

# DANSK FRILUFTSLIV



– forum for natur- og friluftsliv

Medlemsblad, nr. 90, marts 2013  
Temanummer om friluftsliv på elektroniske platforme



**Formand:**  
Rasmus Simonsen  
tlf. 24 45 36 10  
simonsenrasmus@gmail.com

**Næstformand**  
Dieter Toftkjær Sørensen  
tlf. 20 82 56 71  
toftkjaer@gmail.com

**Kasserer:**  
Thea Jacobsen  
jacobsen.thea@gmail.com

**Sekretær:**  
Jesper Lind Nielsen  
tlf. 51 51 42 04  
thor\_dk@hotmail.com

**Webmaster:**  
Lars Lauridsen  
lauridsenlars@gmail.com

**Redaktion og annoncer:**  
Martin Johnsen (ansvarsh.)  
tlf. 87 55 37 52  
mbjohnsen@gmail.com

Terkel Berg-Sørensen  
Kamille Bjørn Rohde  
mille@rohde.mail.dk

**Grafisk tilrettelægning:**  
Kristian Dueholm Jessen  
tlf. 22 97 41 03  
dueholm@gmail.com

**Forsidebillede:**  
Martin Johnsen

**Næste udgivelse:**  
Juni 2013  
Deadline for indlevering af  
stof: senest den 1. maj

ISSN 0909 – 0614

## DANSK FRILUFTSLIV



– forum for natur- og friluftsliv  
www.danskfriluftsliv.dk

### INDHOLD

Formanden har ordet. . . . .	3
Teknologi og friluftsliv. . . . .	5
Som vinden blæser . . . . .	10
Til inspiration - hjemmesider og apps . . . . .	12
Årsmøde i Dansk Friluftsliv . . . . .	14
På sporet . . . . .	15
Skaber ny teknologi falsk tryghed i friluftslivet? . . . . .	17
Tilbage til naturen - naturen tilbage . . . . .	19
Arbejdet frem mod en national friluftspolitik . . . . .	21
Friluftsprøven . . . . .	24
Hot or Not . . . . .	26
Uglegylp - er du dus med himlens stjerner? . . . . .	27
Turberetning . . . . .	29
Turtips . . . . .	33
Turmad . . . . .	35

### FORENINGENS FORMÅL

Foreningens formål er at skabe, udbygge og vedligeholde kontakt imellem personer, der arbejder med vejledning og undervisning i natur- og friluftsliv.

Foreningen skal arbejde for at styrke danske naturoplysnings- og friluftslivstraditioner i samarbejde med vore nordiske nabolande med det formål at skabe harmoni mellem menneske og natur såvel som mellem mennesker.

Bladet udgives af Dansk Friluftsliv - forum for natur- og friluftsliv og udkommer tre gange årligt.

nr. 91	juni	2013	deadline	1. maj
nr. 92	okt.	2013	deadline	1. sep.
nr. 93	marts	2014	deadline	1. feb.

### ANNONCERING

Det er muligt at annoncere i bladet. Prisen er 1500 kr. for en hel side og 900 kr. for en halv side.

Kontakt den annonceansvarlige for yderligere information om formater og priser.

## FORMANDEN HAR ORDET

Af Rasmus Simonsen, formand for Dansk Friluftsliv, simonsenrasmus@gmail.com

Status update fra formanden for Dansk Friluftsliv: »Sol, blå himmel, minus 26 grader. Sneen knirker og det fryser i næseborene«. Vi fejrer vinterferie i Hovden, Norge i uge 7, lige som så mange andre danskere. I kan se billederne på min Facebook-profil, se sneforholdene på webcam på skiinfo.no, følge vores ture på min offentligt tilgængelige træningsdagbog, og når vi løber i alpinanlægget, kan vi finde hinandens position ved hjælp af app'en på vores smartphone og dermed finde hinanden, når vi gerne vil mødes.

Vi starter dagen med at tjekke vejrmeldingen, hvor løjpemaskinen er og hvor den har kørt. Internetopkobling er blevet en næsten lige så afgørende del af skituren som sneforholdene, og vores elektroniske »devices« lige så vigtige som skiudstyret.

Temaet for nærværende nummer af Dansk Friluftsliv er »Friluftsliv på elektroniske platforme«. I arbejdet med indholdet er vi endnu engang blevet bekræftet i, at »udvikling går forud for viden og sprog«. Hvad software og hardware angår findes

der allerede et rigt og bredt udvalg af elektroniske muligheder som understøtter, dokumenterer og beriger forskellige aktiviteter, men forskning og viden om, hvordan digitale platforme bedst understøtter en frugtbar udvikling inden for friluftslivet, det er i sin spæde opstart. Det kan man blive klogere på ved at læse bl.a. Carsten Niensens artikel her i bladet - 'Teknologi og friluftsliv'. Carsten Nielsen arbejder på at lave et masterprojekt i det felt, og det bliver spændende at følge det arbejde.



Foto: Kristian Dueholm Jessen



I det forgangne år har vi i Dansk Friluftslivs bestyrelse arbejdet på to projekter, som kan bidrage til at kaste lys over, hvilke nye udfordringer de nye digitale muligheder stiller os overfor:

1) Vi er både glade for og stolte over, at vi fik den nye antologi: »Perspektiver på dansk friluftsliv« ud til vores medlemmer, som en lille ekstra julegave. Det har været et stort arbejde at udvælge artikler fra 15 års numre af Dansk Friluftsliv, så de i sammenhæng tegner et billede af udviklingen inden for friluftslivet fra 1997 til 2012. På den måde er antologien jo ikke ny viden men en dokumentation af udviklingen. Tak til Tekel Berg-Sørensen for det store arbejde, han har lagt i korrekturlæsningen, til alle bidragyderne, og ikke mindst til Martin Johnsen som har været redaktør på antologien.

2) Det andet store projekt vi har lavet i 2012 er en fornyelse af vores hjemmeside. Lars Lauridsen er bestyrelsens mand med ekspertise på det område. Vi har erkendt, at vi ikke har resurserne og interessen i at have en levende hjemmeside, med nyhedsopdateringer, blogs osv. Den del kører lettere og mere effektivt på vores Facebook-profil, så hjemmesiden bliver en informationsside, hvor man kan hente information om foreningens mål, bestyrelsen, indmelding og vores faste aktiver.

Således tegner ovenstående et meget godt billede af de udfordringer den nye teknologi stiller os overfor. Antologien krævede en masse arbejde før den blev færdig, men nu står den som et »monument« for eftertiden. Vores hjemmeside derimod kræver hele tiden opdateringer,



Foto: Kristian Dueholm Jessen

pasning og pleje. Den skal jævnligt tilpasses, så den kan læses på Ipad/tablets og smartphones osv. Og der går ikke mange år før den er forældet. Det giver den udfordring, at vi fremadrettet skal tænke både i projektering og en driftsperiode. I et felt som friluftslivet, hvor mange nye tiltag og projekteringer er støttet af fondsmidler, kræver det, at vi, udover projekteringen, får lavet en driftsplan for en given periode. Fondsmidler prioriterer ofte de nytænkende og nyskabende initiativer. Det er lettere at søge penge til at skabe noget nyt end til at drive noget eksisterende. Den udfordring bliver ikke mindre med de nye teknologier.

Et nyt år er jo også tid til nye forsæt. I Dansk Friluftsliv har vi ét: Vi skal kigge mod øst. Kun ét bestyrelsesmedlem øst for Storebælt er

ikke nogen ønskesituation. Traditionen er, at Årsmødet afholdes skiftevis øst og vest for Storebælt. Den tradition vil vi hjertens gerne holde fast i, men i år har vi haft umådelig vanskeligt ved at finde egnede faciliteter på Sjælland som ikke har været bookede. I skrivende stund søger vi stadig, men om vi igen i år ender på 'jydesiden', det vides ikke.

Jeg vil gerne opfordre vores medlemmer i Østdanmark til at byde ind på bestyrelsesposterne. Hvert år er der 3-4 bestyrelsesposter på valg til foreningsårs mødet.

God læselyst og et ønske om at teknologien og de nye digitale platforme må berige friluftslivet.

# TEKNOLOGI OG FRILUFTSLIV

Af Carsten Nielsen, selvstændig friluftslivsvejleder og studerende på masteruddannelsen i friluftsliv, cni@peopleandprojects.dk

## Teknologi og friluftsliv - et forsøg på en feltbeskrivelse og -afgrænsning, samt refleksioner over muligheder og problemstillinger

Vi anvender mere og oftere avanceret ny teknologi i friluftslivet. Fænomener som Geocaching, gps-løb, qr-koder, og sms-løb inddrages i stadigt stigende grad. Som opvarmning til min masteropgave ved Master i Friluftsliv ved Københavns Universitet bruger jeg for tiden en del kræfter på at reflektere over, hvad krydsfeltet teknologi vs. friluftsliv egentlig indeholder og indebærer. Feltet har vist sig at være noget bredere og dybere end først antaget. Med denne artikel vil jeg forsøge at formidle min foreløbige feltbeskrivelse og -afgrænsning, samt reflektere over muligheder og problemstillinger.

Som friluftslivsvejleder og masterstuderende i friluftsliv, med en lang historik i teknologibranchen, har jeg et ben i hvert af de to krydsende felter, og jeg har ved mange lejligheder anvendt teknologi i egen vejledningspraksis. Min bias er derfor, at teknologi er spændende, og at vi som professionelle kan og skal inddrage nye midler, når de fremmer vores mål.

Jeg er dog i stigende grad bekymret for, om ikke nogle af de teknologianvendelser, vi ser i friluftslivet, har fået vendt tingene på hovedet. Teknologien er i nogle tilfælde gået hen og blevet selve målet, og det oprindelige mål drukner i fokus på den ofte insisterende og lokkende teknologi. Hvad er mål? Hvad er middel? Uden professionel, didaktisk refleksion over hvad vi vil med teknologien, risikerer friluftslivet at blive en simpel kulisse for endnu mere »skærmtid«, med passiv og deduktiv formidling af »spots« i naturen.

### Feltbeskrivelse

#### Historisk perspektiv

Friluftsliv har altid været betinget af teknologi, ikke mindst fordi en væsentlig forudsætning for fænomenet friluftsliv er fritid, og den fik mennesket først for alvor med industrialiseringen. Liv i fri luft handlede før den tid mere om føde end om læring og oplevelser. Man var primært ude af nød.

I friluftslivets udviklingshistorie ses en vekselvirkning mellem teknologi og udeliv. Friluftslivet præges af teknologiens muligheder, herunder fx materialeteknologier. Omvendt ses modbevægelser - friluftsliv som modkultur til moderniteten, hvor ny teknologi undgås og fokus er på enkle midler og økosofiske værdier. For tiden ser det ud til, at vi er i en adaptationsperiode, hvor teknologi bliver optaget i friluftslivet - ja nærmest er en direkte forudsætning for flere aktuelle fænomener. Jeg tænker på fx ultra light, extreme adventure, karbonbaseret udstyr, selvrealiseringskommunikation via sociale medier osv.

Ikke overraskende tegner der sig nye former for modbevægelser. Fortravlede erhvervsledere tilbydes fx teknologifrie retræte-ture til naturskønne områder og nye indretningstrends byder på privatboliger med rum, der med vilje ikke har internetforbindelse! Enkelte aktører er begyndt at tage aktivt stilling til fx 'personlig elektronik' på tur - her et eksempel fra National Outdoor Leadership School' standard turbeskrivelse:

### Personal Electronics

»A key element to a NOLS education is time spent in wilderness. The benefits of this include being closer to nature, time away from society and civilization, and being in an environment where natural forces predominate and students have the opportunity to develop good judgment and practice self-reliance. *NOLS does not permit students to use personal cell or satellite phones or other communication devices including personal tracking devices (e.g. SPOT), while in the field. Additionally, students are not permitted to take personal music players (iPods, MP3 players, CD players, etc.).* Instructors will be carrying sufficient communication equipment (usually a satellite phone) to handle any emergencies that may arise«. (Min fremhævning)

### Totalfeltet

Ovenstående forholder sig til 'Personal Electronics', men teknologi i friluftslivet er et langt bredere felt. Teknologityper, der ofte indgår i friluftslivet: - Materialeteknologier som uldtøj og GORE-TEX®



- Rejseteknologier som hjulet, biler og infrastruktur
- Orienteringsteknologier som kort og kompas
- Formidlingsteknologier som tablets
- Kommunikationsteknologier som mobiltelefoner og internet
- Sikkerhedsteknologier som nødsendere
- Fødevareteknologier som frysetørring
- Overvågningsteknologier som telemetri til monitorering af færdsel

Tænk lidt over det, og du vil hurtigt komme op med flere, for slet ikke at tale om, hvad der sker med mængden, hvis vi begynder at kombinere!

### Afgrænsning

I mit arbejde med feltet begrænser jeg mig normalt til følgende delmængde: Apparater, der er sammensat af elektronik, software og en eller anden form for indkapsling. Herunder fx:

- gps'er
- kameraer
- telefoner
- tablets
- laptops
- 2-vejs-radioer
- nødsendere
- lydoptager

Og som noget særligt: smartphones, idet de jo ofte kan kombinere alt ovenstående, og lidt til, i et og samme apparat.

### Muligheder

Hvis vi alene ser på en smartphone, og dens kombination af avanceret hardware og software, står vi tilbage med et nærmest uendeligt univers af applikationsmuligheder. Det hele kan stilles til rådighed for brugeren i et touch interface, som de fleste intuitivt kan anvende uden forudgående introduktion. Med en smartphone i hånden kan vi isoleret set:

- kommunikere ved hjælp af telefoni/sms-forbindelse
- hente og dele data via internetforbindelse globalt og lokalt via bluetooth og nfc
- vide hvor vi er via gps, qr-koder eller e-kort
- finde vej via e-kompas og accelerometer
- optage og se video/foto fra kamera
- optage og høre lyd via mikrofon, højttaler mv.
- og ikke mindst, intuitivt at interagere med det hele via touch skærm

Kombinationer af ovenstående har tilvejebragt en lang række applikationer, der er relevante i en friluftslivskontekst, og vi har kun set begyndelsen. Dels kommer der nye isolerede teknologier til, og dels opstår der stadig nye fantasifulde ideer til software, der kombinerer ovenstående på hidtil usete måder.

