sukkerkolde under løbet.



Dagsløb:

Dagsløb, bliver også kaldt et dagsopgaveløb, eller bare et opgaveløb. Det er et spejderløb, som indeholder en række bemandet, eller ubemandet poster, med opgaver, som spejderne skal løses. Dagsløbet bliver brugt i næste alle spejderløb, men der er en stor forskel på hvilken poster som indgår i de forskellige spejderløb. Se på listen over de typiske poster på et spejderløb, de vil alle sammen kunne indgå i et dagsløb. Et dagsløb er på et mellem 5 og 20 poster, alt efter alder af deltager i løbet og hvor lang tid som løbet foregår over.

Har du kun planlagt en disciplin i dit spejderløb så kan dagsløbet godt indeholde flere poster end hvis dagsløbet kan er en lille del af det samlet spejderløb. Tænk over hvor meget tid som dagsløbet må tag.

Hvad skal spejder være god til:

- Kondition, Spejderne skal kunne løbe minimum 10 km og gå minimum 15 km.
- Kende morsealfabetet, samt kunne sende og modtage en morsebesked.
- Kunne lave besnøringer.
- Kunne tænde et bål under brug af tændstikker.
- Kunne lave mad over bål.
- Kunne finde vej i skoven.
- Kunne bruge et kompas.
- Kunne give førstehjælp.

Gode råd til et infobrev til spejderne:

- Lommeorden.
- Tørt brænde (i meget fine stave)
- Husk noget sødt, så de ikke går sukkerkolde under løbet.

Skrøbelige ting:

På nogle spejderløb, får patruljerne, eller sjakkene, en skrøbelig ting, som de skal bære med rund på spejderløbet. Det kunne f.eks. være en 1 meter liste med ketchup og remoulade, en kurv af spaghetti, en flamingo kop med blåt vand, en helium ballon osv., osv. Det er i bund og grund en ting som er meget skrøbelig, og svær at transportere. Den bruges til at se om spejderne kan holde fokus og passe på den i gennem hele spejderløbet. Der gives point alt efter, hvor få skader som der er kommet på den skrøbelige ting. Pointene fra den skrøbelige ting kan være afgørende for at en patrulje vinder det samlede løbet eller ej.

Der findes spejderløb også sender en ting rund med spejderne på løbet, men her er det ikke en skrøbelige ting, men en tung og klodset byrde som patrulje skal slæbe rundt på. Det kunne være en 30 cm*30 cm flise, en 5 meter lang rafte, eller bare en vanddunk med 20 liter vand. Spejderne bliver kontrolleret på alle posterne om de stadigvæk har den tåbelige ting med. Spejderne får minus point hvis de ikke har den med hele vejen rundt på løbet.

Hvad skal spejder være god til:

- Tålmodighed.
- Forsigtighed.

Tilmeldingsopgaver:

Tilmeldingsopgaver indgår i nogle spejderløb. I forbindelse med at patruljen, eller sjakket, tilmelder sig løbet, få de en beskrivelse af en ting som de skal lave, og aflever ved starten af spejderløbet. I beskrivelsen er der beskrevet en række krav, som tilmeldingsopgaver skal overholde. En tilmeldingsopgaven bliver normalt bedømt på:

- Hvor godt den overholder de fysiske mål (længde*højde* brede)
- Hvor god funktionalitet den har (hvis spejderne skal lave en lampe undersøg hvor god den er til at lyse op)
- Håndværket, altså hvilke detaljer er i der, er det solidt, har spejderne gjort sig umage da de lavet den.
- Valg af materialer, er alt blevet købt, eller har spejderne lavet det hele selv
- Overordnet indtryk af tilmeldingsopgaven.

Normalt har spejder god tid til at lave tilmeldingsopgaven, og normalt står tilmeldingsopgaven for ca. 1/5 af alle pointene i spejderløbet. Spejderne skal have minimum 3 uger (spejdermøder) til at kunne lave deres tilmeldingsopgave.

Hvad skal spejder være god til:

- De skal være kreativ.
- De skal have øje for detaljer.
- De skal kunne finde ud af at bruge værktøj.
- De skal kunne gøre en opgave færdig, uden at sjuske.

Gode råd til et infobrev til spejderne:

- Giv spejderne en god beskrivelse af hvad der forventes af deres tilmeldingsopgave. (mål, og hvad den skal kunne)
- Fortæl spejderne hvor stor andel af spejderløbet som tilmeldingens opgaven tæller for.

Hike:

Hike indgår i nogle typer af spejderløb. I nogle spejderløb er Hiken den primære aktivitet. Hiken kan i et spejderløb bruges til at "transportere" spejderne mellem to områder som spejderløbet benytter sig af. En hike kunne altså være en aktivitet, som spejderne skal gennemføre, og som flytter dem fra en skov til en anden skov. I nogle spejderløb er der faste overnatningssteder, og tidspunkter, og i andre spejderløb er det op til spejderne selv, at finde et sted at sove og selv finde ud af hvornår de ønsker at få noget søvn.



Hvad skal spejder være god til:

- Kondition, spejderne skal kunne løbe minimum 10 km og gå minimum 15 km.
- De skal ikke være bange for mørket.
- De skal kunne gå med rygsæk.
- De skal kunne finde ud af at pakke en rygsæk.
- De skal have styr på sit eget udstyr.
- De skal kunne holde humøret oppe, også efter 20 km.

Gode råd til et infobrev til spejderne:

- Vær meget tydelig på at spejderløbet er en hike, og at spejderne skal gå mange km for at komme i mål.
- Husk af oplyse om de får brug for en pandelygte.
- At de skal have ordentlige sko/støvler at gå i (de må ikke være helt nye, de skal være gået til).
- En ordentlig rygsæk.
- Toiletpapir er en god ting at have med.

Overnatning:

Overnatning er en naturlig del af de større spejderløb. Nogle spejderløb har så mange aktiviteter, at de kan ikke nå at blive gennemført på en dag. Dette betyder, at der vil være en overnatning i forbindelse med spejderløbet. Overnatningen kan foregå på mange måde, i nogle spejderløb så sover man i en gymnastiksal, i andre i telt, og i nogle ude i det fri under åben himmel. Du skal tænke over hvilken type af overnatning som foregår på det spejderløb som du ønsker at lave. Tænk også på hvornår spejderløbet foregår, er det midt om vinteren så er en sovesal (gymnastiksal) mere egnet til overnatning end under åben himmel.

Husk at tænke over, at du skal søge tilladelse hos kommunen og evt. også brandvæsnet i den kommune som spejderløbet skal foregå i. Husk at du skal være ude i god tid da din ansøgning skal igennem hele sagsbehandlingsmøllen.

Turnout:

Turnout, eller god spejderopførelse, indgår i mange af de traditionelle spejderløb og udgøre i nogle spejderløb halvdelen af de point som patruljerne kan få på dags- og natløbet. Man kan næsten vinde et spejderløb på en god turnout.

Hvad er så Turnout, eller god spejderopførelse:

Turnout er den måde som spejderne opfører sig på når de er i nærheden af en post. God turnout er:

- At komme gående ind til posten på linje, med Patruljelederen forrest og Patruljeassistenten bagerst.
- At spejderne (PL) melder til og fra på posten.
- At alle i patruljen er i fuld uniform, og det sidder "pænt".
- At spejderne ikke skændes eller sleges på posten.
- At spejderne hjælper hinanden i patruljen på posten.
- At spejderne taler pænt til hinanden og til postmandskabet.
- At alle medlemmer i patruljen er aktive i at løse opgaven på posten.
- At patruljen har respekt for sin stander og ikke smider den på jorden.
- At spejderne forlader posten som en samlet patrulje, på linje.

Have en pointark klar til postmandskabet, hvor du beskriver hvad turnout, eller god spejderopførelse, er på dit spejderløb. Så er der en mulighed for at alle spejderne bliver bedømt ens på alle posterne.

Gennemgående opgave:

En gennemgående opgave, er en opgave som patruljen får undervejs i spejderløbet. F.eks. i starten af natløbet eller starten af dagsopgaveløbet. Sværhedsgraden af den gennemgående opgave, kommer meget an på hvilken gren som spejderne er i, og den sværhedsgrad som spejderløbet har. Nogle gennemgående opgaver skal "bare" afleveres når natløbet eller dagsopgaveløbet er slut. Andre gennemgående opgaver skal bruges på en post senere i løbet, og spejderne er derfor nød til at bruge tid på at løse opgave i startet af løbet.

Ofte bliver den gennemgående opgave brugt til at spejderne har noget at lave, hvis der opstår vente tid på posterne i løbet. Så i stedet for, at spejderne bare skal kigge ud i luften imens de venter på at det bliver deres tur, så har de en opgave som de kan arbejde på indtil at der bliver plads på posten.

En gennemgående opgave skal ligesom tilmeldingsopgaven overholde nogle særlige krav til størrelse og udformning, jo bedre spejderne er til at ramme disse krav jo flere point får spejderne. Udsende og funktionalitet er også forhold, som bliver bedømt. At være kreativt kan give de ekstra point som kan give patruljen sejren. Tænk over, om spejderne selv skal tage materialer og udstyr med på løbet så de kan give kreativiteten en ekstra skalle.

Hvad skal spejder være god til:

- Lave ting med hænderne.
- Være nøjagtige.
- Være kreativ.
- Se det færdige produkt inden man går i gang.

Gode råd til et infobrev til spejderne:

- At de skal tage farver, lim, stofstykker, søm, skruer m.m. med.
- At de skal brug ventetiden på de forskellige poster, til at lave den gennemgående opgave.
- At de skal tage opgave alvorligt, lave produktet ordentlig.

Liste over gennemgående opgaver som andre løb har brugt:

- Et skib en i en flaske.
- Et par snesko.
- En SOMA terning.
- 1000 spørgsmål (om alt mulig).
- Fremstil en tømmerknode.
- Lav en boomerang.
- Lav en Stempel kande.
- Lav et puslespil.
- Minigolfbane med mindst 2 huller.

Hvordan er posterne opbygget

De fleste spejderløb benytter sig af en A- opgave og en B-opgave.

A-opgaver er normalt den primære (store) opgave som posten tager navn efter, men for at undgå, at der skal være spildtid på posten, så er der ofte også en mindre opgave (en B-opgave) som normalt er en lille skriftlige, eller praktisk, opgave som spejderne kan lave imens de venter på at kunne komme til A-opgaven. De patruljer som startet med A-opgaven med det samme, laver B-opgaver når de er færdig med A-opgaven.

A-opgaverne har typisk en varighed på 45-60 minutter, mens B-opgaver typisk har en varighed på 15-20 minutter.

