

jsou určeny k porovnávání výkonů účastníků, toto srovnání by ani nebylo férové. Vyhlášíme pouze soutěžní kategorie, dejme tím šanci nováčkům učit se bez strachu ze ztrapnění

- » Je doporučeno nevyhlášovat ani vítěze kategorií DH10F/DH10S, ale zůstat u ocenění všech závodníků při vyčítání (případně vyhlášení všech závodníků). Tyto kategorie bývají první zkouškou, kdy se dítě odváží vydat na trať samo bez rodičů, za což by měli být odměněni ať už se jim trať podaří více, či méně. Významná je rovnováha mezi vnitřní a vnější motivací. Je ideální, aby děti začínaly sportem ze zájmu a radosti, ale vnější motivace v podobě ocenění a podpory může být užitečným nástrojem ke zvyšování jejich zapojení a odhodlání. Tím, že nebudeme tyto kategorie vyhlášovat, také budeme malé závodníky motivovat k přestupu do DH10C, které už je opravdovým orientáčkem bez jakékoliv podpory.



foto: Martin Klein

Vydala Metodická rada ČSOS v únoru 2024

Autoři:

Martin Štoudek, Jana Kubátová, Alena Picková (grafika)

Spolupracovali:

Radim Hošek, Pavel Košárek, Jan Pícek

Foto na titulní straně:

Jiří Čech (KWAK Czech O-Tour 2023 - Šumava)

<https://metodika.orientacnisporty.cz/>



Kategorie pro veřejnost na závodech v orientačním běhu

dříve, než odstartuje poslední závodník z intervalového startu - zároveň je ale vhodné myslet na rodiče dětí v kategorii HDR, kteří předtím běží svou kategorií, a poskytnout co nejdelší startovní rozmezí, jaké je možné.

- » Pravidla OB zakazují start do závodu se psy, kategorie pro veřejnost nevyjímaje. Doporučujeme pořadatelům se tohoto pravidla důsledně a bez výjimky držet, neboť vstup osob se psy nebývá předmětem povolení závodu vlastníkem lesa či nájemcem honitby (někdy bývá výslovně zakázán) a nedodržení tohoto pravidla může způsobit problémy se získáním povolení pro další akce v lokalitě. Doporučit lze také včasnou komunikaci tohoto zákazu namísto (implicitního) odkazování se na znění pravidel.



foto: Jiří Čech

Tratě a mapa

- » Tratě kategorií pro veřejnost by měly být připraveny v přiměřené fyzické i orientační obtížnosti, a to dle doporučení pro konkrétní kategorii, které je součástí tohoto dokumentu.
- » Zejména pro kategorie nejmenších dětí (ale nejen ty) je vhodné, aby byl start i cíl umístěn co nejbližší centru je to možné.
- » Popisy kontrol je vhodné minimálně pro kategorie OPEN a HDR vyhotovit slovně, případně by měl být v centru závodu k dispozici alespoň "slovní překlad" piktogramů podle jednotlivě

Všechna tradiční specifika OB mohou být právě těmi aspekty, proč je máme jako sport rádi, často ale nejsou pro veřejnost a nováčky zcela pochopitelná a jasná. Orientáči proto bývají z vnějšího pohledu vnímáni jako uzavřená a izolovaná skupina. Co je to hustník, sběrka, popisník, ORIS? Co musím udělat, abych úspěšně absolvoval svůj první závod? Proč si mám něco po závodě vyčítat? Nezbytností, která nám pomůže orienták rozšiřovat dále, je vnímání nutnosti být sportem otevřeným a přívětivým vůči veřejnosti. Sportem, který dokáže svá specifika nováčkům vysvětlit. Tato otevřenost se samozřejmě nevytvoří sama, ale je společným úkolem každého jednotlivého pořadatele závodu, na který se veřejnost může přihlásit.

Důležitým prvkem je jednotnost přístupu k pojetí kategorií určených veřejnosti v rámci celého svazu umožňující mimo jiné vytvářet jednoznačné návody pro nováčky a propagovat veřejnosti konkrétní cesty, jak se do orientáku zapojit.

