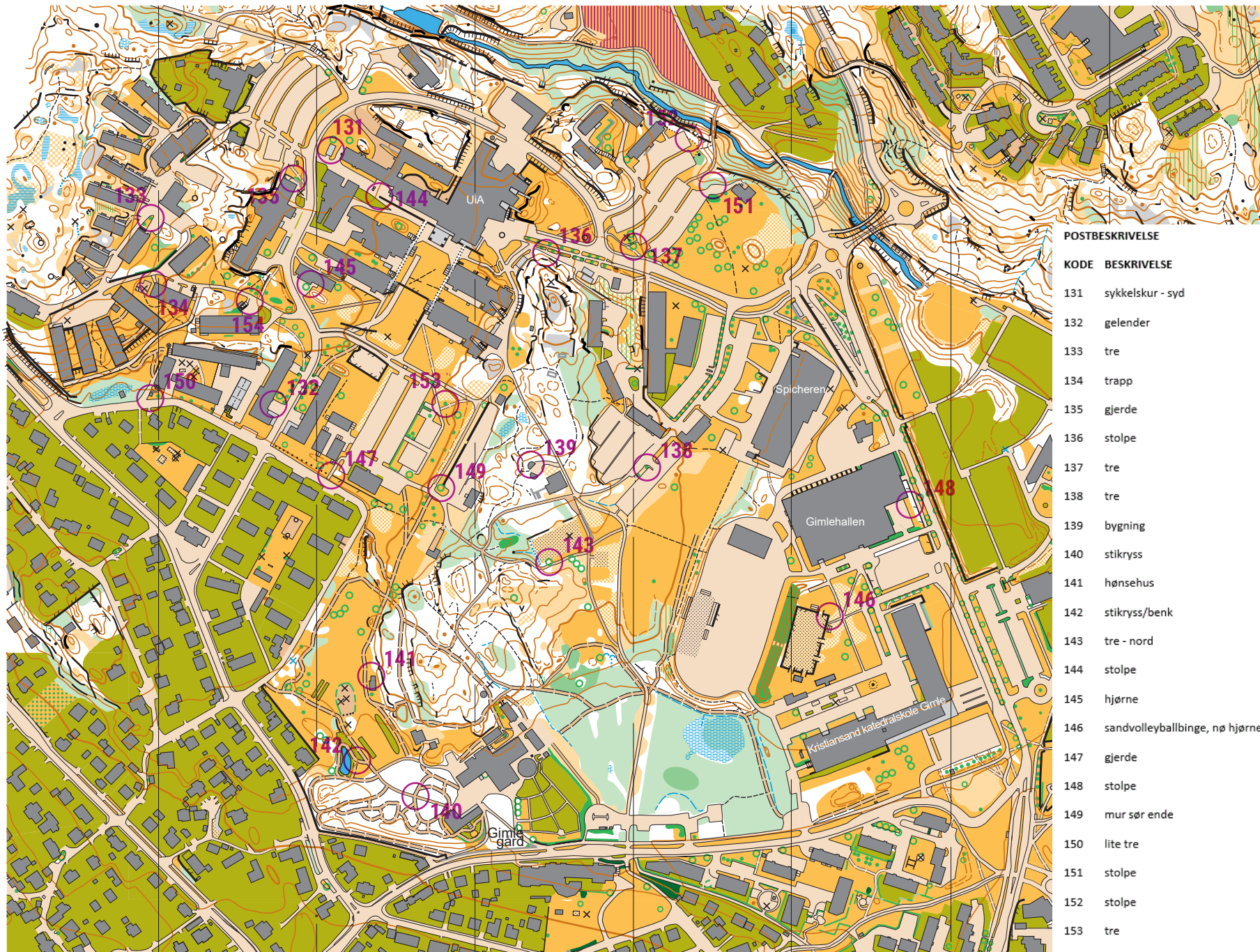




- Høydekurve
- Høydepunkt
- Grop
- Passerbar skrent
- Ikke passerbart stup
- Stein liten/stor
- Sandgrunn
- Bart fjell
- Vann/elv
- Bekk
- Åpent lettøpt mark
- Åpent lettøpt mark med spredte trær
- Åpen mark
- Åpen mark med spredte trær
- Tett skog
- Svært tett skog
- Ikke passerbar skog
- Busk/tre
- Markert tre
- Sti
- Sti/vei med fast underlag
- Ikke passerbart gjerde
- Passerbart gjerde
- Bygning/overbygg
- Hage e.l. Forbudt område
- Fast dekke (asfalt/grus)
- Trapp
- Spesielle menneskapede objekter



### POSTBESKRIVELSE

KODE	BESKRIVELSE
131	sykkelskur - syd
132	gelender
133	tre
134	trapp
135	gjerde
136	stolpe
137	tre
138	tre
139	bygning
140	stikryss
141	hønseshus
142	stikryss/benk
143	tre - nord
144	stolpe
145	hjørne
146	sandvolleyballbinge, nø hjørne
147	gjerde
148	stolpe
149	mur sør ende
150	lite tre
151	stolpe
152	stolpe
153	tre
154	gjerde/gelender

## Hva er Bytrimmen?

Bytrimmen er ett nytt gratis mosjonstilbud i Kristiansand. Det er orientering, men her er skogen byttet ut med urbant nærmiljø og parker!

- alle poster kan nås med barnevogn/rullestol
- alle poster er lett å finne, krever ingen forkunnskaper om orientering
- alle poster er merket med et merke/oblat med en kode
- alle postbesøk kan registreres på [www.turorientering.no](http://www.turorientering.no), men du må ikke (der kan kartet også lastes ned til bruk på mobil eller skrives ut)

Ta postene når du vil i ditt tempo. Du trenger ikke ta alle postene på en gang og rekkefølgen bestemmer du selv.

De 30 første som registrerer seg er med i trekningen av et gavekort på Löplabbet!

**Bytrimmen er gratis trim for både kropp og hode!**

  
SPAREBANKEN SØR

RAMBOLL

TRIMTEX



## Lyst til å prøve mer?

Kristiansand Orienteringsklubb (KOK) tilbyr også hvert år to andre turorienteringsopplegg:

- Baneheitrimmen som er 20 poster i Baneheia. Kort mellom postene og alle postene ligger i nærheten av en av hovedstiene
- Skautrimmen 60 poster ulike steder i Kristiansand. I 2020 i områdene Møvig/Voie, Vågsbygd, Grostøl og Jegersberg. Her er det litt lenger mellom postene og de fleste ligger litt vekk fra sti.

Dessuten vil det settes ut nye Bytrimmen poster på Grim i løpet av høsten 2020.

Les mer på [www.kok.no](http://www.kok.no) eller [www.turorientering.no](http://www.turorientering.no)

KOK tilbyr også trening og opplæring fra ca 6 år og oppover, men orientering man begynne med «når som helst». Klubben vil gi opplæring tilpasset den orienteringserfaringen deltakerne har. Treningene er normalt fra Presteheia Klubbhus (Gimlekollen).

Mer om treningene, orienteringsløp og andre aktiviteter i klubben finner du på [www.kok.no](http://www.kok.no) eller på klubbens Facebookside.

### Visste du at

- KOK har arrangert turorientering i snart 50 år
- det finnes turorienteringstilbud i hele landet
- over 100 000 deltar på et eller flere av disse hvert år og det er over 1 million besøk på turorienteringsposter rundt omkring i landet!

NYHET

# BYTRIMMEN

## POSTPLUKK

## VED

## GIMLEMOEN

## 2020



Kristiansand  
Orienteringsklubb  
[www.kok.no](http://www.kok.no)