Post nr. 2: Signalering med signalflag

Beskrivelse:

Sende og modtage en besked ved hjælp af signalflag. Spejderne skal selv oversætte meddelelsen til morse eller sigmafor signaler.

En spejder skal sende og to kan/skal modtage.

Materialer:

- 3-5 sæt signalflag.
- Hjælpedokumenter (koster en point straf)
- A4 papir – til bi-opgaven.
- Trykte foldevejledninger.

Varighed:

De får 20 minutter til at løse opgaven

Point:

Der skal gives point for to opgave. A-opgave som er en signaleringspost, og B-opgave, som er en skriftlig opgave som spejderne skal løse.

A-opgaven: Maximal 30 point

B-opgaven: Maximal 15 point

A-opgave:

Sjakket får point for hvor mange rigtige bogstaver/ord som komme rigtig frem. Hvis spejderne køber hjælpearket (som koster 15 point) så kan de ikke få Minus point. spejderne kan ikke komme under 0 point for posten.

Turn-outs:

Der kan gives maximal 15 point, 5 point for at melde til ordentligt, 5 point for at melde fra ordentligt, og 5 point for samarbejde på posten, bestikkelse og fedteri kan maksimalt give 1 point, dog ikke kan sjakket ikke komme over 15 point ligegyldigt hvor meget de fedter.

Bemanding

1 pioner og 4 hjælpere

B-opgave spejder - 5 – kamp 2023 – find de skjulte ord

Hej Juniorsjak

Her har I en lille opgave som I skal løse. I har maksimalt 10 minutter til løse opgaven

Det er ikke tilladt at bruge hjælpemidler (I må ikke ringe til en ven, søge på nettet m.m.).

I skal tegne en ring rund om de skjulte ord. Ordene kan stå vandret lodret, på skrå fra højre mod venstre, venstre mod højre, nede fra og op, og oppe fra og ned.

Sjak nummer: _____

A	F	B	U	D	H	E	K	H	V	E	S	P	E	H	L	E	D	O	L	K
F	D	C	S	P	E	L	Ø	Y	T	S	O	B	H	L	M	G	K	L	O	E
F	X	V	A	K	V	F	M	T	S	O	I	D	S	B	O	A	F	N	L	
E	B	O	E	R	A	B	K	T	V	P	H	M	I	X	U	Y	N	I	R	
E	U	G	K	N	A	S	P	E	J	E	D	D	E	V	W	R	W	K	G	
N	Q	E	N	E	T	G	U	L	B	V	J	I	I	L	I	U	T	N	N	
D	S	W	J	R	P	U	F	Q	V	O	D	B	I	H	K	S	F	X	I	
E	L	T	H	B	E	I	R	Y	G	S	Æ	K	U	E	T	T	I	N	T	
F	E	D	T	F	Æ	L	D	E	F	T	Ø	L	M	P	W	G	Q	O	G	
T	K	F	K	P	Æ	O	G	F	S	P	E	Q	E	K	O	O	H	Q	N	
T	Ø	R	K	L	Æ	D	E	M	G	P	F	S	S	I	S	A	L	J	K	
Ø	F	V	I	T	C	T	G	O	Æ	G	E	A	V	I	M	E	R	G	E	
K	Y	S	M	Æ	R	K	E	R	T	X	H	J	V	B	L	O	Æ	K	E	
N	B	N	L	B	E	S	N	Ø	R	I	N	G	D	Ø	F	H	W	H	N	
Æ	S	U	Ø	G	D	Y	B	M	G	X	F	I	S	N	V	E	R	V	P	
I	A	E	V	J	J	F	Q	F	S	T	B	D	J	T	O	J	U	R	I	
D	P	G	K	M	E	B	A	Ø	G	R	E	J	J	E	R	K	L	A	N	
M	M	P	I	H	P	A	T	R	U	L	J	E	L	E	D	E	R	T	E	
J	O	K	W	A	S	E	S	P	Å	R	S	S	T	J	E	R	N	E	B	
X	K	H	A	O	B	H	K	W	A	G	G	S	H	I	Å	W	Z	A	Q	

De skjulte ord:

- Spejder
- Adventurespejd
- Afbud
- Besnøring
- Bivuak
- Division
- Dolk
- Fedtælde
- Grej
- Hejk
- Hytte
- Klan
- Kompas
- Liggeunderlag
- Mærker
- Patruljeleder
- PUF
- Rygsæk
- Sisal
- Sovepose
- Tørklæde
- WAGGGS
- WOSM
- Årstjerne

Typiske poster i et spejderløb

Besnøringspost:

Du kommer sjældent uden om at skulle have en besnøringspost på et spejderløb. Det er her hvor spejderne skal bevise, at de kan bygge med rafter og snor. Ikke nok med at spejderne skal bygge noget på tid, de skal også bygge det solidt, og med ordentlige besnøringer. Sværhedsgraden af det som spejderne skal lave i rafter og snor kommer meget an på, om deres alder, og om det er et traditionelt spejderløb, eller om det er et adventureløb.

Hvad skal spejder være god til:

- De skal kunne starte og afslutte en besnøring. (tømmerstik og dobbelt halvstik)
- De skal kunne forlænge et besnøringsreb.
- De skal kunne lave en almindelig krydsbesnøring
- De skal kunne lave en vinkelbesnøring.
- De skal kunne oplægge et besnøringstøv.
- De skal kunne lave en ottetalsbesnøring.

Posten indeholder typisk:

- Byg en A-buk.
- Byg et 10 min tårn.
- Byg en bro.
- Hele patruljen skal være min. 1½ over jorden.
- Lav en rebstige.

Båltænding:

At kunne tænde et bål, er en ting som alle spejder skal kunne, og selvfølgelig er det også noget som spejderne skal kunne, når de er på spejderløb. Alt efter sværhedsgraden på spejderløbet, så begrænses de muligheder som spejder får lov til at bruge når de skal tænde bålet. Fra de yngste spejder som får lov til at bruge tændstikker til de ældste spejder som er tvunget til selv at lave deres eget ildbor og tænde bålet med denne. Ofte er båltændingen forbundet med at det er noget som spejderne skal klare på tid, og spejderne skal løse en opgave udover bare at få ild i bålet. spejderne skal f.eks. brænde en snor over, varme vand i en papirspose, eller spejle et æg på en spade. Du skal tænke over hvad det er for en opgave som spejderne skal løse med bålet

Båltænding kan slået sammen med en madlavningspost.

Hvad skal spejder være god til:

- Vide hvordan et bål skal opbygges.
- Tænde et bål ved hjælp af tændstikker, ildstål, ildbor, ståluld og batteri.
- Snitte spåner til bålet.
- Kende bålensgenskaber på forskellige typer af træer.
- Vide hvordan man tænder et bål i regnvejr og snevejr.

Posten indeholder typisk:

- Brand en snor/pind over.
- Varm vand i en papirspose.
- Lav et spejlæg på en spade.

De barske poster:

Er en række forskellige poster, som har det tilfælles, at de presser spejderne uden af deres normale tryghedsområde, så spejderne er nød til at flytte de grænser som de har, hvis de kan kunne gennemføre posten.

Tøjkæde er en af disse poster, men andre poster kan være klatre højt op i et træ (med sikring), længst ud på en gren (med sikring). Følekimsleg i en spand med indvolde og andre ulækre ting.

Der er ikke en fast liste over disse poster ud over at de er lavet til at rykke spejdernes grænser.

Hvad skal spejder være god til:

- Mod
- Viljestyrke.
- At sige fra.

Posten indeholder typisk:

- Tøjkæde.
- Tøjtårn.
- Klatre højt op eller længst ud.
- Ulækker ting.
- Uhyggelige ting eller steder. (som f.eks. en post på en kirkegård med zombier)

Du skal virkelig tænke over hvor du vælger at placere denne post, en tøjkæde kan være ok midt ude i en skov, men er ikke ok midt på en gågade. I gamle dage var kamera ikke noget man tog med ud på spejderløb, da det kostet en mindre formue at få fremkaldt billederne. I dag slæber alle spejder rundt på en mobiltelefon, og de kan ligge billeder og video ud på nette med det samme. Man skal ikke som spejde risikere at blive hængt ud på nette, imens de står i ingen ting, fordi de vil lave den længste tøjkæde.

Forhindringsbane:

Hvad vil et spejderløb være uden en forhindringsbane? Hvis spejderløbet ikke har forhindringsbanen som en selvstændig del af spejderløbet, så er der en god chance for, at en af posterne på nat- eller dagsopgaveløbet er en forhindringsbane. Forhindringsbaner findes i mange forskellige udgaver. De går fra færdig opbygget forhindringer, over forhindringer lavet af materialerne i naturen til en snor som man skal følge rundt i landskabet. Forhindringsbanen er en post, som ikke kræver nogle særlige spejderfærdigheder. Spejderne skal "bare" kunne kravle over, under og igennem forskellige ting. Der er nogle spejderløb som sætter en stor ære i deres forhindringsbane, og har valgt at deres forhindringsbane skal opbygge efter et særligt tema. Forhindringsbanen på spejder-5-kamp er en våd forhindringsbane, hvilket betyder, at spejderne bliver smurt ind i vand og mudder når de har gennemført forhindringsbanen. En forhindringsbane er altid på tid, så det gælder om at komme hurtigt i gennem den.

Hvad skal spejder være god til:

- Mod til at komme i gennem forhindringerne.
- Samarbejde.
- Kondition.

Gode råd til et infobrev til spejderne:

- At de skal have tøj på som ikke kan hænge fast i forhindringerne, (smid uniform, tørklæde, jakke med mere – løbetøj med lange arme og ben er gode at have på).
- Tøj som kan tåle at blive beskidt.
- At de evt. skal have skiftetøj med.

Posten indeholder typisk:

- Kande/kop med vand gennem forhindringerne ved at følge snoren
- Traditionelle forhindringsbane, men hvor nogle af dem er smurt ind i sæbe for at gøre dem glatte.
- Terrænløb hvor naturen skaber en naturlig forhindringsbane.
- Følg en snor rundt.



Førstehjælp:

Førstehjælp er en klassisk post på spejderløb. Førstehjælp har den fordel, at den kan bruges til alle grene (aldersgrupper). Det er kun et spørgsmål om at lave en post med den rigtige sværhedsgrad.

Førstehjælpsposten går fra, at skulle kunne sætte et plaster på (familiespejder), til at skulle kunne give førstehjælp til flere tilskadekomne med HLR (hjerter-lunge-redning) og håndtering af amputationer (klan spejder). Jo større sværhedsgrad spejderløbet har, jo flere ting skal spejderne kunne på førstehjælpsposten. Der er altså flere krav til hvad spejderne skal kunne give af førstehjælp

Næsten alle spejderløb har en førstehjælpspost med, fordi der er en god/vigtig ting at kunne, også ude i den virkelige verden. Det er derfor en god ide, at førstehjælpsposten er opbygget således, at spejderne viser at de kan give førstehjælp, og HLR.

