

Gorilla Xtreme Fun Park

FDF Seniorkursus Vork

Kompendium E13



Gorilla Xtreme Fun Park – en gruppe på FDF Seniorkursus Vork E13

Målet med gruppen var at give deltagerne en oplevelse og viden om klatring, pionering, idegenerering og samarbejde og bruge disse tre kernebegreber til at bygge en klatrepark, samt medvirke i den praktiske afvikling for hele kurset.

Indholdsfortegnelse

GORILLA XTREME FUN PARK	1
PIONERING	3
VINKELBESNØRING	3
TREKANTS PRINCIPPET	3
KULSØPIONERING	4
IDETÆNKNING	5
LEGE	5
VORES GORILLA XTREME FUN PARK	5
HIGH BANEN	5
LOW BANEN	6
GRÆSBANEN	6
NATLØBET	6
KLATRING	13

Kære Deltagere på Gorilla Xtreme Fun Park

Tak for en super fed uge. Tak for jeres engagement og gå-på-mod. Vi håber, I har lært en hel del både om jer selv, om klatring, pionering og meget mere. Vi håber også at kurset har været en øjenåbner for, hvad pionering også kan bruges til, men husk i forhold til klatreaktiviteter, at der altid skal være en godkendt klatreinstruktør til stede med mindre man allerede har begynderkursus og klatrer med andre der har begynderkursus.

Hvis I har brug for mere info, ideer eller lignende, er I altid velkomne til at kontakte os. ☺

Mange hilsner

Troels, Lars og Anna

Troels.p.l.rasmussen@gmail.com, lars@riber.co, ahorstedberg@gmail.com

Pionering

Vinkelbesnøring

Trin 1:

Man starter med et tømmerstik på den bærende rafte.

Trin 2:

Man vikler rebet rundt om rafterne, så der ligger over den ene og under den anden. Rebet skal ligges helt op af hinanden.

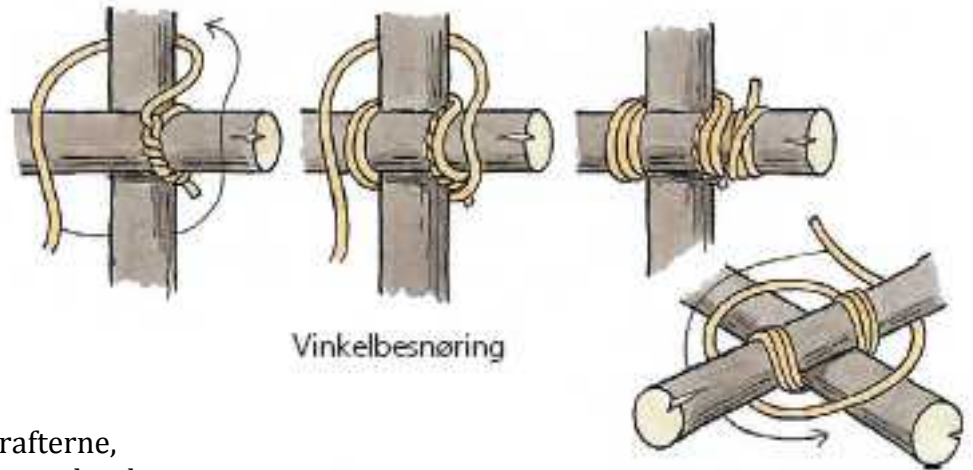
Man kan med fordel ligge inderst på den ene rafte samt yderst på den anden rafte, da det hjælper når man skal stramme besnøringen.

Trin 3:

Efter man har viklet rebet om rafterne 3-4 gange kan man stramme rebene yderligere ved at kører besnøringen omkring rebene frem for rafterne. Efter hver omgang strammer man så meget som muligt, dette kan gøres ved hjælp af et stykke brænde, hvor man vikler rebet omkring og sætter kanten af brændet ind til raften for at lave en vægtstang og trække rebet mod sig.

