



Kartplan

2026-2028

(Sist revidert januar 2026)

Innhold

1	Formål	3
2	Framstilling av orienteringskart	3
2.1	Metodikk	3
2.2	Kostnader	3
3	Kartbehov	4
3.1	Terminfestede løp	4
3.2	Turorientering	4
3.3	Interne arrangement	5
3.4	Skolegårdskart/instruksjon	5
3.5	Stolpejaktkart	5
4	Kartoversikt	5
5	Prosjekter 2026-2028	7
5.1	Konkurranskart	7
5.2	Skolegårdskart	8
5.3	Stolpejaktkart	8
5.4	Andre kart	8
5.5	Revisjon og rehabilitering av digitale baser	8

1 Formål

Orienteringskartet er o-idrettens idrettsanlegg. Hovedmålsettingen med kartarbeidet til Østmarka OK (ØOK) er å sørge for å ha kart av god kvalitet tilpasset følgende aktiviteter:

- Rekruttering og opplæring i o-klubben, skoler og andre lag og foreninger
- Turorientering (Skogtrim og Skijeger'n)
- Stolpejakt
- Klubbtreninger
- Terminfestede løp og konkurranser
- Eventuelle mesterskap og internasjonale løp

Kartplanen har som formål å:

- være styrende for o-klubbens kartarbeid i perioden
- tjene som informasjon for idrettsråd, orienteringskrets, kommune og fylke i forbindelse med anleggsplaner og søknader om støtte
- være grunnlagsmateriale i forsøk på å unngå konflikter med vekst og dyreliv

Det har gjennom mer enn 70 år vært en stor produksjon av spesialkart for orientering av ØOK i kommunene Lørenskog, Rælingen og Skedsmo/Lillestrøm; de første årene i regi av O-52 og Rælingen OK og fra 1998 av ØOK. Denne produksjonen har vært mulig takket være en stor dugnadsinnsats av ildsjeler innen orientering.

Økte krav til kartenes norm og standard, samt generell samfunnsutvikling, gjør at man nå i all hovedsak må basere seg på at kartproduksjonen for konkurransekart utføres av profesjonelle.

2 Framstilling av orienteringskart

2.1 Metodikk

Alle kart framstilles i dag digitalt (konstruksjon, rentegning og lagring). Dette gir besparelser på sikt, da oppdatering og vedlikehold av kartene blir vesentlig enklere. Det er også blitt vanlig å etablere kartdatabaser over større områder. Ut fra slike baser lages det utgaver tilpasset ulike behov, herunder instruksjonskart i større målestokk, spesielle utsnitt for turorientering og utsnitt for større løp.

En klar forutsetning for å høste gevinst av å ha digitale kartdatabaser er at det legges mye innsats i førsteutgivelsen, slik at utgangspunktet blir best mulig. En må også sørge for å vedlikeholde disse basene slik at disse ikke forfaller.

En effekt av denne metoden er også at det vil bli mindre vanlig å revidere enkeltkart. Man vil i stedet utføre fortløpende vedlikehold på databasen etter hvert som feil oppdages og endringer i terrenget oppstår. Nye kartutsnitt/utgaver utgis så fra denne basen med utgifter hovedsakelig til layout og trykking ifm. konkurranser. Man vil ved dette på sikt redusere kostnadene ved å framstille kart forutsatt at basen vedlikeholdes fortløpende.

2.2 Kostnader

Kostnadene ved framstilling av en digital kartbase ligger på ca. 30.000 kroner per km² (eks. MVA) Utgiftene (eks. MVA). fordeler seg på følgende trinn i framstillingsprosessen:

- *Laserskanning*: Som alternativ til spesialkonstruksjon for høydekurver benyttes i økende grad laserskanning til produksjon av tekniske kart. For ØOK er alle kommunene dekket av

høydekurver basert på laserskanning. Disse dataene gjøres fritt tilgjengelig for o-klubben for utarbeiding av orienteringskart.