Hvad skal spejder være god til:

- Skab sikkerhed.
- HLR.
- Behandle bevidstløse personer.
- Ligge en kompresforbinding.
- Kende til R.I.E.C. og kunne udføre dette.
- Lave en armslynge.
- Stabilisere et åbent benbrud.
- Behandle personer i shock.
- Behandle personer med solstik eller hedeslag.
- Behandle amputationer og tandskader.
- Kende førstehjælpens 4 hovedpunkter.
- Vide hvad man skal oplyse til 112.
- Hvordan laver man en nødbåre.

Posten indeholder typisk:

- Skab sikkerhed.
- HLR.
- Alvorlige blødninger.
- Nødflytninger.
- Alarmering.
- Brækket arme og ben.

Gåder og spørgsmålsposter:

Gåder og spørgsmålsposter er poster, hvor spejderne får en eller flere gåder som de skal komme med det rigtige svar på, eller også får spejderne en opgave, hvor der er flere 100 spørgsmål som de skal svare på. Gåderne og spørgsmål kan passe ind i det tema som spejderløbet har, men kan også være en ulogisk blanding af ting som spejderne skal svare på. Ofte er der flere spørgsmål/gåder end spejderne ville have tid til at svare på.

I dag kræver en god gåder og spørgsmålsposter, at spejderne ikke får lov til at bruge internettet til at løse opgaven, det bliver meget hurtigt en kedelig post hvis spejderne bare søger efter svaret på internettet. Tænk over at lave spørgsmålet eller gåder, hvor svaret ikke findes på nettet.

En typisk gåde/spørgsmål kunne være:

33)...

34) Hvilke træer er dårligt til at bruge som brænde (typer)

35) Hvilken hovedstad er der tale om: **vi griner**

36)...

Spejderne skal nu bruges deres viden til at komme frem til det rigtige svar

Hvad skal spejder være god til:

- At gætte gåder.
- Bevare overblikket.
- Tænke sig om.
- Parat viden om alt!

Posten indeholder typisk:

- Gæt hvilke træ det drejser sig om ud fra et stykke bark.
- Gæt navne på sten/mineraler.
- Gæt metaller ud fra en prøve.
- Gæt dyre spor.
- Gæt en lort.
- 1000 spørgsmål.
- Gåder.

Kimsleg:

Kimsleg er en klassiker som altid burde være med i et spejderløb. Kimsleg findes i en masse forskellige udgaver, og det er altid muligt at lave en kimsleg som passer til det spejderløb som du ønsker at lave.

Der findes forskellige typer af kimsleg, men de går ud på dette samme, og det er bruge sine sanser og så huske, det som man har set, hørt, følt eller smagt på.

Kimsleg er altså en måde at udfordre vores sanser og hukommelse på. Kimsleg arbejder med de følgende sanser.

- Se.
- Høre.
- Føle.
- Smage.
- Lugte.

Det kan lyde som en let opgave, men det er ikke nemt at gætte hvad det er for en ting, når man kun må benytte fødderne og tingene er gemt i en spand med havregrød. Jo mere ekstrem spejderløb jo mere klamt og ulækkert kan man lave kims legen.

Opgaven er på tid og spejderne har derfor kun en hvis mængde tid til at observere (se, høre, føle, smage) de ting som de skal huske. Antallet af de ting som spejderne skal huske øges også alt efter hvor svært spejderløbet er.

Hvad skal spejder være god til:

- Være modig.
- God til at lytte.
- huske

Posten indeholder typisk:

- Huske 15-30 ting efter at have fået 1 minut til at huske dem.
- Smage på 10-20 forskellige madvare.
- Huske 15-30 ting efter at have følt med hænder eller fødderne.
- Huske fuglesang, eller andre dyreløde.

Knob og knuder:

At kunne lave rigtige knob og knuder er en vigtig del af det at være spejder, og spejderne bør også blive testet i at kunne binde knob og knuder. Alt efter hvilken gren, som spejderne er i, er der forskellige krav til hvor mange og hvor svære knob og knuder som de skal kunne binde. Knob og knude posten på de forskellige spejderløb gå gerne lidt over den mængde som spejderne i en gren skal kunne.

Som et eksempel:

Gren

Familiespejder (3-6 år)

Mikro (6-8 år)

Mini (8-10 år)

Junior (10-12 år)

Trop (12-16 år)

Knob og knuder

- Råbåndsknob.
- Dobbelt halvstik.
- Pælestik.
- Råbåndsknob.
- Dobbelt halvstik.
- Pælestik.
- Råbåndsknob.
- Halvstik.
- Flagknob.
- Dobbelt halvstik.
- Pælestik.
- Råbåndsknob.
- Halvstik.
- Kvælerstikket.
- Flagknob.
- Ottetalsknob.
- Flamsk knob.
- Dobbelt halvstik om egen part.
- Sommerfugleknob.
- Dobbelt ottetalsknob.
- Dobbelt halvstik.
- Pælestik.
- Råbåndsknob.
- Halvstik.
- Kvælerstikket.
- Flagknob.
- Ottetalsknob.
- Flamsk knob.
- Dobbelt halvstik om egen part.
- Sommerfugleknob.
- Dobbelt ottetalsknob.
- Dobbelt flagknob.
- Abehånd.
- Fiskerstik med Halvstik.
- Blodknode/kirurgknode.
- Dobbelt Løbeknob.
- Flagknob med slipstik.

Senior (16-24 år)

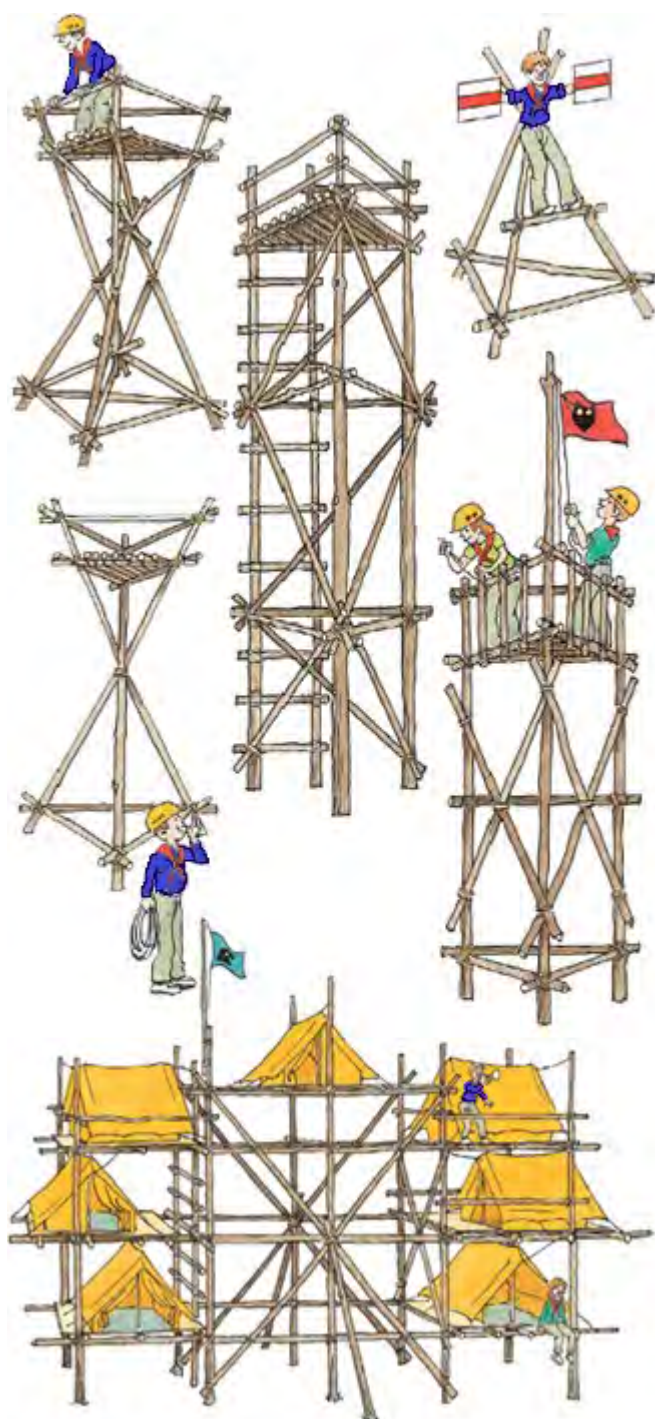
- Fortøjningsstik.
- Dobbelt halvstik.
- Pælestik.
- Råbåndsknob.
- Halvstik.
- Kvælerstikket.
- Flagknob.
- Ottetalsknob.
- Flamsk knob.
- Dobbelt halvstik om egen part.
- Sommerfugleknob.
- Dobbelt ottetalsknob.
- Dobbelt flagknob.
- Abehånd.
- Fiskerstik med Halvstik.
- Blodknode/kirurgknode.
- Dobbelt Løbeknob.
- Flagknob med slipstik.
- Fortøjningsstik.
- Diamantknob.
- HMS-knode.
- Håndjernsknob.
- Kirurgløggen.
- Lassoknode.
- Nødmasteknob.
- Overhåndsknob.

Hvad skal spejder være god til:

- Tålmodighed
- Spejderne skal kunne binde de knob og snuder som passer til deres gren.

Posten indeholder typisk:

- Bind f.eks. 10 navngivende knob og knuder.
- Lave en knobtavle.
- Byg en A-buk
- Byg en bro.
- Lav flest forskellige knob på tid.
- Lav en rebstige.



Koder:

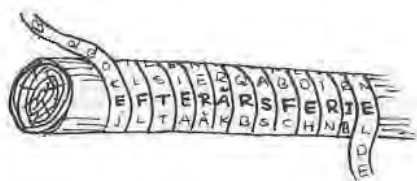
Løsning af koderbeskeder, og hemmelige beskeder, er en meget typisk spejder disciplin. Koder findes i et hav af forskellige udgaver og sværhedsgrader, men der findes nogle systemer som mange af koderne er bygget op på. Spejderne vil normalt på posten få udleveret en eller flere koder/hemmelige beskeder som de skal finde svaret på. Det kan være at vejen til den næste post er beskrevet i den kodet besked. Så det er vigtigt at spejderne får knækket koden og fundet beskeden.

Hvad skal spejder være god til:

- At genkende koder, og vide hvordan man kan løse dem.

Posten indeholder typisk:

- Juniorkoden.
- Sangsbogskoden.
- Skrift som kommer frem ved opvarmning.
- Morsekoder.
- Nummerkoder.
- Aviskoden.
- Skemakoder.
- Runer.



