

## KARTA LJUNGSKILE

Skala 1:10 000  
(1 cm på kartan = 100 m  
i verkligheten)



### MÅNADSSLÄPP 1 september

Nr	Beskrivning	Svårighet	Kod
41	Nordöstra punkthöjden	●	
42	Mellan punkthöjderna	●	
43	Branten	●	
44	Brunnen	●	●
45	Stigkröken	●	●
56	Tät skog	●	●
57	Stenen	●	●
58	Stakethörnet	●	●
59	Stenmurslutet	●	●
60	Stenmurs hörnet	●	●

Släpps  
1:a Sept.

### OM ARRANGÖRERNA:

Uddevalla OK, Uddevalla IS, Herrestad AIF och Ljungskile FK samarbetar om Hittaut i Uddevalla kommun. Uddevalla OK har sin klubbstuga vid Bulid i norra Uddevalla med hemmateräng på Herrestadsfjället. Herrestad AIF orientering är en sektion i HAIF med kansli på Undavägen. Hemmateräng är Herrestad-Torsbergsskogsområdet. Uddevalla IS Orientering har kansli på Rimnershallen ihop med övriga föreningar i UIS och hemmateräng runt Bjursjön och södra Uddevalla. Ljungskile FK har sin klubbstuga på Norra Fjället öster om Ljungskile. Orienteringsverksamheten är basen i föreningen men har också skidverksamhet. Klubbarna arrangerar huvudsakligen orienteringstävlingar, motionsorienteringar och tipspromenader.



### Klubbarnas webbadresser:

<http://www.uok.se/>  
<https://idrottonline.se/UddevallaIS-Orientering>  
<https://idrottonline.se/HerrestadsAIF-Orientering>  
[www.ljungskilefriluftsklubb.se/](http://www.ljungskilefriluftsklubb.se/)

### FÖR KONTAKT:

Epost: [uddevalla@hittaut.nu](mailto:uddevalla@hittaut.nu)  
Telefon: 0522-88375  
Herrestad AIF:s klubbstuga

### VAD ÄR HITTAUT?

Hittaut går ut på att hitta checkpoints i stads- och skogsmiljö. Det är ett av Sveriges största friskvårdsprojekt som ägs av Svenska Orienteringsförbundet och drivs av den lokala orienteringsföreningen. 2019 finns hittaut i över 40 orter och aktiverar ca 60 000 deltagare. Kartan och digital teknik står i fokus och målet är att aktivera och få fler människor att uppleva och upptäcka naturen nära sig.

### HUR FUNKAR HITTAUT?

Varje ring på kartan representerar en checkpoint, som ute i terrängen markeras med en checkpointstolpe. Varje checkpoint har en specifik kod som du registrerar på ditt konto. Skapa ett konto på [orientering.se/hittaut](http://orientering.se/hittaut) eller i appen **hittaut**.

➤ HELGAKTIVITET FÖR HELA FAMILJEN

➤ SEMESTRA HEMMA MED HITTAUT



GÅ, CYKLA  
ELLER  
SPRING!

LÄS MER PÅ  
[orientering.se/hittaut](http://orientering.se/hittaut) @hittaut.nu @hittaut\_orientering

### CHECKPOINTS

➤ Våra checkpoints är markerade i naturen med en meterhög aluminiumstolpe.

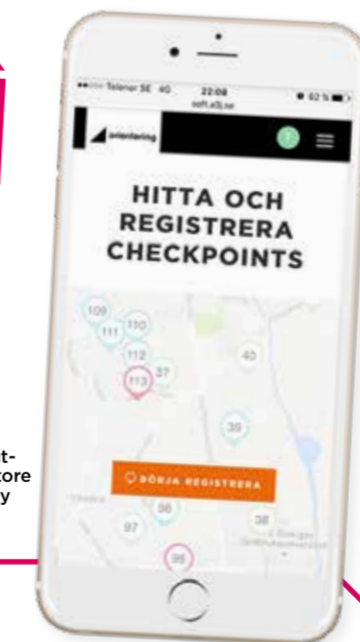
➤ På checkpointstolpen finns siffra och den kodbokstav som ska registreras på [orientering.se/hittaut](http://orientering.se/hittaut) eller i appen.



