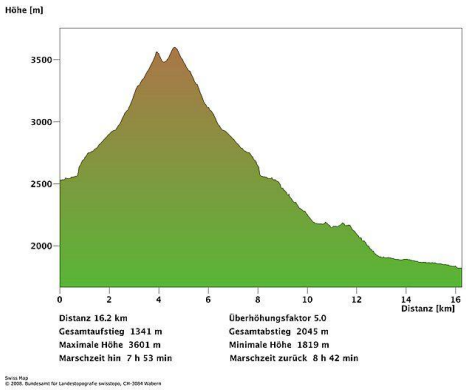


BEKÜLDŐ
jsschinznach

ON
2011.11.07

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

A menetidő kiszámítása és a menetidő-táblázat



A túra tervezésének központi eleme a menetidő kiszámítása. Csak ennek segítségével lehet a túrákat megtervezni.

Alapvetően az a szabály, hogy a számítás jó, de a kipróbálás jobb. Különösen az ismeretlen terepen tett túrák esetében feltétlenül érdemes felderítést végezni, hogy ellenőrizni lehessen a kiszámított gyaloglási időket.

Adatok kiolvasása a térképből

Mielőtt kiszámíthatná a gyaloglási időt, be kell olvasnia a szükséges adatokat a térképről. Alternatív megoldásként ehhez használhat egy szoftveres eszközt is (lásd a „Szoftveres eszköz” című részt).

Vízszintes távolság

A vízszintes távolságot többféle módon is meghatározhatja a térkép alapján:

- Fektessen egy zsinórt az útvonalra, majd mérje meg (kifeszítve)
- Jelölje be a túra szakaszait egy papírlap szélén, majd mérje meg őket
- Kövesse nyomon az útvonalat egy térképkerékkel, majd olvassa le a mért értéket
- Mérje meg az útvonalat a Google Earth „Trail” funkciójával (hátrány: az útvonalnak a műholdas képen kell lennie)

Magasságkülönbség

A legtöbb esetben a térkép legfontosabb útpontjai már magassági adatokkal vannak jelölve. Alternatív megoldásként a magasságkülönbségek a magassági vonalak és az egyenlő távolság segítségével is meghatározhatók. Megjegyzés: Az 1:25 000-es térképeken az egyenlő távolság sík terepen 10 m, hegyvidéken viszont 20 m!

A menetidő kiszámítása

A menetidőt a menetsebesség és az Lkm (teljesítménykilométerek) alapján határozzák meg.

A menetsebesség meghatározásakor számos tényezőt figyelembe kell venni:

- A résztvevők életkora és fizikai állapota
- A csomagok súlya
- A csoport mérete
- A szünetek időtartama és gyakorisága
- A megtett távolság
- Időjárás, hőmérséklet
- A napszak
- A résztvevők közérzete

Általában a csoportok gyaloglási sebessége 4 és 5 Lkm/h között mozog.

A teljesítménykilométereket a vízszintes távolság, a szintemelkedés és a meredek lejtő alapján számítják ki. A következő szabályok érvényesek:

1 Lkm = 1 km vízszintes távolság = 100 hm emelkedő = 150 hm meredek lejtő (>20%, azaz több mint 20 hm 100 méteres vízszintes távolságon)

Számítási példa:

Egy körútvonalú túra 7,2 km vízszintes távolságot, 350 hm szintemelkedést és 50 hm meredek lejtőt foglal magában. A csoport 4,5 Lkm/h sebességgel halad. Mennyi ideig tart a túra (a szünetek nélkül)?

Teljes távolság = 7,2 Lkm (vízszintes) + 3,5 Lkm (emelkedő) + 0,3 Lkm (lejtő) **= 11 Lkm**

Gyaloglási idő = Teljes távolság : Sebesség = 11 Lkm : 4,5 Lkm/h = 2,44 h = 2 óra 26 perc

Pihenők

A túrázás során elengedhetetlen a rendszeres pihenés. Ugyanakkor nem szabad túl sokat pihenni, mert különben nem haladunk olyan gyorsan, ahogy szeretnénk, és a túra elhúzódik.