Kort og Kompas:

At finde vej er en vigtig del at være spejder, så selvfølgelig bør spejderne opleve at de på en post skal kunne vise at de kan finde ud af at bruge et kort og/eller et kompas. Posten kan enten bestå af et mini o-løb hvor spejderne skal ud og finde nogle poster (kortet), eller også skal spejderne finde den/de rigtige poster i mellem de mange forkerte (kompas). Typisk har spejderne kun ca. 30 -45 minutter på posten, så skal det gå stærkt, med af få løst opgaven

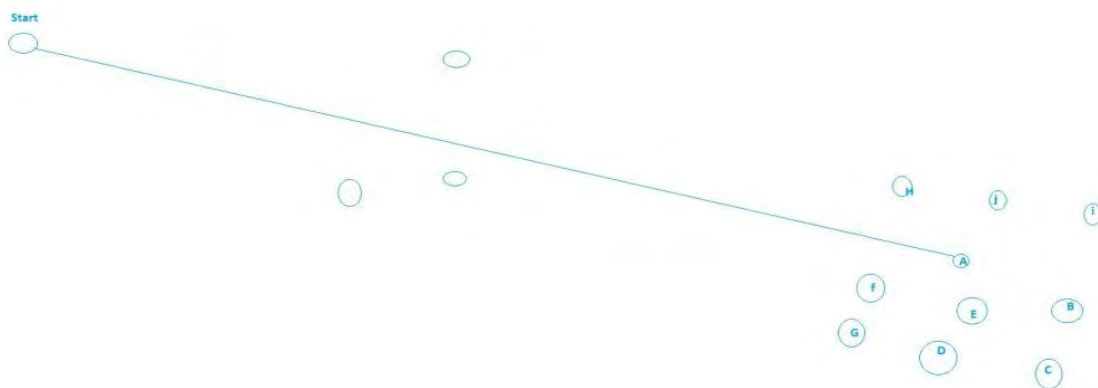
Spejderne kan også blive bedt om at tegne et kort over et afgrænset område.

Hvad skal spejder være god til:

- At kunne læse et kort.
- At kunne finde vej efter et kort
- At kunne tegne et kort.
- Kondition.
- Overblik.
- Tålmodighed.
- Være nøjagtig og koncentreret

Posten indeholder typisk:

- Et mini o-løb.
- Find det rigtige sted ved hjælp af et kompas.
- Tegn et (mini)kort.



Kulsø post:

Kulsø posten er en post hvor spejderne skal lave en lille ting i Kulsø. Spejderne skal på posten vise at de har forstået hvordan Kulsø fungerer, og spejderne skal vise, at de kan finde ud af at bruge de værktøjer som der anvendte til at bygge med Kulsø.

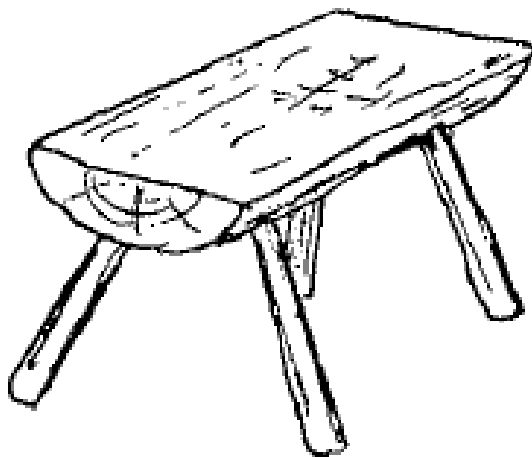
På grund af at spejderne kun vil have kort tid på posten er det begrænset hvor store og komplekse ting som spejderne har tid til at lave på posten.

Hvad skal spejder være god til:

- At arbejde med værktøj.
- At have et overblik.
- At kunne holde en tidsplan

Posten indeholder typisk:

- Lav en skammel.
- Lav en knude af træ.
- Lav en ramme (til f.eks. en knobtavle).



Madlavning:

En af spejdernes grundtanke er, at en spejder skal kunne klare sig selv. Det betyder, at spejderne selv skal kunne lave deres egen mad. Alt efter spejderløbet, skal spejderne på en madlavningspost lave forskellige ting. Det kan gå fra at lave en pandekage over bål til at skulle lave en 5 retters gourmetmenu på trangia. Som spejder er der ikke noget som hedder færdigretter, næ alt skal laves fra bunden. Dette betyder at spejderne selv skal lave manden for bunden, også skrælle kartofler. Der er kun kort tid til at lave maden (30 til 40 minutter), så der skal arbejdes hurtigt.

Hvad skal spejder være god til:

- Hygiejne.
- De skal kunne skrælle, rive og pille forskellige grønsager.
- De skal kunne tilberede mad over bål og på trangia.
- De skal kunne finde ud af at lave de "traditionelle" danske retter.

Posten indeholder typisk:

- Alt lave forskellige retter over bål
 - Pandekage.
 - Hjemmelavet forårsruller.
 - Brød over bål.
 - Fyldte avokadoer.
 - Snobrød.
 - Chokolademousse
 - Appelsinkage.
- Slå et dyr ihjel (høne eller kanin) og tilberede den.
- Mad på spade, i saltdej eller på planke.



Musik og sang:

En musik- og sangpost er en post hvor spejder skal spille og eller synge for postmandskabet. Det kan også være en post hvor spejderne først selv skal bygge deres egne instrumenter. Som afslutning på posten skal spejderne vise hvor gode de er ved at spille et lille stykke musik.

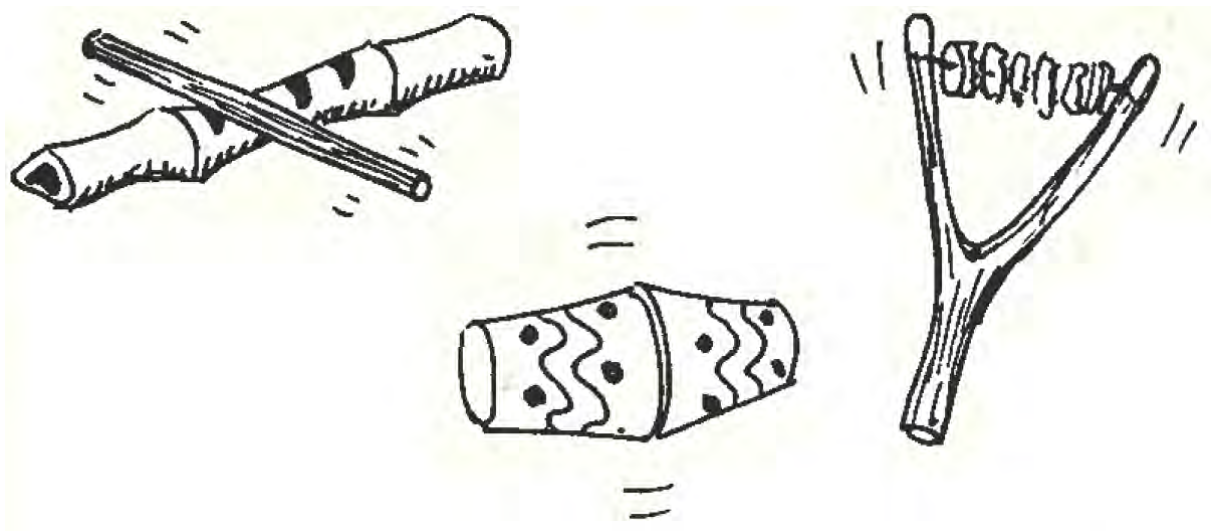
Det kan også være at spejderne skal optage deres musik på en telefon, og så sende den til løbsledelsen (dommerne).

Hvad skal spejder være god til:

- At synge
- At spille et instrument
- Være modig.

Posten indeholder typisk:

- Efterabe det som postmandskabet spille.
- Syng en særlige sang.
- Spil et stykke musik (valgt af postmandskabet)
- Præsenter en sang, eller patruljeråb som er en gennemgående opgave.
- Lave selv instrumenter, og spil et stykke musik.



Målskydning:

Målskydning, eller kast efter et mål, er også en post som indgår i de fleste spejderløb.

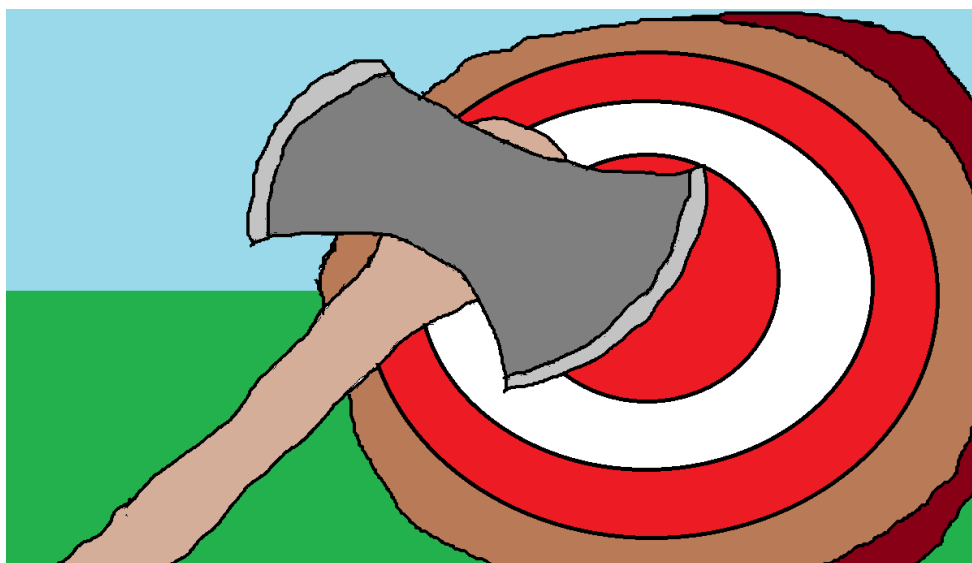
Posten går i store træk ud på, at spejderne, som en patruljen skal ramme nogle mål, enten på tid eller ud fra en række forsøg (normalt får spejderne 3 forsøg pr. medlem i patruljen). Der findes rigtigt mange forskellige måder at denne type af post kan være opbygget op. Det mest hyppige er at spejderne skal skyde med bue og pil, slangebøsse og øksekast. Denne type af post kan også laves på den måde at spejderne selv skal lave den bue eller den slangebøsse mf. som de skal bruge for at kunne ramme målet. Nogle gange vil det være en tilmeldingsopgave, andre gange vil det være en gennemgående opgave at bygge/lave det som spejderne senere skal bruge til at skyde/kaste med.