Herunder beskrives kort nogle få af de aktuelle eller præ-aktuelle muligheder der er på markedet p.t. Flere af applikationsbeskrivelserne fungerer i øvrigt på såvel smartphones som tablets og på tværs af platforme, som fx iOS og Android.

### - Referenceværker

Selv meget store referenceværker om fx flora eller fauna kan uden videre være på en smartphone. Ud over de klassiske data åbner smartphonen desuden for mulighed for fx at kunne høre fuglen, optage dens sang, indsende sangen til identifikation på central server, registrere observationen til glæde for andre ornitologer, forskere, mfl. Check fx: <http://itunes.apple.com/dk/app/fugleguiden/id446153874?mt=8>

### - Gps-orienterede

En stor del af applikationerne tager sit udgangspunkt i gps-funktionen, kombineret med data om interessante steders position. Senest har Naturstyrelsen åbnet for online adgang til deres positionsdata, således at et selvstændigt firma har kunnet udvikle en applikation der kan vise vej til nærmeste hundeskov. Check fx: <http://www.hundeskovene.dk>

Andre gps-orienterede applikationer handler mere om kort, navigation, ruter og spor. Det kan fx være logning af kajakture, mtb-spor, Geocaching, poster-i-skoven osv. Et af de nyere fænomener, der kombinerer motion, udeliv og gps-teknologi, er figurløb. Løbere konkurrerer ved at danne gps-spor, der tegner en eller anden figur, når sporet vises på et kort. Læs mere på <http://figurerunning.com>

### - Augmented reality (AR)

Med kombinationen gps, accelerometer, internetforbindelse og kamera, kan applikationer »berige« virkeligheden. Ud over at vi naturligtvis kan se ud over et landskab med vores øjne, kan vi med en ar-applikation se ud på virkeligheden via kameraet og skærmen. Billedet på skærmen kan beriges med forskellige ekstra informationer om fx kultur, natur og historie. Check fx <http://www.digitaetraade.dk/getapp/>

### - Sociale netværk

Et særligt sub-felt handler om de muligheder koblingen af internetforbindelse, kamera og applikationer som fx Facebook, Twitter, YouTube og Instagram giver. Friluftslivsoplevelser kan deles med alle, eller udvalgte venner, real-time. Friluftsliv som identitetsskabende projekt har dermed fået en række nye effektfulde værktøjer.

### - Sikkerhed

Inddragelsen af nye teknologier har øget sikkerheden i flere sammenhænge. Vi kan ringe efter hjælp fra stort set alle steder i Danmark - inklusiv kystnært farvand. Vi kan stedbestemme ved hjælp af gps, og apparater som fx SPOT's kombinerer gps med en satellitsender og tilbyder dermed automatisk nødopkald, med koordinat, til nærmeste redningstjeneste

### Muligheder - sammenfatning

Ovenstående liste af muligheder er langt fra dækkende, og der kommer hele tiden nye til. Jeg er ikke i tvivl om, at vi ved gennemtænkt inddragelse af teknologi, kan få nye grupper med ud, og måske nok så vigtigt, fastholde allerede aktive, via nye tilbud og muligheder. Geocaching er et godt eksempel på, hvordan mange it-interesserede, helt uafhængigt af tiltag fra officielle instanser, foreninger, eller lignende, har tilegnet sig et aktivt friluftsliv.

I forhold til den aktuelle sundhedsdiskurs er der desuden mange muligheder for at bruge teknologi som motivationsfaktor. Deling af vandre- og løberuter på fx Facebook, kombineret med flotte landskabsfotografier og stemningsbeskrivelser, er med til at sprede budskabet om værdierne i friluftslivet.

Pædagogisk og didaktisk tilbyder nye teknologier som smartphones og tablets information i flere dimensioner end tidligere. Vi kan, ude i naturen, formidle tekst, billede, video, lyd - evt. indlejret over virkeligheden via augmented reality, stedbestemt ved hjælp af gps eller qr-koder. Didaktisk kan der argumenteres for, at vi dermed kan give en rigere oplevelse med større chance for induktive erkendelser i forhold til fx naturens kompleksitet, skønhed og bevaringsværdighed. En anden pædagogisk dimension er den enkeltes mulighed for at fastholde og dele oplevelser og læring gennem fx videooptagelser eller fælles opbygning af hjemmesider og wiki'er.

### Problemstillinger

Mulighederne er relativt nemme at få øje på. De fleste bliver helt automatisk fascinerede af ny teknologi, og der er allerede investeret større beløb i forskellige teknologiprojekter i friluftslivet, fx Friluftsrådets »Put Danmark i Lommen«. Lidt mere skjult er de problemstillinger, ny teknologi kan medføre. Min egen indledende undersøgelse tyder på, at der stort set ikke



Foto: Martin Johnsen

er forsket i feltet og dets potentielle problemstillinger. Nedenfor lister jeg nogle af de temaer vi bør forholde os til, når vi inddrager ny teknologi:

### 1. Mål eller middel

Muligheder forpligtiger til kritisk refleksion over mål og midler. Hvad vil vi med det? Hvordan hjælper nye midler med at nå vores pædagogiske mål med friluftslivet? Og ikke mindst hvilke risici ligger der og lurer bag alle disse fascinerende muligheder? Naturen og friluftslivet er komplekst - det består af ægte mangfoldighed. Vi må ikke i vores fascination af ny teknologi, gøre oplevelsen unødigt kompliceret, ved at introducere uægte mangfoldighed fra vores kultur (Tordsson, 2010, p. 214), og ukritisk inddragelse af teknologi kan meget nemt blive et kompliceret mål i sig selv, frem for et middel til formidling af natur og friluftsliv. Arne Næss var inde på noget lignende, da han i 1954 gav et foredrag, hvor han udtalte (Næss 1978, p. 62):

»Utviklingen i teknisk henseende fra bruk af sykkel til moped og videre til privatbil er samtidig en udvikling fra å være mindre til å være sterkere opptatt av transportmidler, siden besittelse og bruk av bil fordrer mer av vår tid og oppmerksomhet enn sykkel. Vi kan nå steder hvor vi ikke er, på mer fullkommen måte, men det løser ikke problemet om hvilke steder som er verd at nå. Det eneste vi med sikkerhet kan fastslå, er at det atter er skjedd en liten forskyvning fra mål til middel.«

Citatet handler om transportmidler, men i vanlig Næss stil er der flere lag at læse i. Som et kuriosum hører det med til historien, at Næss selv var med til at indføre moderne sikringsteknologier i norsk klatring efter hans ophold i Wien (Gjefsen, 2011).

### 2. For kompliceret

»Technology is a word that describes something that doesn't work yet« - Douglas Adams. Jeg tror, vi alle har prøvet at stå i en situation, hvor teknologien driller eller hvor den gruppe vi har med ude, ikke kan finde ud af at bruge den udleverede gps. Turen kommer til at handle om teknologien og meget lidt om naturen og friluftslivet. En klassisk fejl er at undervurdere, hvor lang tid det tager at lære at anvende ny teknologi, sikre friske batterier og alt det andet lavpraktiske, der følger med når vi tager kompliceret elektronik med ud. Det tåler fx dårligt vand!

### 3. Vedligeholdelse

Flere steder i landet er der opsat qr-koder, rf-tags eller andre former for 'koder' med det formål, at man med sin smartphone kan få formidlet en fortælling om naturen, kulturen osv. på det sted man står. Desværre oplever jeg ofte at installationerne ikke er vedligeholdte. Qr-koden er beskadiget eller den server, der burde levere oplysninger til brugeren ikke svarer osv. Det er desuden ofte et problem, at man ikke inden installation har undersøgt mobildækning i området.

Foto: Martin Johnsen

Internetforbindelse er en grundforudsætning for mange af de formidlingsløsninger, der bliver installeret for tiden. Er der ikke en risiko for, at vi i vores iver efter at etablere nye faciliteter generelt overser behovet for at afsætte penge til vedligeholdelse og sikre organisatorisk forankring af den fremtidige drift af den tekniske installation? Jeg synes desværre, at alt for mange oplevelser tyder på det.

### 4) Sikkerhed - igen

Hvad betyder den øgede elektronikbaserede sikkerhed og dermed tryghedsfølelse for vores oplevelse af naturen og friluftslivet? Hvad betyder det for vores risikovurderinger? Er det med til at øge vores vilje til at tage chancer på havet eller i fjeldet? »Gå aldrig alene« siger nordmændene, men er man alene, når man har sin smartphone med og der er fuld dækning, suppleret med sin SPOT som konstant sikrer, at de der hjemme ved, hvor man er og dagligt modtager »Ok-meldinger«? Moderne teknologi gør friluftslivet mere sikkert, men det fjerner vel også noget af den magi, der er ved at være langt ude - uden kontakt?

### Problemstillinger - sammenfatning

Ovenstående er ikke dækkende. En række andre temaer bør undersøges – fx:

- Sociale konsekvenser: Hvad med dem der ikke har råd til smartphones, tablets osv.? Støder vi dem fra os? Opstiller vi en forventning om at man skal eje en masse dimser for at kunne være ude?
- Økologiske konsekvenser: Hvad sker der med vores natursyn og -opfattelse, når vi får naturen formidlet via moderne teknologi?
- Oplevelseskonsekvenser: Hvad sker der psykologisk, når en oplevelse intensivt faciliteres af teknologi?
- Er teknologi med til at få flere ud og opdage friluftslivet, eller er teknologi blot med til at fjerne os mere og mere fra den direkte naturoplevelse og »sense of place« (Cuthbertson, Socha, & Potter, 2004)?
- Er vores friluftslivsoplevelse alligevel ikke bare konstrueret i et kompliceret socialt spil af selvrealisering, kultur og modkultur, hvor ny teknologi blot er endnu en mediator, der i løbet af kort tid bliver en integreret og selvfølgelig del som GORE-TEX?

### Afslutning

Teknologi i friluftslivet er en kendsgerning vi må forholde os til. Den giver os masser af muligheder ift. nye målgrupper, aktuel sundhedsdiskurs, pædagogik og didaktik. Der følger en række problemstillinger med,

som vi må være bevidste om, og der er i den grad brug for mere forskning, uddannelse og objektiv tilgang til nye projekter.

Jeg tror, at en del af vores opgave fremover bliver at bygge bro mellem primær viden, fra den direkte natur- og friluftslivsoplevelse, og sekundær viden, fra den digitale verden. Til det kan vi bruge teknologier, der forbinder det digitale med det virkelige. En gps er et kompliceret apparat, der kan fortælle os, hvor vi er, og i hvilken retning vi skal gå, men aldrig hvorfor. Ser vi bare et øjeblik op fra skærmen, får vi øje på virkelighedens komplekse og mangfoldige skønhed, og dermed finder vi måske svaret? Måske tilhører fremtiden de mennesker, der både er naturintelligente og digitaltintelligente - de hybride mennesker (Louv, 2011).

### Referencer

- Cuthbertson, B., Socha, T. L., & Potter, T. G. (2004). The double-edged sword: Critical reflections on traditional and modern technology in outdoor education. *Journal of Adventure Education & Outdoor Learning*, 4(2), 133–144.
- Gjefsen, T. (2011). Arne Næss : et liv. Oslo: Cappelen Damm.
- Louv, R. (2011). The Nature Principle: Human Restoration and the End of Nature-Deficit Disorder. Chapel Hill: Algonquin Books.
- Næss, A. (1978). Teknikk, pedagogikk og en ny livsstil : en del artikler og foredrag gjennom 25 år. Universitetsforl.
- Tordsson, B. (2010). Friluftsliv, kultur og samfunn. Kristiansand: Høyskoleforlaget, Norwegian Academic Press.

Jeg leder efter samarbejdspartnere til yderligere forskning i emnet med det formål at samle data sammen til min masteropgave i Teknologi og Friluftsliv. Har du kendskab til en institution eller virksomhed, der vil dele deres erfaringer med brug af teknologi til fx formidling af natur og friluftsliv, overvågning eller et af de andre områder beskrevet ovenfor, hører jeg meget gerne fra dig. Send mail til [cni@peopleandprojects.dk](mailto:cni@peopleandprojects.dk)



# SOM VINDEN BLÆSER

Af Samuel Westarp, lærer på Gerlev Idrætshøjskole

## Et kig på forskellige vejrtjenester igennem en kajakmands øjne

Lad mig sige det med det samme: Vejrtjenesternes fremsyn rammer os som en forbandelse, når prognosen ikke passer os, og som en velsignelse når glaskuglen stiller det ønskede vejr i udsigt. Samtidig skaber det enorme frustrationer for den møjsomme planlægger, når vejret alligevel ikke blev som 'lovet'. Ikke desto mindre er de for mig og mange andre blevet en uundværlig del af friluftslivet såvel professionelt som privat.

Mit udgangspunkt er indlysende nok, at vejret er svært at forudsige, selv med avancerede computermodeller, og derfor får man et bedre billede, hvis man sammenholder forskellige prognoser med sit kendskab til lokale forhold.