Ladda ner hittaut-appen från App Store eller Google Play

### APPEN

I mobilappen för IOS och Android har du tillgång till kartan, samtidigt som det blir lättare att registrera direkt på plats vid checkpointen.



### UTLÄMNINGSTÄLLEN

Här kan du hämta en ny karta:

- Kommunens kontaktcenter, Kungstorget, Uddevalla
- Bohusläns museum, Museigatan 1, Uddevalla
- Uddevalla Turistcenter, Södra Hamnen 2, Uddevalla
- Uddevalla stadsbibliotek, Södergatan 26, Uddevalla
- Dalabergs bibliotek, Dalabergs centrum, Uddevalla
- Friskis&Svettis, Kasenabbevägen 20, Uddevalla
- Rimnershallen, Rimnersgatan 13, Uddevalla
- El och Fritid, Hälle Lider 2 D, Ljungskile
- Herrestads AIF:s klubbstuga, Undavägen Stan 101, Uddevalla

Motionsorienteringar arrangeras den 9, 16 och 23 maj i Uddevalla och Ljungskile. Där kan du välja orienteringsbanor med olika längd och svårighetsgrad med eller utan tidtagning.

[www.motionsorientering.se](http://www.motionsorientering.se)

### REGISTRERA CHECKPOINTS OCH VINN PRISER

När du hittat en checkpoint registrerar du bokstavskoden på [orientering.se/hittaut](http://orientering.se/hittaut) eller i appen och är då automatiskt med i vinstdragningarna vid tre tillfällen.

Mer information om vinstdragningarna och priser på [orientering.se/hittaut/uddevalla](http://orientering.se/hittaut/uddevalla)

### UPPLEV OCH UPPTÄCK NATUREN NÄRA DIG!

Hittaut är en gratis aktivitet där du rör på dig samtidigt som du upptäcker nya platser.

SÅ HÄR SER KARTAN UT!