Vše výše zmíněné bylo motivací k vytvoření tohoto dokumentu. **Jeho cílem není stanovit etalon pro pořádání kategorií pro veřejnost, který je nutné vždy 100% dodržet, ale přinést ucelený soubor odůvodněných doporučení, příkladů dobré praxe a námětů pořadatelům, které nám pomohou dělat orienták přístupným. Některá z doporučení mohou oblasti sekce OB dle svého uvážení zakotvit do svých soutěžních dokumentů, neboť dílčím cílem je také sjednocení některých rozdílů v přístupu ke kategoriím pro veřejnost napříč oblastmi (např. v jejich označování).** Tato příručka navazuje na několik dříve vytvořených dokumentů, zejména pomůcku [Pořádání kategorií pro veřejnost při závodech v orientačním běhu](#) z roku 2014 (Skyvová K., Klimpl P.) a [návrhy Rady pro podporu inovací](#) z roku 2018 (Zakouřil V.).

Téma orientáku pro veřejnost je velmi úzce spojeno s problematikou kategorií žactva, neboť tato věková kategorie tvoří nemalou část nováčků na závodech. Kvalitní tratě pro tyto věkové kategorie jsou základním kamenem pro nábor šikovných a nadšených mladých sportovců, kteří třeba budou naši zemi za pár let reprezentovat na nejvyšší světové úrovni. Je především nutné je neodradit postavením před neadekvátně náročné výzvy,

dotazy spojené s absolvováním závodu, a to včetně vysvětlení základů orientace v mapě pro OB. Pro tyto účely může posloužit vytisknutý přehled základních mapových značek a piktogramů (ke [stažení](#) nebo ke [koupí](#)).

- » Dohlášky do kategorií pro veřejnost, které nejsou díky libovolnému startu vázány na přidělení volného startovního času, lze pro urychlení realizovat mimo počítačové zpracování závodu. Stačí zapisovat dohlášky na papír do tabulky, kde máme počtem volných řádků vyjádřený počet volných map pro danou kategorii, a jako potvrzení o dohlášení závodníkům vydáváme papírovou kartičku se jménem ("poukaz na start"), kterou na startu odevzdají pořadatelům při vstupu do koridoru.
- » Pro zdárné vypořádání všech dohlášek je nutné, abychom zajistili dostatečný počet čipů k zapůjčení závodníkům. Elektronická časomíra, která ihned po vyčtení čipu poskytne soupis všech mezičasů z trati, průběžné pořadí a ztrátu, ale i možnost sledovat výsledky online, je jednou z technologických předností OB, i proto má smysl ji využívat také pro kategorie veřejnosti, pokud to je možné. Pozor na kapacitu při použití čipových kartiček ([SPORTident pCard](#)), ty jsou levnější alternativou čipů vhodnou pro půjčování veřejnosti, ale stačí pouze na 20 oražených kontrol. Je třeba počítat i s rezervou pro chybná nebo vícenásobná oražení a půjčovat tyto kartičky pouze závodníkům těch kategorií, u kterých nehrozí překročení kapacity počtu oražení.
- » Výhodou pro nováčky může být možnost zapůjčit si na prezentaci také buzolu.
- » Centrum závodu musí být přehledné. Mimo jiné je pro jednoduchou orientaci nováčků důležité, aby byl v centru zřetelně označen směr cesty na start a z cíle (nejlépe označit nejen fáborky, ale v centru i šipkami).

Start

- » Pro kategorie pro veřejnost, které mohou startovat v libovolný čas, je třeba vytvořit oddělený startovní koridor. Oddělením není myšleno pouze vyhrazení koridoru v těsné blízkosti