I det følgende vil jeg give et indblik i hvordan, og til hvad, jeg bruger forskellige vejrtjenester. Jeg underviser til dagligt i udendørsfag og bruger derfor vejrudsigt til planlægning af undervisning. Til dette bruger jeg primært dmi.dk og yr.no. I sommerhalvåret underviser jeg især i havkajak og i den forbindelse er vind, bølger og strøm min primære interesse. Her bruger jeg til dels også dmi.dk, men primært ifm.fcoo.dk og ocean.dmi.dk. Står der bølgesurf ved Vesterhavet på ønskelisten for weekenden er magicseaweed.com uundværlig, når der skal vælges spot eller gættes på om det bliver turen værd.

*dmi.dk*

Vores allesammens Danmarks Meteorologiske Instituts hjemmeside til offentliggørelse af prognoser og artikler. Hjemmesiden vi alle elsker at hade, men alligevel bruger i en uendelighed (ca. 1 mio. danske brugere med ca. 20 besøg pr. måned i snit i 2012).

Dmi.dk giver et let overskueligt overblik over vejret, og mange forskelligartede informationer er samlet på samme side. Man finder alt fra UV-index til vandstands-prognoser og vejrarkiver i en overskuelig menu. Primært derfor var dmi.dk gennem mange år min foretrukne indgang til vejrudsigt og dannede grundlag for mere detaljeret informationsøgning an-

dre steder, hvis forholdene bød det. Men sådan er det ikke længere.

En cookie kan sikre, at man starter på den ønskede regionaludsigt, som dog i sagens natur er meget upræcis for mit område (Vest- og Sydsjælland samt Lolland-Falster) med mindre der ligger et stabilt højtryk over Danmark. Siden rummer gode og detaljerede udsigter for større byer og strande, men indgangen går via et, efter min mening, irriterende danmarkskort med små røde prikker. Det fungerer ok på en computer, men håbløst via touch-styrede enheder.

Farvandsudsigterne giver et hurtigt og overfladisk overblik over vind, bølger og strøm via tre kort placeret under hinanden, så man desværre kun kan se ét ad gangen. De følges dog ad tidsmæssigt, så man let kan scrolle op og ned. Desværre er farvekoderne med flere nuancer af samme farve ikke særlig overskuelige, og der er ikke tal til at understøtte dem på selve kortet. Det er i øvrigt min erfaring, at strømprognoserne ikke er særligt præcise ved lave strømstyrker i mit lokale farvand omkring Storebæltsbroen på Sjællandssiden. Nu bruger jeg derfor primært dmi.dk som reference til informationer hentet andetsteds. Desuden mener jeg, at reklamebannere ikke hører til på en offentlig institutions hjemmeside.

*yr.no*

yr.no er drevet af Norges Meteorologiske Institut og NRK (Norges DR) ud fra devisen om frie offentlige data og er den norske pendant til dmi.dk.

Skal man til Norge, er yr.no et naturligt førstevalg for vejrudsigt. Som noget nyt inkluderer udsigterne også oplysninger fra Norges nye sneskredvarsling.

Når den er interessant i denne sammenhæng skyldes det, at siden har detaljerede prognoser for hele verden, som er nemt tilgængelige gennem enkel søgning på stednavne. Detaljegraden på stednavnene er naturligvis størst i Norge, men rigeligt detaljerede til almindelig brug også i resten af verden.

Er man udelukkende efter en vejrudsigt, giver yr.no adgang til en meget detaljeret korttidsudsigt med mulighed for skydækkeprognose samt en 10-dages

langtidsudsigt. Layoutet er lækkert med en menu, der bliver i venstre side, når man scroller ned. Siden husker de senest besøgte steder, som vises i en oversigt på startside og i menuen i venstre side, mens man ser udsigten for andre steder.

Men vigtigst af alt, så er prognoserne efter min mening meget pålidelige og er der meldt sol i morgen kl. 13 kan man roligt regne med det. Eneste undtagelse er naturligvis under meget ustabile forhold, som det i øvrigt gælder for alle vejrtjenester.

Er man interesseret i vindstyrkerne skal man være opmærksom på at yr.no ofte forudser for lave vindstyrker, især ved kraftigere vind.

Sidst skal nævnes at der findes en alletiders mobilapp fra yr.no, som giver meget enkel adgang til kort- og langtidsvejrudsigt, mens man er på farten. Den husker i øvrigt også de senest besøgte steder udover det selvvalgte favoritsted.

*ifm.fcoo.dk*

Forsvarets Center for Operativ Oceanografi, tidligere under det nu nedlagte Farvandsvæsen, tilbyder 'Sejladudsigt' i form af prognoser for vind, bølger, strøm, vandstand o.a. plottet på et zoombart kort.

Er man på vej på vandet i de danske farvande er denne side efter min mening bedste bud på pålidelige prognoser for såvel vind som bølger og strøm. Især strømprognoserne er præcise. Prognoserne rækker to døgn frem, og skal man først ud i morgen kan man vælge klokkeslættet direkte i menuen.

Den helt store force er, at man kan lægge flere lag på kortet, så vind, bølger og strøm kan vises på samme kort. Strømretningspilenes længde er hastighedsafhængige og kan derfor vises uden at skabe farveforvirring. Selvom farveskalaen for strøm springer 0,5 knob hele vejen mod 0,25knob op til 1knob på DMI's tjenester, giver de detaljerede pile et langt bedre billede på ifm.fcoo.dk. Farveskalaerne er bedre end DMI's for vind, men på niveau for bølger.

Vindprognoserne dækker også landområder og giver derfor også nyttig information til andet end sejlad. Er man på vej på tur uden tekniske hjælpemidler, kan en prognose let udskrives med de valgte parametre i 4-timers intervaller et døgn frem. Siden tilbyder desuden mulighed for at gemme indstillinger, så man sparer klik, hvis man ofte kigger på samme område med samme parametre.

*ocean.dmi.dk*

Er DMIs hjemmeside for marin information drevet af Center for Ocean og Is. Vælger man 'Prognoser' i menuen 'Prognoser og observationer' kommer man til den viste side med adgang til et hav af prognoser fem dage frem. I menuen til venstre kan man vælge et ønsket område for at få et mere detaljeret kort, omend ikke så detaljeret som på ifm.fcoo.dk.

Sammenhængen med 'Farvandsudsigter' på dmi.dk er indlysende og farveskalaerne er de samme. Man kan da også kun se en parameter på kortet ad gangen.

Jeg besøger ocean.dmi.dk som et supplement til FCOO og specielt, hvis jeg er interesseret i en mere detaljeret udsigt end yr.no tilbyder op til fem dage frem.

ifm.fcoo.dk er desuden interessant, da information om bølger og dønninger er adskilt, og vigtigere endnu er, da der findes prognoser for perioden på bølger og dønninger. Især dønninger og deres periode er vigtig, hvis man vil surfe, og siden giver derfor nyttig information, når man forsøger at forudsige forholdene ved den lokale lejrplads.

Vær opmærksom på at siden anvender Greenwich Mean Time.

*magicseaweed.com*

Handler det om bølgesurf ved Vestkysten, eller andre steder i verden, er magicseaweed.com et besøg værd. Der er prognoser for de vigtigste spots fra Hvide Sande til Løkken med information om alt, hvad der er værd at vide. Siden er for nylig blevet opdateret med nyt layout, der giver nemmere adgang til valg af surfspot. Derudover er det værd at nævne, at man som noget nyt forsøger at inkorporere lokalkendskab i prognoserne ved også at forudsige surfbølgens højde, frem for kun den dønning, der skaber bølgen.

Hvert spot har information om, hvornår de virker i forhold til dønning, vind og tidevand samt information om hvilken type surf man finder. Prognoserne rækker en uge plus tre dage frem og fortæller om surfhøjde, dønning, vind og vejr samt hvor sikre de er. Prognosen for dønninger dækker samlet størrelse, periode og retning samt evt. hvordan de er sammensat.

Magicseaweed tilbyder desuden prognoser i form af kort over Nordsøen med dønning, periode, vind og tryk, så man selv kan danne sig et billede af, hvad der skaber forholdene og derudfra gætte på forholdene andre steder langs kysten. (billeder indlejret).



# TIL INSPIRATION - HJEMMESIDER OG APPS

## *Relevante hjemmesider*

Terrænkort i Sverige:

<http://kso.lantmateriet.se/kartsok/kos/index.html>

## *Programmer til PC*

Google earth med billedoverlejring af søkort.

Garmin Mapsource til 60cs. Har installeret både søkort og topografisk kort

## *Loppemarked på facebook:*

<https://www.facebook.com/#!/groups/187998909286/>

## *Relevante hjemmesider med gode nyhedsmails om natur og friluftsliv*

[www.naturstyrelsen.dk](http://www.naturstyrelsen.dk)

[www.mim.dk](http://www.mim.dk) (Miljøministeriet)

[www.skoveniskolen.dk](http://www.skoveniskolen.dk)

[www.udeskole.dk](http://www.udeskole.dk)

[www.videntjenesten.life.ku.dk](http://www.videntjenesten.life.ku.dk)

## *Sociale hjemmesider og fora*

[www.fjellforum.net](http://www.fjellforum.net) (norsk)

[www.outsite.org](http://www.outsite.org)

[www.facebook.dk](https://www.facebook.com) (her har bl.a. Dansk Friluftsliv en gruppe – bliv medlem!)

## *Relevante apps til Iphone, android m.m.*

Naturguide (Danmarks Naturfredningsforening – aktiviteter m.m.)

Margueritruten (Naturstyrelsen)

Lejrpladser

Naturbasen (viden om dyr, planter m.m. i dit nærområde)

Diverse apps om fugle (bl.a. kviddevit, havens fugle eller Fugle i farver)

Svampeguiden (svensk)

Gudenå (info om bl.a. overnatningspladser langs Gudenåen)

Dansk Røde kors Mobil førstehjælp.

Geocaching (Groundspeak Inc.) (Den fulde version er god)

GPSies (Bruges til at hente spændende ruter ned til vandring, mtb osv. i ukendte områder)

Star rover (Find stjernerne på himlen)

Trails (Tracker din rute)

Leafsnap (Find ud af hvilket træ bladet kommer fra, engelsk, men med latinske betegnelser)

Shipfinder (Find ud af om der er skibe i dit farvand - 2 timers forsinkelse, men kan ved login se skibenes placering realtime)

Tides planner (Hold øje med tidevandet når du ror kajak og planlæg din tur mere sikkert)

Sejladsudsiget (Vind og bølger i dit farvand)

Sejlsikkert (Trygfondens app om sikker sejlads)

FDF's legedatabase

Coachs eye (Optag film og se teknikken i slowmotion)

# ÅRSMØDE I DANSK FRILUFTSLIV

## Tema om teknologi og friluftsliv

**Sted:** Tønballegård  
Tønballevvej 1  
8700 Horsens

**Dato/tid:**  
lørdag den 20. april fra kl. 9.30 til søndag formiddag den 21. april

**Program:**  
kl. 09.30 kaffe og velkomst  
kl. 10.00 velkomst ved formand Rasmus Simonsen  
kl. 10.15 oplæg ved Carsten Nielsen om »Teknologi og friluftsliv«  
aktivitet: WOOP  
oplæg ved Carsten Damsgaard - »fra ide til virkelighed - om Kayaklog«  
bestyrelsen præsenterer diverse apps og hjemmesider vedr. planlægning, ruter m.m.

kl. 13.00 frokost  
kl. 13.30 aktivitet: DJEEO  
kl. 15.00 årsmøde, kaffe og kage  
kl. 17.00 fælles madprojekt  
kl. 19.00 spisning

**Søndag, kl. 9.00, morgenmad og afrunding:**  
Vi opfordrer til fælles, sociale aktiviteter søndag formiddag

**Tilmelding:**  
Sendes til Jesper Nielsen [mail@danskfriluftsliv.dk](mailto:mail@danskfriluftsliv.dk) senest 10. april.

**Pris:**  
300 kr. inkl. aktiviteter, forplejning samt overnatning i shelters  
Betaling på konto: reg.nr. 0800 kontonr. 0000025755

**Medbring:**  
Service, ting til overnatning i shelter, udetøj og andet personligt udstyr - desuden gerne iPhone, iPad, smartphone og andet elektronisk uundværligt udstyr til videndeling.

# PÅ SPORET

Af Samuel Westarp, lærer på Gerlev Idrætshøjskole

## Digitale kort er genvejen til de gode steder

Vi kender alle sammen digitale kort som Google Maps og Krak og bruger dem sikkert flittigt i vores dagligliv. Min interesse for området er tosidet: 1) Arbejdsmæssigt har jeg ofte haft behov for at finde kortdata for områder væk fra lokalområdet til f.eks. ture og adventure races, 2) Privat udsprang interessen af ønsket om at kunne finde mountainbikespor, gerne som gps-spor, forskellige steder, hvor jeg nu kom hen og havde mulighed for at have min cykel med.

Skov- og naturstyrelsen har information omkring spor, som de har etableret, men det kan være svært at finde lokalt anlagte spor. Jeg vil her forsøge at kigge lidt nærmere på nogle af de mindre kendte korttjenester, der findes på nettet, som er nyttige i forbindelse med friluftslivet.

### *arealinformation.miljoportal.dk*

Er et samarbejde mellem offentlige instanser, med det formål at samle miljødata et sted og gøre dem digitalt tilgængelige. Det har udmøntet sig i Danmarks Miljøportals Arealinformation, hvor alskens data er tilgængelige på et kort. Her er information om alt fra jordforurening til NATURA2000-områder til fredede fortidsminder.

Arealinformation giver mulighed for at vælge forskellige baggrundskort med topografisk kort som for mig at se er det mest eftertragtede. Der findes også Ortofoto fra forskellige år, hvis man vil give sig selv eller sine elever en navigationsmæssig udfordring. Ovenpå disse kort kan man lægge den information man måtte være interesseret i. Er det f.eks. fredningszoner skraveres fredede områder på kortet. Danmarks Miljøportal har netop fået ny hjemmeside, som tilbyder en bedre brugerflade med flere funktioner. Som noget nyt kan man nu også tegne figurer og streger, opmåle afstande og arealer og let udtage præcise GPS-koordinater.

