



TÜRKİYE ORYANTİRING FEDERASYONU



DORİ
Dijital Oryantiring Dergisi

ARALIK 2022 SAYI: 1



SPOR TOTO
TEŞKİLAT BAŞKANLIĞI

Orienteering
SPORTS

2022



#TeamTÜRKİYE

www.oryantiring.org.tr

Victoria ROMANIA



@oryantiringtof



@TürkiyeOryantiringFederasyonu

TÜRKİYE ORYANTİRING FEDERASYONU DİJİTAL YAYINLAR

TÜRKİYE ORYANTİRING FEDERASYONU DİJİTAL YAYIN EKİBİ

FEDERASYON BAŞKANI
Prof. Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU

GENEL SEKRETER
Bora GÖKTEPE

DANIŞMANLAR
Nermin FENMEN
Ahmet ESER

KONTROLÖRLER
İrfan KANDEMİR
Umut ÖZKAN

ARAŞTIRMACI-EDİTÖR
Murat ŞAHİN

KAPAK TASARIM
Murat ŞAHİN

HALKLA İLİŞKİLER
Buğra ÖZTÜRK
Fatma KOÇAK

VERİ ANALİZİ
Simay ARSLAN
İbrahim KULAKSIZ

İmzalı yazılardaki görüşler yazarın kendisine aittir. Türkiye Oryantiring Federasyonu'nu ve yayın ekibini bağlamaz.

İçindekiler

▪ Bakanımızın Mesajı	3
▪ Başkanımızın Mesajı	5
▪ Önsöz	6
▪ Oryantiring Nedir?	8
▪ Dünyada Oryantiring Sporunun Gelişim Süreci	9
▪ Türkiye’de Oryantiring Sporunun Gelişim Süreci	11
▪ Genel Kurullarımız ve Başkanlarımız.....	14
▪ Vizyonumuz ve Misyonumuz	15
▪ Oryantiring Etkinliği (Sembolünü Al Yerini Bul)	16
▪ 2016-2022 Dönemi Kulüp Sayıları	17
▪ 2016-2022 Dönemi Madalya Sayıları	18
▪ Sporcu Köşesi – Yaren YILMAZ (Milli Sporcu).....	19
▪ 2021-2022 Sezonu Faaliyet Takvimi	21
▪ 2021-2022 Sezonu Uluslararası Yarışmalar	23
▪ İl ve Kulüp Faaliyetlerinden Kareler	24
▪ Türkçesi Varken – Nermin FENMEN	25
▪ Bursa U14 Türkiye Şampiyonası Basın Bülteni	27
▪ Sporcu Köşesi – Ahmet KAÇMAZ (Milli Sporcu)	29
▪ Güneydoğu Avrupa Oryantiring Şampiyonası Basın Bülteni .	33
▪ Aile Boyu Oryantiring – Hülya YALÇIN (Sporcu Velisi)	37
▪ 2021-2022 Sezonu Değerlendirme Anketi	39
▪ WOC, JWOC ve EYOC Seçmelerinden Kareler	45
▪ Edebiyatın Şifreleri Oryantiring Yarışması – ANKARA	46
▪ DORİ - Bilgi Yarışması	47
▪ 2022-2023 Sezonu Ulusal Faaliyet Takvimimiz	49

Bakanımızın Mesajı



Dr. Mehmet Muharrem Kasapoğlu
T.C. Gençlik ve Spor Bakanı

Sevgili sporseverler;

Türkiye'yi geleceğe taşıyacak gençlerimizin iyi eğitilmesi, yetiştirilmesi, sporun ve sporcularımızın desteklenmesi Bakanlığımızın en önemli vazifelerindendir.

Türkiye, son yirmi yılda her alanda olduğu gibi spor altyapısının gelişiminde de bütün dünyayı şaşırtan bir atılım gerçekleştirdi. Devrim niteliğinde bir tesisleşme hamlesi ile ülkemize, Avrupa'nın en modern, donanımlı ve nitelikli spor tesislerini kazandırdık. Bu vesileyle uluslararası organizasyonlarının aranan, tercih edilen ülkesi konumuna geldik. Ayrıca tesisleşme atılımı ile sporu herkes için kolay erişilebilir hale getirdik ve böylece hem toplumda yerleşik bir spor kültürü oluşturmayı başardık hem de uluslararası sportif başarılar konusunda tarih yazdık.

Toplum sağlığı obezite ve bağımlılık gibi tehlikelerle ciddi ölçüde tehdit altındayken yediden yetmişe herkesin kolaylıkla icra edebileceği branşların da önemi artmaktadır. Oryantiring de o branşlardan biridir. Bilhassa çocukların ve gençlerin fiziksel gelişiminin yanı sıra zihinsel gelişimine de katkı sağlayan ve akademik başarıya destek olan oryantiring branşının, doğada ve ailece icra edilebilir olmasını kıymetli buluyor ve son yıllarda bu spor dalına duyulan teveccühün artmasından memnuniyet duyuyorum.

Bakanlık olarak gençlik merkezlerimizde, kamplarımızda, okullarda, yurtlarda ve daha pek çok alanda düzenlediğimiz faaliyet ve projelerle desteklediğimiz oryantiring branşının, yaygınlaşması adına katkılarımız devam edecektir. İnsan bedenine ve ruhuna zindelik vaat ederken bir yandan da tabiat sevgisi aşıl原因an, keyifli ve öğretici bu branşı bütün imkânlarımızla güçlendirmek temel sorumluluklarımızdan biridir.

Bu duygularla oryantiring camiasının her bir ferdine çalışmalarında üstün başarılar dilerim.

Yolumuz ve kalbimiz daima bir...
Sevgilerimle...

Dr. Mehmet Muharrem KASAPOĞLU
Gençlik ve Spor Bakanı

Başkanımızın Mesajı



Prof. Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU
Türkiye Oryantiring Federasyonu
Başkanı

Değerli Oryantiring Ailesi

Teknolojik gelişimlere ve çağın gereksinimlerine ayak uydurmak, okunurluğu ve bilgi paylaşımını artırmak, farklılık ve farkındalık oluşturmak amacıyla Federasyonumuzun yeni yüzü ve Oryantiring Camiamızın yeni sesi olacak dijital oryantiring dergimiz Dori'yi yayın hayatına almak istedik.

Bu dergi, hepimizin emeğiyle yoğrularak, beraberliğimizi, dostluğumuzu, tatlı rekabetimizi simgeleyecek bir çalışma olacaktır.

Biz bu sporun ve Ülkemizin sevdalısı ve neferleri olarak; Oryantiring Sporunu geniş kitlelere yaymak, özel spor alanları dışında evlerde, okullarda, iş yerlerinde, parklarda kısacası her alanda oynanabilir bir spor yapmak ve yaygınlaştırmak için varız.

"Geleceğin Sportu Oryantiring olacak."

Neden Oryantiring dersek;

- Oryantiring (Koşarak, bisikletle, kayakla hedef bulma) her türlü arazide yapılabilen, katılımcıların hedef noktalarını harita ve pusula yardımı ile en kısa zamanda ziyaret etmeye çalıştığı bir doğa sporu ve canlı strateji oyunudur.
- Koşarken, kayarken veya bisiklet kullanırken; düşünebilmek, kaybolmadan ilerlemek, araziyi iyi okuyabilmek, haritayı üç boyutlu düşünmek gibi farklı stratejilerin oluşturulduğu bir spordur.
- Bir doğa sporu olarak yediden yetmişe kadar her kesime hitap eden Oryantiring, ayrıca bütün ailenin birlikte yapabileceği bir aile sporudur.
- Oryantiring branşını benzer spor ve faaliyetlerden ayıran en önemli unsur işaretlenmiş bir parkurun olmasıdır. Bulunulan yerden gidilecek yere ulaşmak için her sporcuya göre değişen sonsuz sayıda farklı seçenek bulunmaktadır.
- Sporcuların hem kendi özelliklerini, hem diğer sporcuları, hem de içinde bulundukları arazinin özelliklerini dikkate alarak en doğru kararı en kısa süre içinde vermeleri, bir başka ifade ile atletik kapasitelerine ek olarak mutlaka zihin yeteneklerini kullanmaları gerekmektedir. Oryantiring sporunun bu özelliği yarışmacılar arasındaki fiziksel özellik farkını ortadan kaldırmakta, yarışmanın başında neredeyse tüm sporcuları eşit hale getirmektedir.

- Oryantiring, açık havada, her mevsim her koşulda, hem doğada, açık arazide hem de meskûn mahal yani kent içinde yapılabilen bir spor. Sporcular, önceden yerleştirilmiş hedefleri, kendilerine verilen harita yardımıyla en kısa sürede bulup parkuru tamamlamak için yarışır. Elbette bir rekabet var ama dostluk ve sportmenlik ön plandadır.



Kısacası; çocuklarımızın, gençlerimizin hem fiziksel hem zihinsel gelişimlerine katkıda bulunan, akademik başarılarına da olumlu yönde etkileyen, onları kötü alışkanlıklardan uzak tutan güzel bir spor dalıdır Oryantiring.

Boşuna denmiyor “Oryantiring koşarken satranç oynamaktır” diye.

Prof. Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU
TÜRKİYE ORYANTİRİNG FEDERASYONU BAŞKANI

Oryantiring Nedir?

Oryantiring bir bölgenin haritası üzerinde belirtilmiş hedef noktalarının sırası ile en kısa sürede bulunmasına dayalı, fiziksel ve zihinsel beceri gerektiren bir doğa sporudur. Baskı ve stres altındayken bağımsız olarak düşünme ve zorlukları çözme yeteneğini de arttırarak zihinsel gelişimine katkı sağlar.

Oryantiring heyecan verici ve rekabetçi olmasının yanında kullanılan malzeme bakımından pahalı olmayan bir spordur. Oryantiring sporunda hızlı koşmaktan daha önemlisi, hızlı düşünme ve bir noktadan diğerine izlenecek en iyi rotaya karar vermek önemlidir.

Bu nedenle oryantiring, koşarken satranç oynamak olarak da tanımlanır. Oryantiring bütün aile bireyleri ile doğada iyi vakit geçirebilmek için yapılacak en iyi sporlardan biridir. Kişiyi zor koşullar altında problemi analiz etme ve çözme yeteneği kazandırır.



Oryantiring çevreci bir spordur çünkü doğada ayak izinden başka bir iz bırakmaz. Dünyada ve ülkemizde eğitim müfredatının bir parçası olan oryantiring yediden yetmişe herkesin yapabildiği bir spordur.

Dünyada Oryantiring Sporunun Gelişim Süreci

Oryantiringin tarihi 19. yüzyılın sonlarında askeri eğitim olarak ortaya çıktığı İsveç'te başladı. Gerçek "oryantiring" terimi ilk olarak 1886'da İsveç Karlberg Askeri Akademisi'nde kullanıldı.

Bir harita ve pusula yardımıyla bilinmeyen toprakların geçilmesine atıfta bulundu. Rekabetçi spor, İsveç ordusu için Mayıs 1893'te yıllık Stockholm Garnizon Oyunlarında düzenlenen ilk yarışmayla başladı. İlk sivil yarışma Ekim 1897'de Norveç'in Oslo kenti yakınlarında yapıldı.

Birinci Dünya Savaşı sonunda, ilk büyük ölçekli oryantiring etkinliği toplantısı 1918 de İsveç'in Stockholm kentinde Komutan Ernst Killander tarafından düzenlendi.



1960'lı yıllarda hakemler yarışmacıların kontrol kartlarını inceliyor.

Daha sonra Stockholm Amatör Spor Derneği'nin başkanı olan Killander, oryantiringi gençlerin atletizmle ilgilenmesi için bir fırsat olarak gören bir İzci Hareketi lideriydi. Toplantı 1919'da Stockholm'ün güneyinde yapıldı ve 220 sporcu katıldı. Killander, sporun kurallarını ve ilkelerini geliştirmeye devam etti ve bugün İskandinavya genelinde "oryantiring sporunun babası" olarak kabul ediliyor.