Jó irányelv, hogy 50 perc gyaloglás után 10 perces szünetet tartsunk. Különösen az idősebb résztvevők esetében érdemes ezt a túra kezdete előtt közölni velük. Ez segít elkerülni a morgolódást, mivel az időbeosztás egyértelműen meg van határozva. Ezenkívül a hosszabb túrákhoz hosszabb szünetek is tartoznak, például ebédszünet.

Túraidő-táblázat

Túra tervezésekor érdemes kiszámítani az útvonal egyes szakaszainak bejárási idejét. Ezeket az értékeket be lehet vinni egy gyaloglási időtáblázatba, amely így egy áttekinthető ütemtervet nyújt, tartalmazva az egész túra szakaszidőit.

Az ilyen táblázat elkészítésének legegyszerűbb módja a Youth+Sport Excel-sablon használata. Csak annyit kell tennie, hogy beírja a táblázatba az útpontok közötti vízszintes távolságokat, azok tengerszint feletti magasságait és a gyaloglási sebességet. A többit a rendszer automatikusan kiszámítja. A szünetek időtartamát is beírhatja. Az útvonal profilja szintén automatikusan generálódik. Az utasítások és egy példa az Excel-fájl lapjain találhatók.

Megjegyzés: A J+S sablon nem veszi figyelembe a meredek emelkedőket!

Ifjúsági és sportprogramok menetrendje

Szoftvereszköz

A Svájci Topográfiai Hivatal (swisstopo) már egy ideje kínálja a Swiss Map szoftvert. Ez a szoftver túrák tervezésére szolgál.

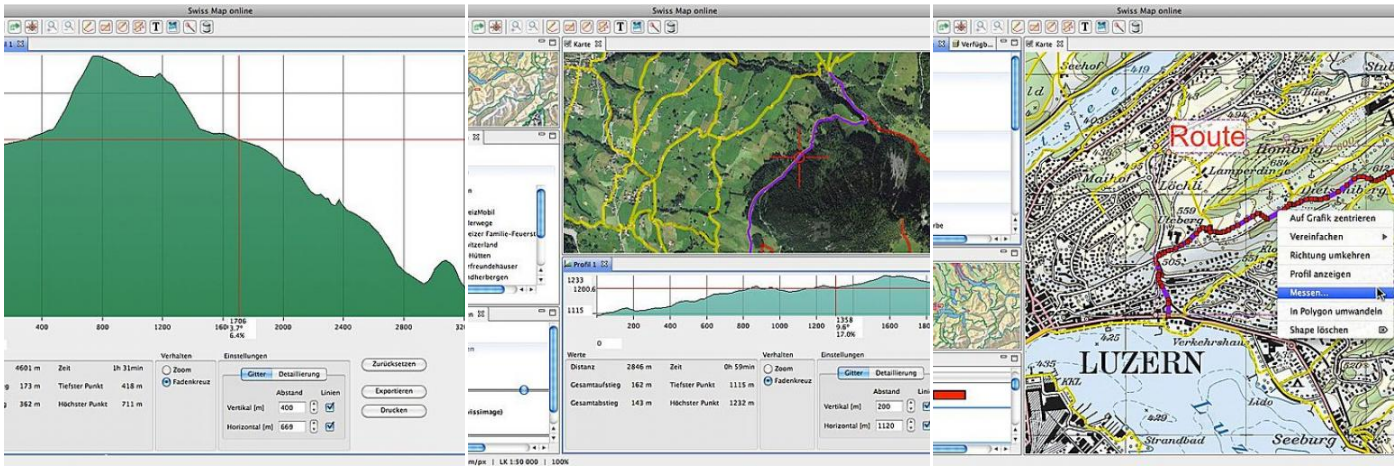
A 2011. júniusát megelőző verziókban az összes térképadatot helyileg, a számítógépen tárolták. Azóta a termék neve Swiss Map Online, és a térképadatokat közvetlenül az internetről tölti le. Ennek az az előnye, hogy a térképadatok mindig naprakészek. A szoftver első évében 49 CHF-ba, minden további évben pedig 29 CHF-ba kerül.