Trin 4:

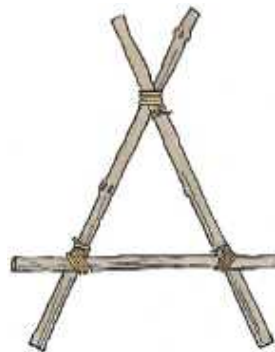
Besnøringen afsluttes med et dobbelt halvstik, igen på den bærende rafte.



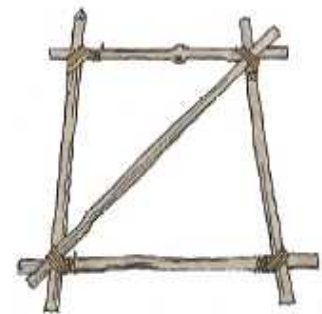
Vinkelbesnøring

Trekants princippet

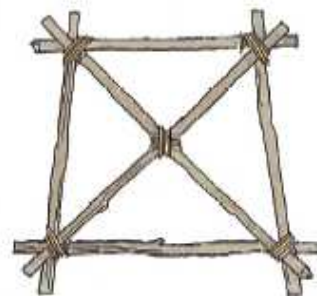
Trekantprincippet er "grundpillen" i al pionerarbejde. Trekantprincippet sikrer først og fremmest, at pionerarbejdet bliver stabilt, sikkert og solidt. Desuden er det som regel med til at give pionerarbejdet karakter.



A-buk
- meget stabil



Firkanter er ikke stabile - men
firkanter delt op i trekanter er ok



Firkanter delt op i flere trekanter
er særdeles stabile

Kulsøpionering

Trin 1:

Skitse og "beregninger" på projektet laves

Trin 2:

Rafter skæres til

Trin 3:

Rafter markeres ved udskæringssted

Trin 4:

Rafter udskæres med økse eller sav efter mærkerne

Trin 5:

Rafterne lægges så de passer med tegningen og herfra er der to muligheder:

Trin 6a:

Rafterne bindes sammen med besnøringsreb

Trin 6b:

Der bores ved krydset i midten et hul, der svarer til diameteren af den rundstok, man derefter banker ned i hullet. Herefter kan der yderligere afhængigt af belastningsgraden på konstruktionen, bindes med besnøringsreb omkring dette.



Idetænkning

I forhold til idetænkning er det altid vigtigt at være konstruktiv og ikke udelukke nogle ideer så længe man er i Ide-fasen.

Opgaver på modulet:

- Skrive alle ideer ned på post-its
 - o Klistre dem på træer hvor det skulle være, for at visualisere det.
- Fortælle sine ideer for de andre
 - o Modtage og give feedback og udvikle på hinandens ideer
- Realistisk vurdering af ideer
 - o I forhold til materialer, tid, folk sv.

Lege

Rulle over hinanden navneleg:

Alle ligger skulder mod skulder og en i den ene ende starter så med at rulle

Gorilla-Chimpanse leg a la British Bulldog:

Legen fungerer ligesom British Bulldog (se legedatabasen), men foregår i en jungle og det er chimpanser der siger chimpanselyde der løber frem og tilbage og gorillaer der siger gorillalyde der skal fange chimpanserne. Når chimpansen løftes over jorden, råbes der *Gorilla XTREME*, hvorefter chimpansen bliver til en Gorilla.

Stable mælkekasser med cykelslanger og klatreseler

En cykelslange med fire karabiner bundet i sættes i fire personers klatreseler. Herefter skal der så stables mælkekasser. Man kan med fordel gøre det sværere ved at nogen skal have bind for øjnene.

Vores Gorilla Xtreme Fun Park

Vores Gorilla Xtreme Fun Park blev bygget af hele gruppen. Det var også deltagerne selv, der var med til at bestemme hvordan banen skulle være. Ud over nedenstående tre aktiviteter var der også en træklatrebane samt slacklines opsat.