INTERNATIONAL ORIENTEERING FEDERATION

kaynakça: David Escabias Navarro Orienteering

1930'larda daha güvenilir pusulaların geliştirilmesiyle spor popülerlik kazandı. İsveçli ve Norveçli oryantiringciler arasındaki ilk uluslararası yarışma 1932'de yapıldı. 1934'te çeyrek milyondan fazla İsveçli spora aktif olarak katıldı ve oryantiring Finlandiya, İsviçre, Sovyetler Birliği ve Macaristan'a yayıldı. Finlandiya, Norveç ve İsveç uluslarının tümü ulusal şampiyonalar kurdu ve bugün İsviçre ile birlikte sporda baskın ülkeler olmaya devam ediyor.

İsveç ulusal oryantiring topluluğu, ilk ulusal oryantiring topluluğu olan Svenska Orienteringsförbundet, 1936'da kuruldu.

Oryantiring için ilk uluslararası yönetim organı, 1961 yılında Bulgaristan, Çekoslovakya, Danimarka, Doğu Almanya, Finlandiya, Macaristan, Norveç, İsveç, İsviçre ve Batı Almanya tarafından kurulan Uluslararası Oryantiring Federasyonu'ydu. ABD ve Kanada, bugün IOF üyesidir.

Yeni federasyonun ana hedeflerinden biri de oryantiring Şampiyonaları düzenlemektir: 1962 ve 1964'te ilk Avrupa Şampiyonaları. İlk Dünya Oryantiring Şampiyonaları 1966'da Finlandiya'nın Fiskars kentinde düzenlendi.

Dünya şampiyonaları 1966'dan 2003'e kadar iki yılda bir yapıldı ve şimdi her yıl düzenleniyor. Kuzey Amerika'da yapılacak tek Dünya Oryantiring Şampiyonası, 1993 yılında New York şehrinin hemen kuzeyindeki Harriman Eyalet Parkı'nda gerçekleşti.

Oryantiring günümüzde pek çok ülkeye yayılmış bir kitle sporudur. İsveç'teki O-ringen faaliyeti her yıl on binlerce sporcuyla bir araya getirmektedir. 2003'e kadar Oryantiring Dünya Şampiyonası her iki yılda bir düzenlenirken 2003'ten sonra her yıl düzenlenmeye başlanmıştır.

"Geleceğin Sporu Oryantiring olacak."

Türkiye Oryantiring Federasyonu

Türkiye’de Oryantiring Sporunun Gelişim Süreci

Ülkemizde oryantiring daha yeni tanınmaya başlayan bir spor dalıdır. “Koşarak Hedef Bulma” olarak adını ilk defa askerler arasında, 1970 yıllarında duyurmuştur.

1971 yılının ağustos ayında Norveç’e giden Askerî Pentatlon Takımının başında yer alan Binbaşı Hüsamettin YILMAZ ve Binbaşı Çetin GÜRSES oryantiring ile tanışan ilk Türkler olmuşlardır.

Silahlı Kuvvetlerde ilk oryantiring takımı kuruluşu 1978-1979 yıllarında oluşturulmuştur. Katıldığımız ilk uluslararası yarışma 1980 yılında Danimarka Karup’ta düzenlenen XIV Uluslararası Askeri Sporlar Oryantiring şampiyonasıdır.

Türk Silahlı Kuvvetleri bünyesindeki bir ekip tarafından 1999 yılında Ankara Oran sitesi ile Eymir Gölü arasındaki ormanlık arazinin 1/10000 ölçekli oryantiring haritası çizilmiştir. Bu harita Türkiye’nin ilk oryantiring haritasıdır.

İlk sivil gruplar AOG (Ankara Oryantiring Grubu) ve İOG (İstanbul Oryantiring Grubu), 1999 yılında oryantiring yapmaya başlamışlardır.

İlk sivil ve resmî organizasyon Mayıs 2000 tarihinde Ankara’da yapılan Türkiye Üniversiteler Arası Oryantiring Şampiyonası’dır. 2001 yılında Mülkiye Spor Kulübünde oryantiring branşı açılmıştır. Mülkiye Spor Kulübü siviller arasında kulüp sayısının artmasına ve bu sporun federasyonlaşmasına öncülük etmiştir. Türkiye’deki ilk uluslararası oryantiring yarışması 5 Kasım 2000’de İstanbul Belgrad Ormanı’nda yapılmıştır. İlk defa haritası çizilen arazideki yarışmaya, Yeni Zelanda, Almanya, Romanya, Norveç, İsveç ve Türkiye’den 15–80 yaş arası 170’e yakın yerli ve yabancı sporcu katılmıştır. Ayrıca Türkiye’de zimba sistemi kullanılarak yapılan ilk yarışma olmuştur.

Türkiye'de resmi örgütlenme çalışması 2001 yılında başlamış ve 05 Mayıs 2001 tarihinde Oryantiring Federasyonu kurulması için GSGM'ye başvurulmuştur.

28.04.2002 tarih ve 72 sayılı merkez danışma kurulu kararıyla 2002 yılında Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü Dağcılık Federasyonu'na bağlı olarak Oryantiring Asbaşkanlığı kurulmuştur. İlk federasyon Asbaşkanı görevini Kasırga YILDIRAK yapmıştır.

Oryantiring, Asbaşkanlık olduğu dönemde IOF'ye tam üye olarak kabul edilmiştir

Federasyon olarak katıldığı ilk uluslararası etkinlik 20–24 Ağustos 2002 tarihlerinde Bulgaristan Varna'da yapılan Dünya Üniversitelerarası Oryantiring Şampiyonası'dır. Aynı yıl ilk Türkiye Oryantiring Şampiyonası 14–15 Aralık 2002 tarihlerinde Ankara Hacettepe ormanlarında yapılmıştır.

2004 yılında Oryantiring Asbaşkanlığı yapılan değişiklik ile İzcilik Federasyonu'na bağlanmıştır. Asbaşkanlığını Mustafa KARATAŞ yürütmüştür. Mustafa KARATAŞ'ın vefatı sonrası Nevzat VAROL Asbaşkan olarak göreve getirilmiştir.

19.06.2006 tarihinde Oryantiring Federasyonu kurulması kararı alınmış, İzcilik Federasyonu'ndan 28 Mart 2006 tarihinde ayrılan oryantiring 19 Haziran 2006 tarihinde Türkiye Oryantiring Federasyonu adıyla kurulmuştur. 2006 yılının son dönemlerinde özerkliğini isteyen Federasyon, 14 Mart 2007 tarihinde 1'inci genel kurulunu yaparak özerk federasyon olmuştur.

Türkiye Oryantiring Federasyonu ilk başkanı olarak Nevzat VAROL seçilmiştir. 27 Aralık 2008 tarihinde yapılan 2.Olağan Genel Kurul'da federasyon başkanımız olarak Mehmet GENÇ seçilmiştir.



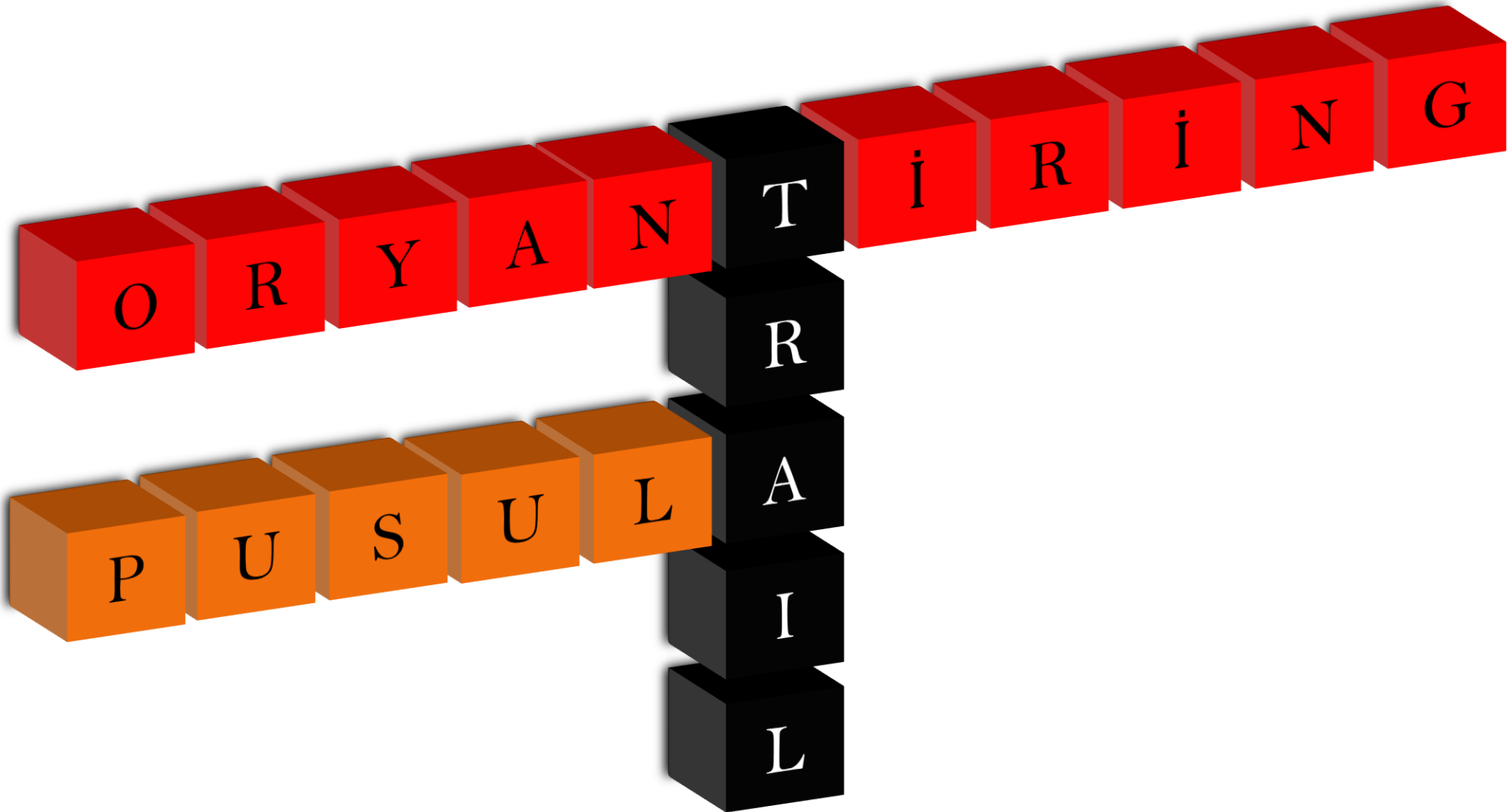
kaynakça: Ortaöğretim spor lisesi bireysel sporlar Oryantiring Ders Kitabı

11 Kasım 2012 tarihinde yapılan 3'üncü Olağan Genel Kurul'da federasyon başkanımız olarak Prof. Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU, 27 Ekim 2016 tarihinde yapılan 4'üncü Olağan Genel Kurul'da federasyon başkanımız olarak Hacer AKYÜZ seçilmiştir.

