



ORIENTEERING CLUB

S
C
O
T

九龍公園

比例 Scale 1:2000

Basemap by:
1:1000 Survey Map (Lands)
1:2000 Park-O Map made
Antony A.T. CHEN (Feb 20

Drawn using OCAD 8.13. L
Symbols are drawn using I
OAHK Map Reg. No. : 06/
Map updated by KEUNG W
(Jun 2010)

公園定向筆記



	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		可通過建築物
	雜草地		建築物
	有疏樹之雜草地		隧道
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		
	徑		
	路		
	空曠地		
	有疏樹之空曠地		
	雜草地		
	有疏樹之雜草地		



	目錄.....	p.1
	公園定向章的課程 ~ 幼童軍支部.....	p.2
	公園定向章的課程 ~ 童軍支部.....	p.3
	甚麼是公園定向.....	p.4
	定向活動的歷史.....	p.4
	活動形式.....	p.5
	活動類形.....	p.6
	控制點標誌及蓋印方法.....	p.7
	認識地圖.....	p.8
 	顏色區分及等高線.....	p.9
	圖例的認識.....	p.10
	甚麼是比例.....	p.11
	定向技術.....	p.12
	國際控制點提示符號運用.....	p.13-14
	公園定向活動程序.....	p.15
	公園定向之規則.....	p.16
	公園定向安全守則.....	p.16
	意外成因及預防方法.....	p.17



公園定向章的課程 ~ 幼童軍支部

此章共有三級，必需依次序完成初級、中級及高級章內各個項目。幼童軍只可以佩戴其中一個徽章。

初級 - 紅色

在完成公園定向訓練課程及參與一次相關的體驗活動後，能：

- 認識甚麼是公園定向及其簡單歷史
- 知曉越野式及奪分式定向之玩法
- 明瞭公園定向地圖顏色定義
- 認識公園定向地圖基本圖例
- 懂得公園定向活動安全守則



中級 - 黃色

在完成公園定向初級章（紅色）後，能：

- 明瞭公園定向比賽程序
- 示範正置公園定向地圖的方法
- 示範拇指輔行法
- 參與一次公園定向同樂日或比賽



高級 - 綠色

在完成公園定向中級章（黃色）後，能：

- 認識甚麼是地圖比例及其表示方式
- 知曉公園定向地圖等高線之概念
- 明瞭國際控制點提示符號表之主要用途
- 描述一段不少於100米的公園定向地圖所見事物
- 完成最少二次公園定向比賽



（註：中級（黃色）章 d 項與高級（綠色）e 項不能是同一事工）



公園定向章的課程 ~ 童軍支部

完成下列各項：

1. 認識越野式及奪分式定向比賽類型；
2. 認識公園定向所需要之裝備；
3. 明瞭公園定向地圖比例、等高線、顏色及其相關圖例之定義；
4. 懂得正置公園定向地圖方法；
5. 明瞭3S及拇指輔行法之應用；
6. 明瞭公園定向比賽程序、安全措施及規則；
7. 能描述地圖上一段不少於100 米路程所見到的地理特徵；
8. 參與一次公園定向活動、比賽或短途定向賽事。





甚麼是公園定向

公園定向是一項發揮個人智慧和體能的運動，運動員需憑個人定向技術，地圖閱讀能力及自己思考判斷，在公園內尋找賽會預先安放的控制點。

定向活動的歷史

一九一八年瑞典童軍領袖僑蘭特構思了一種尋寶遊戲訓練童軍在野外辨別方向及體能，後來稱為野外定向。基於定向技術不只限適用於野外，更可在公園及學校裏舉行，使到小朋友亦能參與這項有益身心的活動。





活動形式

現時國際定向賽事主要有以下四大形式：



徒步定向
Foot
Orienteering



滑雪定向
Ski
Orienteering



越野單車定向
Mountain Bike
Orienteering



沿徑定向
Trail
Orienteering

另外坊間還有其他形式之定向運動：

公園定向 (Park Orienteering)

城市定向 (City Orienteering)

馬拉松定向 (Rogaine)

獨木舟定向 (Canoe Orienteering) 等

定向運動可在日間或夜間進行，夜間進行可稱為黑夜定向 (Night-O)