High banen

High banen var sikret som vist i klatreafsnittet, og forhindringerne var som følger:

1. Slackline
2. Klatrenet
3. Stige lavet ved kulsøpionering
4. Dæk
5. Glidebanen

Ved hvert træ var der bygget en platform for at en fra gruppen (sikret med standpladsmetoden, se senere) kunne stå dér under åbningstiden og sikre at alt gik godt. 😊

Regler på high-banen:

- Der må kun være 1 person på hvert fag (dvs. Mellem to træer)
- Alle på banen skal være sikret

- Man må kun flytte en karabin ad gangen

Platformene var ikke helt lette at få til at være stabile med rafter. En rafte til at stabilisere fra jorden og op eller bygning af platformene i trekanten hjalp en del.

Low banen

Low banen var ligeledes bygget med platforme på træerne og forhindringerne var som følger:

1. Slackline
2. To parallelle reb
3. Pallebro
4. Dæk
5. Hængebro

Græsbanen

Græsbanen var en kort bane, der var bygget som to A-bukker med to små hjemmelavede klatrevægge på op og ned og imellem var der så et rør, man skulle klatre igennem.

Klatrevæggen var bygget af en træplade med små raftestykker, der var skruet på fra bagsiden og alle klatregrebene var malet i forskellige farver, så man kunne lave ruter.

På græsbanen var det ikke nødvendigt med topsikring, da det ikke var meget højere end 2 meter.

Natløbet om Egtvedpigen

Post 1: På Vork

Opgave: finde følgende fire steder på Vork og svare tilbage på sms et svar som overordnet emne for alle de billeder der ligger på stederne:

Ved søen:



For enden af bakken:



Uden for Bålhytten:



På engen ved stien ned til shelterne:



Efter det rigtige stikord: Egtvedpigen eller noget i den dur er skrevet på sms udleveres kort, så holdet kan finde frem til Ødsted Kirke:



Post 2: Ved kirken

Opgave: Finde gravsten med følgende bestemte navne og angive deres dødsår:

Anna Hansen, Børge Troelsen, Lars Haarby Hansen

Svar:

Anna Hansen Alder: 88 år, 5 mdr, 20 dage.	12.09.1902	02.03.1991	Oedsted_084
Børge Troelsen Alder: 75 år	00.00.1917	00.00.1992	Oedsted_536
Lars Haarby Hansen Alder: 65 år, 5 mdr, 3 dage.	30.01.1907	03.07.1972	Oedsted_426a

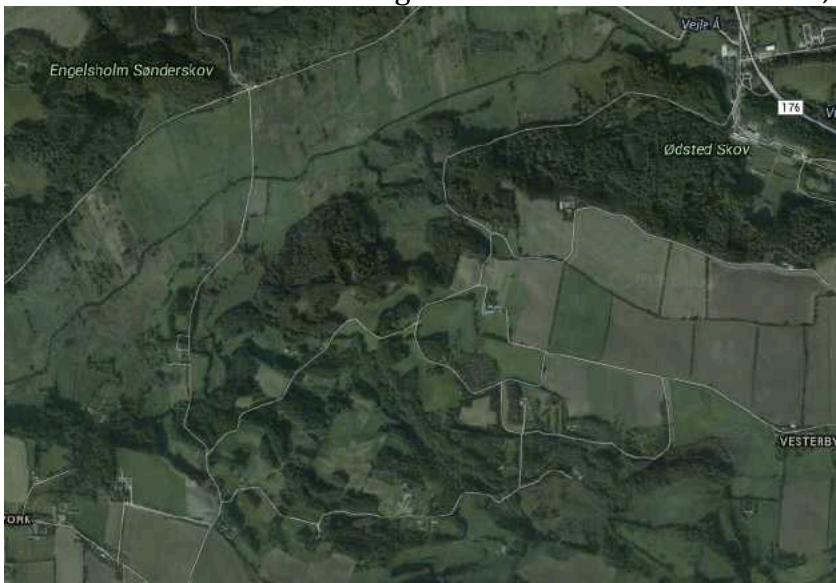
Herefter udleveres kort så holdet kan finde til Vingstedcentret.