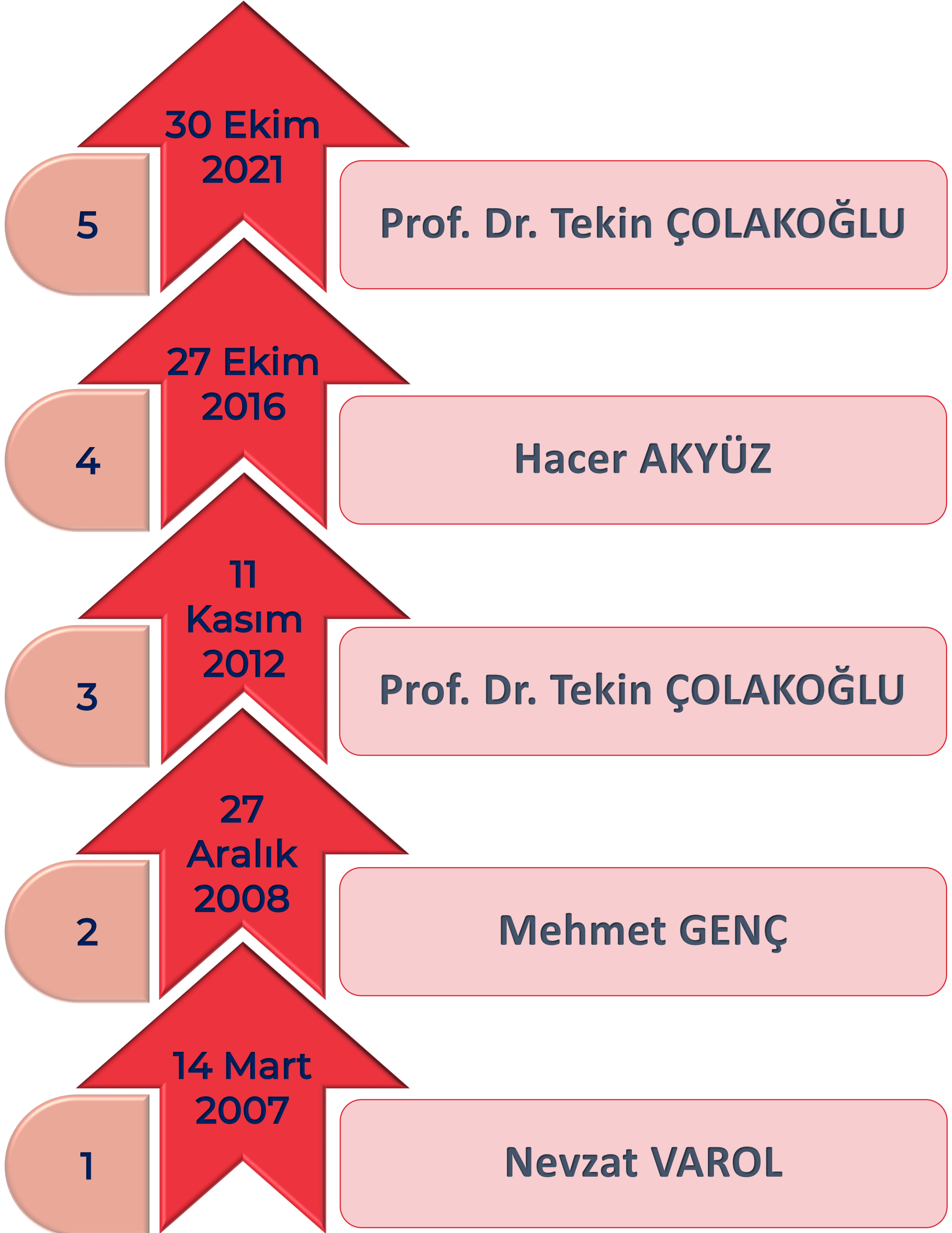


30 Ekim 2021 tarihinde yapılan 5'inci Olağan Genel Kurul'da federasyon başkanımız olarak seçilen Prof. Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU halen bu görevi yürütmektedir.

Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde Öğretim Görevlisi olan Prof. Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU evli ve 3 çocuk babasıdır.



Genel Kurullarımız ve Başkanlarımız



Vizyonumuz ve Misyonumuz

Vizyonumuz:

Ülkemiz gençliğine ışık tutmak, yön vermek, onları spor ile kötü alışkanlıklardan uzak tutmak, Oryantiring sporunu daha ileriye taşımak, Uluslararası alanda rekabet edebilecek altyapıyı oluşturmak ve söz sahibi olabilmektir.

Misyonumuz:

Oryantiring sporunun;

- ✓ Ülke düzeyinde gelişmesini sağlamak, bu konularda her türlü düzenlemeyi yapmak, kararlar almak ve uygulamak,
- ✓ IOF ve diğer üye olunacak uluslararası federasyonlar tarafından konulan ve uygulanan uluslararası kuralların ve mevzuatın uygulanmasını sağlamak ve Türkiye'yi ilgili spor dalı ile ilgili uluslararası faaliyetlerde temsil etmek,
- ✓ Yurtdışındaki ve yurtiçindeki oryantiring ile ilgili gelişmeleri izlemek, bu sporla ilgili kişi ve kuruluşlar arasında ilişkiler düzenlemek, yarışma, çalışma ve diğer faaliyetleri programlayıp bunların uygulamalarını kontrol etmek, gerekli malzeme standartlarını uluslararası kurallara göre belirlemek,

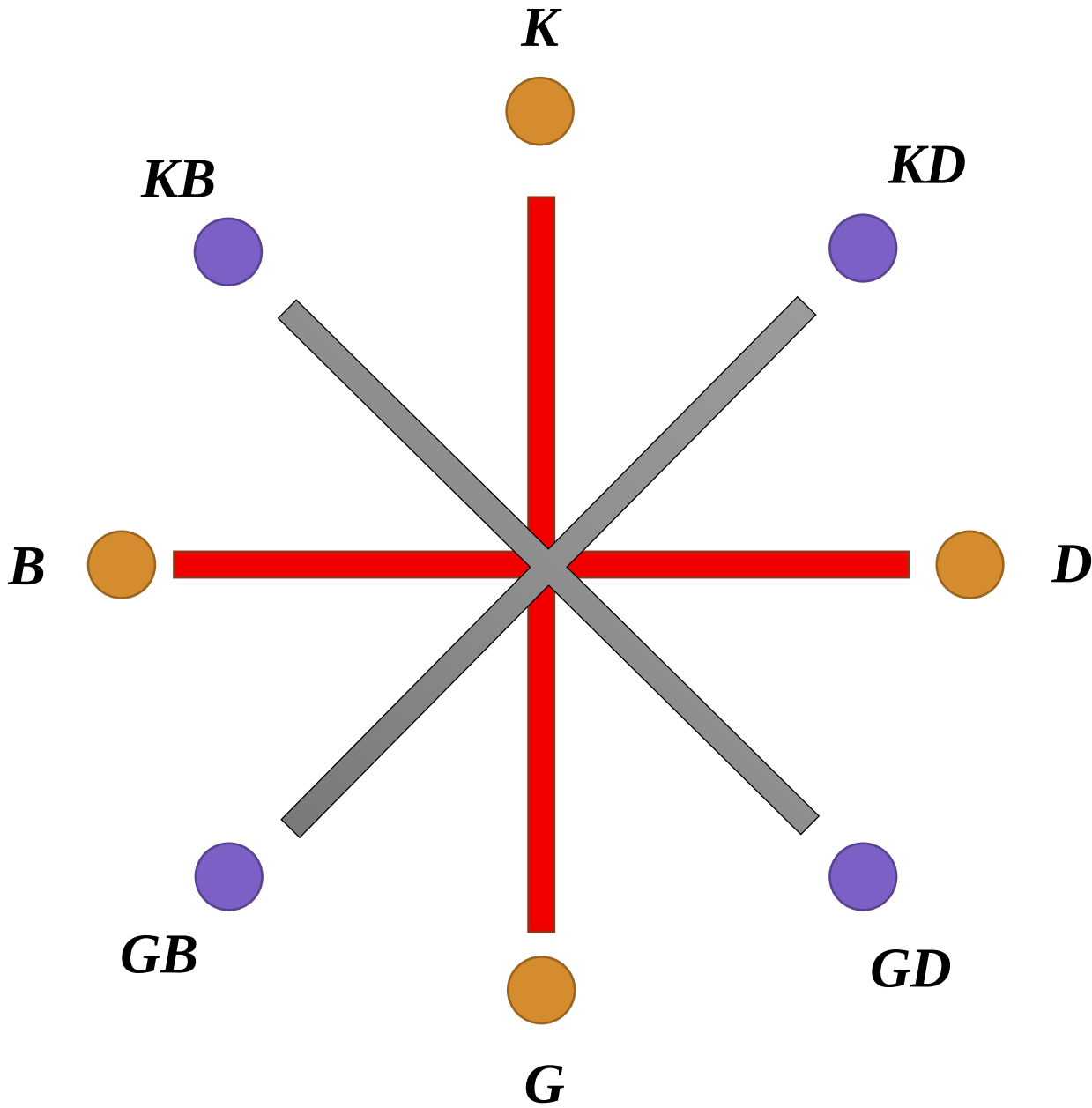
İçin gerekli çalışmaları ve koşulları sağlamaktır.

ORYANTİRING ETKİNLİĞİ

(Sembolünü Al Yerini Bul)

HAZIRLIK

4 Ana ve ara yönlerin her birine bir işaret noktası konulur. İşaretlerin arası çizgi bandı vb. yardımcı materyaller ile çizilir.



MALZEME

1. 8 Adet işaret noktası,
2. Çizgi bandı,
3. Yönleri belirten harfler

AMAÇ

Doğru yönleri bulmak için hızla karar vermek ve yönlerin olduğu işaret noktalarına (hedeflere) hızla hareket etmektir.

UYGULANIŞI

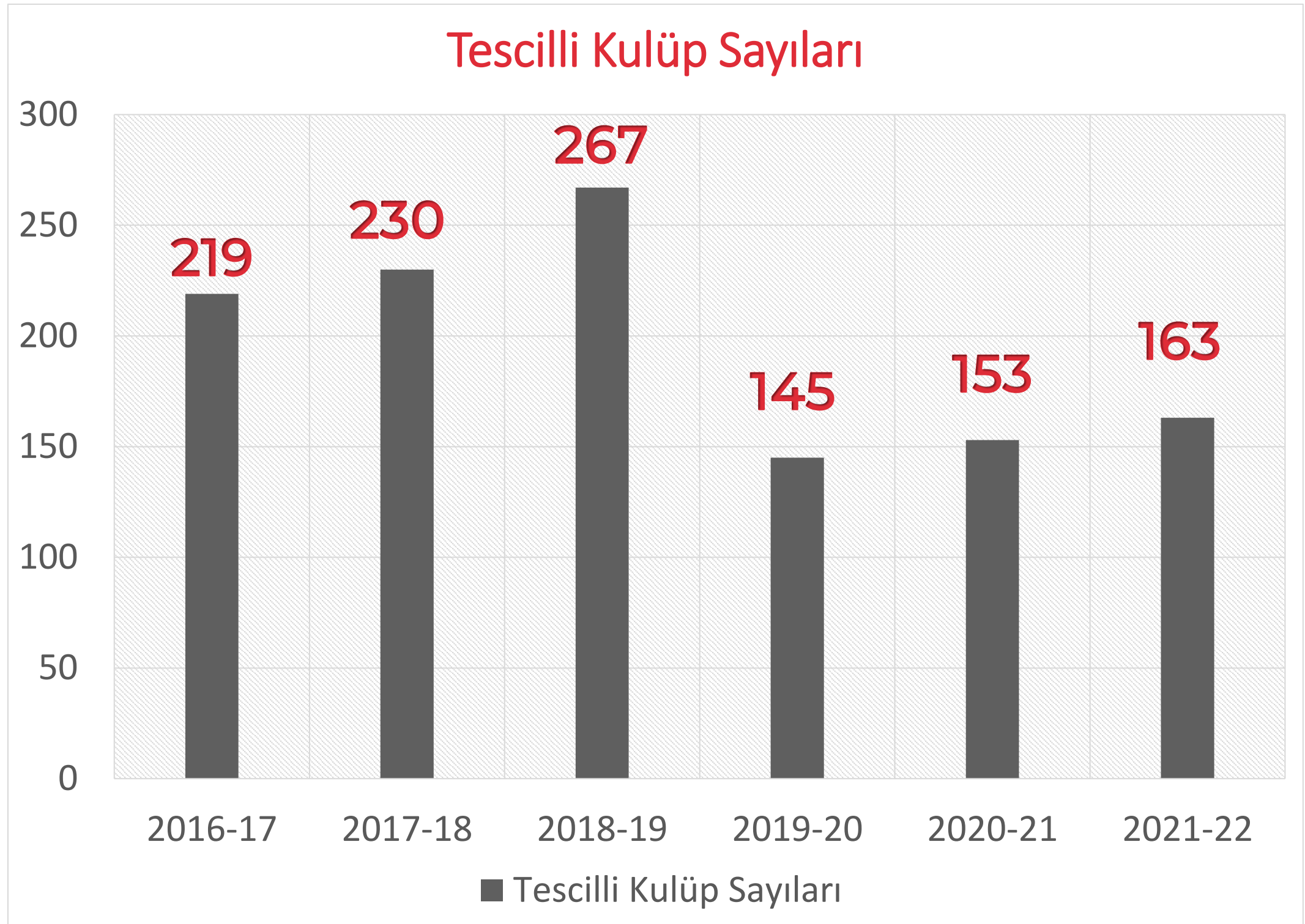
Katılımcılar ekvatora ve başlangıç meridyenine dizilir. Katılımcılara yönlerin nerede olduğu, hangi yöne gidilirse K, G, D ve B'ya doğru olarak gidebilecekleri anlatılır.