定向賽事也可有不同距離賽程的賽事，以徒步定向為例：

長距離 (Long) - 一般勝出時間為60分鐘或以上

中距離 (Middle) - 一般勝出時間為30-45分鐘

短距離 (Sprint) - 一般勝出時間為12-15分鐘

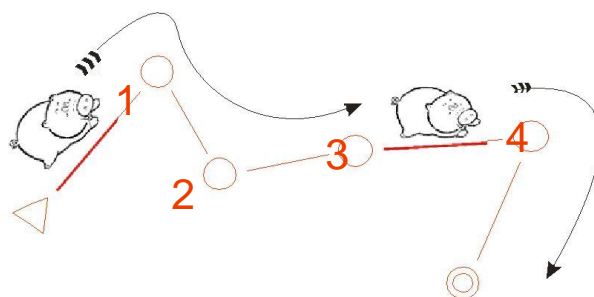
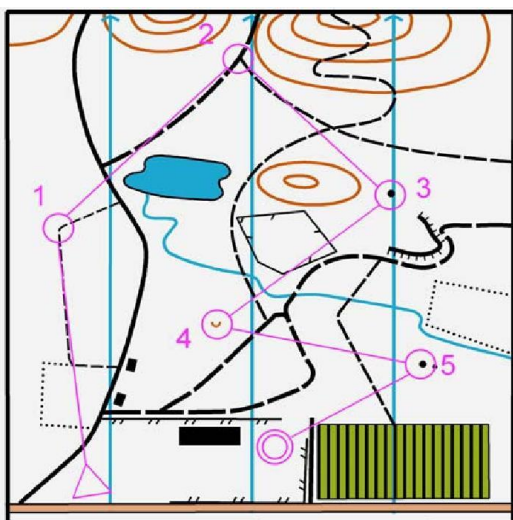


活動類形

定向賽事最常見的比賽類形：越野式 及 奪分式

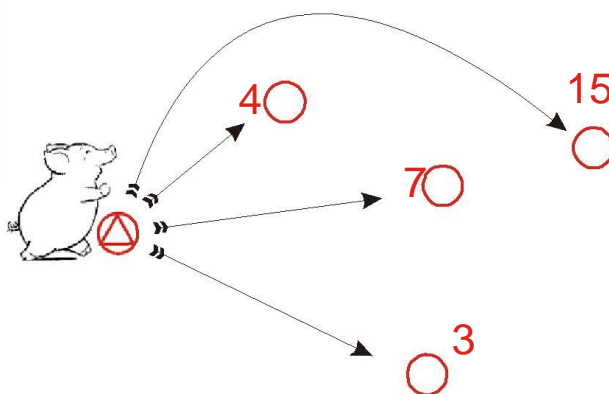
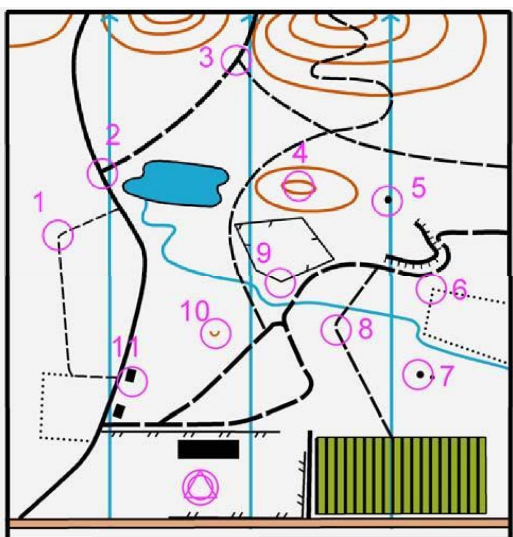
越野式 (Cross-country)