Post 3: Ved Vingstedcentret

Opgave: Her skal holdet hente puslespil, som er i en pose, ude i åen. Der er to puslespil i hver pose, som herefter skal samles.

Herefter udleveres kort tilbage mod Vork samt fire historier, der skal læses på vejen tilbage.



Post 4: Quiz på Vork

Først er der quiz hvor der samles de sidste point. Alle spørgsmålene handler om de historier, der blev udleveret på sidste post om Egtvedpigen.

Post 5: Sænkeslagskibe

Pointene fra hele løbet, kan nu veksles til farvet papir, sten og pinde.

Herefter skal der bygges både og vinderen af hele løbet af det hold der først kommer igennem et afmærket åstykke. Man må kaste med sten for at sænke de andres både.

1. Historie

Det er ikke hver dag, at Egtvedpiggen kommer til frisøren, men for nylig fik hun klippet et halvt gram af sin korte, blonde hårpragt, skriver Berlingske. Håret er ellers – foruden lidt hjerne, tænder og hud – det eneste, der er tilbage af vores berømte bronzealderklenodie.

Totten er i trykke hænder hos de danske verdensmestre i at hente DNA ud af gamle arkæologiske prøver. Hvis det lykkes at kortlægge Egtvedpigens genom ud fra hendes hårtor, kan en vigtig del af Danmarks og hele Europas oldtidshistorie fremover skrives med blæk i stedet for med blyant.

- Vi håber at finde ud af, hvor Egtvedpiggen er kommet fra, og hvornår hun er indvandret. Vi vil afdække, hvor meget hun genetisk ligner os danskere i dag. Og hvis vi er heldige, kan vi sige noget om hendes udseende og egenskaber: Om hendes øjne var blå, om hun kunne nedbryde mælkesukker, om hun var naturligt blond, siger postdoc Morten Allentoft fra Grundforskningscenter for GeoGenetik ved Københavns Universitet til Berlingske.

Han har tidligere kortlagt hele genomet fra 6.000 år gamle hårrester fra Grønland. Egtvedpiggen er »kun« 3.400 år gammel, men har ligget i en egekiste i den jyske muld – ikke i arktisk permafrost. Allentoft ved derfor ikke endnu, om der bliver DNA-gevinst i den lille blonde hårtot. Den er ikke røget direkte i vaskebassinet med klor, som skal rense eventuel fremmed DNA fra svampe og bakterier ud af hårprøven.

- Egtvedpiggen er en meget kostbar prøve, så lige nu eksperimenterer jeg med andre gamle hårprøver og såmænd også på mit eget hår, siger Morten Allentoft, der inden sommer vil vide, hvor meget menneske-DNA han kan kæmme ud af Egtvedpigens hår.

- Alt er ikke tabt, selv om hendes DNA er dårligt bevaret. Hun er en vigtig brik i puslespillet og har stor symbolværdi, men hun er ikke den eneste, siger Morten Allentoft.

Analysen af Egtvedpigens hår indgår i det ambitiøse forskningsprojekt »The Rise«, der skal afdække intet mindre end gåden om, hvordan mennesker, ideer og ting bevægede sig rundt i Nordeuropa for 3.700 til 2.500 år siden. Til det formål indsamles tænder fra 300 mennesker i bronzealdergravhøje i Sverige, Danmark, Polen og Nordtyskland.

- Det er helt unikt med en så stor populationsprøve fra Europas oldtid. Normalt har vi kun få individer at arbejde med, siger Morten Allentoft. Analyser af de mange tænder kan derfor give et enestående indblik i folkebevægelserne i bronzealderen.

- Man kan ikke se på arkæologiske fund, om det er idéer eller mennesker, der vandrer. Arkæologer har skændtes i 150 år om oprindelsen af de europæiske folk, og nu kommer naturvidenskaben og kan give et defintivt svar. Det er jo herligt, siger Kristian Kristiansen, professor i arkæologi ved Gøteborg Universitet.