Desuden kan man udskrive kortudsnit direkte til A3 eller A4 i forskellige målestoksforhold.

### *GPSies.com*

GPSies er en portal for folk, der bruger GPS i forbindelse med deres aktiviteter. Tanken er, at man lægger sine gps-spor op, så andre kan få glæde af dem. Der er ikke konkurrence indblandet som på Endomondo - det handler udelukkende om at dele information omkring ruter, man mener andre også bør kende til. Det giver selvsagt spor af varierende kvalitet.

Sporene er kategoriserede for at lette søgningen, der ellers lettest foregår via kortet. Da man selv kategoriserer sine uploads, giver det rum for en vis variation inden for kategorierne. Mountainbikespor kan være alt fra ture udelukkende på asfalt og grusvej til teknisk vanskelige single-tracks. Man bør derfor kigge grundigt på kortet inden man drager af sted med forkerte forventninger. Det var via kortlagene på GPSies, at jeg fik øjnene op for en verden af ikke-kommercielle kort, jeg ikke kendte til.

### *OpenStreetMap*

Open Source/Data og user-generated content er buzzwords i vore dage. Baseret på en smuk tanke, om at dele data og viden, er Linux og Wikipedia måske de mest kendte resultater. Inden for kortverdenen er OpenStreetMap 'The Free Wiki World Map', en svær-vægter med mange udløbere. At der kan komme udløbere skyldes, at de rå kortdata er offentlig ejendom og tilgængelige for alle. Projektet drives af en non-profit organisation.

Google Map Maker åbner for at brugerne kan forbedre Google Maps, som i øvrigt også frit kan implementeres på andre hjemmesider, men de rå kortdate forbliver på Googles hænder. En lidt mindre sympatisk tanke. OpenStreetMap.org er et søgbart ikke-topografisk kort som vi kender dem fra Krak og Google. Det adskiller sig dog ved at inkludere information som man ellers kun finder på topografiske kort, f.eks. stier, information om specielle områder og vindmøller. Og det sker uden at det går ud over hastigheden. Mangler der information, kan man naturligvis selv bidrage uden at det betyder, at man arbejder for nogen andre end sig selv.

Der er mulighed, omend stærkt begrænset sammen-



lignet med Danmarks Miljøportal, for at eksportere kortudsnit til billedfiler.

Ud over standardkortet rummer siden et lag, Cycle Map, som har nationale og internationale cykelruter indtegnet med tilhørende numre. Derudover er en lang række cykelstier markeret langs veje.

hikebikemap.de er baseret på OpenStreetMap og har lagene tilgængelige derfra. Standardlaget her er dog klart vandreren og cyklisten i fokus. Parkeringspladser i forbindelse med stier er markeret. Shelters, udsigtspunkter, toiletter og informationstavler er indtegnet. Selv cykelsmede er medtaget.

Hike & Bike Maps bidrager desuden med muligheden for konturskravering, så det lugter af topografiske kortdata.

Kortet fungerer hurtigt ved både zoom og panorering og har været medvirkende til at jeg har opdaget flere nye og spændende muligheder i lokalområdet, som jeg ikke var klar over fandtes.

Waymarkedtrail.org er for folk, der er interesseret i information om markerede ruter til vandring, cykling, mountainbike og inline-skates. Der er information omkring både lokale, nationale og internationale ruter.

Siden henter kortdata fra OSM og højdeprofiler fra Hike & Bike Map og virker derfor bekendt. Man vælger mellem de fire kategorier og kan så se ruterne indtegnet på kortet. Der kan vises en liste over ruter i det valgte kortudsnit, hvorfra man kan få mere information om ruterne.

For hver rute er der information om bl.a. længde og for de større ruter er der mere detaljeret information og ofte links. For de danske nationale cykelruter virker linksne dog desværre ikke. Bruger man GPS kan der desuden hentes gpx-spor til alle ruter.

Siden giver et rigtig godt overblik, når man afsøger muligheder for næste tur og er fortsat et godt værktøj i detaljeplanlægningen, hvis mærket sti er den foretrukne færdselsåre.

Foto: Martin Johnsen

## SKABER NY TEKNOLOGI FALSK TRYGHED I FRILUFTSLIVET?

Af Martin Johnsen, ansvarshavende redaktør, Dansk Friluftsliv, [mbjohnsen@gmail.com](mailto:mbjohnsen@gmail.com)

I indeværende indlæg er ment som et diskussionsindlæg i forhold til forskellige perspektiver på teknologi og friluftsliv - herunder bl.a. om teknologi skaber falsk tryghed i friluftslivet? Jeg tager udgangspunkt i egne holdninger og erfaringer samt inddrager en norsk rapport om 'Fremtidens friluftsliv' fra Norges Teknologiråd (2006).

I indeværende blad bliver vi gjort opmærksomme på, at vores friluftsliv anno 2013 emmer af teknologi på rigtig mange forskellige måder. Det enkle friluftslivs dage er talte - om end det findes i små brudstykker ved særlige lejligheder i små sociale fællesskaber. Det interessante er selvfølgelig, om friluftslivet er blevet mere sikkert med den nye teknologi? Det antager Carsten Nielsen i artiklen 'Teknologi og friluftsliv' først i bladet, dog ud fra en bestemt måde at definere begrebet teknologi på. Men ændrer billedet sig, hvis vi bruger en bredere definition af teknologi?

I rapporten fra Norges Teknologiråd 'Fremtidens friluftsliv - Scenarier for bruken av norsk natur i 2020' står bl.a.: »Ny teknologi kan skabe falsk tryghed og bidra til at brukere ferdes i naturen uten tilstrekkelig kunnskap.« (<http://teknologiradet.no/default.aspx?m=6>). Da jeg læste det, tænkte jeg umiddelbart - ja selvfølgelig. Men er det nu sådan?

### Hvad menes med teknologi?

I den omtalte rapport defineres teknologi ud fra følgende 3 forskellige sammenhænge:

1. Teknologi, forstået som teknologiske artefakter, som enhver bruger af naturen kan købe, låne eller leje og gøre brug af i naturen. Dette omfatter fx kompas, klatrereb, cykler, ski, smartphones, tøj, fiskestænger, primus, snescootere, mobiltelefoner etc.
2. Teknologi som værende materielle strukturer, såsom veje, snowboard parker, lysløjper og bygninger, der er bygget til at fremme brug af de forskellige områder m.m.

3. Teknologi-natur, dvs. områder, hvor den »oprindelige« natur (hvis man kan udtrykke det sådan) er transformeret og kultiveret af mennesker, så sondringen mellem det »naturlige« og »teknologi« (ikke-naturlige) er uklar. Dette være sig alpinanlæg med lifter, snekanoner, præparerede skiløjper i skoven til langrend, snowboard park eller såkaldte nye klatreruter/områder 'Via ferrata' som er dukket op flere steder, hvilket giver uerfarne klatrere adgang til klatreområder, som før kun var tilgængelige for erfarne klatrere. Eller måske når man som raftingguide må ringe op til vandkraftværket og bede dem lukke mere vand igennem dæmningen, så vandstanden kan stige i elven og raftingturen dermed kan gennemføres med de betalende gæster.

I alle tre ovenstående scenarier eller perspektiver kan vi tale om, at nogen elementer af teknologi kan bidrage til en øget sikkerhed - fx kompas, GPS osv., som fx Carsten Nielsen gør os opmærksom på i sin artikel. Samtidig må vi også erkende, at der findes elementer af teknologi, der kan bidrage til at fremme eksempelvis faremomenter i friluftslivet - fx specialudstyr som muliggør fart og færdsel i normalt ikke tilgængelige områder eller når en snowboard park opfordrer til leg og tricks med høj fart, højde, rotation osv. I denne henseende skal vi ikke diskutere, hvad der er og ikke er friluftsliv - vi taler om det brede friluftsliv.

Teknologi og friluftsliv er altså forbundet på mange måder - og har stor betydning for vores friluftsliv. Dette både ud fra den enkeltes friluftsliv, men også ud fra lokalsamfundet og samfundet som helhed. I rapporten peges der på flere forskellige faktorer i forhold til individ og samfund, hvor teknologien kan gøre en forskel:

1. Teknologien kan være med til at påvirke vores forventninger til vores brug af naturen. Fx når vi skal rafte ned ad eleven i en stor gummibåd. På den ene side forventer vi selvfølgelig en våd, spændende og



udfordrende tur, men ikke at det som sådan skal være farligt. Årsagen til vores 'oplevelse af risiko' og sug i maven vs. sikkerhed hænger bl.a. sammen med vores forventninger om udstyr - gode hjelme, redningsveste, våddragter og raftingbådens materiale, som kan modstå hårde sammenstød med sten osv.

2. Teknologien kan være vigtig i forhold til at reducere risici og farer, der er forbundet med brugen af naturen. Her kan nævnes kompas til at finde vej, bremserne på en MTB eller tøj, der tillader os at være ude under forhold, hvor vi ellers ville have holdt os indendørs.
3. Teknologi kan påvirke vores naturoplevelser - både i en positiv og negativ retning. En ny MTB med 29-tommers hjul og lettere materiale kan give turen i skoven en ny dimension. Positivt er det også, at 'Via ferrata' kan give adgang til mange udendørs aktiviteter, der tidligere var forbeholdt klatrere. På den anden side er det ikke sikkert, at alle klatrere vil opleve det som positivt, fordi de i 'deres sfære' vil støde på nye grupper af 'turister' midt på en traditionel klatrerute.

Måske bør vi introducere et nyt begreb: 'Friluftslivets teknologiske pendul' - et pendul der svinger mellem teknologi på den ene side og egne kompetencer og færdigheder på den anden side?

Ovenstående tre faktorer handler nemlig kun om, hvad teknologien bidrager med - men hvad med vores egne kompetencer og erfaringer? Jeg mener selvfølgelig, at det er fint, at vi har våddragter, hjelme osv. på, når vi rafter, men hvad hjælper det, hvis guiden (eller vi selv for den sags skyld) handler ukvalificeret og uagtsomt og båden ender i 'for store vaskemaskiner', båden tipper... Det kan alt sammen ende godt - det er jo sjovt at ryge en tur i baljen, men det kan jo gå galt. Teknologien tillader at vi kan opsøge disse muligheder, men krav og forudsætninger skal selvfølgelig hænge sammen.

På samme måde, hvis vi tror, at vi ikke kan fare vild med en GPS (den kan løbe tør for batteri eller være forkert indstillet) eller at en lavinesøger gør det mindre farligt at blive fanget af en lavine. De fleste teknologier forudsætter trods alt, at brugeren (vi) har den nødvendige ekspertise til at bruge og forstå teknologien (fx at kunne bruge sin lavinesøger) og bruge den i de situationer den er tiltænkt (fx i en lavine, hvor mennesker

er begravet i snemasserne) for at teknologien faktisk kan være i stand til at bidrage til en øget sikkerhed. Det kan være så banalt, at vi husker at tænde den og sætte lavinesøgeren på 'send'.

Teknologien giver fantastiske muligheder - tænk blot på de første ord under 'Formanden har ordet' - fedt at vi kan berige vores friluftsliv med alle de muligheder. Men når det er sagt, med friluftslivets teknologiske pendul i baghovedet, så skal vi stadig beherske mange basiskompetencer i friluftslivet, for at vi kan færdes sikkert på vandet, på fjeldet og i luften. Vi skal udnytte de teknologiske muligheder, men ikke glemme hvor vi kommer fra. Jeg vil slutte af med André Horgens ord herom: »I stedet for å omfavne alle nye teknologiske nyvinninger bør vi som vejledere bidrage til å motvirke tendensen til at troen på teknologien overtar for respekten for fjellet og naturkraftene« (Horgen, 2010, side 117).

Det har på ingen måde været min hensigt at komme frem til en konklusion eller særlige anbefalinger om brugen af teknologi i friluftslivet - blot at vidende tanker om teknologi, sikkerhed, naturoplevelser og friluftsliv.



Foto: Kristian Dueholm Jessen

# TILBAGE TIL NATUREN - NATUREN TILBAGE?

Af Svend Busk og Birgitta Riis



## WOOP - naturen kalder!

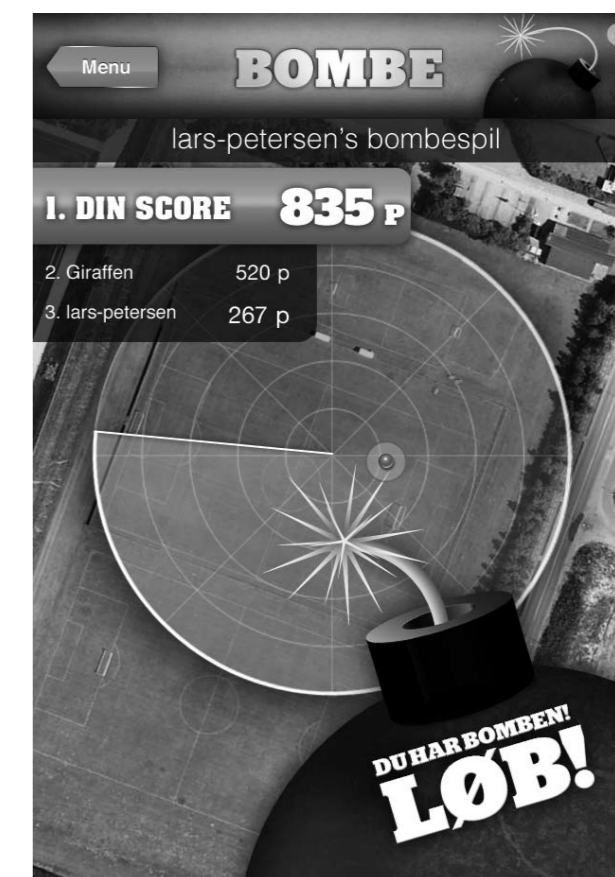
Det er navnet på en out-door-kampagne, der løb af stablen i foråret 2012, og som har til formål at få flere børn og unge med ud i naturen og tage naturen tilbage fra de voksne. Her er det spejdernes opgave at gå forrest som friluftseksperter og tage andre med. Som led i denne kampagne blev den nye WOOP App produceret i et samarbejde mellem fire forskellige spejderkorps i Danmark. WOOP App'en giver mulighed for at opleve og bruge naturen på en ny måde ved hjælp af næsten alle børn og unges uundværlige følgesvend - deres smartphone!