依從大會指定次序逐一到訪各控制點後，向終點處報到



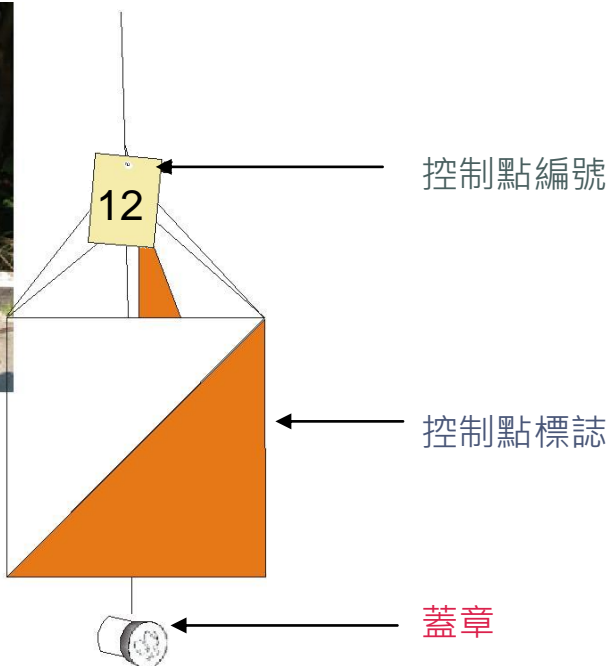
奪分式 (Score)

在限時內無需依次序盡快到訪各控制點，然後回終點處報到

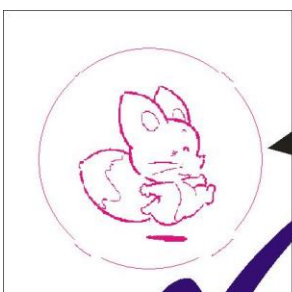




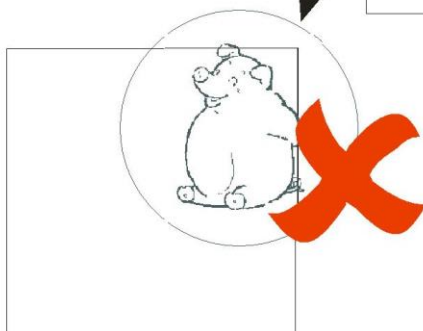
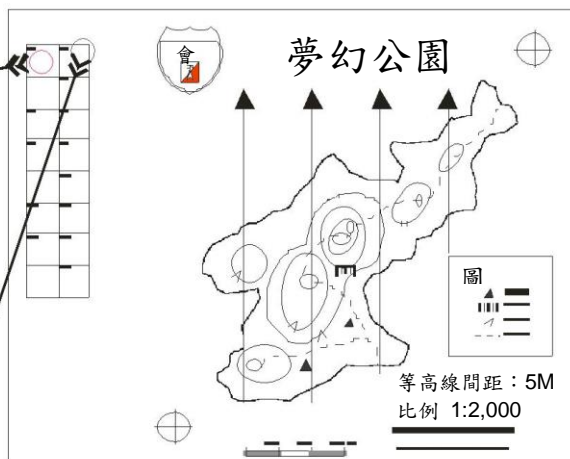
控制點標誌