GRATIS

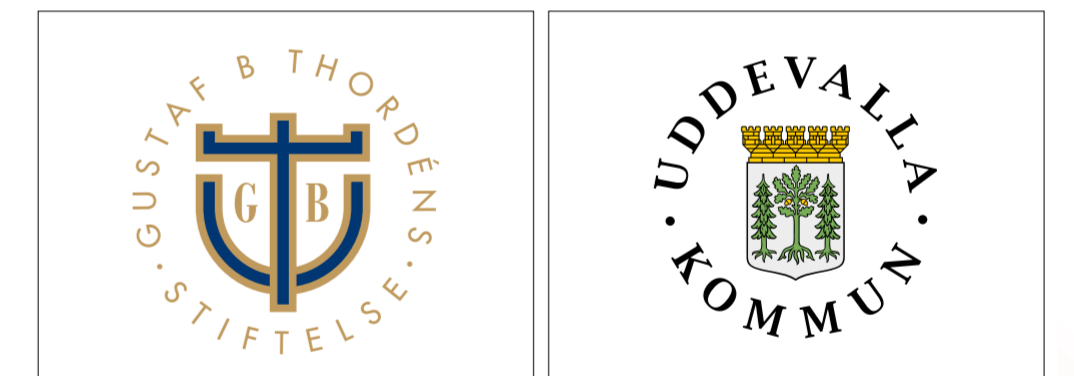


Ladda ner hittaut-appen från App Store eller Google Play

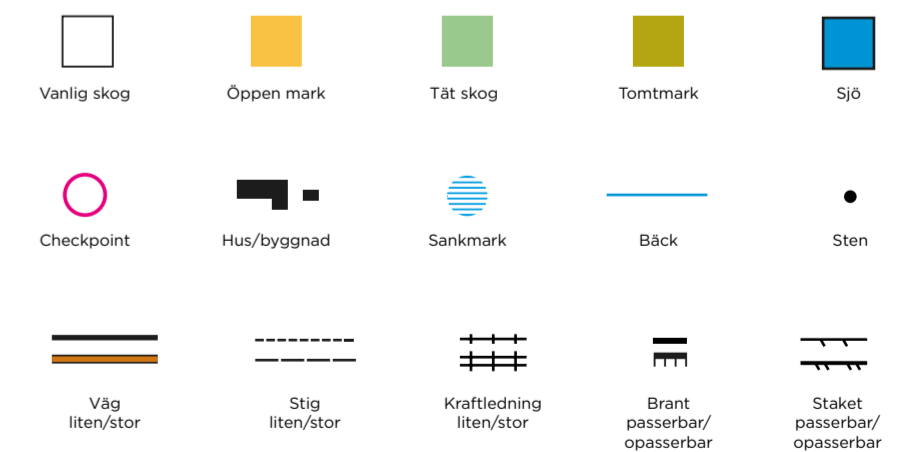
HUVUDSPONSORER



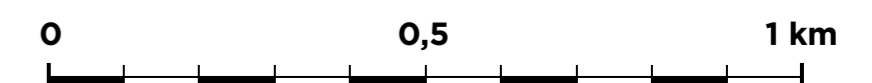
ARRANGÖRER



### TECKENFÖRKLARING

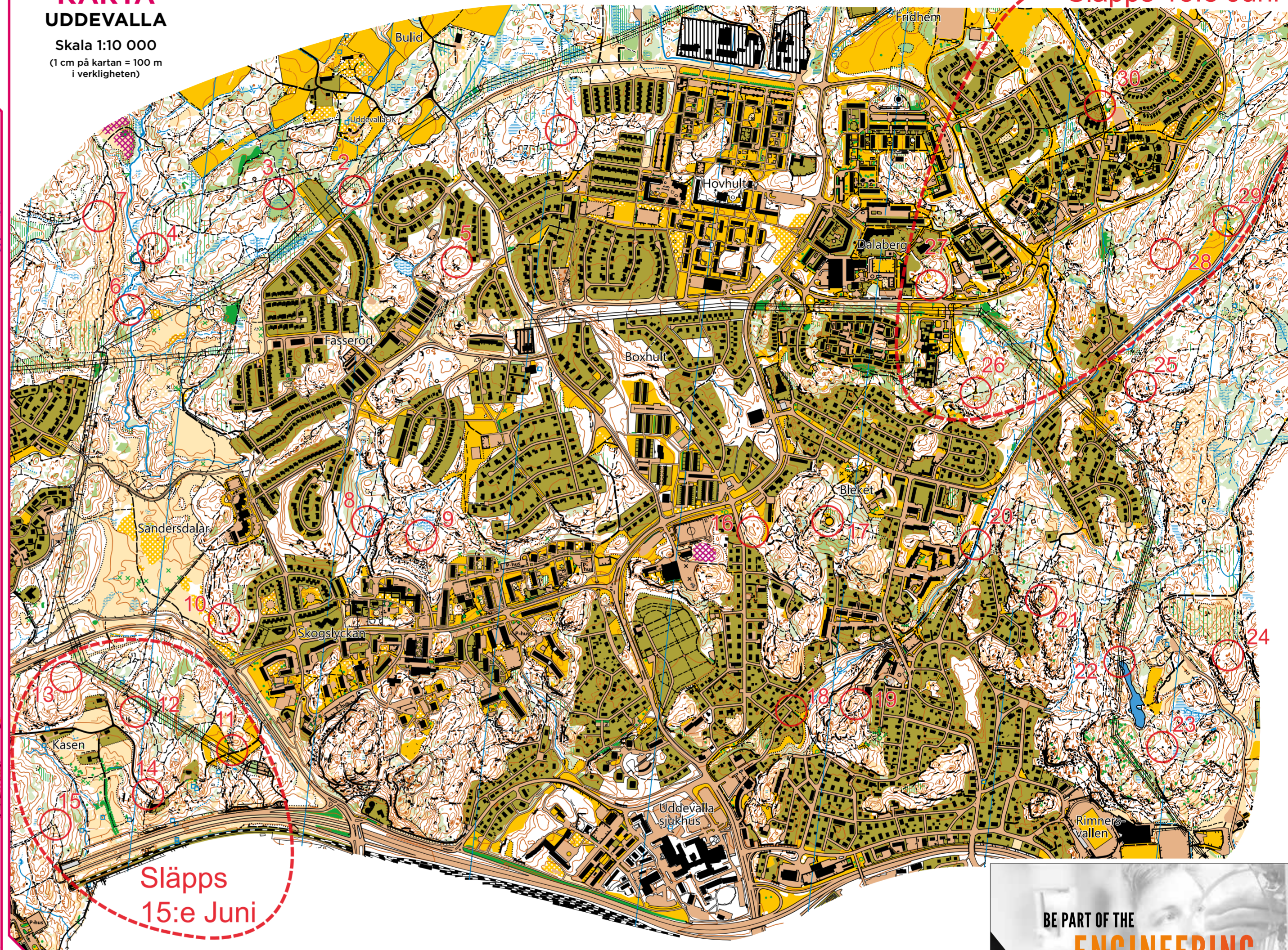


LÄR DIG MER PÅ [WWW.ORIENTERING.SE](http://WWW.ORIENTERING.SE)





**Fritidsforum  
i Uddevalla**  
Brumgårdsvägen 4, 45196 Uddevalla  
Tel 0522-88095, www.fritidsforum.com



### CHECKPOINTBESKRIVNING

Nr	Beskrivning	Svårighet	Kod
1	Branten	●	
2	Stenblocket	●	
3	Stigkorsningen	●	⊗
4	Branten	●	
5	Höjden	●	
6	Nåsan	●	
7	Stenen	●	
8	Branten	●	
9	Höjden	●	
10	Västra branten	●	
16	Höjden	●	
17	Höjden	●	
18	Väg/stigförgreningen	●	⊗
19	Branten	●	
20	Stigförgreningen	●	⊗
21	Huset	●	
22	Sjöspetsen	●	
23	Stenen	●	
24	Mellan punkthöjderna	●	
25	Höjden	●	

Nr	Beskrivning	Svårighet	Kod
31	Dikesslut	●	⊗
32	Ruinen	●	
33	Stigförgrening	●	
34	Branten	●	
35	Stenmurskröken	●	
36	Sten	●	
37	Sten	●	