Hvad skal spejder være god til:

- At ramme plet.
- Tålmodighed.
- Rolighed.

Posten indeholder typisk:

- Skyde med bue og pil
- Skyde med slangebøsse
- Kaste med økse.
- Kaste med dartpile.
- Luftgevær.
- Spyd kast.
- Sten kast.
- Hesteko kast.
- Rebring kast.



O-løb:

O-løb, eller orienteringsløb, kan enten være sit eget element i et spejderløb. Det kan også være en del af et nat- eller dagsopgaveløb (en post). Som en post, er o-løbet ikke særligt stort da der normalt kun er ca. 45 minutter til at gennemføre o-løbet på. Der findes mange forskellige typer af o-løb som kan indgå som en post på et spejderløb.

Disse kunne være:

- Det normale o-løb (idræt o-løb).
- Det omvendte o-løb.
- Linje o-løb.
- Kompas o-løb.
- Højdekurve o-løb.
- Signaturjagt.
- Stjerneløb.
- Fotoløb.
- Nat o-løb.
- Løb på historiske kort.

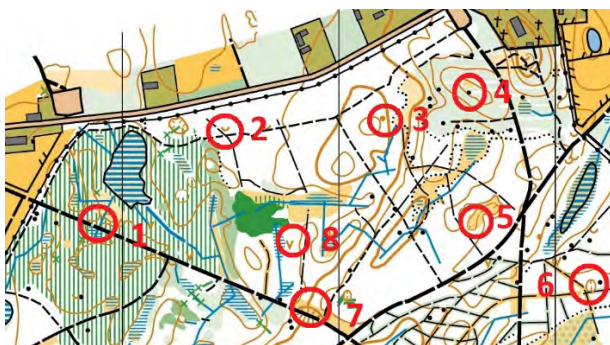
Da spejderne kun har begrænset tid til rådighed, som er der ingen grund til at slæbe en masse tøj og udstyr med ud på løbet. Lad spejderne smide uniformen, tørklæder, jakken, rygsækken m.m. Løbetøj kan være en stor fordel.

Hvad skal spejder være god til:

- Kondition.
- O-løb (det siger jo sig selv).
- Kort.
- Kompas.
- Signatur

Posten indeholder typisk:

- De oplistet o-løbs udgaver.



Redningsrebskast:

Evnen til at kunne bruge et redningsreb, er en spejderdisciplin som fra tid til anden bliver brugt som en post på spejderløb. Posten går ud på at få "pose" på redningsrebet til at ramme plet. Posten kan være udformet på mange forskellige måde, men formålet er at ramme et særligt område, som er et symbol på en person der er ved at drukne. Man må ikke ramme personen, men redningsrebet skal tæt nok på til at personen kan nå at få fat i rebet.

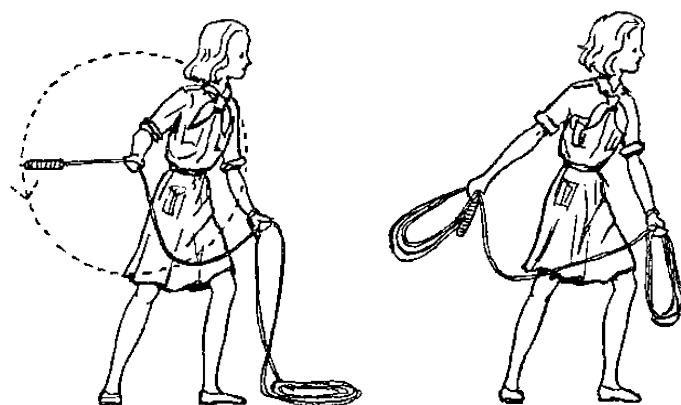
Normalt skal spejderne kaste efter en cirkel, eller en spand, og de får point efter om de kan ramme ind eller ned i målet.

Hvad skal spejder være god til:

- Tålmodighed.
- Evnen til at ramme plet.

Posten indeholder typisk:

- Kast efter en cirkel på jorden.
- Kast efter en spand på jorden.
- Kast efter ting, som skal væltes.
- Kast efter ting som hænger i luften.



Samarbejde post:

Spejder skal kunne arbejde godt sammen, så nogle spejderløb er der lavet poster som stiller krav til patruljens evne til at samarbejde, og hvor spejderne skal give en besked, eller budskab, fra et medlem af patruljen til den næste. Der findes flere forskellige typer af samarbejdsøvelser, alt fra at bygge et tårn af klodser kun ved hjælp af en ring af reb, til at løfte med som alle i patruljen styre, til figurer som skal opbygges uden at spejderne må sige noget. Det er i bund og grund nogle af de samme opgaver bliver ansatte i virksomheder udsat for, for at teste deres evne i samarbejde.

Det er vigtigt at spejderne arbejder sammen som en patrulje. Ingen må stå udenfor, alle skal deltage.

Hvad skal spejder være god til:

- Samarbejde (det siger jo ligesom sig selv)
- Tålmodighed.
- Rolighed.
- Gå på mod.

Posten indeholder typisk:

- Byg en figur ud fra en model, hvor kun en spejder afgang må gå hen og kigge.
- Byg en figur ud fra en beskrivelse givet via radio.
- Stabel klodsen ved hjælp af en "edderkop" ring af tovværk.
- Fjern en beholder ud fra et "giftigt" område.
- Mælkekasse løb.
- Byg en selvbærende bro af rafter.



Signalering:

Signalering er en typisk post på et spejderløb, og består normalt af at spejderne skal sende eller modtage en besked ved hjælp af morse.

Der er forskellige måder som spejderne kan sende/modtage en morse besked på. Det kan ske ved hjælp af en lygte (om natten), ved hjælp af signalflag, eller ved hjælp af en morsenøgle (lyd).

I spejderløb til de ældre spejder kan Semafor signalering også indgå i signaleringsposter.

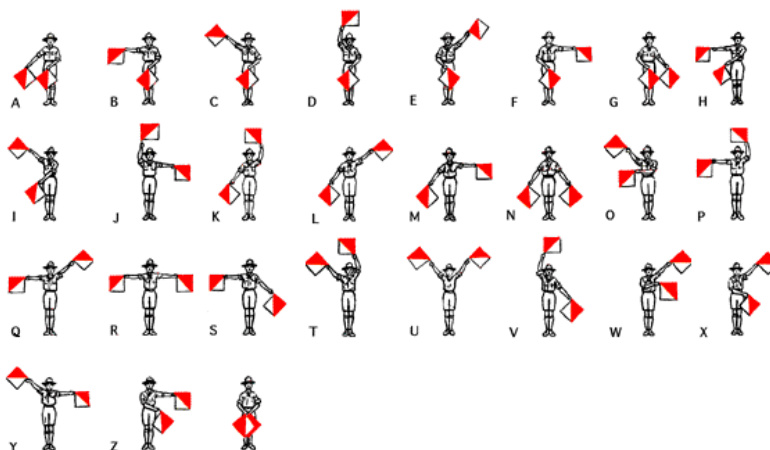
Hvad skal spejder være god til:

- De skal kende til, og kunne bruge morsealfabet.
- De skal kunne sende en morsebesked ved hjælp af en lygte.
- De skal kunne modtage en morse besked. (lys, lyd, signalflag)
- De skal kunne sende en morsebesked ved hjælp af signalflag.
- De skal kende til og kunne bruge semafor alfabet.

Posten indeholder typisk:

- Morse.
- Semafor.

E						T									
I			A			N			M						
S		U	R	W	D	K	G	O							
H	V	F	L	Æ	P	J	B	X	C	Y	Z	Q	Ø	CH	
5	4	3		2		Å	1	6			7		8	9	0



Skuespil/ drama:

På en skuespil eller drama post vil spejderne får en opgave om at udføre et skuespil, ofte med kostymer og kuliser. Spejderne vil få kort tid til at finde ud af hvem som skal spille de forskellige roller. Spejderne skal derefter opføre deres lille skuespil for postmandskabet, og spejderne vil få point alt efter hvor gode de er, og hvor meget de går op i deres roller

Hvad skal spejder være god til:

- De skal være modig.
- De skal kunne forstille dig, at du er den person eller ting som er din rolle.
- De skal kunne improvisere.

Posten indeholder typisk:

- Lave en film på mobiltelefon på 5 minutter.
- Lave et skuespil.
- Genindspil en kendt scene fra et skuespil (f.eks. Hamlet).

Sniger poster (lydløs hen til noget):

En snigepost er en klassisk spejder post. Den går i alt sin enkelhed ud på at spejderne skal snige, eller liste sig LYDLØST ind på en fra postmandskabet, som er et stykke væk fra den andre.

Hvad skal spejder være god til:

- De skal være lydløs
- De skal være tålmodig.

Posten indeholder typisk:

- Gå lydløst hen til en person.
- Gå lydløst igennem en "forhindringsbane".

Styrkeprøve:

På denne post skal spejderne konkurrerer imod postmandskabet, imod en anden patrulje, eller på tid. Reglerne er simple, hvis spejdervinder så får de point. Der kan være mange forskellige typer at styrkeprøver. Bære en tung ting længst, hvem kan holde en planke i længst tid og så videre.

Hvad skal spejder være god til:

- At være stærk.
- Have kondition.
- Vedvarendehed.
- At være en fighter.

Posten indeholder typisk:

- Tovtrækning.
- Bære en tung ting længst.
- Løb på tid (hvem kommer først).
- Kast (kugle stød/spydkast).

Tøjkæde/tøjtårn:

Tøjkæde eller tøjtårn er en post som kun sjældent bliver brugt i dag. Tøjkæde eller tøjtårn hører til en gruppe af poster som er navngivet de barske.

Opgaven går ud på at lave den længst kæde, eller det højeste tårn af det tøj som patruljemedlemmer har på når de ankommer til posten. Der har været nogle uheldige tilfælde, hvor posten har været brugt i et byløb, som har givet dårlige medieomtale. Dette har medført, at posten ikke længere bliver brugt i de fleste spejderløb. Der er ikke noget svært, eller farligt ved denne post, men det kræver mod hos spejderne at smide det meste tøj, især i midt om vinteren.

I dag er de mest storspejder- og klanspejder løb hvor posten bliver brugt, og den bliver kun brugt i løb som foregå væk fra beboelse.

Hvad skal spejder være god til:

- De skal ikke være genert.
- De skal have mod til at smide tøjet, men også mod til at sige fra (som er det vigtigste)

Posten indeholder typisk:

- Tøjkæde.
- Tøjtårn.
- Antal stykker tøj.
- Vægt, hvor mange kg. tøj vil patruljen smide.

Hvilke evner skal spejderne have for at kunne være god på en post/aktivitet.