蓋印方法



正確
蓋印在方格正中央



錯誤：
蓋印出格



認識地圖

甚麼是地圖？

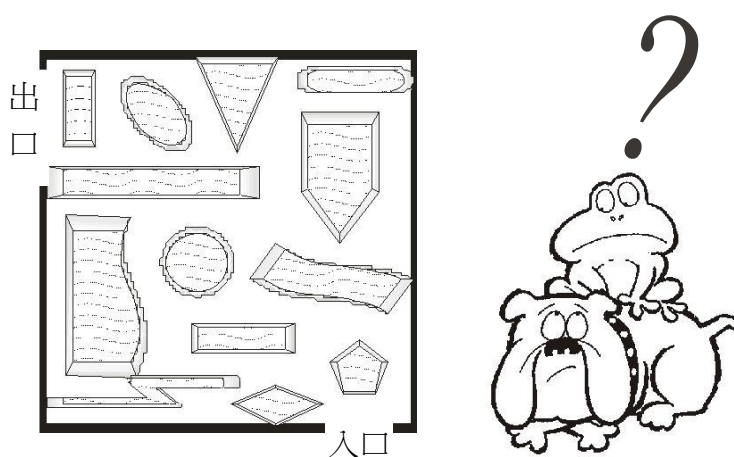
用圖像將實際地理環境的資料，按比例記錄下來



地圖的功用

確認自己的位置








尋找目標物所在



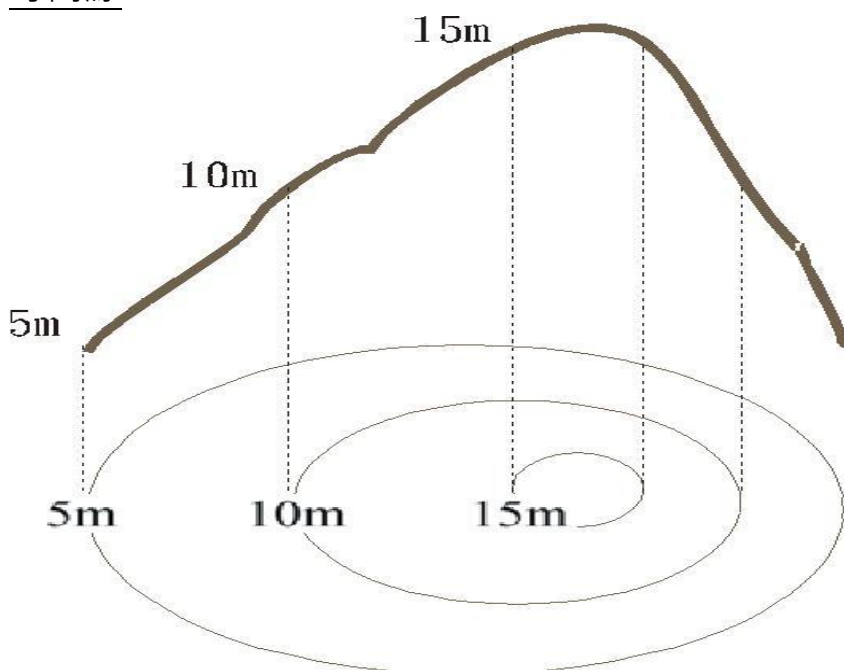


顏色區分及等高線

定向地圖內之顏色

顏色	區分
 綠	植被 (通行困難)
 白	可跑樹林
 黃	空曠地
 黑	人造特徵、小徑、石類特徵
 藍	水
 啡	地貌
 紫紅/紅	附加資料：路線符號

等高線





圖例的認識

公園定向常見圖例

	道路		三合土地
	樓梯 / 梯級		小徑
	石		特別人工物
	不可通越建築物		可通越建築物
	不可攀越圍欄		可攀越圍欄
	不可攀越石牆		可攀越石牆
	不可攀越崖壁		可攀越崖壁
	泥坡		等高線
	禁區 / 花圃		小丘
	植被 (通行困難)		空曠地
	水池 (不可通越)		獨樹
			水道 / 渠道