Lehká (modrá)	DH12, OPEN	Trat z části využívá i méně jasné vodící linie (vodoteče, nevýrazné pěšiny a průseky, výrazné hranice porostů), nikoliv však terénní (vrstevnicové) linie. Trate mohou na několika místech zahrnovat kratší postup přímo přehledným terénem k jasné zachytné linii, obtížnější postupy musí mít delší, ale bezpečnou variantu. Kontroly mohou být umístěny na mírně obtížnějších objektech dále od linií, ale vždy na pozitivních tvarech a dobře dohledatelné od odrazového bodu na linii.
Střední (červená)	DH14	Trat využívá i méně jasné vodící linie nebo zřetelné terénní (vrstevnicové) linie - hřbet, údolí, traverzy, spádnice, hrany a úpatí svahu. Trate se stále drží poblíž sítě linií s možností bezpečného absolvování s její pomocí, nabízí ale také přímé postupy terénem (s dostatkem orientačních bodů) k zachytným liniím, přičemž realizace těchto postupů by měla být časově výhodnější. Rizikovým místům s příliš vysokou obtížností se trate vyhýbají s využitím sítě linií.
Těžká (černá)	DH16 a starší, T	Trat nejvyšší obtížnosti dosažitelné v daném terénu. Od samého počátku vyžaduje střídání celé škály různých orientačních technik. Obsahuje i delší pasáže na detailní čtení mapy nebo na směr v nepřehledném terénu bez vodících linií. Trate v maximální míře umožňuje různé varianty postupu kombinující délku, obtížnost terénu a orientační náročnost. Kontroly jsou umístěny tak, aby bylo co nejvíce ztíženo jejich nalezení při zachování férovosti. Rozhodujícím faktorem je uvážlivá volba postupu založená na pečlivém čtení mapy, zkušenosti a individuálních schopnostech, stejně jako promyšlené zjednodušení orientace s chytrou volbou použitých technik, vhodných kontrolních bodů a jasného odrazového bodu před kontrolou, popř. dalších technik zjednodušení dohledávky.

Přihlášky a vklady

- » Velké zjednodušení pro IT zajištění závodu je, pokud se neregistrovaní závodníci přihlašují přes funkci [Jednorázová přihláška](#) v systému ORIS, nikoliv e-mailem. Propagujte tedy jmenovitě tuto možnost v rozpise závodu i případných dalších pozvánkách na akci.
- » U kategorií určených pro veřejnost, kde je žádoucí vysoká míra přístupnosti i pro neregistrované nováčky a zájemce (minimálně HDR a OPEN), není vhodné zvyšovat výši vkladů při přihlášce po termínu nebo na místě.
- » U kategorií pro veřejnost (včetně DH10F/DH10S!) je už z povahy jejich určení nepřijatelné účtování přírůžky ke vkladu v případě, že závodník není registrován v ČSOS.
- » Pro dohlášky do kategorií určených pro veřejnost po termínu tisku map a na místě v den závodu bychom měli mít připraveno dostatek volných map a k nim přiřazených míst ve startovce ("vakantů"), a to zejména v nejžádanějších kategoriích HDR a OPEN. Zájem o vakanty velmi závisí na počasí v den závodu, roční době závodu i lokalitě konání, pro počet volných map k tisku tedy neexistuje jednoznačné doporučení, lze ho jen odhadnout na základě zkušenosti závodů v podobných podmínkách, případně z komunikace s pořadatelem předcházejícího závodu stejné soutěže (např. oblastního žebříčku).



foto: Klára Mašínová

DH10F

obtížnost: velmi lehká s podporou

Kategorie je určena pro **děti do 10 let**, které trať absolvují **samostatně**. Trať je na úsecích mezi kontrolami **vyznačená fáborky** (nejčastěji červenobílými, červenými nebo oranžovými), přičemž spojnice mezi kontrolami v mapě vyznačují reálné vedení fáborkové linie v terénu - trasa fáborků ale není povinným úsekem, závodník ji využít nemusí. Vedení fáborků umožňuje na několika místech libovolné zkrácení postupu po výrazné cestě, pěšině, nebo jiné jednoznačné linii. Trať této kategorie (fáborková trasa i potenciální místa zkrácení) musí vždy vést terémem bezpečným i pro malé děti, jakýmkoliv rizikovým oblastem (prudké svahy, skály, oblasti s nevýraznými pěšinami) je nutné se při stavbě trati zcela vyhnout. Délka trati se v dokumentech k závodu uvádí dvojnásobně, jako délka po nejkratší realizovatelné spojnici kontrol ("vzdušnou čarou") a společně s tím také údaj o délce celé nezkracované fáborkové trasy trati. Obecně je vhodnější pro nejmenší děti stavět tratě spíše s více kontrolami a kratšími úseky (např. 8 kontrol na dvoukilometrové trati), protože nalezení kontroly a možnost jejího "pípnutí" je pro děti ujištěním a zároveň odměnou za správnou realizaci postupu.