Sizin işaretinizle katılımcıların, belirttiğiniz yere doğru (ana yönler /ara yönler) koşmaları ve bir işaret noktası üzerinde durmaları gerekir.

Bir nokta üzerinde duramayan kişi oyundan çıkarılır. (Sandalye kapmaca oyunundaki gibi) Her defasında katılımcılar ortaya tekrar toplanır ve hedeflerden birer tane eksiltme yapılır.

Oyun son bir kişi kalana kadar devam eder.

2016-2022 Dönemi Tescilli Kulüp Sayıları



2016-2022 Dönemi Madalya Sayıları

2021-22

37

2020-21

47

2019-20

-

2018-19

38

2017-18

6

2016-17

18

Sporcu Köşesi

Oryantiring Sporu Deneyimi

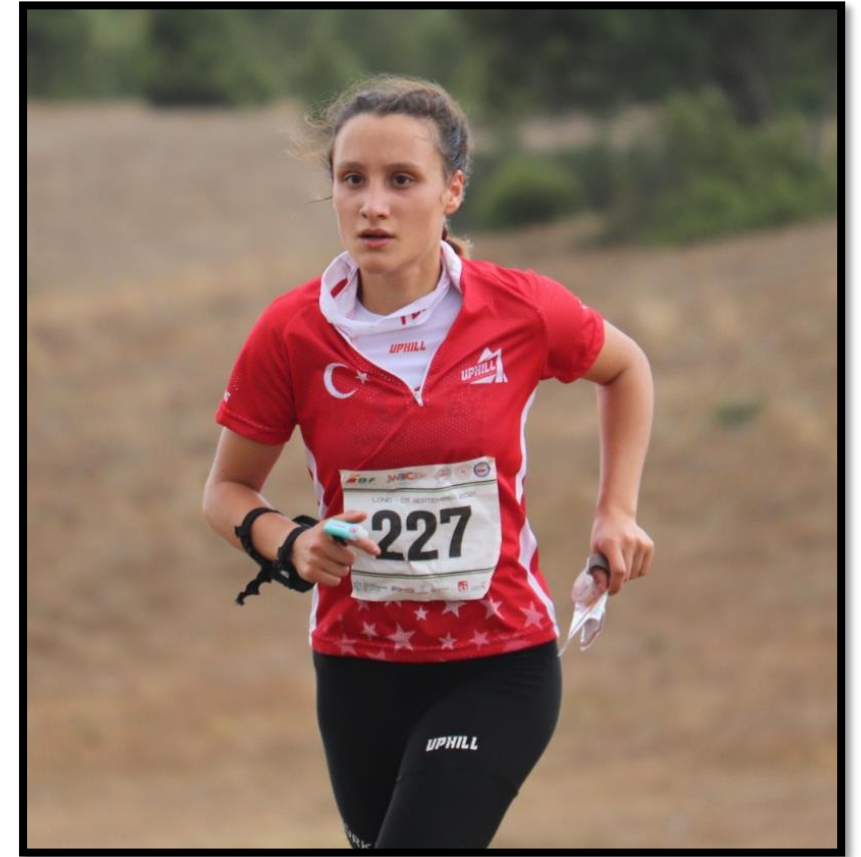
Merhaba değerli okurlarımız. Bu sayımızın sporcu köşesinde sizleri değerli sporcumuz Yaren YILMAZ ile tanıştırmak istedik.

Şimdi kendi anlatımıyla hem sporcumuzu tanıyacağız hem de oryantiring sporu deneyimlerini sizlerle paylaşmış olalım...

Değerli Dori Dergisi Okurları...

Bir milli takım sporcusu ve Boğaziçi Üniversitesi Siyaset Bilimi ve Uluslararası İlişkiler bölümü öğrencisi olarak, sizlere 10 yıllık oryantiring kariyerimden ve deneyimlerimden bahsetmek istiyorum.

2001 Ordu doğumluyum. Oryantiring sporu ile ortaokulda tanıştım. Oryantiring yapmaya başladığım sene okul ile birlikte il dışı yarışmalarına ve ardından da kademe yarışmalarına katılmaya başladım. İlk Federasyon madalyamı da K14 kategorisinde aldım ve ardından 2017 EYOC, 2017 SEEOC ve 2021 JWOC yarışlarında Ülkemi temsil ettim.



Oryantiring sporuna başladığım yıl ile üniversiteye başlamam arasındaki süreç içerisinde, bulunduğum ilin imkânları ve üniversite sınavına hazırlık sürecimin etkileri ile düzenli antrenman yapma fırsatım olmadı. Antrenmanlarım aralıklı olarak sürekliliği olmayan koşular ve kademe yarışlarında koştuğum haritalar ile sınırlı kaldı.

Üniversiteyi kazanmam ile birlikte İstanbul'a geldim ve İstanbul Oryantiring Grubu sporcusu oldum. Her ne kadar kulübümün her pazar sağladığı harita antrenmanları ve bireysel yaptığım koşu antrenmanları ile JWOC'a hazırlanmaya çalışsam da tüm dünyayı etkisi altına alan COVID-19 ile yarışma ertelendi ve eve kapanmak zorunda kaldık. Bu süreçte antrenmanlarımı da iyi yönettiğimi söyleyemem. Ayrıca dönemin psikolojimdeki etkisi ve antrenman imkânlarımın da çok sınırlı olmasını bunun sebebi olarak gösterebilirim.



Ardından hiç beklemediğim bir anda milli takım seçmelerinden JWOC kadrosuna seçilmiş olarak çıktım ve bu hayatımdaki en büyük dönüm noktalarından birisiydi benim için. 2021 JWOC milli takım kampıyla birlikte düzenli olarak harita ve fiziksel antrenmanlarıma başladım. Yaklaşık bir buçuk yıldır düzenli fiziksel ve teknik antrenman yapıyorum ve sürecin başındaki seviyeme kıyasla geliştiğimi görebiliyorum. Fakat bu gelişim doğrusal bir gelişim olmaktan çok inişleri ve çıkışları olan bir süreç. Önemli olan bu süreçte psikolojinizi sağlam tutmaya çalışmak ve hedeflerinize odaklanıp düşüşte olduğunuz dönemlerde vazgeçmemek.

Orman etaplarını sprinte kıyasla daha çok sevdiğim için hedeflerimi de bu yönde kuruyorum. Çalışmalarım sonucunda ulaşmak istediğim hedefim esasında iyi bir WOC koşmak. Bu doğrultuda öncelikle WOC 2023'de koşup bu yarış ve atmosferi deneyimlemek ve ardından da WOC 2025'te iyi bir sonuç elde etmek istiyorum. Sevgilerimle...

Yaren YILMAZ
Milli Sporcu

2021-2022 Sezonu TOF Ulusal Yarışlar Faaliyet Takvimi

SN	FAALİYETİN ADI	TARİHİ	YERİ
1	1. Kademe Oryantiring Yarışması	18-19 Aralık 2021	İzmir
2	2. Kademe Oryantiring Yarışması	5-6 Mart 2022	Alanya
3	3. Kademe Oryantiring Yarışması	1-3 Nisan 2022	Muğla
4	Türkiye Oryantiring Şampiyonası	20-22 Mayıs 2022	Ordu
5	Türkiye Kayakla Oryantiring Şmp.	22-23 Ocak 2022	Bolu
6	IOF Dünya Oryantiring Günü	19-25 Mayıs 2022	81 İlde
7	U14 1. Kademe Yarışları	Ocak-Mart 2022	81 İlde
8	U14 2. Kademe Yarışları	4 Nisan 2022	Ankara
		6 Nisan 2022	Sivas
		8 Nisan 2022	Kastamonu
		10 Nisan 2022	Balıkesir
9	U14 3. Kademe Yarışları	7 Mayıs 2022	Düzce
		14 Mayıs 2022	Afyon
10	U14 Türkiye Şampiyonası	11-12 Haziran 2022	Bursa

2021-2022 Sezonu

Uluslararası Yarışmalar

KOŞARAK ORYANTİRİNG

SN	FAALİYETİN ADI	TARİHİ	YERİ
1	WOC Dünya Oryantiring Şampiyonası	26-30 Haziran 2022	Danimarka
2	EYOC Avrupa Yıldızlar Oryantiring Şampiyonası	2-4 Temmuz 2022	Macaristan
3	JWOC Dünya Gençler Oryantiring Şampiyonası	11-16 Temmuz 2022	Portekiz
4	WMOC Dünya Mastırlar Oryantiring Şampiyonası	10-16 Temmuz 2022	İtalya
5	EOC Avrupa Oryantiring Şampiyonası	3-7 Ağustos 2022	Estonya
6	SEEMOC Güneydoğu Avrupa Mastırlar Şampiyonası	24-28 Ağustos 2022	Romanya
7	SEEOC Güneydoğu Avrupa Oryantiring Şampiyonası	24-28 Ağustos 2022	Romanya

BİSİKLETTLE ORYANTİRİNG

SN	FAALİYETİN ADI	TARİHİ	YERİ
1	JWMTBOC Dünya Gençler Bisikletle Oryantiring Şampiyonası	15-20 Temmuz 2022	İsveç
2	WMTBOC Dünya Bisikletle Oryantiring Şampiyonası	15-20 Temmuz 2022	İsveç

KAYAKLA ORYANTİRİNG

SN	FAALİYETİN ADI	TARİHİ	YERİ
1	Avrupa Gençler Kayakla Oryantiring Şampiyonası	13-20 Mart 2022	Finlandiya
2	Gençler Dünya Kayakla Oryantiring Şampiyonası		
3	Kayakla Oryantiring Dünya Kupası		

PATİKA ORYANTİRİNG

SN	FAALİYETİN ADI	TARİHİ	YERİ
1	WTOC Dünya Trail Oryantiring Şampiyonası	19-23 Temmuz 2022	Polonya



Kulüp Faaliyetlerinden Kareler



Türkçesi varken...

Merhaba değerli oryantiring sporcuları, hakemler, antrenörler, haritacılar, idareciler,

Ülkemizde oryantiring sporunun geçmişi 50 yılı aştı. Dile kolay, yarım asır bu. Önce Türk Silahlı Kuvvetler bünyesinde başladığından dolayı terimlerin bir kısmı askeri dilden geçmiş. Örneğin kademe yarışı, talimat, münhani gibi.

Harita çizim programı Ocad'in o zamanlar Türkçe çevirisi olmadığından haritacılar bazı teknik terimlerin İngilizcesini kendi aralarında telaffuz ederken bunlar hakemler ve sporcular arasında yaygınlaşarak herkesçe kullanılmaya başlanmış. Guli, midıl, hedef anlamında kontrol gibi.

1990'ların sonunda siviller arasında yaygınlaşan ve herkesin sporu olarak çok sevilen oryantiring, artık günümüzde 1500 katılımlı etkinliklere, birbirinden çekişmeli özel yarışlara, Dünya Oryantiring Günü'nde neredeyse her yıl okul bahçelerinden parklara, ara sokaklardan ormanlara düzenlenen çok sayıda etkinlikle her yıl yeni sayısal birinciliklere ulaşıyor. Uluslararası Oryantiring Federasyonu IOF'nin takdiri ve oryantiring sporunda duayen sayılan pek çok ülkenin de dikkatini çekiyoruz.