路線符號

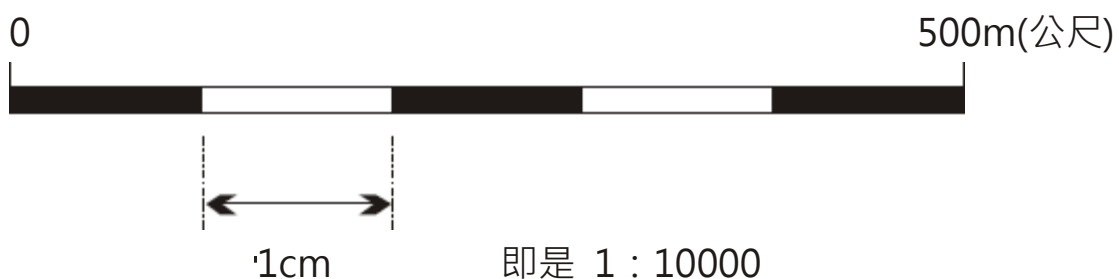
	起點		終點
	控制點		



甚麼是比例？

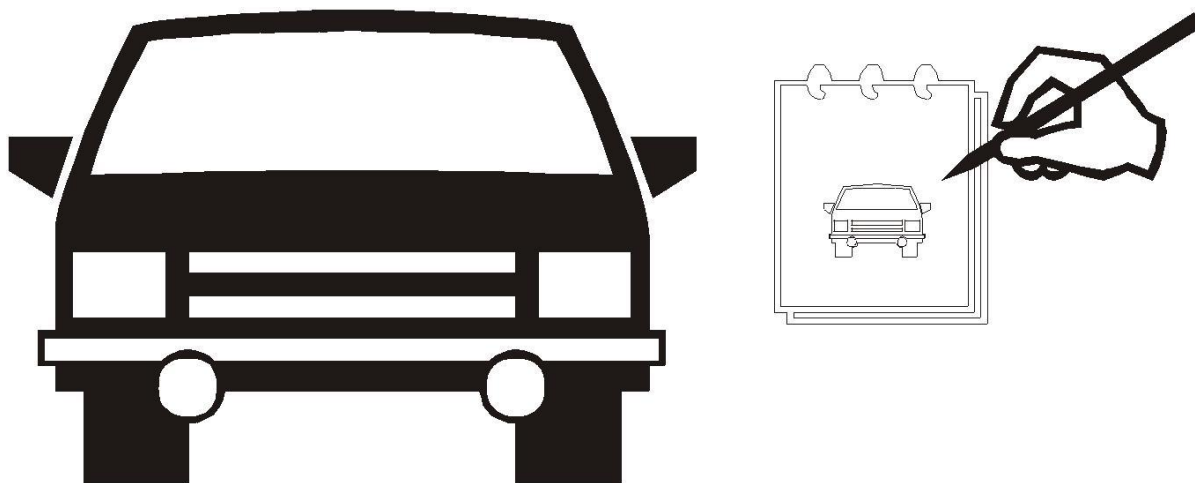
用數字代表圖形經過放大或縮小後與真實的比照。

比例尺



一輛車這麼大，如何能把它劃在紙上？

答案當然是把車經過合適的縮小，才可將全貌劃在紙上。

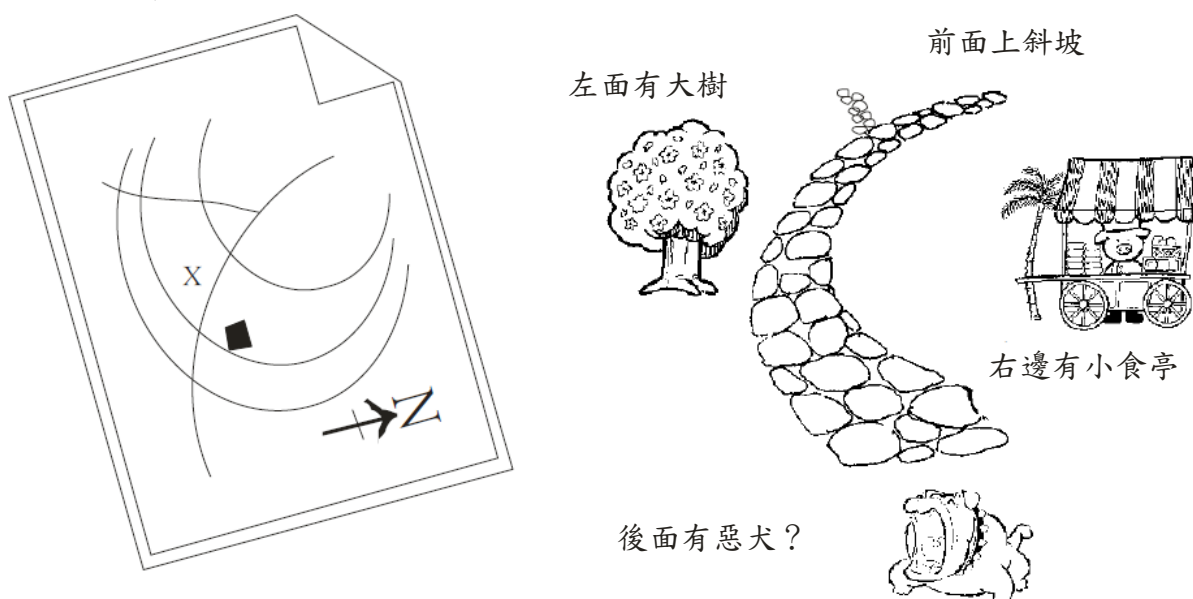




定向技術

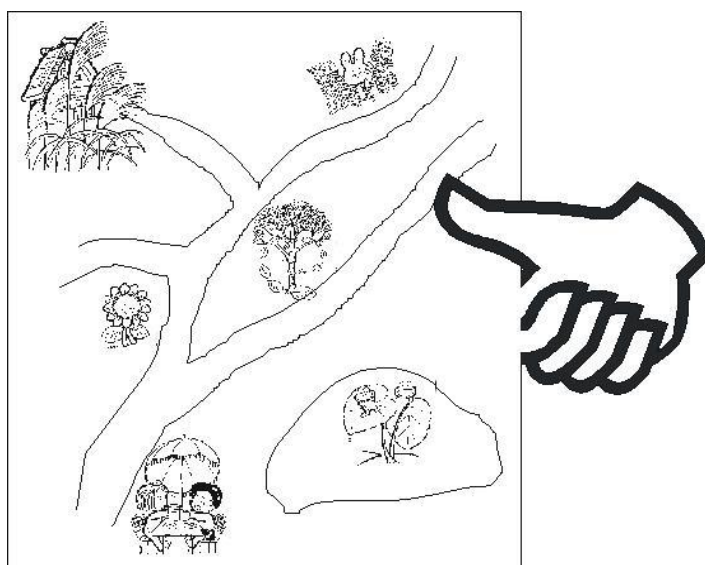
正置地圖

使地圖跟地面環境互相配合。



拇指輔行法

1. 先正置地圖，把拇指放在地圖上自己所站的位置。當前進時，拇指跟隨路線移動。
2. 當改變方向，只可身體轉動而地圖不轉。





國際控制點提示符號運用

基本賽程資訊

1	IOF Event Example										
2	M45, M50, W21										
	5	3	7.6 km				210m		4		
5	▷			/	↗	Y					
	1	101		⋯				<			
6	2	212	↖	▲		1.0	○	○	☕		
	3	135		⊗	⊗		≡	≡	人		
7	○----- 200 ----->◎										

1. 賽事名稱
2. 組別