Detailnější doporučení naleznete v [metodice zpracovávající stavbu tratí pro kategorie nejmladších závodníků a žactva](#).

Cílovou skupinou této kategorie jsou nejmladší děti, které buď již dříve běhali s doprovodem fáborkové trati v kategorii HDR a nyní vyrážejí do lesa sbírat své první samostatné zkušenosti, nebo ty, které začínají běhat rovnou samostatně. Tak či tak, účelem fáborkové trati je vytvořit prostředí, kde se i úplný začátečník díky fáborkům bez problému vrátí z lesa (pouze naběhá delší vzdálenost) s radostí. Možnost zkrácení má na těchto tratích děti postupně naučit používat mapu, zejména si ji správně orientovat a přesně vědět, kde na jednoznačných liniích (resp. jejich křížovatkách) se právě nachází, čímž postupně dochází k budování základní orientační techniky potřebné pro absolvování tratí kategorií DH10C bez podpory fáborků. **Děti by se měly v této své první kategorii absolvované bez doprovodu také**

cům vysvětleno, jak konkrétní závod probíhá, co je k němu potřeba, kdy a kam přijít apod.

- » Český svaz orientačních sportů vydal příručku [Jak na první orienták](#) a sérii výukových videí [Začínáme s orientákem](#), na které můžete z rozpisu kategorií pro veřejnost (případně přímo z ORISu) odkazovat, začátečníci se z těchto zdrojů mohou dozvědět mnoho podrobností o tom, jak jejich první závod v OB absolvovat.
- » Každý pořadatel by měl být připraven na to, že se veřejnost, která se závodu zúčastní, bude chtít orientáku dále věnovat v některém z klubů ČSOS a bude k tomu hledat další informace. Pořadatel by proto měl mít rozmyšlené, na koho ve vlastním oddíle tyto zájemce může odkázat (ideální je mít nejen pro tyto účely vytvořené vizitky s kontaktem), případně by měl být schopen zprostředkovat kontakt na klub nejbližší bydlišti dané osoby.
- » Je užitečné veškeré informační zdroje k závodu určené pro veřejnost (rozpis kategorií pro veřejnost, plakátek apod.) na někom odzkoušet - ukázat je někomu, kdo nemá s OB zkušenost a zjistit, zda jsou všechny potřebné informace srozumitelné a zda mezi nimi něco nechybí či nepřebývá.

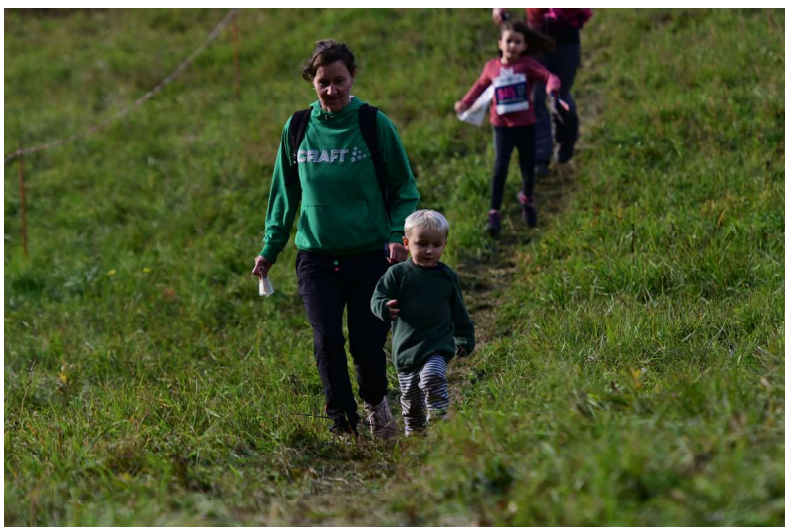


foto: Jiří Mrkvíčka

do nějaké předmětný závod zařazen. V případě oddělení dívčí a chlapecké tratě musí být fáborková linie totožná, je však možné na ní pár kontrol vytvořit rozdílných (pozor na jejich vzájemné umístění, příliš blízké kontroly nebo kontroly s podobnými kódy nejmenší děti častou matou, není a nesmí být cílem tyto závodníky "nachytat").