## Jagt og Bombe

WOOP App har grundlæggende to forskellige funktioner: Jagt og Bombe. En jagt laves som en rute med et vilkårligt antal checkpoints. På disse checkpoints kan der være spørgsmål med tre forskellige svarmulig-

heder. Spørgsmålet skal besvares rigtigt, før det næste checkpoint dukker op på skærmen. Jagten gemmes med et navn, og kan hentes ned på andres smartphones, hvis de søger på navnet eller er i nærheden af den pågældende jagt. Når man er tæt nok på et checkpoint, fremkommer spørgsmålet eller blot det næste checkpoint på ruten.

Bombe er en aktivitet, som kan give godt med sved på panden. Alle deltagere har hver deres smartphone, og en af dem starter med 'bomben', som kan genkendes på en sirene-lyd fra smartphonen. Det gælder så for denne person om at komme af med bomben, inden den sprænger. Det gør man ved at komme så tæt på en medspiller, at bomben automatisk 'hopper' over på den andens smartphone. Sådan bliver legen ved, indtil bomben sprænger. Tidsrammen kan variere mellem 2 til 3 minutter. Spillerne får point undervejs, og når



bomben sprænger, findes der en vinder. Point uddeles blandt andet efter, hvor lang tid man har haft 'bomben', og hvor meget man har bevæget sig i spillet. Spilleområdet bestemmes ud fra positionen af den, der starter spillet, og størrelsen af området afhænger af antallet af spillere.

### WOOP – der er mange muligheder!

WOOP App kan bruges til rigtig mange formål - det er næsten kun fantasien, der sætter grænser! Det kan være til undervisningsbrug i folkeskolen, aktivitet på spejderturen, sved på panden i frikvartererne eller ganske simpelt som fritidsaktivitet med vennerne efter skole. Uanset hvordan WOOP App bruges, er det er god måde at kombinere det virtuelle og det fysiske udeliv på. Jagt lægger op til at lave opgaveløb til uden-dørs undervisning, der inddrager elevernes smartphones. Det kan både være teoretisk og fysisk. Det kan også være, at matematiklæreren har flere små jagter liggende i skolegården, på fodboldbanen eller lignende steder, som eleverne kan sendes ud til, hvis de trænger til frisk luft. Desuden er Bombe måske en måde at reintroducere fangeleg i de større klasser i idræt.

WOOP App kan også bruges til at komme rundt og opleve naturens små og store finurligheder. Den kan i nogen grad sammenlignes med geocaching, der dog er mere avanceret og kræver specielt udstyr i modsætning til WOOP App. Selvom der er mange muligheder, er der også stadig udviklingspotentiale i WOOP App.

Spørgsmål på checkpoints skal være meget korte og præcise for at kunne stå på den tilgængelige plads, og svarene ligeså. Men tænker man lidt kreativt, er det jo en udfordring, der er til at løse!

### WOOP mig

WOOP App indeholder også en funktion, der hedder WOOP Mig. Det er WOOP's udgave af 'find-mig'. Her kan man invitere venner via de sociale medier til at deltage i en jagt eller være med til et spil 'Bombe'. Funktionen kan også bruges, hvis man har fundet det sejeste sted i skoven og vil have sine kammerater med derud.

### Bruger telefonens GPS-system

WOOP App udnytter GPS-systemet på smartphones, som er det eneste, du skal bruge for at spille 'Bombe'. Til gengæld kræver planlægningen og udførelsen af en jagt, at telefonen også har internetforbindelse. Dette er nok den største udfordring ved WOOP App, da det endnu ikke er alle børn og unge, der har abonnement med internet på deres smartphones.

### Facts:

- WOOP App er produceret af Spejderne (Det Danske Spejderkorps, KFUM-spejderne, De grønne pigespejdere og Danske Baptisters Spejderkorps) og er støttet af Nordea-fonden.
- WOOP App er gratis og fås både til Android og iPhone

Illustrationer: Spejderne

# ARBEJDET FREM MOD EN NATIONAL FRILUFTSPOLITIK

Af Rasmus Simonsen, formand for Dansk Friluftsliv, simonsenrasmus@gmail.com

Miljøminister Ida Auken har taget det prisværdige initiativ at starte en proces, som skal føre til vedtagelse af Danmarks første Nationale Friluftspolitik. Arbejdet blev skudt i gang den 30. november 2012 med en Kick-off workshop. En stor workshop i Bella Center. Over 350 ildsjæle og interessenter på friluftsområdet deltog i workshoppen. Heriblandt to bestyrelsesmedlemmer fra Dansk Friluftsliv, derudover var det dejligt at møde flere af foreningens medlemmer den dag, omend med andre kasketter på. På baggrund af kick-off workshoppen er miljøministeren kommet frem til otte friluftspolitiske pejlemærker og fem principper, der skal danne ramme for arbejdet med at konkretisere og virkeliggøre den nationale friluftspolitik.

Nu er der en proces i gang, som skal munde ud i, at der nedsættes ni netværk: Otte, der skal arbejde med hver deres pejlemærke fra friluftspolitikken og et niende, som skal arbejde med viden, så der fremover kan træffes beslutninger på friluftsområdet på det bedste grundlag. Vi prøver at få en plads i et af netværkene, så vi i Dansk Friluftsliv kan få mest mulig indflydelse på en kommende national friluftspolitik. Vi håber, at mange af foreningens medlemmer får plads i disse netværk som repræsentanter for forskellige organisationer.

### De otte pejlemærker for friluftspolitikken

#### 1. Friluftsliv er for alle

Alle både på landet og i byen skal have friluftslivet tæt på. Naturen tilbyder noget til alle: Et sted, hvor man kan få mange gratis oplevelser, nyde roen eller udfordre sig selv hver eneste dag, både til lands, til vands og i luften. Uanset hvor man bor, eller hvor gammel man er, så er mulighederne for at dyrke friluftsliv sjældent langt væk - og de kan findes med et klik med musen eller en hurtig søgning på mobiltelefonen. Friluftslivet er ikke kun noget, der begynder, når skoledagen eller arbejdsugen slutter. Det er også et grønt frirum, hvor du kan spise din madpakke i fred og ro,

eller du kan cykle igennem for at hente børnene i børnehaven.

Vi skal alle have let adgang til friluftsliv, oplevelser, motion og grønne øjeblikke.

#### 2. Vi skal lære i naturen

Både børn og voksne skal have naturen ind under huden. Alle skal opdage den, glæde sig over den og lære at passe på den.

Et aktivt friluftsliv giver en masse oplevelser og erfaringer, som er værdifulde for både børn og voksne. Vi skal lære af naturen og lære i den. For når vi først får naturen ind på kroppen, bliver vi samtidig bedre til at passe på den, så også de kommende generationer kan få glæde af den. Naturens grønne klasseværelse, fitnessrum og legeplads ligger lige uden for døren. Det skal vi benytte os af.

Vi skal skabe friluftsmuligheder, der vækker nysgerrighed og lyst til at lære.

#### 3. Friluftsliv skaber engagement og fællesskab

Friluftslivet er med til at skabe aktive borgere, der på frivillig basis og i fællesskab engagerer sig og tager ansvar for det, de brænder for.

Foreninger, fællesskaber og frivillige gør en kæmpe forskel i naturen og i friluftslivet. Mountainbike-ruter bliver anlagt, hølaug slår græsset på enge og volde, og naturlegepladser bliver vedligeholdt og udbygget af frivillige over hele landet. Det giver mennesker mulighed for at engagere sig og tage ansvar for lige netop det, de brænder for.

De muligheder skal vi skabe flere af med nye partnerskaber og samarbejdsformer.

#### 4. Friluftsliv giver sundhed og livskvalitet

Et aktivt friluftsliv styrker både den mentale og den fysiske folkesundhed, for i naturen er der plads til både løb, leg og afslapning.

Med vores moderne livsstil bliver flere og flere ramt af livsstilssygdomme. Naturen og friluftslivet giver plads til motion, meditation og inspiration, og er derfor en vigtig kilde til bedre trivsel og bedre livskvalitet for



NATUREN  
KALDER!

hele befolkningen. Så når vi skaber muligheder for friluftsliv, er vi også med til at forebygge og bekæmpe livsstilssygdomme. Det skal vi have særligt øje for.

#### 5. Friluftsliv skaber vækst og arbejdspladser

Naturoplevelser og friluftsliv kan være afsæt for iværksætteri og nye arbejdspladser.

Muligheden for at komme ud i naturen for at røre sig eller for at få særlige naturoplevelser er i høj kurs. Det har flere iværksættere set, og de har skabt initiativer med afsæt i friluftsliv og natur, hvor nye arbejdspladser følger med. Mødre med barnevogne bliver til motionsforeningen 'PushyMums', der ruller gennem københavnske parker, surfere fra hele verden sætter surfboardet i sandet ved 'Cold Hawaii' i Klitmøller ved Vesterhavet, og turister kommer til Vadehavet for at se 'sort sol'.

Når ildsjæle sætter handling bag tanken, kan det skabe vækst og velfærd for hele samfundet. Det skal vi bakke op om, og vi skal blive bedre til at udvikle og bruge det potentiale, som friluftsliv og naturoplevelser giver for at skabe arbejdspladser og turisme.

#### 6. Vores byer skal indbyde til friluftsliv

Vi skal skabe spændende og attraktive byer, hvor der er plads til friluftsliv.

De fleste danskere bor i byerne, og de bliver hele tiden flere. Derfor skal vores gader, pladser og parker indbyde til friluftsliv og give frirum i hverdagen. Her kan man gå en tur, lege og motionere og opleve, at friluftsliv ikke kun behøver foregå i skoven eller ved stranden.

Vi skal gøre byrummet til et aktivt rum, der inviterer til udfoldelse og oplevelser der, hvor man er til daglig.

#### 7. Vi skal bruge naturen som social løftestang

Friluftslivet og naturen giver gode muligheder for at hjælpe socialt udsatte grupper i samfundet.

Naturen giver særligt gode muligheder for at invitere alle grupper i samfundet til at være en del af fællesskabet, fordi naturen har højt til loftet og kan rumme alle. Udviklingshæmmede kan blive skovhjælpere og få et meningsfuldt arbejdsliv i trygge omgivelser. Udsatte børn og familier kan få positive oplevelser sammen med andre i samme situation og få styrket deres sociale relationer.

Vi skal sprede de gode eksempler og tænke nyt, så vi kan hjælpe endnu flere socialt udsatte med at få en bedre hverdag.

#### 8. Nytenkning giver mere friluftsliv

Fremtidens friluftsliv skal tænkes ind i nye sammenhænge, så vi kan nå flere mål på én gang.

Når vi skal løse samfundsmæssige problemer som klimaforandringer og støj, kan der opstå nye muligheder for friluftsliv. Et opbevaringsbassin for vandmængderne fra skybrud kan også fungere som skaterbane, når det ikke regner. En støjvold, der skærmer boliger for motorvejsstøj, kan bruges til udfordrende motion. Og på toppen af et stort forbrændingsanlæg kan der skabes en skibakke.

Vi skal have flere af den slags løsninger, hvor man får mere friluftsliv ved at tænke nyt.

#### De fem principper

**Fremtidsvision - strategi** Er ideen visionær? Initiativer på friluftsområdet skal bidrage til øget velfærd, bygge på fremsynet tenkning og have fokus på ny udvikling

**Benyttelse og beskyttelse** Hvordan spiller ideen bedst sammen med naturen? Målet er bedre friluftsliv, flere naturoplevelser, mere vækst og grønne arbejdspladser - uden at naturhensynet sættes over styr

**Samarbejde i friluftslivet** Fremmer ideen samarbejde? Friluftslivet bør foregå og udvikles i synergi mellem relevante interessenter og under hensyntagen til, accept af og forståelse for hinanden

**Viden** Hvad ved vi om effekten? Fremtidige beslutninger på friluftsområdet bør træffes på grundlag af viden.

**Lovgivning** Kan ideen lade sig gøre? Det skal løbende overvejes, om lovgivningen også understøtter de friluftspolitiske mål, som vi ønsker at forfølge.

#### Hvad er en national friluftspolitik egentlig?

Danmarks første nationale friluftspolitik bliver til i en proces, der involverer både nye forskningsresultater, engagerede ildsjæle på friluftsområdet og idéer fra alle danskerne.

Friluftspolitikken skal være en fælles referenceramme og en ledestjerne for udviklingen af friluftslivet og samarbejdet om det. Udgangspunktet er derfor ikke en politik, som konkret skal forvaltes af en bestemt myndighed, et nationalt råd eller andre institutioner. Friluftspolitikken skal derimod være:

- bredt forankret – ikke mindst have medejerskab hos alle centrale aktører på friluftsområdet,
- målrettet - give indholdsmæssig retning for udviklingen,
- afbalanceret - afspejle hensyntagen til de forskellige

interesser på området

- operationel - kunne omsættes til konkrete initiativer, partnerskaber mv.