3. 長度
4. 累計攀高
5. 起點資訊
6. 控制點資訊
7. 終點資訊

如何閱讀國際控制點提示符號表

A: 控制點序號

越野式 = 次序

奪分式 = 地圖上顯示的數字

B: 控制點編號

每個控制點獨有的號碼

D: 控制點特徵

以國際提示符號描述

控制點所在位置及特徵

H: 其他資料

控制點分值 (只限奪分式)

終點資訊 : 最後控制點返回終點的距離 (只限越野式)

A	B	C	D	E	F	G	H
▷			/	↗	Y		
1	101		⋯			<	
2	212	↖	▲		1.0	○	☕
3	135		⊗	⊗		≡	人
4	246		⊖			○	
5	164	→	□			○	
○----- 200 ----->◎							

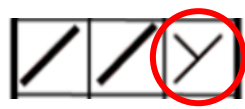


國際控制點提示符號運用

公園定向常見控制點提示符號 (D行)

	道路		三合土地
	樓梯		小徑
	石		特別人工物
	建築物		有蓋通道
	圍欄		石牆
	崖壁		泥坡
	山頂		小丘
	叢林 / 植被		空曠地
	樹林角		獨樹
	水池		水道 / 渠道

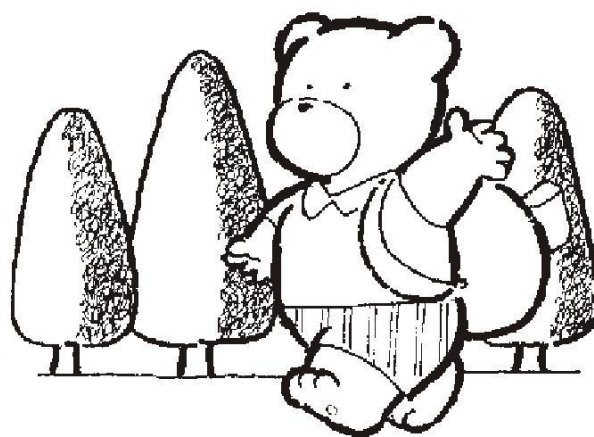
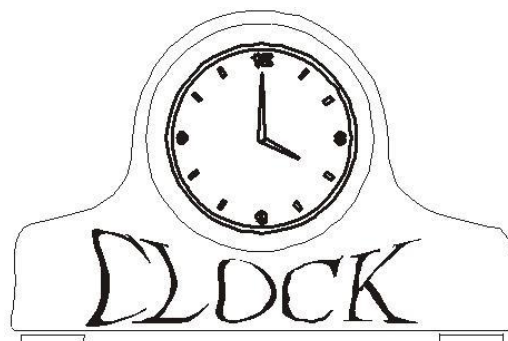
公園定向常見控制點提示組合 (D,E,F行)