Stavba fáborkové trati na závody ve sprintu může být problematická kvůli nevýraznosti fáborků v městském prostředí, proto je ke zvážení v návaznosti na konkrétní podmínky, zda na takovém závodě fáborkové kategorie vypisovat. Pokud vypsány nebudou, je doporučeno zajistit pro nejmenší děti jiný orientačkový program (např. mikrosprint v uzavřeném areálu, superpípač, apod. - viz samostatná kapitola).

Pro fáborkové tratě se v jednotlivých oblastech dosud využívala označení DH10F, DH10L či DH10N. Doporučujeme sjednotit název kategorie na označení koncovkou -F, neboť jasně reprezentuje formu podpory na trati (fáborky) a je jednoduše srozumitelné i pro úplné začátečníky.

DH10S

obtížnost: velmi lehká s podporou

Kategorie je určena pro **děti do 10 let**, které trať absolvují **samostatně**. Trať je postavena tak, aby postupy mezi kontrolami vedly po jednoznačných cestách a pěšinách. Každá křižovatka nebo vidlice cest se stává pomyslným rozhodovacím bodem, kde musí závodník vybrat jednu z navazujících cest. Po odběhnutí z křižovatky po zvolené cestě čeká na závodníka **pojistka ve formě smajlíků**, kdy je na každé cestě vycházející z křižovatky viditelně umístěn žlutý usměvavý smajlík na správné trase nebo červený zmařený smajlík na nesprávné trase.

Závodník má při setkání s usměvavým smajlíkem ujištění, že běží správně, setkání s "mračounem" naopak značí, že vybral špatnou cestu a musí se vrátit zpět na křižovatku, kde svou vol-

Trat' s koridorem nebo pomocným lanem

Nejbezpečnější varianta liniové trati, avšak zároveň tou nejnáročnější na přípravu. Je třeba vytvořit v lese koridor nebo po zemi natáhnout lano, a po této vodící linii vést trat', kontroly jsou tak přímo v koridoru, resp. u nataženého lana. Mapa obsahuje zákres koridoru a kontrol v něm, které jsou vždy umístěny na jasných a výrazných objektech. S tímto systémem se můžete setkat ve Skandinávii nebo ve Švýcarsku. Pokud si děti z aktivity odnesou znalost pár mapových značek a radost z pohybu, úplně to stačí.



foto: Päivi Karjalainen

Lesní parkour

Atraktivní aktivitou může být také lesní parkour, aneb značená trat' bez mapy obsahující různé překážky adekvátní věkové úrovni (přezení spadlého stromu, podlezání plachty, kličkování mezi stromy, přeskočení úzkého potoka atd.), s možností doplnit ražení kontrol na vyznačené trase mezi překážkami.



Suunnistus Liito

Videoukázku lesního parkouru z YouTube kanálu finských orientácků naleznete na [Metodickém portále](#).

kontrolami a kratšími úseky (např. 8 kontrol na dvoukilometrové trati), protože nalezení kontroly a možnost jejího "pípnutí" je pro děti ujištěním a zároveň odměnou za správnou realizaci postupu. I vzhledem k tomu, že smajlíková trasa bývá zpravidla společná pro kategorii dětí s doprovodem (HDR), kterou absolvují ještě mladší děti, tak je třeba mít při přípravě závodu na paměti úměrnost délky trati a nebát se udělat trat' raději kratší než delší, i kdyby ji nejrychlejší závodníci v kategorii DH10S měli oběhnout za méně než 15 minut.

Detailnější doporučení naleznete v [metodice zpracovávající stavbu tratí pro kategorie nejmladších závodníků a žactva](#).

Tratě se smajlíky se používají jako alternativa namísto fáborkových tratí, jejich obtížnost však není srovnatelná, ale vyšší. Cílovou skupinou jsou děti, které již ovládají základy orientace v mapě, dokážou vnímat svou pozici na mapě, zvládnou si zorientovat mapu a najít postup k další kontrole, ale mohou v tomto chybovat a potřebují "jištění", aby se neztratily. Pokud malý závodník takové základy ještě neovládá, měl by se je bezpečně naučit v doprovodu rodiče či trenéra na trati HDR. Přístup k postupnému učení orientačních technik je tak v koncepci smajlíků zcela odlišný než u fáborků, nemožnost trat' jen "neorientácky" oběhnout po fáborkách může být výhodou i úskalím "smajlíkového řešení", protože nabízí přímější učení řešení problémů rozhodovacích bodů na křižovatkách směrem k absolvování závodních kategorií DH10C, kde je jediným rozdílem odebrání "jištění" ve formě smajlíků, obtížnost trati jinak zůstává srovnatelná. **Děti by se měly v této své první kategorii absolvované bez doprovodu také naučit nebát se samy v lese.**