Post/aktivitet	Evner.
Besnøring	• Have tålmodighed. • Skal kunne lide at arbejde med tovværk og rafter. • De skal kunne bygge et 10 minutters tårn. • En A-buk. • De skal vide hvordan man løsner en stram knude. • De skal vide hvilke knob, knuder og besnøringer som skal bruges de forskellige steder et byggeri med rafter.
Båltænding	• Have kendskab til at kunne bygge et bål op rigtigt • Kende bål egenskaber på forskellige type brænde (træsorter) • Skal kunne tænde et bål under alle vejr forhold. • Skal kunne tænde et bål uden brug af tændstikker (eller lighter)
De barske	• Mod. • Offervilje. • Turde at sige fra
Forhindringsbane	• Havde overskud. • Kondition. • Mod.
Førstehjælp	• Have gennemgået et førstehjælpskursus, med HLR. • Vær selvsikker. • Havde overblik og overskud. • Være klar på ændringer i opgaver på posten. • Vær ikke bange for at gå i gang med at yde førstehjælp.
Gåder og spørgsmålsposter	• Skal være åben over for nye ideer. • Skal have overblik og overskud. • Skal have en stor paratviden.
Kimsleg	• Være modig • Huske. • Være systematisk
Koder	• Skal kende de typiske brugte spejderkoder • Havde overblik og overskud. • Ikke give op.
Knob og knuder	• Have tålmodighed. • Skal kunne lide at arbejde med tovværk. • De skal kunne lave de knob som svarer til deres gren.

Kulsø post.	• Skal vide hvad kulsø er. • Skal kunne lide at arbejde med træ. • Skal kunne bruge værktøj.
Madlavningspost	• Skal kunne lave mad under primitive forhold. • Skal kunne klare sig med få redskaber. • Skal kunne lave mad over åben ild. • Skal kende de "traditionelle" danske retter. • Skal kunne holde overblikket, og vide i hvilken rækkefølge som maden skal laves i. • Skal kende til god hygiejne. • Vær selvsikker. • Havde overblik og overskud.
Musik og sang	• Skal være modig. • Skal kunne lide at optræde. • Skal være åben. • Skal ikke være genert.
Målskydning	• Have tålmodighed. • En rolig hånd • At kunne ramme plet • Prøv forskellige målskydningsmetoder, så de har prøvet dem før.
O-løb	• Skal kunne gå/løbe efter et o-løbskort. • Skal kunne genkende en o-løbspost. • Kende de normale signature. • Skal kunne løbe efter højdekurver, åer, stier. • Have kendskab til hvad gennemtrængelighed i skoven betyder. • Skal kunne gå/løbe efter en kompaskurs. • Overblik
Redningsreb	• Koncentration. • Nøjagtighed/præcision. • Skal kunne ramme. • En rolig hånd • Have prøvet at kaste med redningsreb.
Samarbejde:	• Tålmodighed. • Samarbejde. • At kunne lytte til de andres forslag. • Rolighed. • Kommunikation (snak rolige og fornuftig sammen).
Skuespil/ drama.	• Skal være modig. • Skal kunne lide at optræde. • Skal være åben. • Skal ikke være genert .
Signalering	• Kende til morseskemaet. • Skal kunne modtage en morse besked som er sendt ved hjælp af lys, lyd eller

	signalflag. • Skal kunne kende til Semafor alfabet og vide hvordan du sender og modtager i besked.
Sniger poster (lydløs hen til noget).	• Skal være tålmodighed. • Skal være stille som en Ninja. • Skal være rolig.
Styrkeprøve	• Skal være stærk. • Skal være en fighter.
Tøjkæde/tøjtårn	• Skal være modig. • Skal kunne sige fra. • Skal ikke være genert .

Eksempler på postbeskrivelser:

Eksempel nr. 1: Post 1: Byg en popcornmaskine (Spejder-5-kamp 2023)

Beskrivelse:

Spejderne skal lave deres egen popcornmaskine, ud fra 2 sodavandsdåser.



Formålet med opgaven er at spejderne skal lære at være nøjagtige og skal se formålet med at kunne en smule håndelag. Spejderne skal kunne arbejde forsigtigt og ud fra en model som de bliver vist. Spejderne skal "bare" bygge popcornmaskinen på posten, hvis spejderne har masser af tid tilbage kan de teste om deres maskine virker. Spejderne skal have af vide at de skal medbringe deres maskine videre på løbet da de skal bruge den senere.

Materialer:

- 2 dåser pr sjak. + nogle ekstra hvis der skulle gå noget galt.
- Spejderne skal selv have værktøj med
- Popcorn
- Olie
- Fyrfadslys
- førstehjælpskasse

Varighed:

Trop sjak får 20 minutter til at løse opgaven og junior sjak får 35 minutter til at løse opgaven.

Posten er den første post på løbet, så posten skal kunne tage i mod alle sjak "på en gang". Håbet er, at posten vil medføre, at spejderne bliver færdig på forskellige tidspunkter og, at der derfor kommer lidt afstand i mellem de forskellige sjaks.



Point:

Der skal gives point for to opgave. A-opgave som er byg en popcorn maskine, og B-opgave, som er en skriftlig opgave som spejderne skal løse.

A-opgaven: Maximal 30 point

B-opgaven: Maximal 15 point

A-: byg en popcornmaskine

Spejderne får point alt efter hvor meget spejdernes popcornmaskine ligner modellen. Til pointgivning kan følgen finger regel følges:

Fra 0 til 5 point hvis kun den ene dåse er blevet skåret ud.

Fra 5 til 10 point hvis begge dåserne er skåret til.

Fra 10 til 15 point hvis popcorn maskinen kan samles med større fejl og mangler.

Fra 15 til 20 point hvis popcorn maskinen kan samles med mindre fejl

Fra 20 til 30 point hvis alt er lavet som pænt og i orden (mindst lige så godt som modellen).

Det koster 10 point at få en ny dåse, hvis man ødelægger den som man har.

Turn-outs

Der kan gives maximal 15 point, 5 point for at melde til ordentligt, 5 point for at melde fra ordentligt, og 5 point for samarbejde på posten, bestikkelse og fedteri kan maksimalt give 1 point, dog ikke kan sjakket ikke komme over 15 point ligegyldigt hvor meget de fedter.

Bemanding

1 pioner og 4 hjælpere

En til at tage imod spejderne og udlevere/modtage B-opgaven

4 til at forklare opgaven og se hvordan det går med spejderne.

Pointskema:

Sjak nummer	Point A-opgave	Point B-opgave	<u>Turn-outs</u> point
001			
002			
003			
004			
005			
006			
007			
008			
009			
010			
011			
012			
013			
014			
015			
016			
017			
018			
019			
020			
021			
022			
023			
024			
025			
026			
027			

B-opgave spejder- 5 – kamp 2023

Byg et korthus

Hej spejder

Her har I en lille opgave som I skal løse. I har maksimalt 10 minutter til løse opgaven

I skal bygget det højeste korthus.



Beskrivelse til opgaven

Sjaks kan få max 15 point i alt for at lave det højeste tårn.

Giv 3 point for hvert etages som de har bygget oven på hinanden.

Det skal være et "traditionelt" korthus (som på billedet) for at de kan få point, ikke noget med at lime, folde, hæfte kortene sammen.

Materialer:

Spillekort minimum 5 sæt (de behøver ikke være hele) gerne flere.

Varighed:

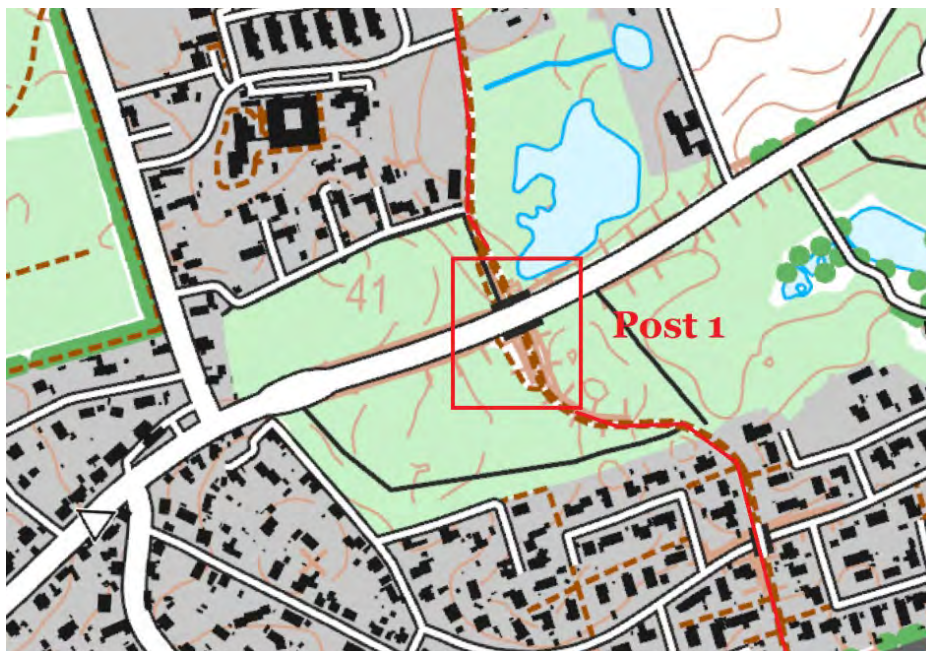
10 minutter

Beskrivelse til ansvarlig pioner:

Din opgave som den ansvarlig på posten:

- At sikre at posten ligger det rigtige sted i forhold til den placering som er vist på kortet.
- At sikre at alle de nødvendige materialer kommer med ud til stedet hvor posten skal være.
- At posten er klar til at modtage spejder inden de første spejder kommer frem.
- At de forskellige sjaks bliver registeret på posten, får deres opgave udleveret/præsenteret og at sjakkene får point efter pointbeskrivelsen som høre til posten.
- At pointskemaet bliver afleveret til 5-kamp teamet.
- At du instruerer dine hjælpere i hvad der skal ske på posten, og får dem til at føle sig som en del af 5-kamp.
- At kontakte HQ til tilfælde af problemer.
- At der bliver ryddet op der hvor posten er/har været.

Placering af post nr. 1



Eksempel nr. 2: Post nr. 4: Førstehjælp – Fællespost (spejder-5-kamp 2022).

Beskrivelse:

Spejderne vil blive mødt med et førstehjælpsscenario som de skal håndtere ud fra reglerne i førstehjælpen, herunder førstehjælpens 4 hovedpunkter.

Spejderne skal på posten demonstrere at de har det fornødne kendskab til førstehjælp, og kan samarbejde om at give den nødvendige førstehjælp.