38	Dikeskrök	●	
39	Sten	●	
40	Punkthöjd	●	
46	Stenen	●	
47	Stranden	●	⊗
48	Branten	●	
49	Brunnen	●	⊗
50	Stig/stenmur	●	
51	Stenhög	●	
52	Stenen	●	
53	Stenen	●	
54	Stenen	●	
55	Stenmurslut	●	

### MÅNADSSLÄPP 15 juni

Nr	Beskrivning	Svårighet	Kod
11	Buskaget	●	⊗
12	Stenen	●	
13	Stenen	●	
14	Väg-stigkorsningen	●	⊗
15	Stenmurskröken	●	
26	Stigförgreningen	●	⊗
27	Stenmurslutet	●	
28	Sänkan	●	
29	Stigslutet	●	
30	Stängselhörnet	●	⊗

### SVÅRIGHETSGRADER

- GRÖN = Mkt lätt
- BLÅ = Lätt
- RÖD = Medel
- SVART = Svår
- ⊗ Framkomlighet med hjul



### ALLEMANSRÄTTEN

Allemansrätten ger oss möjligheten att på ett ansvarsfullt sätt vistas i vår vackra natur.

Visa särskild hänsyn när du letar checkpoints i närheten av bebyggelse, och när du passerar beteshagar, planerade hyggen etc.

På flertalet mindre bilvägar gäller motor- och fordonstrafik förbjuden.

Mer information på:  
[naturvardsverket.se/var-natur/allemsratten](http://naturvardsverket.se/var-natur/allemsratten)

LYCKA TILL!