#### Milepæle frem mod en friluftspolitik

Herunder kan du se milepælene for arbejdet frem mod den nationale friluftspolitik, der ventes at ligge klar omkring årsskiftet 2013/14

**Februar 2013 – august 2013 idéstorm:** Idéstorm er åben frem til august 2013. På Idéstorm kan alle danskere komme med idéer til, hvordan vi skaber velfærd eller arbejdspladser med friluftslivet som ramme. Det er også muligt at hjælpe andre med at udvikle deres idéer ved at kommentere på dem. Idéstorm vil desuden fungere som et maskinrum for de netværk, der skal arbejde med friluftspolitikken. Du kan gå på Miljøministeriets hjemmeside og dele din idé (du kan vinde penge til at realisere din idé)

**April 2013: Fremtidsværksted og netværk** Den 11. april inviterer miljøministeren til et fremtidsværksted for de ni netværksgrupper, der skal arbejde med friluftspolitikken. Der vil være et netværk for hvert af de 8 friluftspolitiske pejlemærker og ét for temaet Viden. Netværkene skal udvikle og indsamle idéer og forslag til konkrete projekter, der kan give pejlemærkerne liv og føre dem ud i virkeligheden.

**Efterår 2013: Idékatalog** Alle netværkenes forslag bliver samlet i et idékatalog til miljøministeren, hvorefter netværkenes arbejde er slut. Der er afsat mere end 15 mio. kr. til at virkeliggøre udvalgte idéer. Derudover vil også Miljøministeriets naturområder kunne bruges som laboratorium for afprøvning af konkrete udvalgte forslag fra idékataloget.

**Vinter 2013/2014:** En friluftspolitisk redegørelse De friluftspolitiske pejlemærker, netværkenes forslag og nye forskningsresultater vil blive fremlagt for Folketinget som Danmarks første nationale friluftspolitik - en friluftspolitisk redegørelse.

#### Afrunding

Det bliver spændende at følge arbejdet og se hvad det leder frem til. Ida Auken lagde ikke skjul på at grøn vækst og arbejdspladser gerne skulle være vigtige effekter af arbejdet. Miljøministerens målsætning om at lave politik gennem inddragelse af interessenter på området bliver forhåbentlig en ny tendens. På workshoppen i november var det tydeligt at mærke den interesse og energi der var i at være så mange samlet med interesse i feltet, og som Ida indledte med at sige, »lad os slippe hestene løs, men lad jeres kæphest som I sikkert alle har med i lommen, blive i lommen.« Om det lykkes at slippe de store visioner løs og lande dem til nationalt fælles bedste, det bliver spændende at følge.



# FRILUFTSPROFILEN

Af Knud Erik Nielsen, pædagog og friluftvejleder, [www.boernogudeliv.dk](http://www.boernogudeliv.dk),  
[boernogudeliv@gmail.com](mailto:boernogudeliv@gmail.com)

På en forårsdag i 2010 besluttede vise kvinder og mænd at lukke den skole, hvor jeg i ti år havde dyrket min og mange børns interesse indenfor udeaktiviteter, primært i stedets Naturfritter. I den forbindelse var jeg en af dem, som blev i overskud - en rigtig træls situation i en tid med nedskæringer og besparelser på det pædagogiske område. En mulighed kunne være at stille op i køen af jobsøgende pædagoger med en vis 'risiko' for, for det første at gå arbejdsløs i en meget lang periode, for det andet at være nødt til at tage imod et tilbud som 'indepædagog' - al respekt for det arbejde, men det er bare ikke mig. I stedet valgte jeg en ny og ukendt vej: At forfølge drømmen om at leve af friluftsliv.

## En 'freelancer' springer ud

Med i bagagen havde jeg en baggrund som håndværker, 30 år som pædagog, mange års erfaring med udeliv samt en friluftvejlederdannelse. Min umiddelbare tanke var et projekt tilknyttet en institution eller organisation, hvor jeg i en konsulentrolle kunne komme rundt og opkvalificere friluftsliv og udendørsaktiviteter. Viljen var mærkbar hos mulige samarbejdspartnere, men en vigtig faktor manglede - finansieringen. I en tid hvor den så omtalte finanskrisen rasede og havde gjort det et stykke tid, syntes det umuligt at finde midlerne til et sådant projekt. Der var ikke andet for end at forsøge at stå på egne freelance-ben.

Første skridt ad den sti var opsøgende arbejde. Jeg granskede mit netværk, kontaktede institutioner, uddannelsessteder og skoler. Egne kompetencer skulle sælges i kampen om at skabe jobbet - hvad kunne jeg tilbyde og hvordan kunne jeg være interessant for det pågældende sted? En kunst som kan være svær at mestre, når man som jeg ikke tidligere har beskæftiget sig med emner som selvpromovering og branding. Utrolig mange foldere samt henvisninger til egen hjemmeside blev delt ud - de fleste uden respons, men af og til var der nogle, som bed på krogen. Institutioner ønskede aktivitets- og oplevelsesdage, men også inspiration og vejledning til bedst muligt at udnytte deres udeområder.

Jeg har vinket farvel til nedskæringer og afflysninger, for få ressourcer til 'det sjove', men også til det faste fællesskab med kollegaer, børn og forældre, fast indtægt samt faste arbejdstider. Til gengæld er muligheden opstået for nye og spændende udfordringer og mennesker, glade og forventningsfulde kunder og chancen for at skabe julelys i andres øjne, når fx det frygtede bøgetræ bliver besejret.

## En vifte af spændende udfordringer

Her sidder jeg så tre år efter, jeg fik den kedelige fyreseddel i hånden og gør årsskiftestatus. I kalenderåret 2012 har jeg haft godt 30 forskellige arbejdsgivere - nogle for enkelte timer, andre mange timer og gange. Den primære aktivitet har været med seler og reb; træklatring, tovbroer i forskellige højder, kæmpegynger, rappelling m.m. Når jeg tænker over det, så må jeg efterhånden have trukket mange kilometer reb. Her har især børnehaver, SFO'er, døgninstitutioner og efterskoler været interesserede, hvor både børn, unge og voksne har fået udfordring, gys og velfortjente sejre. Mine kompetencer indenfor klatring bruges også, når jeg som instruktør underviser på forskellige niveauer af træklatrekurser. Derudover er jeg tilknyttet et par eventfirmaer samt DGI Karpenhøj, hvor aktiviteter omhandlende klatring ofte indgår, men også diverse samarbejdsopgaver og andre oplevelser. Heldigvis rummer udelivet jo så mange muligheder, hvilket givet betyder, at mine arbejdsopgaver og arbejdsformer er meget alsidige. Jeg arrangerer aktivitetslejre med overnatning, lejrlev og bålmad, skattejagt, udforskning af naturens kryb og kravl og konkurrence ved brug af GPS'er, men også forskellige former for aktiviteter med håndværk, snitning og smedning. Af og til underviser jeg dagplejere, PAU-studerende og pædagogstuderende i udelivets mange muligheder og oplevelser, jeg er vikar i et par institutioner med meget udeliv og nogle pædagogstuderende har mødt mig som den forhåbentligt retfærdige censor.

## Et energi-boostende job

Man må jo desværre sande, at vi befinder os i en tid



Foto: Knud Erik Nielsen

med mange besparelser. Her står aktiviteter og tid til fordybelse i naturen tit for skud. Uanset klicheværdien i følgende, så føler jeg mig utrolig privilegeret. Tænk sig at få mulighed for at give børn og unge nogle af de oplevelser, som ellers har en tendens til at blive skåret væk. De møder udfordringer, får oplevelser, som skaber glæde, sejre og nyvunden selvtillid. Og der står jeg og kan se begejstringen og stoltheden hos hver enkelt

- en større motivation til selv at engagere sig endnu mere findes vist ikke. Jeg står og går stadig på mine freelance-ben. Indtil videre har det ført til en masse fantastiske oplevelser. Citatet »Der er noget godt i alting« er vel på sin vis meget sigende. Var jeg ikke dengang blevet fyret, havde jeg nok ikke turdet tage springet ud i et nyt eventyr.



# HOT OR NOT

Af Martin Johnsen, ansvarshavende redaktør, Dansk Friluftsliv, mbjohnsen@gmail.com

Hot	Not
<b>Naturliv</b>	
Det lugter måske af uld, 80'er friluftsliv og noget fra en svunden tid. Men naturliv er totalt hot! Det er da super hot at medbringe fx rejehov, fiskestang eller UV-jagtudstyr på kajakturen, så man kan supplere sin turmad med frisk fisk, rejer, muslinger, tang etc.	Der er absolut intet 'not' ved det - men det er selvfølgelig en 'notter', at tage/fange mere end til eget forbrug på turen
<b>Den demokratiske natur</b>	
Det er hot - eller bare fedt - at ro en tur langs kysten i havkajak og se den folkelige demokratiske natur, vi har i Danmark udfolde sig. På en strækning over 2-3 km ser man både familier på stranden, lystfiskere og fritidsfiskere, folk i havkajak og turkajak, ryttere på hest, ornitologer, børn der flyver med drage, paraglider og mange andre...	Det er selvfølgelig ikke i orden at være konfliktskaber. Man ska' sgu snakke sammen! I dialogen mødes mange mennesker - snak med 'de andre', du risikerer jo, at det er flinke mennesker!
<b>Friluftsliv for min egen skyld</b>	
Der findes, i min verden, ikke noget bedre end turen - på kanotur, i havkajak eller på turski. Miljøskiftet, den friske luft, den fysiske aktivitet, naturoplevelserne, nærværet til sig selv, sine turkammerater og til naturen. Det er totaloplevelsen!	Ja, der er vist ikke så meget at sige, andet end at det sker alt for sjældent - og det er totalt not hot!
<b>Opmærksomhed</b>	
Vores danske natur er fyldt med fantastiske oplevelser - oplevelser vi kan tage med os i bagagen, hvis vi er opmærksomme på dem. Nogen gange ser vi ikke skoven for bare træer. Stop op en gang imellem - fx i kajakken og iagttag livet på det lave vand eller smid jer ned i skovbunden og iagttag livet under bladlaget eller i en væltet rådden træstub. Der er forskel på at se og iagttage, at mærke og føle, at høre og lytte... Prøv en gang.	Øv dig i at rette din og din turkammerats opmærksomhed i naturen - imod alt det du måske ikke er vant til. Det ville da være en not-oplevelse, hvis du ikke så alt det spændende mangfoldige liv, der er derude.
<b>Årstiderne</b>	
Det er hot at bo i et land, hvor årstiden skifter så markant som herhjemme. Til hver sæson hører forskellige friluftaktiviteter - havørredfiskeri, skitur på golfbanen, træklatring i nyudsprunget bøgetræ, svampetur og meget andet!	Der findes ikke dårligt vejr, trælse årstider eller friluftsoff-session - kun mangel på kreativ ud-af-boksen-tænkning.

# UGLEGYLP - ER DU DUS MED HIMLENS STJERNER?

Af Jens Reddersen, biolog, naturvejleder og wanna-be astronomi-formidler på DGI Karpenhøj Natur- og Friluftscener på Mols

En lang og slidsom dag på tur er slut. Lejren er sat, de sidste pastarester skrabet op. Mætte, varme og tilfredse, sidder man ved lejrålet, nogen i soveposer. Over dig breder nattehimmelen sig. Man kan være tavs længe og bare stirre ind i bål eller stjerner.

## Stjerneformidling - støj i nattens ro?

Der er tider, hvor formidling og fortælling bare er forstyrrelse af en rig og talende tavshed. Omvendt kan en fortælling omkring bålet, på en nattevandring eller natsejls også være en god oplevelse - en udvidelse af dine turfællers oplevelse? Så ku' man jo fortælle nogle af de gamle græske gude- og heltesagn, hvor stjernebilleder som Perseus, Cassiopeia og Andromeda indgår. Men helt 'kedelige' fortællinger med astronomiske fakta er faktisk også egnede som fortællinger, da de er så grænseoverskridende anderledes. Jeg er ganske vist naturhistoriker (biolog) men ikke astronom - mine historier har jeg bare læst på Wiki og kan huske dem, fordi de er gode, og fordi jeg bruger dem. Tag nu et af vinterens dominerende stjernebilleder, jægeren Orion. Den kan alle lære at finde og kende. Check eventuelt hvor den står hvornår, ved hjælp af et gammeldags stjernehjul af pap, på [www.tycho.dk](http://www.tycho.dk) eller et af de moderne smartphone-apps (Stellarium, m.m.). Der er ca. 10 markante stjerner i Orion - i midten de 3 i hans bælte, foruden de 2 fødder, foroven de 2 skuldre, fra bæltet skrån ned mod venstre ca. 3 stjerner i sværdet.

## Stjerner farver siger alt

Orion rummer to af stjernehimlens mest lysende stjerner, henholdsvis nr. 7 og 8, Rigel og Betelgeuse. Ser du godt efter, kan du se, at deres farve adskiller sig fra den almindelige lysegule stjernefarve. Mens Rigel er skarpt blåhvid, er Betelgeuse klart rødgul - lidt ligesom planeten Mars. Alt hvad astronomer ved om stjerner (fx størrelse, afstand, type, alder, sammensætning, bevægelseshastighed og -retning) ved de alene ud fra at analysere deres lys. Rigels blåhvide farve betyder, at den har en meget høj overflade-temperatur, Betelgeuses røde farve at den har en ret lav temperatur.

## Er 640 lysår tæt på?

Betelgeuse (den rødlige venstre skulder) og Rigel (den blåhvide højre fod) lyser stærkt, fordi de er ret tæt på - kun hhv. ca. 640 og 770 lysår (ly) borte. Solens (og vores) nærmeste nabostjerne er Alpha-Centaurii, som kun er 4.2 ly borte. 'Kun' er jo lidt absurd her, for da lyset bevæger sig med 300.000 km i sekundet, er 4.2 ly den afstand, som lyset når - med den sindssyge fart - på 4.2 år! Vores Sol er 150 mio. km væk, dens lys når os på blot 8 minutter. Men 'kun' 640 ly er alligevel ok. For bare vores egen galakse, Mælkevejen, er blot én af flere milliarder galakser. Og alene Mælkevejen rummer 200 mia. stjerner og er 100.000 ly i diameter og 1000 ly tyk.