- **Konstruksjon:** Spesialkonstruksjon av vegetasjon, stup, steiner og lignende etter flybilder kan utføres av spesialfirmaer til en pris av ca. 2.500 kr. per km². En ny metode for å lage synfaring grunnlag er å autogenerere det fra laser- og FKB-data, men for vegetasjon krever det en nøyaktig klassifisering. Prisen er dog betydelig lavere (2-3.000 kr. uavhengig av områdets størrelse). Resultatet anses foreløpig å bli bedre ved bruk av tradisjonell konstruksjon.
- **Synfaring:** Grunnlagskartet - som er resultatet av konstruksjonen - må synfares meget nøye i terrenget. Dette er en svært tidkrevende oppgave hvor alle detaljer kontrolleres og nye legges inn. Prisen er ca. 15.000 kr. per km². En ny metode her er å benytte nettbrett ifm. synfaringen. Spesielt for sprintkart kan dette være en svært god tilnærming.
- **Rentegning:** Alle orienteringskart tegnes i dag digitalt ved hjelp av OCAD. Prisen er ca. 8-10 000 kr. per km².
- **Layout:** Dette omfatter å lage utsnitt og legge på tekst, tegnforklaring m.m. Kostnaden er ca. 3-5.000 kr. per kart.
- **Kartkontroll:** Det er pålagt med kartkontroll av alle kart som skal brukes til kretsløp og nasjonale løp. Kartkontrollører oppnevnes av Akershus og Oslo Orienteringskrets (AOOK). Kostnaden har ligget på ca. 2-5.000 kr., avhengig av kartets størrelse. Fra og med 2024 er det åpnet for at klubber i AOOK kan oppnevne egne kartkontrollører, som etter individuell godkjenning av AOOK kan stå for kontroll av nye/reviderte kart som klubbene utarbeider. OØK har for tiden to godkjente kontrollører.
- **Administrasjon:** For administrasjon beregnes det normalt 5% av total kostnad.
- **Rehabilitering:** For omfattende rehabilitering av digitale baser budsjetteres med en kostnad på ca. 6-8.000 kr. per km².

3 Kartbehov

Det er et poeng at klubben trenger å spre arrangementer og treninger geografisk for å ta hensyn til belastning på grunneiere og dyreliv. Å begrense løp og treninger til for få kart vil også gå utover o-sportens grunnidé: «Å finne fram med kart og kompass i ukjent terreng». Det trengs derfor til enhver tid minimum 8-10 kart av brukbar standard. Det er også et moment at det kartlegges terreng av forskjellig karakter for å øke treningsverdien.

3.1 Terminfestede løp

Som en stor og tradisjonsrik o-klubb ønsker ØOK å jevnlig arrangere nasjonale løp, i tillegg til det årlige kretsløpet Høydepunktet. Av større løp som klubben ellers har arrangert de siste årene kan nevnes NM-natt i 2019, Hovedløpet for yngre i 2020, KM mellomdistanse i 2022 og NM ultralang/Norgescup mellomdistanse i 2024.

Det kreves at arrangementene holder et sportslig høyt nivå og at kartene har høy kvalitet. Dette innebærer at det sjelden kan brukes kart som er mer enn 2-3 år gamle. I praksis prøver vi alltid å ha nyreviderte kart til hvert arrangement på krets- og nasjonalt nivå. Både av sportslige hensyn og for å ta hensyn til belastning for grunneiere og dyreliv, trenger vi flere områder å rullere på.

3.2 Turorientering

Skogtrim (sommer) og Skijeger'n (vinter) trenger 6-7 oppdaterte kart årlig. En viss rotasjon på områder som benyttes til turorientering er sterkt ønskelig både for å spre belastningen for berørte grunneiere, og fordi dette øker interessen hos deltakerne.

3.3 Interne arrangement

ØOK har hvert år behov for kart til:

- **Park o-karusellen:** Dette er et breddearrangement som tar sikte på opplæring for alle i aldersgruppen opp til 16 år. Park o-karusellen arrangeres ca. 10 onsdager i løpet av vår- og høstsesongen, og kan samle mer enn 100 deltagere hver gang.
- **Østmarka Open:** Dette er løp som er åpne for alle. Deltakelsen ligger gjerne på 20-60 pr løp. Det arrangeres ca. 10 løp pr. år.
- **Klubbmesterskap:** Sprint, mellomdistanse og langdistanse.
- **Interne treninger:** Klubben arrangerer årlig ca. 30-35 faste treninger på kart.

3.4 Skolegårdskart/instruksjon

ØOK har god kompetanse på å produsere denne type o-kart og ser det som en naturlig oppgave å bidra til å skaffe skolene gode kart. Dette forutsetter et samarbeid med kommunene, både når det gjelder oppdaterte kartdata og bruk av kartene i skolen. Grunnlaget for disse kartene har primært vært data fra teknisk sektor i kommunene. Skolene har fri tilgang til klubbens orienteringskart til bruk i undervisningen.