Han leder The Rise-projektet, som har navn efter hans bog fra 2006, der beskriver bronzealderen som en mere dynamisk brydningstid, end man hidtil har tænkt.

- Paradigmet har været, at udviklingen var lokal og fredelig med udveksling af idéer og ting som drivkraft. Historien er langt mere dramatisk. Ekspansionskraften i de europæiske folk er enorm, og menneskene har altid bevæget sig rundt allerede før den store folkevandringstid, siger Kristian Kristiansen.

Det er usandsynligt, at dagens danskere er direkte efterkommere af de jægerstenalderfolk, som har afsat de første spor efter mennesker i Danmark for 14.000 år siden.

Efter bronzealderen opstår et folkevandringskludetæppe af keltere, kimbrere, teutoner, jyder, vandaler, gotere, sakser, longobarder, angler, merovinge, karolinger og andet godtfolk, som på på kryds og tværs af Europa indvandrer eller invaderer – alt efter synspunkt. Men allerede langt tidligere har folkene formentlig vandret rundt og blandet blod på en måde, som genetikken nu kan afklare med tilbagevirkende kraft gennem Egtvedpiggen og hendes 300 samtidige.

2. Historie

Egtvedpigen skal blive i Egtved.

Dansk Folkeparti vil, at Vejle Kommune tager initiativ til at købe skulpturen af Egtvedpigen, der har stået ved Nybjerg Mølle siden 1960.

Det ville være helt på sin plads, hvis Egtvedpigen fik plads ved Egtved gamle rådhus. Vi kan som byrådsmedlemmer ikke bare lade stå til, og så se hvem der køber hende på auktionen.

At Vejle Museerne ikke ser nogen arkæologisk- eller kunsthistorisk værdi, og at kulturudvalgsformanden følger situationerne uden konkrete planer, er ikke nogen holdning Egtvedborgerne kan bruge til noget som helst.

Dansk Folkeparti vil mandag bede Borgmesteren om at få gang i forhandlingerne, med det formål at Vejle Kommune køber skulpturen af Egtvedpigen.

Uanset arkæologisk- eller kunsthistorisk værdi, så er der rigtig mange følelser på spil for mange borgere, hvis Egtvedpigen skulle havne et tilfældigt sted i Danmark. Det ville for mange være det samme som, hvis Jellingestenene kom på auktion og havnede på Bornholm.

Skulle der ikke ske en politisk afklaring i løbet af få dage, vil Dansk Folkeparti anmode om en tillægsgagsorden til Byrådsmødet på onsdag, med et beslutningsforslag om at Vejle Kommune køber Egtvedpigen.

3. Historie

Vejle Kommune bør købe skulpturen af Egtvedpigen.

Det mener Dansk Folkepartis gruppeformand i byrådet, Holger Gorm Pedersen.

Bronzeskulpturen - der er en rekonstruktion af Egtvedpigen - har stået ved Nybjerg Mølle siden 1960, men nu er den altså sat til salg.

Og kommunen bør købe skulpturen, mener Holger Gorm Pedersen, der nu vil bede borgmesteren om at få gang i forhandlingerne.

Kulturudvalgsformand i Vejle Byråd, Dan Arnløv Jørgensen, undrer sig over DFs udmelding.

- Holger Gorm Pedersen er udmærket klar over at kommunen arbejder på sagen. Det eneste han får ud af sin pressekampagne er at presse prisen op, Holger sætter åbenbart personlig profilering over hensynet til skatteydernes penge - det finder jeg trist, lyder det fra Dan Arnløv Jørgensen.

4. Historie

Egtvedpigen er en af de mest kendte personer fra oldtiden. En sommerdag i 1370 f.kr. blev hun begravet i en egekiste, der blev dækket af en gravhøj - den såkaldte Storehøj nær Egtved By, vest for Vejle. Selv om der ikke er meget tilbage af Egtvedpigen, er hendes fortælling en medrivende historie om bronzealderfolket.