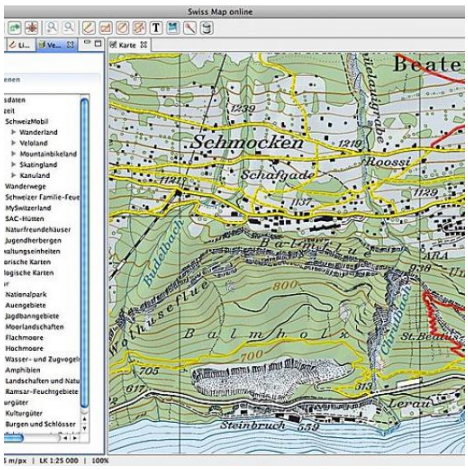
A legtöbb túraútvonal már szerepel a szoftverben, és néhány egyszerű kattintással összekapcsolhatók egymással. Alternatívaként saját útvonalat is megtervezhet. Miután összeállította a túraútvonalat, megtekintheti a vízszintes távolságot, a szintemelkedést, a szintcsökkenést, a kiszámított gyaloglási időt (bár a gyaloglási sebesség nem derül ki), valamint a részletes útvonalprofilt (lásd a borítóképet).

A rögzített túraútvonalakat .xol fájlként (overlay fájl) lehet elmenteni, és bármikor elő lehet hívni.

Ez az eszköz nem helyettesíti a túraidő-táblázatot. Csak megkönnyíti a túraadatok rögzítését. Ezenkívül nagyon pontos is.

Swiss Map Online





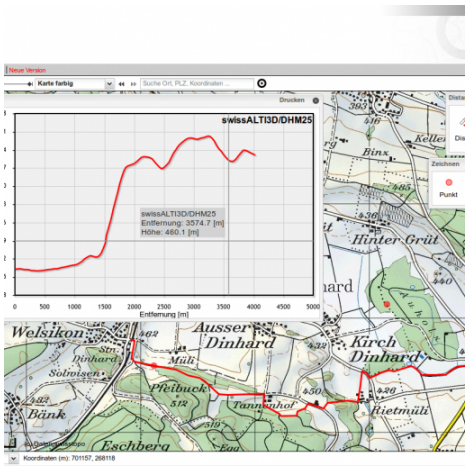
map.geo.admin.ch

A map.geo.admin.ch weboldalon Svájc összes térképe ingyenesen és regisztráció nélkül elérhető online. A térképeket különböző méretarányokban megtekintheti vagy kinyomtathatja.

A jobb felső sarokban található kiegészítő funkciók segítségével pontokat, vonalakat vagy alakzatokat is rajzolhat. Ideális tájfutó pályákhoz. A térképeket ezután azonnal kinyomtathatja.

A kiegészítő funkciók között található egy magassági profil készítésére szolgáló eszköz is. Ezek segítségével könnyen kiszámíthatók a túrázási idők.

Képernyőkép a map.geo.admin.ch weboldalról



Megjegyzések

- A számítások során nem veszik figyelembe az ösvények állapotát; rossz állapotú ösvényeken hosszabb túraidővel kell számolni.
- Mindig számoljon be plusz időt (pl. ha tömegközlekedési csatlakozásra kell figyelnie).
- A J+S táborok esetében legalább egy vezetőnek el kell végeznie a hegyi túrákra vonatkozó „Mountain Trekking Safety Module” modulot.

Hivatkozások

- Borítókép: Swiss Map magasságprofil, a Jungschar Schinznach / Manuel Meier jóvoltából
- Túraidő-táblázat: Youth + Sport, Tábor Sport/Túrázás --> Letöltések
- Swiss Map online: Svájci Topográfiai Hivatal (swisstopo) (a szükséges engedélyt megkaptuk)
- Képernyőkép a map.geo.admin.ch weboldalról: Képernyőkép a map.geo.admin.ch weboldalról

Weitere Informationen

Kategóriák
Technológia és szabadtéri tevékenységek

Címkék
Túrázás

Kor
16. életév betöltésétől

A résztvevők száma
Nincsenek elérhető adatok.

Biblia
Ez az információ hiányzik.

Anyag
Rengeteg munka

Fájl letöltés
Fájl letöltés elérhető

KI Generierter Inhalt
Tartalom
Kategóriák
Címkék
Kor
A résztvevők száma
Biblia
Anyag

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/hu/wiki/art/menetido-kiszamitasa-es-menetido-tablazat