På en måde er det jo bare kedelige opremninger af døde tal. Men sagt på den stilfærdige undrende måde, siddende i mørke op ad en bar duftende granstamme eller fra en god sovepose - kan tallene blive en fælles undren og næsten gysen over det ufattelige rum, vi har over os. Vi ser på stjernerne, og de er ufattelige nok. Men det er den enorme mængde af tomt mørkt rum imellem stjernerne, og afstandene imellem dem, der er det virkelig ufattelige og fascinerende. "Ud i rummet" siger vi - ja det tør svagt antydes!

## Små stjerner brænder længe, store kort

Vi kigger på Betelgeuse. Det gør astronomerne også. Den varierer nemlig ret meget i lysstyrke i en 5-6 årig cyklus. Samtidig er det en meget stor stjerne - en såkaldt 'variabel rød supergigant' - ca. 10-20 gange tungere end vores sol. Vi skal være meget glade for vores sol. For stjerner lyser via atomkerneprocesser - ikke kernespaltning som i vores kernekraftværker, men i kernefusion. Og her brænder en 20 gange tungere stjerne ikke 20 gange længere. Lige tværtimod. Tunge store stjerner har enorme tyngdekrafter, som tvinger atomkernerne sammen og speeder kernefusionerne op - mens mindre stjerner brænder mere stille og længe. Mens vores rare lille sol allerede har eksisteret og lyst i 4,5 mia. år og kan brænde ca. lige så længe endnu

(det bliver ikke solens ophør, der slutter menneskets verden), så er den store Betelgeuse kun ca. 10 millioner år gammel, og den er ved at slutte sit liv.

### Hvis Betelgeuse bliver en supernova

Astronomerne anser Betelgeuse - pga. dens temperatur, dens store størrelse og det variable lys - for at være nær sit endeligt. Og 'variable røde supergiganter' slutter deres liv med manér. Den fiser ikke bare ud à la 'Nåh, der er sgu ikke mere olie på tranlampen. Vi lukker. Ses på Cassiopeia, amigos!' I stedet accelererer tyngdekraften og presser al massen sammen på meget lidt plads, den 'imploderer' indtil det ubærlige - og eksploderer så i en ufattelig eksplosion - en såkaldt 'supernova'. Den vil da i 2-3 måneder lyse stærkere end fuldmånen og kunne ses om dagen. Derefter vil den svinde ind til noget, vi ikke kan se med øjet, og Orion vil have mistet sin venstre skulder. Astronomerne siger, at det nok vil ske 'inden så længe'. I et univers, der har eksisteret i 14,5 mia. år, er 'snart' dog ikke på næste torsdag. De siger 'inden for de næste nogle tusind år,

måske mere'. Det er jo lidt skuffende, men de siger dog ikke, at det absolut ikke sker i overmorgen.

### Valdemar Atterdag lukker og slukker

Og krøllen på den historie er så, at nok er Betelgeuse en af vore nabostjerner. Men afstanden på 640 ly betyder dog, at hvis vi så sidder en aften og ser supernovaen flamme op - så ser vi det nok nu. Men på grund af 'lysets tøven' (som Ole Rømer, som den første beskrev det) - en snøvfart på 300.000 km/s - så vil den eksplosion, vi ser, være sket ca. i år 1325 - altså ca. på Valdemar Atterdags tid. Så deet....

Hvis du så har timet din natte-lejrtur til en af de faste årlige meteorsværme (se mere på [www.tycho.dk](http://www.tycho.dk)), så kan det jo være, at din fortælling ku' rundes af med lidt asteroide-fyrværkeri med tilhørende ønsker (må ikke røbes!). Men så er det også sengetid. Saml bålet til natten. Ned i posen og godnat!

Foto: DGI Karpenhøj

# TURBERETNING

Af Lars Lauridsen, webmaster Dansk Friluftsliv, [lauridsenlars@gmail.com](mailto:lauridsenlars@gmail.com)

.....

Her følger en beretning om vores tur til norske Lofoten i sommeren 2008. En tur vi brugte lidt tid på at planlægge, og en tur vi husker for godt vejr og gode oplevelser, dels med rygsæk, og dels i kajak. Vi kørte derop i vores daværende Fiat Punto og havde pakket den godt med grej til godt 12 dages tur.

*Første dag* var primært transportstykke for at komme et stykke op i Norge. Vi besluttede dog at køre ad rute 35 mod Hønefoss og Gjøvik frem for E18 til Oslo og derfra E6, og det betød masser af fin natur, men knap så mange kilometer. Ved frokosttid kørte vi væk fra vejen, fandt en fin strand og fik en frisk dukkert. Vi endte i Dombås, hvor vi overnattede på en fin campingplads med udsigt over byen. Vi fik handlet ind til næste dag, købt kort over Dovrefjell og gik tidligt i seng.

*Anden dag* stod vi tidligt op og efter morgenmaden kørte vi til Kongsvoll og pakkede vores rygsække. Vi stillede bilen ved fjeldstuen og vandrede indover fjeldet til Reinheim og nogle hundrede meter højere op derfra. Benene var gode og vi endte ved den flotte lille fjeldsø 'Fisketjørn' i 1518 meters højde. Maden blev lavet og benene trængte til god hvile til næste dags toptur til Snøhetta. Søen var fuld af fjeldørreder, men fordi temperaturen året igennem ikke er særlig høj, bliver fiskene desværre ikke så store. Men en lille fin en blev det da til.

*Tredje dag* var et af turens højdepunkter, da turen her gik til Snøhetta i 2286 meters højde. Dette er den højeste top udenfor Jotunheimen og kræver ikke andet end god balance og gode ben for at bestige. Vi pakkede en rygsæk med madpakker, termokande og kaffe, lidt ekstra tøj, kamera og ikke mindst noget chokolade og gik fra lejren omkring kl. 8.30. Det første stykke var et fladt område med masser af små bække der løb fra sneområderne på Snøhetta. Vi fandt stien, der skulle lede os mod toppen og fulgte den hele vejen. Ruten er markeret med en blanding af røde T'er, varder og metalpæle, så det var meget nemt at finde vej. Det meste af vejen går man på store stenblokke og ind i mellem må man krydse partier med sne. Der ligger en militær

radarstation på toppen og man kan høre en svag brummen fra dieselgeneratoren. Imponerende sted at bygge en bygning af den størrelse, men omvendt også lidt en skam at beklæde en top af den slags med en bygning. Vi var de første på toppen den dag og havde vejret med os. Solen skinnede fra en skyfri himmel og der var næsten vindstille. Vi havde en god halv time alene på toppen inden de næste ankom og vi besluttede at gå ned mod lejren umiddelbart efter. Der er to hovedruter til toppen. Den ene kommer fra Reinheim, hvilket betyder at man må bruge en overnatning eller to på fjeldet for at nå toppen, og den anden kommer fra Snøheim. Vælger man ruten fra Snøheim kan man køre ind til foden til Snøhetta og tage topturen som en dagstur. På vores vej ned mødte vi rigtig mange på vej op. Da vi kom tilbage til lejren tog vi et hurtigt (meget hurtigt) bad i søen og pakkede derefter vores rygsække. Vi havde snakket om at hvis vi kom ned i nogenlunde god tid, ville vi begive os tilbage mod Kongsvold. Som tænkt så gjort og ved Reinheim aftalte vi at gå videre. Klokken var omkring 16 og benene var begyndt at blive en smule trætte. Mens vi gik, blev det overskyet og det begyndte at regne og regnen fulgte os et godt stykke af vejen. 1½ times gang fra Reinheim ligger to søer og en hytte og her tog vi et rast og lavede vores aftensmad. Vi snakkede om hvorvidt vi skulle overnatte på fjeldet eller nå bilen, og vi aftalte, at vi ville se, hvor langt benene gad at gå og så sætte teltet op. Benene ville åbenbart gå langt, for vi endte ved bilen. Vi havde da gået 28 km i ret krævende terræn, og benene og fødderne var glade da vi skiftede til sandaler. Vi smed taskerne ind i bilen og kørte til Magalaupa Camping, hvor vi fik et velfortjent bad og gik lige i posen. Turen fra Kongsvoll til Magalaupa er en fantastisk flot tur ned gennem dalene fra Dovrefjell. Vi kørte 24 km, og vandrede 28 km.

*Fjerde dag* var et rent transportstykke. Vi sov lidt længere (til kl. 9.30) og kørte gennem Oppdal, videre på E6 mod Trondhjem. Efter Steinkjer kørte vi ind på RV17 mod Mo i Rana. RV17 er en fantastisk smuk strækning og derfor var farten lav og nydelsen stor. Vej-



en følger fjordene helt ude på den norske vestkyst og synet af det klare turkis-blå hav og de høje spidse fjelde, der næsten synes flottere for hvert sving, er ubeskrivelig. Undervejs er der små færgeruter, der forbinder små øer eller krydser dybe fjorde. Vi overnattede ved Flåtbrua camping. Her var som navnet ellers kunne antyde ingen flåter, men til gengæld var der mange myg.

*Femte dag* var den dag vi kørte længst på turen mod nord. I alt 580 km blev det til. Det lyder ikke af meget, men taget i betragtning at vi kørte på RV17 og E6 samt at vejene i Norge ikke kan sammenlignes med en motorvej, var det faktisk meget godt. RV17 er kyststrækningen der går på vestsiden af Norge. Vejen er rigtig flot og der er mange flotte dale, fjorde og fjelde undervejs. En anbefalelsesværdig rute hvis man har rigelig med tid. Det havde vi ikke helt og derfor valgte vi efter den første færge - fra Solstad til Vennesund - at returnere til E6 via 76 syd for Brønnøysund. Turen gik videre over Mo i Rana til Saltstraumen. Vi kørte af på 812 syd for Rognan. Saltstraumen er en indsnævring af fjorden og derfor en meget stærk tidevandsstrøm som hver 6. time skifter vandet retning fra fjord til hav og omvendt. Imponerende at se så store vandmængder fosse gennem et smalt stræde på godt 150 meter. Vi overnattede på Saltstraumen Camping og kunne herfra gå ned og se på tidevandsstrømmen. Selvsagt var der mange mennesker på pladsen, da den jo lå centralt både i forhold til tidevandsstrømmen og Bodø.

*Sjette dag* var dagen hvor vi endelig skulle med færgen til Lofoten. Vi sejlede kl. 15 og brugte dagen i Bodø på at se lidt på byen og finde et sted med trådløst netværk. Det blæste en del da vi sejlede, og vi snakkede om, hvorledes vejret ville arte sig de næste par dage, når vi skulle ud at vandre og i kajak. Vi overnattede i Å på Å camping og flottede os med en hytte med lille køkken og en seng. Det var ganske godt at komme indenfor og vi nød at have vand i hanen og strøm i stikkontakten. Kørte 39 km.

*Syvende dag* var planen at gå en dagstur fra Å til Stokkvik. Turen var en vandretur, hvor vi skulle følge søen indtil en høj kam på omtrent 400 højdemeter. Vi startede med at følge en forkert sti og endte på midten af et andet fjeld, hvor vi måtte indse, at vi var gået forkert og returnerede derfor til søen. Her fandt vi hurtigt den rigtige sti, og den fulgte vi resten af vejen. Turen op til toppen af Stokkvik var hård og solen varmede os godt i nakken. På toppen af kammen, efter tre timers

vandring, blev vi enige om, at vi ville vende om og gå tilbage. Turen var allerede blevet forlænget og at gå 400 højdemeter ned for senere at skulle tage dem opad igen var benene ikke til denne dag. Da vi nåede bilen kørte vi til Ramberg og overnattede på campingpladsen. Denne ligger lige ved siden af den smukkeste strand med turkis vand og meget fint sand. Stranden kunne fint være placeret under sydlige himmelstrøg, men da ville vandtemperaturen nok have været noget højere.

*Ottende dag* kørte vi fra Ramberg til Nussfjord. Vi havde fået at vide, at man her kunne leje kajaker og efter et bekræftende telefonopkald tog vi af sted. Nussfjord er et lille fiskevær med lang tradition og man betaler 50 kr. for at komme ind i byen. By og by er så meget sagt, men det skal ses på samme måde som Den gamle by i Aarhus, og derfor betales éntre for at komme ind. Vi fik lejet fine kajaker til 450 kr. stykket og efter pakning og omklædning tog vi af sted. Første plan var at ro en tur i fjorden, men da den var ganske lille valgte vi at ro ud og ned langs kysten. Gårsdagens vind gav os nogle fine dønninger men i højt solskin og lidt vind var det ikke det store problem. Vi roede ned til Skjelfjorden, et lille stykke ind i fjorden, krydsede over til øen Kunna og videre til den lille by Sund. Da vi kom ind i Skjelfjorden lagde bølgerne sig og der var overskud til billeder og en kiks. I Sund spiste vi vores medbragte mad, og da vi igen var klar til hjemturen gik vi tilbage til kajakerne. Da vi ankom til havnen lagde vi kajakerne op på land, men da vi kom tilbage fra frokost var kajakerne flydende. På en god halv time var niveauet i havnen steget ca. 40 cm. Vi valgte at tage samme vej tilbage og til vores overraskelse havde vinden lagt sig og dønningerne var væk. På nærmest fladt vand gik det tilbage til Nussfjord. Vi havde på vejen set flere store stimer af fisk springe i overfladen og grunden til dette fandt vi pludselig ud af da min kæreste sagde: »Se!« Og lige foran os var en stor sæl i gang med at jage, og den var oppe et par gange og se hvad det var for to kajakroere, der kom sejlede. Jeg har flere gange mødt sæler på kajakture, men denne var stor og den var så stor at vi troede at det var en søløve vi havde set. Det var vi også sikre på indtil vi fandt ud af at de slet ikke fandtes på Lofoten. Vi roede 24 km på omkring 5 timer og 20 minutter. Vi fik afleveret kajaker og pakkede igen bilen og kørte af sted til Storfjord camping.