Kullandığımız terimler de gün geçtikçe dilimize uygun bir biçimde şekillendi, yabancı sözcüklere hala tek tük rastlansa da onlar da yerlerini Türkçelerine bıraktı.

Hatırlatma niteliğinde aşağıdaki çizelgeyle Türkçesi varken kullanmaya çağrıda bulunmak istedik.

Nermin FENMEN
Öğretim Görevlisi

Türkçesi Varken...

Münhani, İzohips	Eşyüksekti
Guli	Su yarığı
Kontrol noktası	Hedef noktası
Lejant	Hedef bilgisi
Lejantlık	Bilgilik
Sprint	Sürat
Knockout Spint	Elemeli sürat
Middle	Orta mesafe
Long	Uzun mesafe
Start	Çıkış
Finish	Varış

Bursa U14 Türkiye Şampiyonası Tamamlandı

Oryantiring 2021-2022 sezonu U14 Türkiye Şampiyonası finalleri 11-12 Haziran 2022 tarihlerinde il merkezinde Tophane bölgesinde ve İznik'te gerçekleştirildi.

Yarışmaya muhtelif illerimizden "65 kulüp" ve "844 sporcu" katıldı. 1. Gün Sürat Yarışı, 2. Gün ise Kısa Mesafe Yarışı gerçekleştirildi. Yarışmalar sonucunda toplamda ilk üç dereceye giren sporcularımızdan;

I. Erkeklerde;

E8 Kategorisinde Toplamda; Ali Mert KAPLAN (BALIKESİR GSK) 1'inci, Kaan ŞAAN (ÇORUM GSK) 2'nci olurken Bulut SAĞLAM (ÇORUM GSK) ve Çağan ARSLAN (BAŞKENT HEDEF SKD 3'üncülüğü birlikte paylaştı.

E10A Kategorisinde Toplamda; Mazhar Artun KAVUNCU (PARDUS GSK) 1'inci, Ömer Uğur GÜNGÖR (PUSAT SK) 2'nci, Kadir Toprak ALP (ZEYNEP GÜLİN ÖNGÖR MTAL GSK) 3'üncü oldu.

E12A Kategorisinde Toplamda; Dilaver VURAL (ALTUN HEDEF SK) 1'inci, Alp Çınar SARIKAYA (İSTANBUL ORIENTEERING SK-İO) 2'nci, Uras KAVAKLIOĞLU (İSTANBUL GSM) 3'üncü oldu.

E14A Kategorisinde Toplamda; Murat Ali YURDAKUL (ANKARA ORIENTEERING SK-AOS) 1'inci, Deniz BAŞOL (KUZEY GEYİKLERİ DSK) 2'nci, Kuzey BAŞOL (KUZEY GEYİKLERİ DSK) 3'üncü oldu.

II. Kızlarda;

K8 Kategorisinde Toplamda; Azra MUTLU (YAKAMOZ GSK) 1'inci, Merve Gül SELÇUK (BALIKESİR GSK) 2'nci, Desen YORAN (YAKAMOZ GSK) 3'üncü oldu.

K10A Kategorisinde Toplamda; Begüm MOLLAMAHMUTOĞLU (ANKARA ORIENTEERING SK-AOS) 1'inci, Ada Zümra YILMAZ (NİLÜFER GENÇLİK DSK) 2'nci, Zeynep ŞEKER (İNEGÖL BELEDİYE SK) 3'üncü oldu.

K12A Kategorisinde Toplamda; Zeynep İÇYER (BALIKESİR GSK) 1'inci, Ceren CEYLAN (BALIKESİR GSK) 2'nci, Ela İLBOĞA (PARDUS) 3'üncü oldu.

K14A Kategorisinde Toplamda; Melek TEKİN (İNEGÖL BELEDİYE SK) 1'inci, Rabia ASLAN (İNEGÖL BELEDİYE SK) 2'nci, Nehir KARAKOÇAK (İNEGÖL BELEDİYE SK) 3'üncü oldu.

Bursa U14 Türkiye Şampiyonasından Kareler



Sporcu Köşesi

Müsabaka Öncesi Hazırlık Süreci

Yarışmalar hakkında en çok merak edilen konular arasında hazırlık süreci yer almaktadır. Yarışmada iyi bir performans göstermemiz birçok etkene bağlıdır. Ancak optimal ve üstün bir performansa ulaşmamız ise, hem psikolojik hem de fizyolojik özelliklerimizi geliştirmeye ve bu özelliklerin amaca uygun doğrultuda işlev göstermesi önemli bir rol oynamaktadır.

Ben müsabakada maksimum verimlilik için vücudumu; psikolojik, fizyolojik, beslenme ve dinlenme açısından en üst seviyeye getirmeyi amaçlıyorum.

Müsabaka öncesi fizyolojik olarak hazır hale gelmek, genel ve özel antrenman süreciniz ile bağlantılı olup, bu da antrenörünüz ile veya bireysel olarak uyguladığınız antrenman programına bağlıdır. Bu bölüm branşınızın gerekliliklerini, bireysel eksikliklerinizi ve yeteneklerinizi tespit edilerek sizi geliştirmeyi amaçlayan, yeniliklere açık, bilimsel çalışmaları takip eden, araştırmacı ve güçlü bir program sayesinde en iyi seviyeye ulaşacaktır. Herkes farklı biyolojik özelliklere sahiptir bu durum sporda bireysellik ilkesinin göstergesidir.

Bu yazımda uluslararası ve ulusal müsabakalarda uzun süre istikrarlı sonuçlar elde eden bir milli sporcu olarak kendi uyguladığım müsabaka öncesi çalışmalarımı yüzeysel olarak değineceğim. Ben antrenman programımı yıllık olarak planlarım ve programa uyum sağlamak için elimden geleni yaparım, müsabakanın özelliklerine göre (sürat, teknik, dayanıklılık) ve müsabakanın bölgesel özelliklerine göre de (asfalt, çim, bataklık, tırmanış) gibi ön planda olan özelliklerini analiz eder ve ortaya çıkan sonuçlar üzerine antrenman programımı oluşturup uygulardım.



Ayrıca performans zirvemi ana hedefim olan müsabakaya yönelik planlıyorum örneğin hedef müsabakam Temmuz ayında ise Aralık ayında beni forma sokacak antrenmanlar uygulamıyorum, bu yüzden kademe yarışlarını daha stabil bir performans ile tamamlayıp takımda kalmayı planlar ve zirve performansa Temmuz'da ulaşmak için belirli bir süre önce özgün özel antrenmanlarıma başlarım.

Yıl boyu her yarışta iyi performans göstermenin doğru bir uygulama olduğuna inanmıyorum, bu durum sakatlıklara meydan vermektedir. Diğer önemli bir konu ise müsabakaya psikolojik olarak hazır olarak girmek. Bu bölümün bir çok sporcu tarafından önemsenmediği kanısındayım ancak, bana göre maksimum performans için temel taşlardan bir tanesidir.

Müsabaka haftasına geldiğimizde sorunlardan arınmış, kazanmak veya kaybetmek kaygısından uzaklaşmış, mümkün olduğu kadar hayatındaki tüm ihtiyaçlardan farklı planlardan ve dertlerden uzaklaşmış, sağlıklı bir ruh haline sahip olarak mental hazırlığı çok iyi yapmak gerektiğini inanmaktayım. Bu duruma gelmek sizin kadar ailenize, arkadaş çevrenize, iş arkadaşlarınıza, patronlarınıza, vb. bağlı bir durum olduğu için onların tutumları ve destekleri de çok önemlidir.



En büyük başarıları elde ettiğim yarışmalarda (Dünya şampiyonası 2018 grup ikincisi ve Dünya şampiyonası 2021 grup on beşincisi) olarak finallere yükseldiğimde fizyolojik durumun yanı sıra psikolojik olarak da hazır olduğumu biliyordum. Yarışma öncesi hayatımdaki olumlu durumları düşünüp, pozitif motivasyon sağlamayı, sürekli yarışmayı düşünüp aşırı motivasyondan uzak kalmayı, eğer yeterli fiziksel ve teknik çalışmayı yaptıysam rakiplerimde korkmamayı amaçlar sağlam bir ruh hali ve güçlü bir psikolojik durum ile yarışmaya girmeye çalışırım.

Bunların dışında antrenman yapmama ve sağlam mental hazırlığa ek olarak, iyi bir beslenme düzenine sahip olmam gerektiğini de biliyorum. Yarışma süresi ve şiddetine göre beslenmemi şekillendiriyorum. Her sporcunun olumlu ya da olumsuz yöndeki beslenme deneyimleri ve spor beslenmesi konusunda bilgilerinin olması çok önemli.

Sporcular gerek müsabaka dönemlerinde, gerekse kamplardaki ağır antrenman dönemlerinde kendilerine iyi geldiğine inandıkları besinleri tüketmeli. Ben hem almam gereken besin miktarları hakkında kanıtlanmış bilgiler ediniyorum hem de antrenman öncesi olumlu-olumsuz beslenme deneyimim ile kendim için en iyi beslenme programını yapmaya çalışıyorum. Tabi bunun yanında günde 2-3 litre su içmeye dikkat ediyorum.

Unutmamamız gereken önemli ve son husus bu yoğun hazırlık süreçlerinin yanında dinlenme dönemlerini iyi belirlemek, herkesin en iyi doktoru önce kendisidir. Vücudunuzu iyi dinlemenizi öneriyorum, sakatlanacak bir bölge ya da antrenmanı terk edecek bir bünye öncesinde muhakkak sinyal vermektedir. Ben müsabaka ya hazırlık sürecimde uyku düzenimin dışına çıkmamaya özen gösteriyorum ve recovery yani vücudu toparlama sürecini iyi uygulamaya çalışıyorum.

Yarışma öncesi hazırlık sürecimi sizlere aktarmaya çalıştım umarım yazımda kendinizden bir şeyler bulursunuz.

Sevgilerimle...

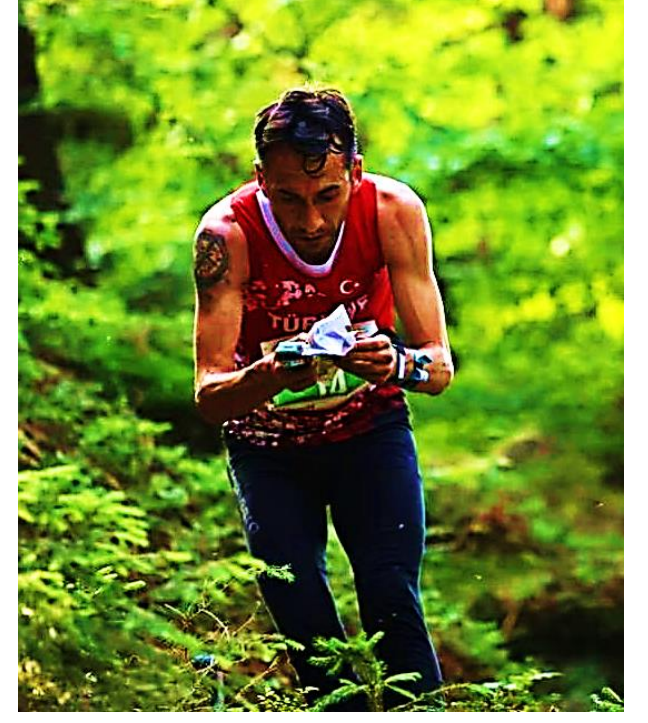
Ahmet KAÇMAZ
Milli Sporcu

Milli Sporcumuz Ahmet KAÇMAZ'ı Tanıyalım

Evli ve 2 çocuk babası olan sporcumuz, 2017 yılından beri Jandarma gücü spor kulübünde aktif sporcu olarak spor hayatına devam etmektedir.