Materialer:

- Forbindingsstoffer (alt efter typen af hændelses/hændelser skal der pakkes nok forbindingsstoffer til at der kan køre 3 til 5 sjak).
- Materialer til at skabe en troværdig ulykke.
- Sminke til figuranter.
- Pointskema.
- B-opgaver.

Varighed:

De får 25 minutter til at løse opgaven

Point:

Der skal gives point for to opgave. A-opgave som er førstehjælpspost, og B-opgave, som er en skriftlig opgave som spejderne skal løse.

A-opgaven: Maximal 30 point

B-opgaven: Maximal 15 point

A-opgave:

Spejderne får point efter hvor god deres førstehjælp er.

- Får spejderne skabt sikkerhed før de går i gang?
- Vurdere de, de tilskadekommende, før de går i gang?
- Får de tilkaldt hjælp?
- Hvor de sagt hvad der er sked, hvor det er sket, hvor mange der er kommet til skade og hvor de ringer fra (nummer)?
- Hjælper spejderne hinanden med at give førstehjælp (som et hold) eller er det kun en enkel som løser opgaven.
- Bliver der givet den rigtige førstehjælp?

Der kan gives op til 3 point for rigtig udførelse af førstehjælpens 4 hovedpunkter.

Rigtig førstehjælp til de 3 tilskadekomne kan give op til 9 point pr tilskadekomne.

Turn-outs

Der kan gives maximal 15 point, 5 point for at melde til ordentligt, 5 point for at melde fra ordentligt, og 5 point for samarbejde på posten, bestikkelse og fedteri kan maksimalt give 1 point, dog ikke kan sjakket ikke komme over 15 point ligegyldigt hvor meget de fedter.

Bemanding

5 pioner og 12 hjælpere

En til at tage imod spejderne og udlevere/modtage B-opgaven

4 til at forklare opgaven og holde øje med om at spejderne udfører den rigtige førstehjælp

12 figuranter som spejderne skal udfører førstehjælp på.

Beskrivelse til ansvarlig pioner:

Din opgave som den ansvarlig pionerer:

- At sikre at posten ligger det rigtige sted i forhold til den placering som er vist på kortet.
- At sikre at alle de nødvendige materialer kommer med ud til stedet hvor posten skal være.
- At posten er klar til at modtage spejder inden de første spejder kommer frem.
- At de forskellige sjaks bliver registreret på posten, får deres opgave udleveret/præsenteret og at sjakkene får point efter pointbeskrivelsen som høre til posten.
- At pointskemaet bliver afleveret til 5-kamp teamet.
- At du instruerer dine hjælpere i hvad der skal ske på posten, og får dem til at føle sig som en del af 5-kamp.
- At kontakte HQ til tilfælde af problemer.
- At der bliver ryddet op der hvor posten er/har været.
- Hvis alle figuranthold er optaget, så skal det ankommende sjak, starte med B-opgaven.
- Sikre at figuranterne også få en god oplevelse.



Eksempel nr. 3 Post 6: Kims leg (spejder-5-kamp 2020)

Der vil være 3 forskellige kimslege, smage, se, føle. En til hver af de forskellige niveauer. Post B kan benyttes som en buffer post hvis der er ventetid for de store sjak (er der ventetid, så skal de store sjak sendes til Post B først).

De små sjaks og store sjaks som deltager for at have det sjovt (smage kimsleg)

De små sjaks, der kun deltager for at have det sjovt, skal gennemføre en smage kimsleg.

Vær opmærksom på allergi, diabetisk eller særlige fødevare!

Post mandskaber skal spørge spejderne før de får lov til at starte på posten om der er problemer med allergi, diabetisk, eller særlige fødevare

Det som de skal smage på er:

1. Hvid chokolade.
2. Skumfiduser.
3. Cola.
4. Digestive.
5. Vingummi.
6. Spejderhagl.
7. Mørk chokolade.
8. Lakrids.
9. Karamelsauce
10. Nougat

For de små sjak, som deltager for at vinde:

De små sjak skal opleve den "normale" se kimsleg, under et klæde er der placeret 20 ting, spejderne får 45 sekunder til at observere de 20 ting og skal efterfølgende notere dem ned.

1. Legoklods.
2. Kuglepind.
3. Bordtennisbold.
4. Kam.
5. Hammer.
6. Målebærer.
7. Ske.
8. Terning (rafle terninger).
9. Et æg.
10. En kop.
11. Søm.
12. En tændstik.
13. En fil.
14. En diskette 3,5"
15. Et stykke snor.

16. Et rivejern.
17. Et plaster.
18. En sangbog.
19. En sten.
20. En nål

For de store sjak, som deltager for at vinde:

Det store sjak skal have en oplevelse som skal presse dem lidt, så der skal laves en krop/dukket af et menneske hvor der er lavet hul i brystet/maven. Spejderne skal så finde (føle sig frem) til de ting som ligger inden i kroppen (i spand gemt i dukken). Da det ikke skal være for nemt skal der være godt med tarme (medisterpølse) blod (frugtfarve?) og organer som tingene skal ligge sammen med.

Forslag til ting som der skal indgå i følekimslegen.

21. Legoklods.
22. Kuglepind.
23. Bordtennisbold.
24. Kam.
25. Hammer.
26. Målebærer.
27. Ske.
28. Terning (rafle terninger).
29. Et æg.
30. En kop.

Der bør være en dunk med vand (eller to), så spejder kan få muligheden for at vaske hænder.

En af personerne i postmandskabet må godt bære en hvid kittel (med godt med "blod") OG EN ØKSE.

Materialer:

15 stk. Bind til øjnene

Engangskopper.

Engangshansker til postmandskabet.

8 Bøtter/poser til smagskimsleg.

2 stk. 20 liter dunke med vand.

1,5*1,5 meter stof stykke.

Sjovt spejderne:

X stykker Hvid chokolade.

X stykker Skumfiduser.

X ml Cola.

X stykker Digestive.

X stykker Vingummi.

X stykker Spejderhagl.

X stykker Mørk chokolade.

X stykker Lakrids.

X ml Karamelsauce

X stykker Nougat

Små sjak:

1. Legoklods.
2. Kuglepind.
3. Bordtennisbold.
4. Kam.
5. Hammer.
6. Målebærer.
7. Ske.
8. Terning (rafle terninger).
9. Et æg.
10. En kop.
11. Søm.
12. En tændstik.
13. En fil.
14. En diskette 3,5"
15. Et stykke snor.
16. Et rivejern.
17. Et plaster.
18. En sangbog.
19. En sten.
20. En nål

Store sjak:

1. Legoklods.
2. Kuglepind.
3. Bordtennisbold.
4. Kam.
5. Hammer.
6. Målebærer.
7. Ske.
8. Terning (rafle terninger).
9. Et æg.
10. En kop.

Post B (ekstra post til de store sjak):

Naturbingo.

Sjakket vil komme frem til en post, hvor der ligger 10 træskiver (A, B, C, D, E, F, G, H, I, J). Der vil være en liste over de forskellige typer af træer:

- 1) Pil.
- 2) Eg.
- 3) Birk.
- 4) Elm.
- 5) Bøg.
- 6) Fyr.
- 7) Kirsebær.
- 8) Gran.
- 9) Enebær.
- 10) Kastanje.

Sjakkene skal sætte navn på det rigtige stykke træ, og oplyse dette på post 5.

Eksempel nr. 4 Post 4: Knob og knuder (spejder-5-kamp 2020)



Spejderne får en liste over knob og knuder som de skal lave. Spejderne får point efter hvor mange af knob og knuderne på liste som de kan lave (rigtigt).

Max point gives kun hvis alle knob og knuder løses/afleveres (som er rigtige)

Liste over Knob og knuder som spejderne skal lave

Let

(små sjak som bare ønsker at have det sjovt)

1. Tømmerstikket
2. Råbåndsknob
3. Dobbelt halvstik
4. Dobbelt halvstik om egen part
5. Pælestik
6. Kvælerstikket
7. Flagknob
8. Sommerfugleknob
9. Dobbelt ottetalsknob
10. Dobbelt flagknob

Spejderne må få lov til at kigge på en knobtavle for at kunne løse opgaven

!VIGTIGT! Der skal laves en knobtavle, som spejderne kan bruge som hjælp.!

Mellem

(små sjak, der deltager for at vinde og store sjak der er med for at have det sjovt)

1. Dick Turpins knob
2. Dobbelt halvstik
3. Engelsk knob

4. Flagknob
5. Flamsk knob
6. Forkortningsstik
7. Hesteknob
8. Kirurgisk knude
9. Løbeknob
10. Pælestik
11. Præriens rose
12. Råbåndsknob
13. Slipstik
14. Slyngestik
15. Stopknob
16. Tømmerstik
17. Treslået tyrkisk knob

De store sjak der er med for at have det sjovt må få adgang til en knoptavle (uden navne under knobene) De små sjak kan "købe" sig til adgang mod at mindste 10 point.

!VIGTIGT! Der skal laves en knoptavle, som spejderne kan bruge som hjælp.!

Svær

(store sjak der deltager for at vinde)

1. Tømmerstikket
2. Råbåndsknob
3. Dobbelt halvstik
4. Dobbelt halvstik om egen part
5. Pælestik
6. Kvælerstikket
7. Flagknob
8. Sommerfuglekknob
9. Dobbelt ottetalsknob
10. Dobbelt flagknob
11. Dick Turpins knob
12. Dobbelt halvstik
13. Engelsk knob
14. Flagknob
15. Flamsk knob
16. Forkortningsstik
17. Hesteknob
18. Kirurgisk knude
19. Løbeknob
20. Pælestik
21. Præriens rose
22. Råbåndsknob
23. Slipstik
24. Slyngestik
25. Stopknob
26. Tømmerstik
27. Treslået tyrkisk knob.

De store sjak må ikke få hjælp!

Materialer:

- 3 forskellige lister over knob og knuder (der skal laves en liste til hvert sjak).
- En rulle sisal.
- Et par spejderknive.
- Liste med billeder over knob og knuder (evt. en knobtavle over knob og knuder).
- Pointliste.

Eksempel nr. 5 Post 2: Lav en lygte af en vinflaske og konservesdåser (spejder-5-kamp 1999)



Ved de aflåste cykelskure og vandposten

Historie:

Atomulykken i Tjernobyl 1986

Den "sande" historie:

Det var en fredlig dag på kontrolrummet, produktionen var minimal på grund af de forsøg som skulle foregå i løbet af aften. Der havde været nogle forsinkelser, men ikke større end at det hele nok skulle lykkes inden for tidsfristen. Her ved midnat skulle testen begynde vi skulle test, om nødsystemerne for at finde ud af, om reaktor fire - i tilfælde af strømsvigt - ville kunne bruge den overskydende energi i dens turbiner til at forsyne kølevandspumperne med strøm i det korte tidsrum, der ville gå, indtil reservemotorerne gik i gang.