	小徑與小徑 交匯處		道路與道路 連接處
---	--------------	--	--------------



公園定向活動 / 比賽程序

1. 報到處
2. 出發等候區
3. 取地圖
4. 觀察及正置地圖
5. 出發
6. 找尋控制點
7. 確認控制點
8. 在地圖上正確位置蓋印章
9. 重複 6 至 8
10. 回終點報到



23

終 FINISH 點

計
時



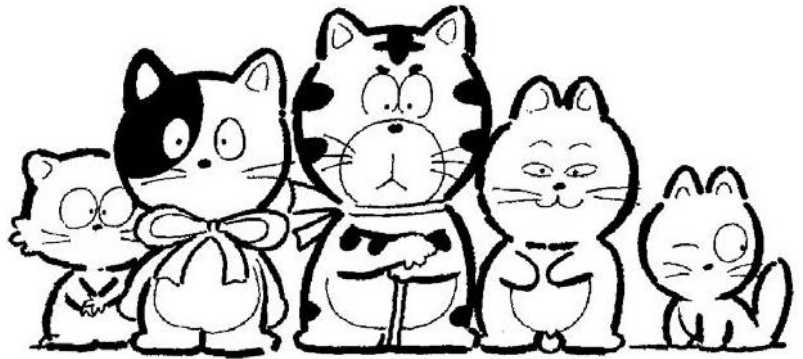
收
圖





公園定向之規則

1. 保持公園清潔
2. 不可干擾公園內遊人
3. 愛護公園設施
4. 不可破壞公物
5. 不可損毀花草樹木
6. 必須服從工作人員指示
7. 未完成活動，不可離開公園範圍
8. 報到出發後，無論否完成或放棄活動，都必須向終點處報告



～。貓巡邏隊。～

公園定向安全守則

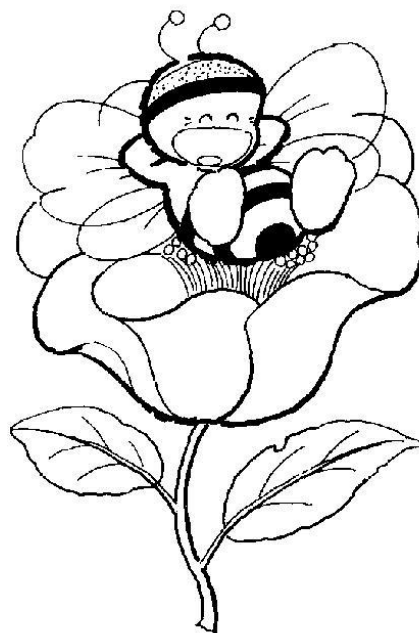
活動主要在公園裏進行，路線多是平坦小徑或樓梯，故發生意外情況較少，但舉辦團體及參者亦不能疏忽。

1. 不可胡亂奔跑；
2. 不可進入或橫越禁區；
3. 不可攀爬建築物，遊戲架或樹林；
4. 不可故意跨過或踐踏水池，積水；
5. 不可在梯級或不平地面跳躍。



意外成因

1. 不小心
2. 對自己能力估計錯誤
3. 對可能存在之危險缺乏認識
4. 裝備不足



預防方法

1. 切勿攀越圍欄，花圃
2. 留意其他公園內的使用者
3. 穿著運動裝束
4. 切勿離開公園範圍
5. 切勿進入禁區