Sporcusu olduğu eski kulüpleri:

- ✓ 2003-2013 Jandarma gücü SK,
- ✓ 2013-2016 TSK gücü SK,
- ✓ 2016-2017 Adrenalin SK



Ulusal başarıları Elit Erkek kategorisi;

2009	Türkiye 3.
2010	Sezonunda yarışmadı
2011	Türkiye 2.
2012	Türkiye şampiyonu
2013	Türkiye şampiyonu
2014	Türkiye şampiyonu
2015	Türkiye şampiyonu
2016	Türkiye şampiyonu
2017	Türkiye 2.
2018	Türkiye şampiyonu
2019	Sezonunda yarışmadı
2020	Türkiye şampiyonu
2021	Türkiye şampiyonu
2022	Türkiye şampiyonu

Uluslararası başarıları;

2014	Dünya şampiyonası (İtalya) middle final 56.
2017	Güney Doğu Avrupa Şampiyonası (Montenegro) sprint 2.
2018	Dünya şampiyonası (Letonya) eleme yarışmaları grup 2. (Tarihte ilk)
2018	Dünya şampiyonası final 37.
2018	World of O internet sitesi anketi "dünyada yılın en iyi performansı" ödülü
2021	Dünya Şampiyonası (Çekya) Sprint eleme grup 16.
2021	Dünya Şampiyonası (Çekya) Middle eleme grup 15. (Tarihte ilk)
2021	Dünya Şampiyonası (Çekya) Middle Final 56.
2021	Güney doğu Avrupa şampiyonası (Hırvatistan) Sprint şampiyonu
2022	Güney Doğu Avrupa Şampiyonası (Romanya) Sprint şampiyonu
2022	Güney Doğu Avrupa Şampiyonası (Romanya) Middle 4.
2022	Güney Doğu Avrupa Şampiyonası (Romanya) Bayrak 3.

24 - 28 Ağustos 2022
Güneydoğu Avrupa Oryantiring Şampiyonası
“SOUTH EAST EUROPEAN ORIENTEERING
CHAMPIONSHIPS SEEOC-2022”

Victoria, Brasov, Romania’da düzenlenen 2022 yılı Güneydoğu Avrupa Oryantiring Şampiyonasına (South East European Orienteering Championships SEEOC-2022) Milli Takım Kafilemizden;

Kadınlarda:

K16 Yaş: Hatice Elif KURT, Azra COŞKUN, Aleyna MİNDEN, İrem Gül NAZLIMOĞLU.

K18 Yaş: Ayşa Asya TUZCUOĞULLARI, Beyza Nur KAPLAN, Betül ÖNAL, Buse AÇIL.

K20 Yaş: Duygu YİGEN, Semanur ÖZDEMİR, Esmâ MELLE, Ayşe Nur KOÇ.

K21 Yaş: Elif Gökçe AVCI, Hilal ORUÇ, Buket AYDIN.

Erkeklerde:

E16 Yaş: Altar Ilgaz TUZCUOĞULLARI, Utku ÇİÇEK, Barış SARICA, Emre KIRGIL.

E18 Yaş: Hüseyin YÜCE, Halil ÖZDEMİR, Ayberk KESKİN, Hüseyin ŞAHAN.

E20 Yaş: Orbay Fatih YILDIZ, Uğur ÜSTÜNDAĞ, Kadir Buğra BUDAK, Bora Ege SARP.

E21 Yaş: Ahmet KAÇMAZ, Özgür FETTAH, Ayhan BİKİR, Koray ŞAHİN.

Ülkemizi temsil etmeye hak kazanmışlar ve sporcularımız, Sürat, Orta, Uzun ve Bayrak Yarışında Ülkemizi temsil etmişlerdir.

Kafileye Milli Takım antrenörlerimiz Adem ATEŞ, Hüzeyfe SİĞİRCİ, Kenan AKSİN, Sevda YALÇIN, Tarık ŞEKER, Arzu TURGUT ve Köksal AKSOY eşlik etti.

Ülkemize gururlandıran Milli Takımımız, 4 Altın 7 Gümüş ve 10 Bronz madalya ile Ülkemize döndü.

24 - 28 Ağustos 2022 Güneydoğu Avrupa Oryantiring Şampiyonasından Kareler



SEEOC 2022

GURURUMUZ

#TeamTÜRKİYE Victoria, ROMANIA

@oryantiringtof @TürkiyeOryantiringFederasyonu

www.oryantiring.org.tr

7 4 10

ORYANTİRING FEDERASYONU TÜRKİYE

2002

ORYANTİRING FEDERASYONU TÜRKİYE

2002

ORYANTİRING FEDERASYONU TÜRKİYE

2002

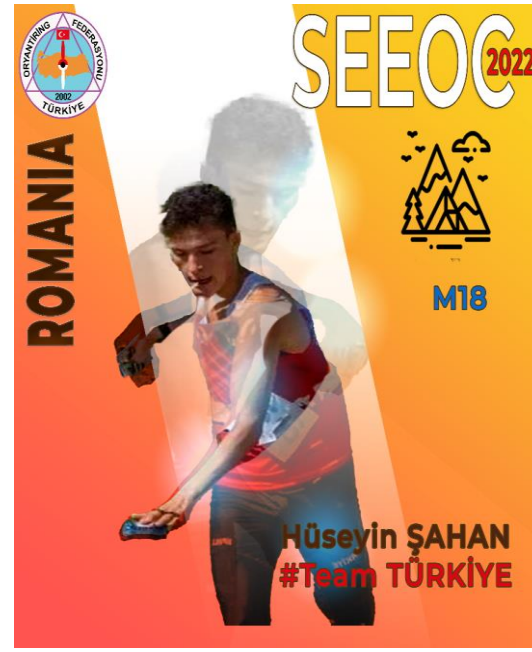
SEEOC-2022 16W – 18W TEAM TÜRKİYE



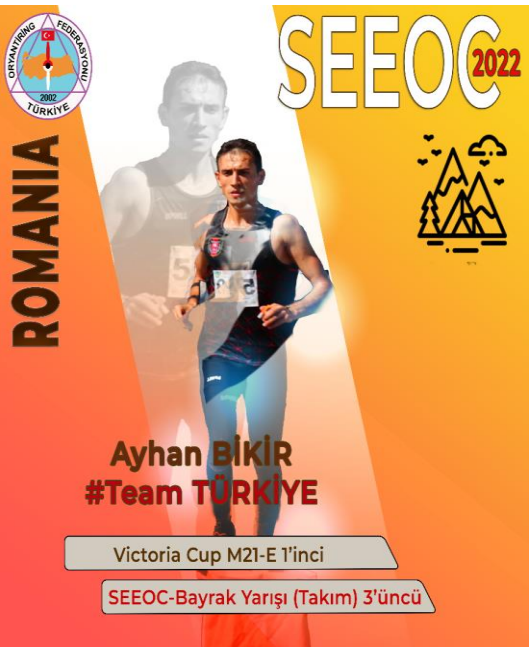
SEEOC-2022 20W – 21W TEAM TÜRKİYE



SEEOC-2022 16M – 18M TEAM TÜRKİYE



SEEOC-2022 20M – 21M TEAM TÜRKİYE



Aile Boyu Oryantiring

Aile boyu oryantiring yapıyoruz , içine girince alışılan bir spor hatta olumlu bir bağımlılık konusu da diyebiliriz.

2017 yılında Bursa'da 2 oğlumuz için doğa sporu arayışı ile başladı bizim yolculuğumuz. Spor etkinlikleri fuarında Emine Hoca ile tanıştık ve bizi antrenmana davet etti ve oryantiring sporunu bize biraz anlattı. Anlatılandan anladığımız açık havada yapıldığı ve bütün gün sürmediği idi. Bu bizim arayışımız ile örtüşmekteydi. Ben meraklı bir anne olarak o zaman web sitelerini taradım, okudum, araştırdım fakat oryantiring sporunun ne olduğunu anlayamadım. Araştırmalarımı ve anlamadığım detayları eşime de anlattım o da anlamadı.

10 Kasım'da Atatürk'ü Anma Etkinliği için Bursa Botanik Park'a gittik çocuklar yaşı büyük sporcular ile parkura çıktılar. Genç sporcular sonradan harita olduğunu öğrendiğimiz bir şeye bakarak cansiperane koşuyorlar, sonuçta nefes nefese ama mutlu görünüyordular. Çocuklar parkurdan mutlu ve heyecanlı döndüler, biz bunu yapmak istiyoruz dediler. Böylece bizim çocuklar için olan oryantiring yolculuğumuz başlamış oldu.

Çocuklar parkurda kaybolmasın diye peşlerinden giderken, kavramaya başladık konuyu. Kavrakça sevdik, her pazar önceliğimiz antrenman oldu. Bazen dostlardan sitem duyduk, bazen büyüklerden, bazen üşüdük, bazen sıcakladık, yokuşlarda hayatı ve ne akla hizmet kenarda oturmadığımızı sorguladık ama harika bir sporun sporcuları olduk zaman içerisinde.



Federasyon tarafından yıllık takvim yayınlandığında, ilk olarak iş takvimime yarış tarihlerini kaydediyorum ki başka etkinlik planlamayalım o tarihlere.

Oryantiring ailemize ortak bir gündem yaratıyor, biz inatla rotalarımızı anlatıyoruz onlar bizim kaybolmamak için seçtiğimiz rotaları eleştiriyor, bizim ki daha zor yaşıyoruz diye inat ediyoruz ettik antrenmanlara ve yarışlara. Ben mevcut sınavlara olumlu etkisi olduğunu düşünüyorum.

Bu spora bir şekilde başlamışsanız veya acaba başlasam mı, denesem mi diyorsanız aşağıdakiler sizin için önemliyse başlayın derim;

- Odaklanma becerinizi artırmak
- Açık havada spor yapmak
- Fiziki sınırlarınızı biraz zorlamak
- Seyahat ederek, yeni yerleri yeni bir gözle keşfetmek
- Yaşam rotanızı çizmeyi öğrenmek
- Herkes bir yöne koşarken kendi doğruunuza inanmayı sürdürmek ve o yönde hareket etmek
- Doğa şekillerini okumak
- Kademeli problem çözmeyi öğrenmek
- Zihinsel ve fiziksel dayanıklılığınızı artırmak

Oryantiringe ilk başladığımızda, open kategorisinde patikadaki hedefi bulup bunu büyük bir başarı gibi hocamıza anlattığımı hatırlıyorum, herkes aynı yöne koşuyor diye hedef kesin orada diye koştuklarımı, kayboldum diye panikleyip sonra yolumu bulmayı ve her kayboldukça yolumu bulunca hazine bulmuş gibi sevinmeyi de. Her hedefi bulmanın yeniden dopamin salgılatması, denememiş birine zor anlatılır.

Bazı yarışlarda çocukların dönmesi uzayınca tırnaklarımı yediğimde oldu ama oryantiring yapmak çocukları hayata göndermek gibi, er ya da geç bizden farklı rotalara gidecekler bu açıdan Oryantiring onları hayatta yanlış rotaları fark etmelerine ve doğruyu bulmak için ısrarcı olmaya da hazırladığını düşünüyorum.

Bu keyifli spor anlatılmaz yaşanır, kendinize ve çocuklarınıza bir fırsat tanımanız dileğiyle.