3.5 Stolpejaktkart

ØOK organiserer årlig stolpejakt i kommunene Lørenskog, Lillestrøm og Rælingen. Klubben driver fortløpende oppdatering av stolpejaktkartene i de tre kommunene.

4 Kartoversikt

En oversikt over kart utarbeidet av ØOK er vist nedenfor.

Konkurranskart - skog:	Utgitt/revidert	Godkjent av kretsen eller ØOKs egne kontrollører
Bjønnåsen	2016	
Furukollen	2011	
Gjelleråsen	2020	x
Kartbase Rælingen	2019	
Knuttjern	2020	
Marikollen - Bjønnåsen	2019	x
Myrdammen	2016	
Mønevann	2020	
Linfjellet (inkl. Andersen)	2008	
Losbymarka	2024	x
Lysås	2025	x
Ringnesmarka	2018	

Rælingsåsen	2018	x
Skjettenkollen	2021	x
Østbyåsen	2019	

Konkurranskart – sprint:	Utgitt/revidert	Godkjent av kretsen eller ØOKs egne kontrollører
Bråteåsen	2020	x
Korsfjellet	2015	
Kurland	2017	
Oksefjellet	2020	
Nesåsen	2023	
Skjettenbyen	2024	
Skårerødegården/SNØ	2023	
Solheim	2020	x
Marikollen	2025	
Sandbekken og Kurland	2025	

Stolpejaktkart:	Utgitt/revidert
Lillestrøm	2019
Losby	2020
Lørenskog – Rasta	2019
Lørenskog	2024
Midtre Rælingen (Smestad, Hektner)	2023
Nordby	2020
Strømmen	2019
Øvre Rælingen	2020
Skedsmokorset	2020

Skolegårdskart:	Utgitt/revidert
Bråtejordet	2023
Finstad	2023

Fjellhamar	2023
Fjellsrud	2023
Fjerdingby	2024
Hammer	2021
Løvenstad	2024
Løvenstad og Sandbekken	2024
Marikollenskolene	2024
Rasta	2022
Rådhusparken	2020
Solheim og Kjenn	2020
Smestad	2023
Sophie Radich	2023
Skåreråsen	2020
Åsen og Løkenåsen	2020

5 Prosjekter 2026-2028

5.1 Konkurranskart

Planen for konkurranskart for perioden 2026-28 omfatter følgende prosjekter:

- Nytt kart over Ringnesmarka;
- Sprintkart; oppdatering/nytegning av kart over sentrale områder i de tre kommunene

Prosjektene omtales nærmere nedenfor. I tillegg til disse prosjektene, blir kart/kartbaser jevnlig oppdatert med ny hogst, nye stier, endret vegetasjon etc. av enkeltmedlemmer i klubben.

5.1.1 Ringnesmarka

Klubben har besluttet å utarbeide et nytt kart over Ringnesmarka i Lillestrøm kommune med oppstart i 2026 og ferdigstilling i 2028. Det nye kartet planlegges brukt dersom vi blir tildelt O-festivalen sammen med naboklubber i 2028. O-festivalen vil gå over tre dager og er normalt Norges største orienteringsarrangement med anslagsvis 2000 deltakere.

Foreløpig budsjett for det nye kartet over Ringnesmarka er vist nedenfor. Budsjettet er basert på et estimert areal på 12 km², men det tas inntil videre forbehold om at arealet, og dermed de samlede kostnadene, vil kunne avvike noe fra dette anslaget.

Beskrivelse	Foreløpig budsjett 2026-28
Utarbeidelse av synfaring grunnlag	25 000,-
Synfaring	220 000,-
Digitalisering/rentegning	140 000,-

Administrasjon	5 000,-
Sum	390 000,-

Finansiering	
Spillemidler	130 000,-
Kommunale midler	
Egenkapital/sponsor/dugnad	260 000,-
Sum	390 000,-

5.1.2 Sprintkart

Det er behov for å utarbeide et nytt sprintkart på Skedsmokorset til bruk under O-festivalen i 2028, se omtale ovenfor. Nærmere omtale av planene inkl. budsjett vil bli tatt inn i kartplanen i forbindelse med neste rullering i januar/februar 2027. Det kan bli aktuelt å søke om spillemidler til prosjektet.