Det var meningen, at reaktorens effekt skulle sænkes fra 3.200 megawatt (MW) til de anbefalede 1.000 MW fredag eftermiddag for at gennemføre testen under mere sikre forhold. Men på grund af et uventet stort behov for strøm, måtte lukningen udskydes til lørdag nat, og effekten blev indtil da bibeholdt på 1.600 MW. Da vi klokken 00.23 gjorde klar til testen var alt i orden. Klokken 01:23:47 steg reaktor fires kapacitet til omkring 30 gigawatt - 10 gange den kapacitet, der var normalt for reaktoren. Kontrolstavene begyndte at smelte, damptrykket steg. Til sidst gav reaktoren efter og eksploderede. Jeg husker ikke mere fra den nat.

Alt lys forsvandt i den nærliggende by Pripyat!

Mikhail Gorbatsjov gik på skærmen (en pioner)

»God aften, kammerater. I ved alle, at der har været et utroligt uheld. Ulykken i Tjernobyl. Det har påvirket den russiske befolkning på smertelig vis og chokeret det internationale samfund. For første gang konfronteres vi med atomenergi ude af kontrol,« lød det fra manden, der blev den sidste leder af Sovjetunionen.

Udklædning:

Kemikaliedragter, gasmaske med mere, Militærtøj: jakker, hjelme
Minestrimmel, bom, olietønde malet "Radioaktiv"
Telefon/ipad O.l. med en højttaler som udsender alarmhyletone

Opgavebeskrivelse:**Der skal bruges:**

- Vinflasker 1 pr. sjak + ca. 40 % ekstra
- Bommuldsnor ca. ½ meter pr. sjak.
- Sprit (rigeligt).
- Ståltråd ca. 80 cm pr. sjak.
- To stk. rene konervesdåser.
- Spande med koldt vand.
- En kasse/beholder til flasker der går i stykker + en pose til affald.
- Tændstikker
- Fyrfadslys (minimum et pr. sjak)

Fremgangsmåde:

Spejderne skal binde bommuldsnorden rundt om flasken (ca. 5-6 gange) (ved hals), væde snoren med sprit, sætte ild i snoren, lade det brænde til det næsten slukker og så hurtigt komme flasken ned i det kolde vand.

Toppen af flasken skulle nu gerne "falde" af.

Gentage med bunden af flasken.

Konervesdåser tilpasses i højden og der laves lufthuller i den som skal bruges til toppen

Det hele bindes sammen med ståltråd, spejderne må gerne lave et håndtag så de kan bære lygten med rundt.

Ting som kan være gode at have med på et spejderløb.

Enkel dags spejderløb:

- ☐ Drikkedunk (med vand).
- ☐ Overtøj.
- ☐ Et par ekstra sokker (rene).
- ☐ Spejder Uniform (med lommeorden) og tørklæde
- ☐ Slik og kiks (energi).
- ☐ Lommelygte.
- ☐ Varm trøje/jakke til posterne
- ☐ Kompas/GPS.
- ☐ Buff.
- ☐ Ur.
- ☐ Regntøj.
- ☐ Vandre støvler / sko.
- ☐ Bestik: tallerken (dyb og flad), kop, ske, kniv, gaffel.
- ☐ Spejderdolk.
- ☐ Taske til at bære det i.

Flere dags spejderløb:

- ☐ Drikkedunk (med vand).
- ☐ Overtøj.
- ☐ Spejder Uniform (med lommeorden) og tørklæde
- ☐ Slik og kiks (energi).
- ☐ Lommelygte.
- ☐ Varm trøje/jakke til posterne
- ☐ Kompas/GPS.
- ☐ Buff.
- ☐ Ur.
- ☐ Regntøj.
- ☐ Vandre støvler / sko.
- ☐ Bestik: tallerken (dyb og flad), kop, ske, kniv, gaffel.
- ☐ Spejderdolk.
- ☐ Rygsæk med bærebælte.
- ☐ Sovepose.
- ☐ Underlag.
- ☐ Skiftetøj herunder også undertøj.
- ☐ Strømper, tynde.
- ☐ Strømper, tykke.

- ☐ Kompas.
- ☐ Førstehjælpsgrej.
- ☐ Personligt udstyr, tandbørste, tandpasta, medicin m.m.
- ☐ Viskestykke.
- ☐ Kamera.
- ☐ Håndklæde.
- ☐ Mobiltelefon (hvis det er tilladt)
- ☐ Slik og kage.

Vinter:

- ☐ Varm trøje.
- ☐ Varm jakke.
- ☐ Hue, vanter, halstørklæde.
- ☐ Lange undertøj.
- ☐ Termokerne med varmt vand til te, kaffe, kakao m.m.

Sommer:

- ☐ Badetøj
- ☐ Korte bukser/nederdel.
- ☐ Solbeskyttelse.
- ☐ ½ liter sodavand, så har du en vandflaske til senere

Du kan med fordel lave en pakkeliste som passe med dit spejderløb. Er det ting eller udstyr som du syntes at deltagerne i dit spejderløb kan få brug for undervejs i dit spejderløb, så giv spejderne en hånd ved at lave en pakkeliste.

En pakkeliste fra Nathike ser således ud:

FORSLAG TIL PERSONLIGT UDSKYR

- ☐ Regntøj
- ☐ Varmt/vindtæt tøj
- ☐ Uniform og tørklæde
- ☐ Sovepose + underlag
- ☐ Reflekser (SKAL medbringes)
- ☐ Hue og vanter
- ☐ Masser af strømper
- ☐ Undertøj
- ☐ Vaskegrej/tandbørste
- ☐ Kompas
- ☐ En god lygte og ekstra batterier
- ☐ Drikkedunk/væske
- ☐ Fuldt opladet mobiltelefon

FORSLAG TIL PATRULJEUDSTYR

- ☐ Trangia/stormkøkken (husk brændstof og tændstikker)
- ☐ Førstehjælpskasse (SKAL medbringes)
- ☐ Mad
- ☐ Spade + toiletpapir (hvis I skal på "toilettet" i skoven)
- ☐ Letvægts-presenning (til at sove under og skjule jer under)
- ☐ Snor til at bygge bivuak
- ☐ Affaldsposer

Kondition:

Spejderløb er ikke bare fis og ballade, spejderne skal gå eller løbe som en del af spejderløbet, og det kræver at spejderne, er i form til at kunne gennemføre løbet. I de forskellige afsnit i denne bog, er kravene til juniorspejderne blevet brugt til at fortælle om de minimumskrav der er til spejderne. Her nedenfor er oplistet de typiske konditionskrav til de forskellige grene.

Gren	Afstand som de skal kunne gå	Afstand som de skal kunne løbe
Familiespejder (3-6 år)	3 km	-
Mikro (6-8 år)	5 km	2 km
Mini (8-10 år)	10 km	5 km
Junior (10-12 år)	15 km	10 km
Trop (12-16 år)	20 km	15 km
Senior (16-24 år)	30 – 40 km	15 - 20 km.

Du skal som planlægger af et spejderløb tænke over den hastighed som spejderne bevæger sig med, mellem to poster eller på en disciplin. Spejdernes hastighed er ofte lavere end du lige tror.

Helt nye spejder (som aldrig har deltaget i et spejderløb) fjoller rundt og bevæger sig meget langsomt (1 til 2 km pr. time). Hvis dit spejderløb skal give en udfordring for junior, trop og/eller senior spejder, så skal du planlægge efter at spejderne går med en hastighed på 4 til 5 km i timen (mellem posterne)

Det er vigtigt, at du allerede i planlægningen tænker over, hvordan du vil håndtere det, hvis over halvdelen af dine deltager går med en hastighed på 1 til 2 km i timen, i stedet for 4 til 5 km i timen.

Spejderløb som du bør kende til:

Spejderløb	Type af spejderløb	Dato for løbet	Aldersgruppe
Alligatorløbet http://alligator.dk/	Adventureløb	Februar	15-23, 23+
Apokalypseløbet http://www.apokalypse.dk/	Adventureløb	3. weekend i marts	14-17, 17+
Bispestaven http://www.bispestaven.dk/	Adventureløb	Pinsen	13-17 og +18
CICERO-løbet https://www.xn--cicerolbet-6cb.dk/	Adventureløb	November	13-17 år
Coco Crazy Monkey Race https://ccmr.dk/	Adventureløb	Slut januar / start februar	12-16 år
Dilleløbet https://www.dille.dk/	Adventureløb	Oktober	12-16 år
Dinizuli	Adventureløb	Januar	12-16 år
Fenrisløbet https://web.fenris.info/	Adventureløb	Sidste weekend i oktober	12-16 år
Invictusløbet https://invictusloebet.dk/	Adventureløb	I foråret	13-17 år
Nathejk https://nathejk.dk/	Adventureløb	3. weekend i september	12-16 år (for tropsspejdere)
Solarisløbet https://solaris.dk/	Adventureløb	Sidste uge i august	14-17 og 18+
Sværdkamp http://www.svaerdkamp.dk/	Adventureløb	St. Bededagsferien	Konkurrencesjak: 16-23 år, Oldboysjak: 24+ år
Impeesa https://www.impeesa.dk/	Traditionelle spejderløb	første fredag i oktober.	Åbent for spejdere fra hele Himmerland i aldersklassen svarende til 4. – 6. klassetrin

Wasa Wasa https://www.wasa-wasa.dk/	Adventureløb	Starten af februar	12-16, 17-23 og 23+
Spejder-5-kamp https://www.spejder5kamp.dk/	Traditionelle spejderløb	2. weekend i september	12- 14 år og 14 -16 år
Sct. Georgs Gildet Lokale løb for lokale spejder	Traditionelle spejderløb	[]	[]
The Wild https://thewild.dk/	Traditionelle spejderløb	Marts	18 år +
Tempusløbet https://www.facebook.com/tempusloebet/	Traditionelle spejderløb	September	Tropsspejdere på Fyn
Ranger Challenge https://rangerchallenge.dk/	Traditionelle spejderløb	April	12 – 18 år
Maka Mani https://www.makamani.dk/	Traditionelle spejderløb	Marts.	Juniorspejdere
Dit spejderløb []			

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

Spejderløftet

Jeg lover at holde spejderloven

Spejderloven

Den, der er med i spejdernes fællesskab,
gør sit bedste for:

- at finde sin egen tro og have respekt for andres
 - at værne om naturen
 - at være en god kammerat
- at være hensynsfuld og hjælpe andre
 - at være til at stole på
 - at høre andres meninger og danne sin egen
- at tage medansvar i familie og samfund

Motto

Vær beredt