Hülya YALÇIN
Sporcu Velisi

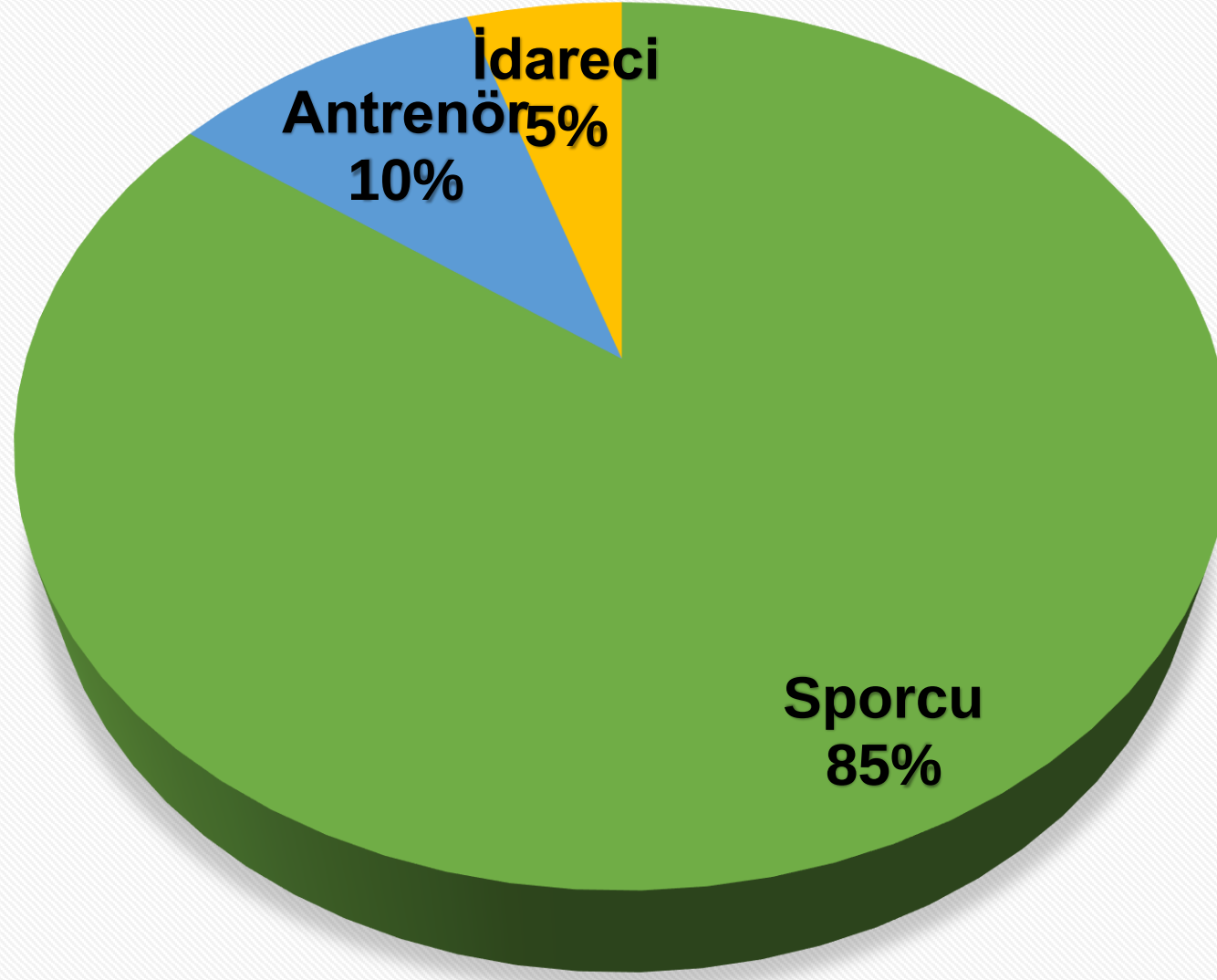
2021-2022 Sezonu Değerlendirme Anketi

Türkiye Oryantiring Federasyonu başkanımız Prof. Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU'nun nezdinde Yönetim Kurulumuzca alınan karar doğrultusunda; Türkiye Oryantiring Federasyonunun 2021-2022 sezonunu değerlendirmek, sezonun olumlu veya olumsuz yönlerini araştırmak ve çıkacak sonuçlara göre, önümüzdeki sezonu camiamızın görüşleri ışığında şekillendirmek, belirlenen kriterler ışığında **"Federasyonumuzun her bir kademe yarışı ve Türkiye Şampiyonası"** sonrasında değerlendirilmesi amacıyla anketimiz hazırlanmış ve anket sonucu değerlendirmelerimiz siz oryantiring severlere sunulmuştur.

2021-2022 sezonu yarışmaları sonrasında, katılımcılar tarafından doldurulan anketimizin, siz değerli Oryantiring spor camiasına hayırlı olmasını temenni ederiz.

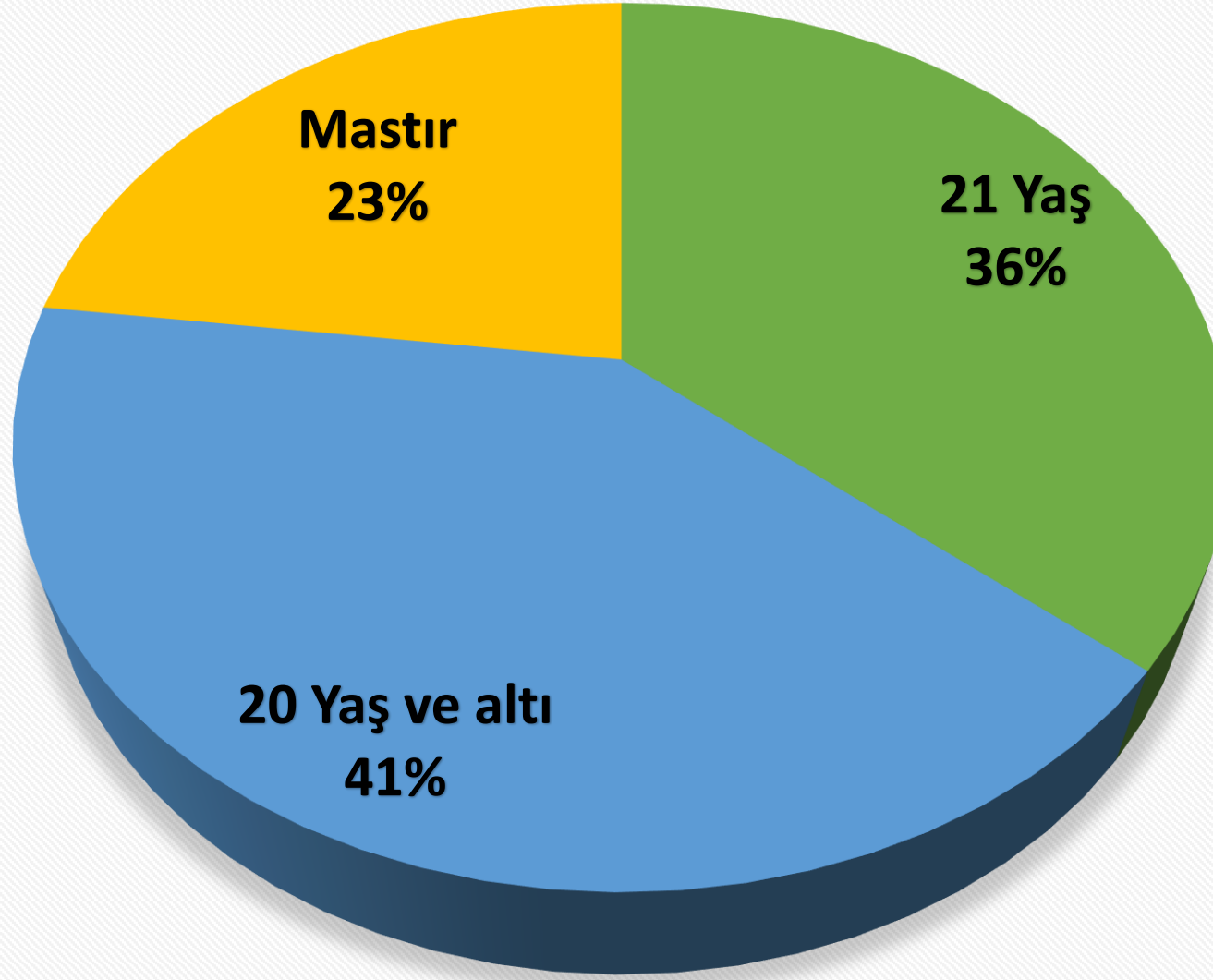
TÜRKİYE ORYANTİRİNG FEDERASYONU

ANKETİ YANITLAYANLARIN DAĞILIMI



■ Sporcu ■ Antrenör ■ İdareci

PARKUR KOŞANLARIN DAĞILIMI



■ 21 Yaş ■ 20 Yaş ve altı ■ Mastır

2021-2022 SEZONU GENEL DEĞERLENDİRME

GENEL DEĞERLENDİRME	ORTALAMA PUAN (*)	TAM PUAN VEREN KİŞİ ORANI
1. Kademe	3,05	%3,49
2. Kademe	3,78	%23,27
3. Kademe	3,63	%20,33
Türkiye Şampiyonası	3,00	%10,17

(*) Puanlama "5 Tam Puan" üzerinden yapılmıştır.

2021-2022 SEZONU YARIŞMALARIN DEĞERLENDİRİLMESİ

YARIŞMA KADEMESİ		EN YÜKSEK PUAN ALAN ANKET DEĞERLENDİRMESİ	EN DÜŞÜK PUAN ALAN ANKET DEĞERLENDİRMESİ	TEKNİK DEĞERLENDİRME (*)	ORGANİZASYON DEĞERLENDİRMESİ (**)
1. KADEME İZMİR	1.GÜN	Yarışmanın tipine göre arazi/alan seçimi	Çıkıştaki düzen	3,81	3,14
	2.GÜN	Harita çizim kalitesi	Ödül töreni	3,82	3,38
2. KADEME ALANYA	1.GÜN	Harita çizim kalitesi	Otopark, toplanma alanı olanakları	3,87	3,09
	2.GÜN	Harita baskı kalitesi	Ödül töreni	3,76	3,67
3. KADEME ALANYA	1.GÜN	Otopark imkanı	Parkur kalitesi	3,62	3,68
	2.GÜN	Yarışmanın tipine göre arazi/alan seçimi	Toplanma alanındaki olanaklar	3,92	3,65
TÜRKİYE ŞAMPİYONASI	1.GÜN	Otopark imkanı	Yarış yerine ulaşım	3,09	3,51
	2.GÜN	Otopark imkanı	Yarış yerine ulaşım	3,09	3,52
	3.GÜN	Varıştaki düzen	Ödül töreni	3,26	3,88

(*) Yöre seçimi, harita çizim ve baskı kalitesi, parkur planlama

(**) Karantina, çıkış-varış düzeni, toplanma alanı, ulaşım, ödül töreni, su noktası

2021-2022 SEZONU OLUMLU UYGULAMALARI

- ✓ 8 yaş kategorisinin eklenmesi
- ✓ Bültenler geçmişe göre daha düzenliydi
- ✓ Gönüllülerin kullanılması
- ✓ Bültenlerin zamanında, açık ve net olması
- ✓ Isınma haritası uygulaması
- ✓ İletişim platformu, canlı oryantiring gibi olanaklar, puanların hızla yayınlanması
- ✓ İlk yardım olanakları
- ✓ Kategorilere A, B klasmanlarının yeniden getirilmesi ve daha az deneyimlilere fırsat verilmesi
- ✓ Elemeli sürat yarışmasının yapılması, tanıtımı
- ✓ Milli takım kategorilerinin farklı çıkış noktasından başlamaları
- ✓ Öğle yemeği ikramları, su verilmesi
- ✓ Parkur kalitesi, elit ve diğer kategoriler arasındaki seviye farkını yansıtacak düzeyde olması
- ✓ Türkiye Şampiyonasının fazladan puan vermesi
- ✓ Ulusal yarışmalarda çalışan parkur hakemlerinin gençler arasından görevlendirilmesi
- ✓ Yüksek performans gösteren sporculardan doping numunesi alınması

2021-2022 SEZONU OLUMSUZ UYGULAMALARI

- Bazı yarışlardaki çanta bırakma/taşıma verimsizliği
- Faaliyet programına uyulmaması, kademe iptali, bisikletle oryantiring yarışmalarının iptali
- İnsanların para ile milli olması ve bunun artık bir menfaat çıkar ilişkisine dönüşmesi
- Parkur hatalarında IOF kurallarının uygulanmaması
- Takım puanı veren kişi sayısının 3'e düşürülmesi (yeniden 4'e yükseltilmeli)
- Türkiye Şampiyonasında +100 puan sisteminin uygulanması
- U14 yarışlarının net olarak bölgelere ayrılmaması ve bu yaş grubundaki takvim sıklığı

