



Orientierungslauf mit Karte und Kompass

AUF EINEN BLICK



Ort

Draußen: Wald oder Park (ca. 1 × 1 km)



Kernidee

Karte lesen, Kompass nutzen, im Team Posten finden



Aufwand

Material 20 Min. · Vorbereitung 60 Min.



120 Minuten



Teams à 3–4



12–16 Jahre



Grundkenntnisse hilfreich



Material

- | | |
|--|---|
| ☐ Kartenkopien 1:25.000 mit eingezeichneten Posten (1 pro Team) | ☐ Laufkarten zum Eintragen |
| ☐ Kompass pro Team | ☐ Stoppuhr |
| ☐ 8 Postenschilder mit Buchstabencode | ☐ Notfall-Handy pro Team |



Ablauf

0–20'

Einführung – Karte einnorden und Marschrichtung bestimmen (siehe Pfadfinderwissen „Karte und Kompass“).

20–30'

Übungsposten – Ein Posten in Sichtweite zum Ausprobieren.

30–100'

Der Lauf – Teams starten im Abstand von 3 Minuten und suchen alle 8 Posten.

100–110'

Auswertung – Codes prüfen, Zeiten vergleichen.

110–120'

Abschluss – Gedanke: Orientierung im Leben (Psalm 119,105).



Orientierungslauf mit Karte und Kompass

So geht's – einfach erklärt

- 1 Karte einnorden: Karte so drehen, dass Norden auf der Karte nach Norden zeigt.
- 2 Euren Standort auf der Karte finden.
- 3 Kompass von eurem Standort zum nächsten Posten anlegen, Richtung bestimmen.
- 4 Loslaufen, auf Landmarken achten (Wege, Bäche, Kreuzungen).
- 5 Am Posten den Buchstabencode auf die Laufkarte schreiben.

 **Beispiel:** „Wir sind an der Wegkreuzung. Der Posten liegt 300 m Richtung Nordost, kurz hinter dem Bach.“

Sicherheit

- Teams mit mindestens 3 Personen, nie allein.
- Feste Rückkehrzeit, Pfiff als Abbruchsignal.
- Gebiet ohne große Straßen und Gewässer wählen.
- Notfall-Handy mit Leitungsnummer.

Varianten

- Nacht-O-Lauf mit Stirnlampen (nur mit Erfahrung).
- Score-OL: Posten mit unterschiedlichen Punktwerten.

Zum Nachdenken

Was gibt dir im Leben Orientierung, wenn du dich verlaufen hast?