Start této kategorie je zpravidla intervalový dle předem nalosované a zveřejněné startovní listiny, a to především kvůli zajištění rovnoměrného rozložení množství závodníků na trati v čase, je však možné pro tuto kategorii předepsat libovolný start. Kategorie bývá často vypisována jako společná pro dívky a chlapce (DH10S), na základě místních zvyklostí a vyššího počtu závodníků je ale možné vypsát kategorie pro dívky a chlapce odděleně (D10S, H10S) - tuto informaci je však třeba zahrnout již do rozpisu daného závodu a je doporučeno tento přístup sjednotit v rámci

Minizávod v aréně nebo jejím okolí

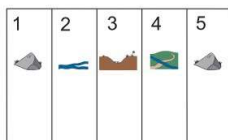
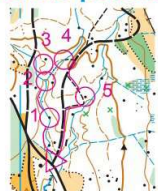
Může se jednat o kratší závod (i jen několik set metrů) na mapě ve zvětšeném měřítku, v lese značený fáborky (bez nutnosti vytvářet zkracovačky) nebo ve velmi jednoduchém terénu (např. na přehledné louce s remízky, v areálu kempu, nebo i přímo v aréně). Pro sprinty, kde nevypíšeme fáborkovou nebo smajlíkovou trať, můžeme připravit alespoň mikrosprint v uzavřeném školním nebo sportovním areálu, pokud máme takový k dispozici.

Protože nejmenší děti ještě neznají pikto-gramy, můžeme vytvořit popisy kontrol pomocí jednoduchých kreslených obrázků. Podobně můžeme namísto číselných kódů kontrol využít obrázky, např. hračky, postavy z dětských seriálů, zvířátka a podobně. Ražení je možné realizovat přes SPOR-Tident se samostatným vyčítáním (např. do aplikace SI droid na mobilu či tabletu), což je nejideálnější z hlediska nápodoby skutečného závodu, případně kleštičkami, rázítky nebo voskovkami různých barev.

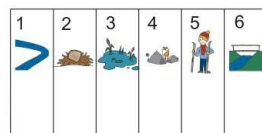
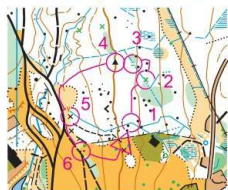
Minizávod je možné také pojmut “zážitkově”, tedy připravit na kontrolách různé aktivity nebo úkoly, např. jednoduchý obrázkový kvíz, házení na cíl, pojmenovávání pohádkových postav - fantazii se meze nekladou! Pokud je k takové variantě potřeba přímá asistence rodiče na trati (čtení úkolů a vysvětlování), je třeba to zdůraznit v pokynech, nejlépe již v rozpisu.

Náměty a ukázky různých [dětských závodů](#) a [zážitkových tratí](#) naleznete na Metodickém portále.

Okolo potoka



Divokým lesem



ukázka: LL

poplatek doobjednat.

Trať by měla využívat buď fáborkovou linii nebo trasu osazenou smajlíky používanou pro kategorii DH10F resp. DH10S (v závislosti na tom, která z variant se pro daný závod používá), je však možné na ní pro trať kategorie HDR pár kontrol vytvořit rozdílných se srovnatelnou obtížností (pozor však na jejich vzájemné umístění, protože příliš blízké kontroly nebo kontroly s podobnými kódy nejmenší děti častou matou). Obecně je vhodnější pro nejmenší děti stavět tratě spíše s více kontrolami a kratšími úseky (např. 8 kontrol na dvoukilometrové trati), protože nalezení kontroly a možnost jejího “pípnutí” je pro děti ujištěním a zároveň odměnou za správnou realizaci postupu. Při přípravě závodu je třeba mít na paměti úměrnost délky trati a nebát se udělat trať raději kratší než delší, i kdyby ji nejrychlejší závodníci v kategorii DH10F/S měli oběhnout za méně než 15 minut.