Af selve pigen er kun hår, hjerne, tænder, negle og lidt hud tilbage. Hendes tænder afslører, at hun var 16-18 år, da hun døde. På kroppen bar hun en kort trøje og et knælangt skørt lavet af snore. På maven havde hun en bælteplade af bronze udsmykket med spiraler. Hun havde også fået en kam af horn med sig. Den var sat fast i hendes bælte. Om hver arm var en ring af bronze, og en spinkel ring sad om hendes øre. Ved hendes ansigt lå en lille æske af bark med en bronzesyl og resterne af et hårn. Ved Egtvedpigens fødder var der placeret **en lille spand af bark** - i denne har der været en form for øl. Her lå også en lille tøjbylt med brændte barneknogler fra et 5-6 årigt barn. Enkelte knogler af det samme barn fandtes i barkæsken. Egtvedpigen så igen dagens lys, da hendes grav blev udgravet i 1921 - efter næsten 3500 år.

5. Historie

1370 f. Kr. blev en ung kvinde begravet på en mark nær Egtved. Hun blev lagt i en svær egekiste og svøbt i tæppe og skind og stedt til hvile i en stor høj. I en råkold februar i 1921 havde gårdejer Platz besluttet, at den ubekvemme høj skulle væk inden forårssåningen. Han stødte på egekisten, Nationalmuseet fik besked, men var ikke særlig begejstret ved udsigten til at skulle ud at grave i kulden og anbefalede, at man dækkede kisten til. Platz holdt fast i sit, højen skulle væk. Og nu begyndte et drama og kapløb med tiden. Forløbet skildres på spændende vis i en ny bog. Som alle ved, endte sagen godt, og Egtvedpigen viste sig at være et af Europas bedst bevarede fund fra bronzealderen. Hendes nye hvilested blev Nationalmuseet i København, hvor hun dagligt beskues af besøgende fra hele verden. Lone Hvass: Egtvedpigen. 73 s.169 kr. Ill. Forlaget Sesam.

Quiz-spørgsmål:

Hvor meget hår fik Egtved pigens klippet af? Svar: *0,5 gram*

Hvor gammel er Egtved pigens? Svar: *3.400 år*

Hvad vil man gerne have ud af hendes hår? Svar: *DNA*

Hvor længe har arkæologerne skændtes? Svar: *150 år*

Hvor mange samtidige havde Egtved pigens? Svar: *300*

Hvor længe har Egtved pigens stået ved Nybjerg Mølle? Svar: *Siden 1960*

Hvem vil gerne have at Vejle køber Egtvedpigen? Svar: *DF*

Hvilken dag er byrådsmødet? Svar: *onsdag*

Hvem er Holger Gorm Pedersen? Svar: *DF's formand i byrådet*

Hvem er Dan Arnløv Jørgensen? Svar: *Kulturudvalgsformand i Vejle*

Hvad presser prisen op? Svar: *Pressekampagnen*

Hvornår blev Egtved pigens begravet? Svar: *1370f.kr.*

Hvilken tidsalder er Egtved pigens fra? Svar: *Bronzealderen*

Hvor gammel blev Egtved pigens ? Svar: *16-18 år*

Hvad sad fast i Egtved pigens bælte? Svar: *En kam*

Hvornår blev hun udgravet? Svar: *År 1921*

Hvad var hendes kiste lavet af? Svar: *Eg*

Hvem stødte på hendes kiste? Svar: *Platz*

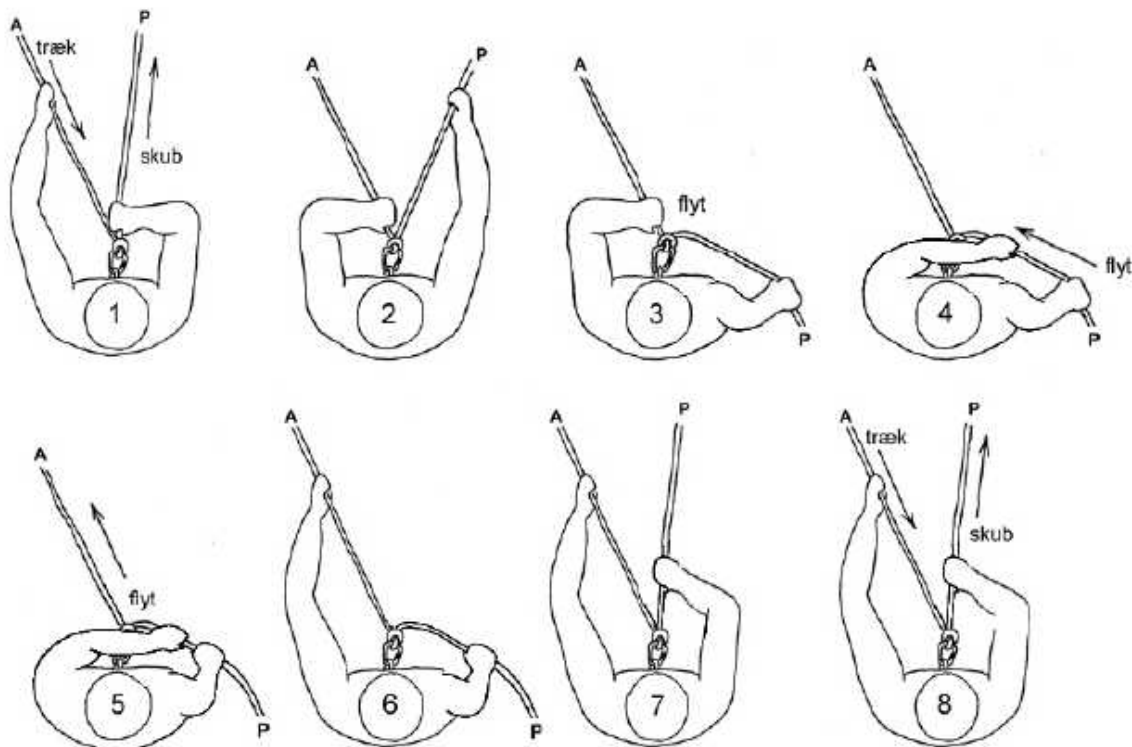
Hvor hviler Egtved pigens i dag? Svar: *Nationalmuseet*

Klatring

Ved alle aktiviteter med klatring i FDF, skal der være en uddannet klatreinstruktør til stede. Du kan altid læse mere om klatring i FDF på fdf.dk/klatring. Når det så er sagt, må der godt være andre der sikrer ligesom I sikrede på kurset.

Sikringsteknik

Sikringsmanden er som udgangspunkt placeret på jorden, hvor vedkommende er bundet ind i en bundsikring bestående af en slynge med slyngstik omkring et træ og en låsekarabin til sikringsmandens sele. Derudover er sikringsmanden udstyret med en ATC-bremse og en låsekarabin. Rebet som klatreren er indbundet i (indbundet = syet dobbeltottetal evt. Med dobbelt fiskerknude til sidst) sættes i ATC-bremsen og låsekarabiner låses. Ved sikring er der to rebender. A-enden, den aktive ende går fra bremsen op til klatreren, mens P-enden, den passive ende går fra bremsen og til bunken af reb. Sikringsmanden skal hele tiden have en fuld hånd på den passive ende og trækker derefter ind som vist nedenfor. Gør det hellere lidt langsommere og bed klatreren klatre langsommere end at gøre det sjusket. ☺ Og i starten kan det være meget godt at have en 2.sikringsmand der bare holder i rebet på den passive ende.