I perioden fram til 2028 kan det også bli aktuelt å oppdatere enkelte eksisterende sprintkart, bl.a. i sentrumsnære områder i Lørenskog og Lillestrøm. Per januar 2026 foreligger det imidlertid ikke konkrete planer eller budsjetter for dette.

Klubben har ellers fått tilsagn om støtte fra private stiftelser til kartarbeid som primært skal være rettet mot økt rekruttering, og det kan bli aktuelt å bruke noe av disse midlene til å få laget flere sprintkart i nærheten av skoler. Per januar 2026 arbeides det med å konkretisere planene for dette.

5.2 Skolegårdskart

Skolene vurderes som viktige arenaer for rekruttering til klubben, og ressurspersoner i klubben er innstilt på å bistå skoler eller kommuner som eventuelt trenger drahjelp for å komme i gang. En veiledning som er ment å hjelpe skoler med å lage egne skolegårdskart, eventuelt organisert som elevprosjekter, ble i 2020 gjort tilgjengelig via klubbens nettsider.

Det har vært et langsiktig mål for klubben å få laget skolegårdskart over minimum 30 av de 40 skolene i Lørenskog, Lillestrøm og Rælingen. Arbeidet pågår fortløpende, og status per januar 2026 er at ca. 20 skoler har kart som er rimelig godt oppdaterte. Kartene legges fortløpende inn i på skoleorientering.no etter hvert som de ferdigstilles.

5.3 Stolpejakkart

Klubben har utarbeidet stolpejakkart som dekker områder både i Lillestrøm, Lørenskog og Rælingen kommune. Stolpejakkartene må revideres og oppdateres jevnlig på grunn av utbygginger og andre arealbruksendringer. Dette gjøres av enkeltpersoner i klubben.

5.4 Andre kart

Det vurderes å utarbeide et nytt kart til Skijeger'n, som er ØOKs turorienteringstilbud vinterstid. Oppstarttidspunkt er foreløpig ikke avklart.

5.5 Revisjon og rehabilitering av digitale baser

I perioden vil det bli behov for løpende revisjon av de eksisterende digitale basene/kartene. Dette vil typisk være et resultat av skogsdrift og evt. utbygging i bynære områder. Endring av vegetasjon (grønt/gult) må også påregnes uavhengig av skogsdrift. Revisjon av kartene vil være spesielt

aktuelt i forkant av løpsarrangement. Som del av revisjonene må eldre kart løftes til ny ISOM 2017-standard.

Løpende revisjon av kartene vil primært utføres på dugnad av o-klubbens medlemmer. Vi ser for oss at det ca. hvert 10. år vil være behov for en mer omfattende re-habilitering av kartbasene, som også vil medføre kostnader til synfaring, digitalisering og trykking.

Det er en langsiktig målsetting å samle alle ØOKs kart i større digitale baser. Vi opererer inntil videre med følgende "arbeidstitler" på disse basene:

"Romeriksåsene":

Dekker skogsområdene mellom riksvei 4 og fylkesveiene 22 og 120 i Nittedal, Lillestrøm og Gjerdrum kommune. Navnet er valgt da det kan brukes for en evt. felles base med Nittedal OL og Gjerdrum OL. Eksisterende kart: Ringnesmarka, med kartutsnitt Tærudtjenna, Høgsmåsan og Solbergmarka.

"Gjelleråsmarka":

Dekker områdene mellom riksveiene 4 og 159 og fylkesvei 22 i Nittedal, Lillestrøm og Lørenskog kommuner. Eksisterende kart: Gjelleråsen og Skjettenkollen

"Knut tjernmarka":

Dekker områdene mellom Oslo-grensen og Losby-vassdraget. Eksisterende kart: Knuttjern, med kartutsnitt Sæteråsen, Sæteråsen-Gardfangåsen og Lysås.

"Østmarka nord":

Dekker områdene mellom Losby-vassdraget og Nordby-vassdraget. Eksisterende kart: Linfjellet, Østbyåsen, Rælingsåsen, Bjønnåsen og Marikollen. Tidligere kart: Åmotdammen, Tristillen og Gryta (Rælingen OK).

"Østmarka øst":

Dekker områdene mellom Nordby-vassdraget, riksvei 120 og Preståa/Børter-vassdraget. Eksisterende kart: Myrdammen og Flateby. Tidligere kart/kartutsnitt: Streifinn, Haugstein (Rælingen OK) og Pettersrud (Rælingen OK)