2022-2023 SEZONU BEKLENTİ VE İSTEKLERİ

1. B kategorileri de ödüllendirilmeli, takım tasnifi yapılabilmesi
2. Bisikletle oryantiring en az 1 kademe, bir şampiyona şeklinde geri gelmeli
3. Eski haritalar kullanılmamalı, kullanılacaksa uzun vadeli ambargo uygulanmalı
4. Federasyon yarışlarının dış dünyaya görseiliği artırılmalı, TV canlı yayın vb gibi
5. Harita baskı kalitesi denetlenmeli, gerekirse tek bir merkezle anlaşma yapılmalı
6. Hile yapanlara, takipçilere yaptırım uygulanmalı
7. Kısa mesafe, orta mesafe ve uzun mesafe parkurlar sayı olarak daha dengeli planlanmalı
8. Milli takım seçme ve seçilme kriterleri çok önceden ilan edilmeli
9. Ödül törenleri çok geç başlıyor, bunun önüne geçilmeli
10. Puanlama sisteminde orman ve sürat yarışlarının puanları IOF'de olduğu gibi ayrılabilir, en azından milli takım aday kategorilerde
11. Sezon takvimi daha erken açıklanmalı ve değişmemeli, yarışmalar ÖSYM ve MEB'in önemli sınavlarıyla çakışmamalı
12. Sporcu kurulu aktifleştirilmeli, sorunlar aktif olarak oryantiring yapan sporcu gözüyle irdelenip üst makamlara aktarılmalı
13. Sporcu ve antrenör gelişim kampları düzenlenmeli
14. Yarış sırasında görev bölümü ve görevlilerin bilgi düzeyi iyi planlanmalı, sporcuya net ve doğru bilgi verilmeli
15. Yarış yeri konaklama merkezlerine çok uzak yörelerde olmamalı
16. Yarış yerlerinde öğrenci yurdu vb gibi uygun konaklama olanakları araştırılmalı
17. Yarışlarda küçük ödüller verilebilir, tişört, bandana gibi.
18. Yeni başlayanların teşvik edilmesi için open kategorisi yeniden getirilmeli
19. Eskiden olduğu gibi 12 ve 14 yaştan yetenekli sporcular da yurtdışında yarışlara götürülmeli
20. Sezon biter bitmez kulüp başkanları, ve yetkililer ile değerlendirme yapılmalı, kısa bir sürede yeni sezon takvimi açıklanmalı
21. Organizasyonda hataya neden olanlar hakkında yaptırım uygulanmalı, tekrarı önlenmeli.

2021-2022 Sezonu Anket Sonucunun Değerlendirilmesi

Sezon değerlendirme notu 5 üzerinden 3,36'da kalmıştır. Önümüzdeki sezon bu notu 4 ve üzerine çıkarmak için kurullarımız içinde özeleştirici özendirilecek, katılımcılardan gelen eleştiriler ve gelecek sezona yönelik talepler mutlaka dikkate alınacaktır.

Yarış bazında puanlamaya bakıldığında genel olarak kademe yarışlarında teknik başarı az farkla da olsa organizasyonel başarının önünde olmakla birlikte Türkiye Şampiyonasında bunun tersi gözlenmektedir. Şampiyonada seçilen arazinin ve parkurların uygun olmayışına ve haritadaki eksikliklere dikkat çekilmiştir.

Oryantiring yarışlarında teknik başarı ile organizasyonel başarı atbaşı gitmelidir. Katılımcıların eleştirdikleri ve takdir ettikleri özelliklerin yarış bazında farklılık göstermesi, soruların ve değerlendirme kriterlerinin ne ölçüde titizlikle değerlendirdiklerine işarettir. Elbette teknik yönde kalite korunurken ödül töreninin zamanında başlamaması, otopark olanaklarında ön araştırmanın yeterli olmayışı gibi organizasyondaki eksiklikler de hızla giderilmelidir. Ankette verilen tüm mesajlar dikkatle not alınmış, ilgili kurullarımızın dikkatine sunulmuştur.

Ankete katılarak çözümün parçası olmaya zaman ayırdıkları ve samimi eleştiri ve katkılarını esirgemedikleri için tüm katılımcılara teşekkür eder, 2022-2023 sezonunda başarılar dileriz.

Prof. Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU
TÜRKİYE ORYANTİRİNG FEDERASYONU BAŞKANI

WOC JWOC ve EYOC Seçmelerinden Kareler



Edebiyatın Şifreleri Oryantiring Başkent Kültür Yolu Etkinlikleri



DORİ

Bilgi Yarışması



Sevgili oryantiring severler,

Yeni yıla en sevdiğimiz spor olan oryantiring ile girmek için Türkiye Oryantiring Federasyonu olarak bir bilgi yarışması düzenledik. İnternette, ansiklopedilerden, oryantiring ile ilgili yayınlardan araştırmak, arkadaşla sorma hakkını kullanmak serbest.

Aşağıdaki 5 sorunun tümünü doğru yanıtlayan katılımcılar arasında çekilecek kurada 3 (üç) katılımcıya Kenan AKSİN'in *Oryantiring Terminolojisi* kitabını hediye ediyoruz.

Haydi eller klavyelere... Son gün 15 Ocak 2023

Yanıtlarınızı <https://form.jotform.com/223474483862969> adresindeki formu kullanarak işaretleyiniz.

1- Uzun mesafe yarış tipini aşağıdakilerden hangisi en iyi şekilde tanımlamaktadır?

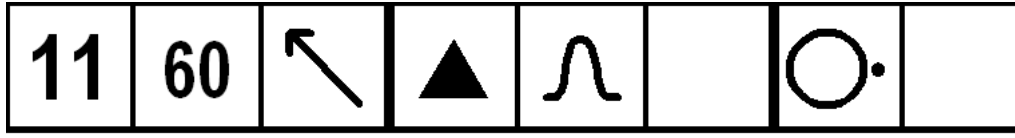
- a) Uzun mesafe yarışı dayanıklılığı ölçer. Mümkün olduğunca sert bir arazide yapılmalı, tırmanışı olabildiğince fazla, toplam mesafe olabildiğince uzun olmalıdır.
- b) Uzun mesafe yarışı bir noktadan diğerine giderken en uygun rota seçimine karar verebilmeyi ölçer. İki hedef arası ayaklar uzun, rota ilk bakışta aşık olmamalıdır. Hedef çemberine girildiğinde hedef noktasını bulmak çok zor olmamalıdır.
- c) Uzun mesafe yarışı kazanma süresi elit erkeklerde 90-100 dakika, elif kadınlarda 70-80 dakikadır. Parkurlar bu kazanma süresine göre düzenlenir.
- d) Yukarıdakilerin tümü.

2- Oryantiring haritalarında IOF Harita Kurulu'nun getirdiği standartlar, hangi sembolün ne için kullanılacağını ve bu sembolün boyutlarının ne olması gerektiğini belirler. Koşarak oryantiringde arazi haritalarında kullanılan ISOM (International Specification for Orienteering Maps) standartları en son 2017'de, sürat haritalarında kullanılan ISSPrOM (International Specification for Sprint Orienteering Maps) standartlarını ise 2019'da (sonra 2022'de) güncelleyerek kullanılacak bazı sembollerin şeklini değiştirdi.

ISOM (orta ve uzun mesafe arazi haritaları standartları) ile ISSPrOM (genellikle kentsel bölgeler olmakla birlikte araziye de yayılabilen Sürat haritaları) arasında hangi semboller özellikle farklıdır?

- a) Duvarlar
- b) Araç trafiğine açık asfalt yollar
- c) Tünel ya da altgeçitler
- d) Yukarıdakilerin tümü.

3- Aşağıdaki tanıma göre 60 numaralı hedefin bilgisini nasıl okumak gerekir?



- a) Doğu taraftaki girintinin içindeki kayanın kuzey batısında
- b) Kuzey batıdaki girintinin içindeki kayanın doğusunda
- c) Girinti içindeki kayalar arasından kuzey batıdaki doğusunda
- d) Girintiler arasından kuzeybatısında kaya olanın doğusunda

4- IOF koşarak oryantiring kurallarına göre 1:4000 ölçek kullanılan bir sürat parkurunda iki hedefin arası en az kaç metre olmalıdır?

- a) Benzer özelliğe yerleştirilmiş iki hedef arası 30 m, farklı iki özelliğe yerleştirilmiş iki hedef arası 15 m
- b) Benzer özelliğe yerleştirilmiş iki hedef arası 60 m, farklı iki özelliğe yerleştirilmiş iki hedef arası 30 m
- c) Benzer özelliğe yerleştirilmiş iki hedef arası koşu mesafesi olarak 25 m, farklı iki özelliğe yerleştirilmiş iki hedef arası kuş uçuşu 15 m
- d) Hiçbiri

5- Oryantiring sporunun en güzel özelliklerinden biri de bedensel engellilerin engelli olmayanlarla aynı parkurda yarışmalarına olanak tanıyan Patika Oryantiring Disiplinidir. Patika Oryantiringini diğer 3 disiplinden (Koşarak Oryantiring, Bisikletle Oryantiring, Kayakla Oryantiring) ayıran en temel özellik aşağıdakilerden hangisidir?

- a) Hedeflerin tümü kolay ulaşılacak yerlerde
- b) Mesafe diğer disiplinlere göre daha kısadır
- c) Tırmanma yoktur
- d) Sporcunun parkuru hangi sürede tamamladığı birinciyi belirlemez.

2022-2023 Sezonu TOF Ulusal Yarışlar Faaliyet Takvimi

SN	FAALİYETİN ADI	TARİHİ	YERİ
1	Türkiye Oryantiring Şampiyonası 1. Kademe Oryantiring Yarışması	2-4 Aralık 2022	Kocaeli
2	Türkiye Oryantiring Şampiyonası 2. Kademe Şehitleri Anma Yarışı	21-23 Ocak 2023*	Osmaniye
3	Türkiye Oryantiring Şampiyonası	29 Nisan-01 Mayıs 2023	Bucak/Burdur
4	U14 1. Kademe Yarışları	Aralık 2022 Ocak 2023	81 İlde
5	U14 2. Kademe Yarışları	17-23 Mart 2023	Bölgeler
6	U14 Türkiye Şampiyonası	19-21 Mayıs 2023	Amasya
7	IOF Dünya Oryantiring Günü	19-25 Mayıs 2023	81 İlde

BİSİKLETLE ORYANTİRİNG

SN	FAALİYETİN ADI	TARİHİ	YERİ
1	Kapadokya Kupası Dünya Mastırlar Serisi 2.Ayak ve WRE	29 Mart – 02 Nisan 2023	Kapadokya

* Gerekli görüldüğü hallerde TOF Yönetim Kurulu faaliyet programında değişiklik yapabilir.



Oryantiring camiamızın değerli Gönül Elçileri

Dergimizin özel sayısı "*Oryantiring Hikayeleri*" için; siz sporcu, antrenör, hakem, kulüp başkan ve yöneticileri, tüm kurul üyelerimiz, değerli sporcu velilerimiz ve paydaşlarımızın kendi kalemlerinden, anlatacakları hikaye, anı ve makalelerini bekliyoruz.

Sizlerin kaleminden oluşacak özel sayımızda, yazınızı sizlerin seçip göndereceği resimler ile renklendirmek üzere maillerinizi bekliyoruz.

Son gönderim: 25 Ocak 2023



Murat ŞAHİN

Editör

☎ 0 (312) 324 6166

✉ basinmedya@oryantiring.org.tr

● Maltepe Mah. Şehit Daniş Tunalıgil Sk.
No:3 Kat:1 Dai.:3-4 Çankaya / ANKARA

SPOR TOTO
TEŞKİLAT BAŞKANLIĞI