Toprebsklatring

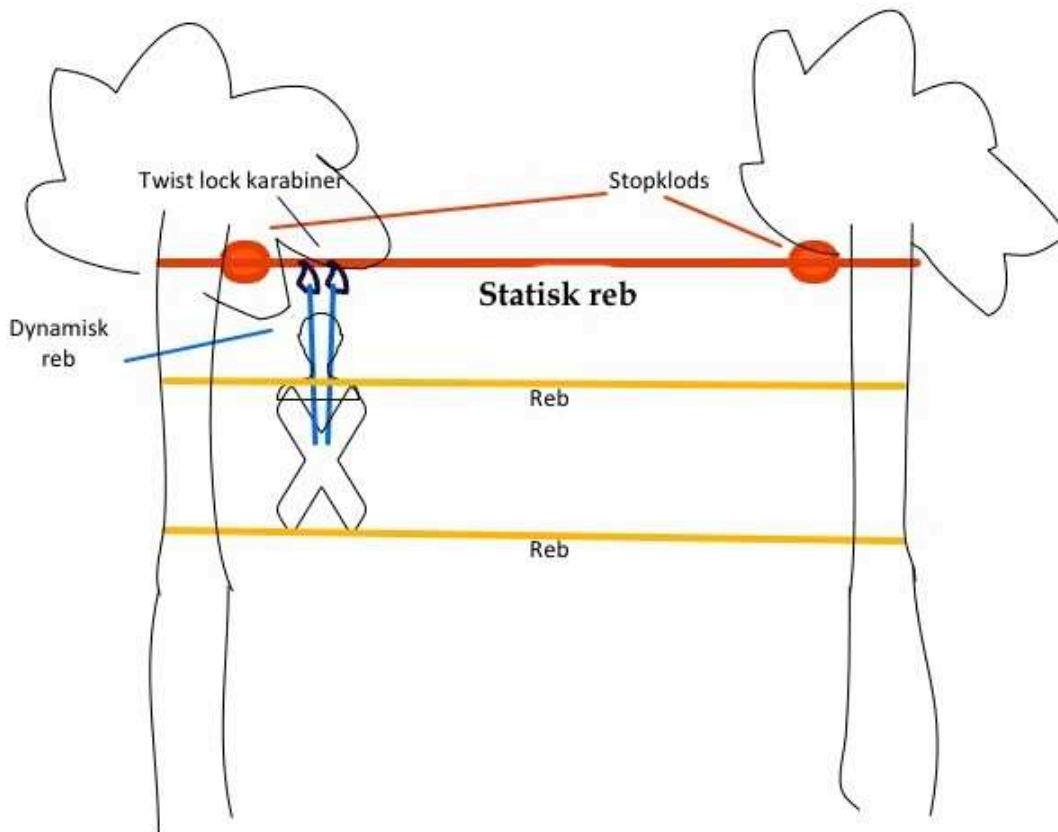
Ved toprebsklatring er der opsat en topsikring i træet som rebet går igennem på den måde hviler sikringsrebet kun på karabiner og mange kan her bruge toprebsbanen og er sikret hele tiden. Man må aldrig klatre over topsikringen.

En topsikring består af to slynger der samles i to låsekarabiner som rebet løber igennem. Det to karabiner skal være modsatrettede.

Sikring af High-banen

High-banen blev sikret som vist på nedenstående tegning. De små stykker af dynamiske reb var lavet som et stykke, hvor der var et dobbelt ottetal til sætte i indbindingspunktet med en låsekarabin. Derudover var der en låsekarabin i hver ende af rebet der blev sat op på det statiske reb som sikring. Disse skulle selvfølgelig låses og det var kun en af dem der måtte

flyttes ad gangen. For at gøre det endnu lettere for ikke-klatreerfarne, ville twist lock karabiner have været en fordel, da de automatisk låser. Stopklodserne bestod af de ottetalsknuder der var bundet på rebet.



Er du interesseret i at lære mere om klatring, kan du læse *Kompendiet i Træklatring*, der bruges som pensum for træklatreuddannelsen eller tage på fede klatrekurser.

<http://www.dansktraeklatreforening.dk/sites/default/files/kompendium-Traeklatring-17032009.pdf>