

野外定向

Orienteer



完成下列各項：

1. 完成 (a) 或 (b) 或 (c) 項：
 - (a) 完成總會、地域或區會舉辦之野外定向專章訓練班；或
 - (b) 持有「香港野外定向總會」之野外定向第一階段訓練班證書；或
 - (c) 完成下列各項：
 - (i) 認識野外定向的歷史及形式；
 - (ii) 認識野外定向運動裝備；
 - (iii) 明瞭野外定向地圖比例、等高線、顏色及其相關圖例之定義；
 - (iv) 認識國際控制點提示符號表；
 - (v) 能分別使用指南針及地貌來正置地圖；
 - (vi) 明瞭下列定向技術 — 3S、拇指輔行法、扶手法及沿途搜集特徵；
 - (vii) 明瞭野外定向比賽之類型、程序和規則；
 - (viii) 明瞭野外定向活動之安全措施；及
 - (ix) 能描述地圖上其中一段路程（不少於五百米）。

2. 完成下列其中一場越野式野外定向比賽：
 - (a) 由總會、地域或區會舉辦之野外定向比賽
 - (b) 「香港定向總會」認可之公開野外定向賽事

註：雙人組、體驗組、公園定向及短途定向賽將不計算在內



持續參與活動不少於十二星期（當中參與時間不少每兩星期兩小時），即合共不少於十二小時而完成此章，可與香港青年獎勵計劃銅章級康樂體育科之相應項目對等。