Trať by měla být vedena snadno schůdným terénem, (ne)průjezdnost trati s kočárkem doporučujeme uvést do rozpisu nebo pokynů, avšak z podstaty našeho sportu ji nelze považovat za samozřejmost a standard.



foto: Jirí Čech

ročnosti, je nutné jejich určení popsat již v rozpise závodu (nejlépe s přibližnou délkou trati, zejména u závodů na klasické trati). Číslice v názvu kategorie může být také přímo využita pro označení přibližné délky trati zaokrouhlené na celé kilometry

Start této kategorie je libovolný v časovém rozmezí určeném pořadatelem v pokynech k závodu, přičemž startovní rozmezí by mělo být pro všechny kategorie s libovolným startem (HDR, OPEN, T) stejné. Nic u této nesoutěžní kategorie nebrání tomu, aby dva nebo více jednotlivě přihlášených závodníků (např. rodinní příslušníci, přátelé, oddíloví kolegové) odstartovali společně ve stejný čas, pokud o to požádají, například za účelem vzájemného stínování a zlepšování svých technických dovedností.

Označení tratí barvami dle obtížnosti

U závodů, kde se nepoužívá klasické rozdělení kategorií podle věku a pohlaví, nebo je účast v těchto kategoriích podmíněna splněním kvalifikačních kritérií (např. doprovodné závody přidružené k MČR, neoficiální akce, zimní ligy apod.) je možné pro názvy kategorií využít přímo jednotné barevné označení úrovní obtížnosti tratí. Používat je možné jejich označení v češtině Bílá, Zelená, Modrá, Červená, Černá (pozor však na podobnost posledních dvou názvů, která může způsobit problémy s odběrem správné mapy za běhu apod.) nebo je možné využít také anglické ekvivalenty těchto označení White, Green, Blue, Red, Black.

děti v centru závodu nebo jeho okolí je velmi vhodná také v případě, kdy máme prostor mapy daleko od centra a cesty na start a z cíle budou nevyhnutelně dlouhé, což zejména u nejmenších dětí náročnost absolvování závodu násobí a snižuje přístupnost závodu právě této skupině.

OPEN

obtížnost: lehká

Kategorie je určena pro **nováčky a začátečníky bez ohledu na věk**. Cílová skupina je tak velmi široká, může se jednat o rodiče, příbuzné nebo známé již běžajících závodníků, nováčky z oddílů, kteří nabírají zkušenosti na svých prvních závodech, či zájemce z řad veřejnosti bez vazby na jakýkoliv oddíl OB. Na jednu přihlášku (= jedno přihlášené jméno, s jedním čipem a jednou mapou) může startovat libovolný počet osob, tedy i dvojice nebo rodina. Nadstandardem od pořadatelů může být možnost si doobjednat další mapy za nižší cenu pro osoby startující na jednu přihlášku.

Trat by měla být **lehká a vždy přizpůsobená tak, aby ji zvládl absolvovat i začátečník**, který nikdy OB neběžel. Fyzická i orientační náročnost trati by měla být srovnatelná s kategoriemi DH12, trať by tedy měla vést po síti linií (vyjma vrstevnicových linií a tvarů) a případné postupy přímo terénem nabízet pouze v přehledných místech, na krátkou vzdálenost a vždy končící na jasné linii. Kontroly mohou být umístěny na obtížnějších objektech a dále od linií, vždy ale pouze na pozitivních tvarech a jasně dohledatelné. Trať by se měla vyhýbat velmi náročnému terénu, například prudkým kamenitým svahům. Kategorií OPEN se často účastní také příležitostní běžci na úrovni "věčných začátečníků", kteří chtějí pravidelně a dlouhodobě běhat pouze rekreačně a na tratích nízké obtížnosti, často může být jejich počet srovnatelný s opravdovými nováčky. Tento fakt částečně "zkušenosti" závodníků však nelze považovat za argument pro zvyšování náročnosti trati OPEN (byť jen v části trati), ta by vždy měla respektovat doporučenou úroveň obtížnosti a být připravená k plnění svého primárního určení - mít obtížnost nastavenou tak,