*Niende dag* kørte vi mod Svolvær og Kabelvåg i håb

om endnu en kajaktur. Vi havde fra nettet viden om at Lofotenaktiv.no udlejede kajaker og solgte guide-ture. Vi havde flere ønsker for oplevelser i Svolvær, blandt andet en sejltur til Trollfjorden og en tur i Lofoten akvariet. Vi ankom til Svolvær, fandt turistinformation på torvet og spurgte efter mulighed for kajak. Desværre var der ikke flere pladser på deres ture den næste uge, og vi lagde derfor nye planer. Først en tur i Lofotakvariet, hvor vi så sælerne og odderne blive fodret. En fin men ikke prangende oplevelse. Herefter en hurtig frokost på molen i Kabelvåg og så igen tilbage til Svolvær og en tur med båd til Trollfjorden. Solen skinnede igen fra en skyfri himmel, og kvinderne blev godt røde undervejs. Inden vi nåede Trollfjorden skulle der samles en flok turister op fra Hurtigruten, der sejler mellem Bergen og Kirkenes. Videre gik turen mod Trollfjorden. Fjorden er ca. 80 m bred og 2,5 km lang omgivet af fjelde på op mod 1000 meter. En flot oplevelse at sejle ind i fjorden foran den noget større færge og se den vende derinde. På vej tilbage mod Svolvær skulle der ledes efter ørne. Der bor 25 ørne i fjeldene omkring Trollfjorden. For at lokke ørnene frem fodrede to ansatte på båden mågerne med brød. Det bevirkede at der i flere kilometer fløj massevis af kæmpe måger omkring skibet og i bogstaveligste forstand spiste brødet fra hænderne. Mågerne skulle signalere 'her er fisk' til ørnene, der så gerne skulle komme frem og dykke efter fiskene. Og vi sejlede og fodrede mågerne det bedste vi havde lært... der skete bare ingenting... men så pludselig, efter vi vist alle var blevet godt kolde og havde opgivet at få ørne at se, var den første der. Kredsede oppe i luften over båden, et fantastisk vingefang, og så pludselig et hurtigt dyk ned efter fisk, kun få meter fra båden. Det var flot at se dette store prægtige dyr tæt på og scenariet gentog sig flere gange med forskellige ørne. Et godt eksempel på en stigende kommercialisering af naturoplevelser. Tilbage i Svolvær skulle der igen varme i tærne og vi gav ønsket om endnu en kajaktur en sidste chance, dog uden held. Vi kørte i stedet mod Sandvika Camping, ca. 5 km syd for Svolvær hvor vi ville overnatte. Det var igen blevet halvsent, og da vi kom frem var synet, der mødte os alt andet end vi ønskede at se. Den ene tyske autocamper efter den anden på rad og række, så vi vendte punto'en og kørte tilbage til Kabelvåg, hvor vi lejede et værelse i et hus et par kilometer uden for byen, men med havudsigt og fin terrasse ud til en lille havn, hvor vi fik tændt op i grillen og spist vores aftensmad.

*Tiende dag* trængte vi til lidt stabilitet og mindre kørsel, så vi kiggede på kortet og holdt det op imod hvor mange dage vi havde tilbage. Vi ville gerne, inden turen igen gik hjem en tur omkring Bø, hvor jeg har boet i 2 år. Så det krævede et par dage til aktiviteter i Bø samt et par dage til at køre sydpå igen. Eftersom vi gerne ville slippe for at køre meget mere inden vi skulle sydpå besluttede vi os for blot at køre en anelse nordpå fra Svolvær og blive på Austvågøya. De resterende nordliggende øer på Lofoten må vi have til gode til en anden god gang. Efter et godt kik på kortet fandt vi en campingplads i et område hvor vi både kunne finde vandreruter og hav. Og af sted gik det. Vi kom midt på formiddagen til campingpladsen Sandsletta, der dog så os noget øde ud, selvom der var en masse nyt byggeri i gang. Vi gik indenfor i receptionen og blev der mødt af to fnisende svenskere, der viste sig at være virkelig hjælpsomme. De havde lige en enkelt hytte tilbage til det rene ingenting af hvad vi tidligere havde betalt, så vi slog efter ganske få overvejelser til, og kunne nu se frem til to nætter med tag over hovedet. Vi forhørte os om vandreruter i området og fik anbefalet en dagstur til toppen af Matmora, 783 m.o.h, som den ene receptionist havde gået dagen forinden. Vi tænkte også at vi liiiige kunne prøve at høre om der tilfældigvis skulle være mulighed for lidt kajak, og sørme om ikke det unge par i løbet af få timer havde arrangeret at vi dagen efter kunne låne ejerne af campingpladsens private kajaker, for 50 kr. pr. kajak. Hvor var vi godt tilfredse med vores valg den formiddag.

Efter indkvartering besluttede vi os for at tage turen mod toppen af Matmora. Vi kørte et par kilometer længere ud af vejen i bil og fandt på nordsiden af vejen en lille parkeringsplads for foden af fjeldet. Af sted gik det nu med madpakker og godt humør. Vi havde fået turen beskrevet af den unge fyr på campingpladsen og det skulle være let at finde stien mod toppen. De første kilometer gik det op ad den første fjeldside i zig-zag og med gradvis stigende fantastisk udsigt ud over Vatnfjorden og flotte fjeldtoppe. Første etape gik op mod en sø hvor vi her skulle finde sporene fra en gammel jernbane og gå højre om disse spor. Vi var måske lidt for forhippede på at komme helt til søen, i hvert fald lykkedes det os igen i løbet af turen at finde vores egen sti frem for den allerede trådte sti. Det blev til mere end blot vandring den dag, da også store sten skulle kravlede forceres. Men efter et par timers vandring og kravlen, kom toppen nærmere. De sidste 100 meter mod toppen bestod også af disse store klippestykker der var som kastet fra himlen og det tog





Foto: Kristian Dueholm Jessen

tid at komme det sidste stykke op. På toppen mødte vi gruppen af mennesker vi havde set tidligere på dagen. De skulle gå videre over kammen og ned ved kysten ved Grunnfør-fjorden. Vores plan var at gå ned den samme vej som vi kom op, da den anden rute krævede at vi blev hentet eller på anden måde kunne komme retur til bilen. Der var smukt på toppen. Sneklædte toppe og hav så langt øjet rakte. Det var helt klart vejr da vi ankom til toppen, men i løbet af kort tid kom den ene store sky efter den anden rullende over toppen. Vi spiste vores madpakker på toppen og begyndte at gå ned igen. Vi fandt efter kort tid den egentlige rute og det tog os ikke lang tid før vi igen var nede omkring søen med får gående omkring os. Vi måtte gøre flere stop på turen ned for at beundre de mange muldebær, og spise et par stykker. Vel nede igen kørte vi en tur til Laukvika for at rekognoscere området. Det var et underligt øde område og vi talte meget om de mennesker, der boede så langt ude, hvor de arbejdede og hvordan de fik hverdagen til at hænge sammen. Tilbage igen i vores lille hytte blev der efter et godt bad lavet en fantastisk pasta bolognese og set en lille film på computeren. Lidt luksus skulle der være plads til.

*Den elvte dag* vågnede vi op og var spændte på at se hvilke kajakker, der ventede os. Vi fik alt gjort klar, madpakken smurt og termokanden fyldt. Vi gik ned til campingpladsens lille strand, hvor kajakkerne lå og jeg må da indrømme at jeg tænkte mit da jeg så dem. Det var ikke den bedste kvalitet og meget korte. Men ud i kajakkerne kom vi. Kæresten var en smule irriteret over den pludselig manglende evne til at styre og korrigerer kajakken. Og vinden drillede også så dagens mål for turen blev korrigeret og vi tog os en mindre tur på et par timer. Det blev desværre ikke helt den fornøjelse vi havde drømt om og vi var noget skuffede.

Det var fantastisk så hjælpsomme og venlige personalet på campingpladsen havde været med at låne os kajakkerne så vi var næsten en smule flove over at vende tilbage så hurtigt.

Frokosten blev spist hjemme og vi besluttede at køre en tur ud i det blå, rundt om den nordlige del af Austvigøya. Fra Campingpladsen til Vestpollen, til Laupstad og videre mod Fiskebøl hvor vi lige tog en afstikker gennem tunnelen og tilbage igen - vi elskede de tunneller. Forbi Fiskebøl hvor færgen går til Melbu og videre rundt langs kysten, til Morfjorden, Sanden, Grunnfør, Gjersvoll og igen tilbage til Sandsletta. En rigtig fin tur rundt i et meget øde område.

*Den tolvte dag* pakkede vi sammen og begyndte at forberede os på at forlade Lofoten. Vi skulle sejle fra Svolvær til Skutvik først på eftermiddagen, men ville inden afgang lige nå en lille vandretur mere. Det blev mod toppen af Kvittinden, der ligger lige syd for Vestpollen. Det blev en fin tur, hvor vi fik lavet vores helt egen rute og derfor ikke helt nåede toppen, da vi jo også havde en færgen at nå. Vi siger det ikke til nogen, men det var et helt utroligt muldebær-område.

Vi nåede færgen og sejlede i smukt vejr fra Lofoten. Det var lidt mærkeligt at alt det vi nu havde snakket om at skulle opleve så længe nu pludselig lå bag os. Resten af turen fortaber sig bag rattet i Puntoen, og et besøg i byen Bø, hvor jeg læste friluftsliv fra 2004-2006. Det blev til et kærligt gensyn med et par vante småture til blandt andet Gyrestolen og en tur langs Bø-elven inden vi igen måtte køre mod færgen i Langesund. Her kunne vi lade turen bundfælde lidt og glæde os over gode oplevelser sammen inden hverdagens små sysler med studie og arbejde igen blev hverdag.

# TURTIPS

Af Martin Johnsen, ansvarshavende redaktør, Dansk Friluftsliv, [mbjohnsen@gmail.com](mailto:mbjohnsen@gmail.com)

## Turlommefilm

Denne omgang af turtips skal handle om, nu bladets tema er teknologi og friluftsliv, hvordan man rimelig nemt kan forevige sine friluftsture i levende billeder gennem produktion af en turlommefilm. Konceptet er meget enkelt - optag filmstykker undervejs på turen med din mobil/kamera, rediger klippene når du kommer hjem til PC'en, læg noget lækkert stemningsfyldt musik henover og vupti - så er der film til friluftsfolket! Lommefilm er fantastisk til at videndele med de kammerater, som ikke var med på turen, eller måske kan det bruges til at få konen til at forstå, hvorfor vi gang på gang vil sove i sneen, lugte af røg eller rulle rundt i saltvand i kajakken...

## Om lommefilm

Wulffmorgenthaler har lavet en trailer for lommefilm ([www.lommefilm.dk](http://www.lommefilm.dk)), der arbejder med vinkler, perspektiver og fortælleteknik m.m.: <http://www.youtube.com/watch?v=0MYd2mf9Y-M>

Lad mig kort gennemgå de enkelte faser i produktionen af en lommefilm (se <http://www.lommefilm.dk/kanaler/faste-kanaler/undervisning>)

### 1) Forberedelse

Tænk over en vinkel eller tema på filmen. Tænk gerne i dogmeregler. Det tilrådes at man laver et storyboard (<http://www.lommefilm.dk/media/9979/storyboard.pdf>), men det kan være svært at gøre inden en friluftstur. Jeg har selv gode erfaringer med at filme hist og her og så få et godt resultat.

### 2) Optagelse

Følgende råd findes på [www.lommefilm.dk](http://www.lommefilm.dk): Lydtest. Lyden er mobiltelefonens største udfordring. Tjek dit kamera og find ud af hvor mikrofonen sidder og hvordan den virker. Lav forskellige lydtest. Vi friluftsfolk kan med fordel dække mikrofonen med vat, så lyden af blæsten ikke går direkte i mobiltelefonen.



Foto: Martin Johnsen



Foto: Knud Erik Nielsen

# TURMAD

Af Martin Johnsen, ansvarshavende redaktør, Dansk Friluftsliv, [mbjohnsen@gmail.com](mailto:mbjohnsen@gmail.com)

Foto: Martin Johnsen

## Trangiasæt som rygeovn

*Dagens ret: Varmrøget laks og muslinger med tomat-confit og spidskål*

For efterhånden mange år siden var jeg på et af havkajaksamrådets seminarer – et havkajaksurf-seminar i Klitmøller. Det var super fedt - selvfølgelig var det det. Men jeg husker i særdeleshed også den mad, vi tilberedte på trangiasæt om aftenen under kyndig vejledning af en kok, som arbejdede på en højskole (jeg husker desværre hverken navn eller skole - beklager).

Klar i min erindring står forretten - det var fedt lige at transformere sit trangiasæt til en varmrøgeovn. Og det var overhovedet ikke svært - og så var der oven i købet ingen rengøring bagefter! Bonus var også at retten ikke tog, i al beskedenhed, mere end 15 min. at tilberede - og så værsgo! Måske kender I tricket? - hvis ikke, så prøv det næste gang I er på tur. Det vil med garanti blive en succes.

*Ingredienser:* laks (eller anden fisk), muslinger, spids-

kål, cherrytomater, hvidløg, olie, timian, røgsmuld og stanniol.

Tag trangiapanden og dæk den med stanniol, hvorpå der kommer et lille lag rygesmuld og efterfølgende et lille stykke stanniol ovenpå, der ikke fylder hele panden. Herpå lægges fisken og muslingerne. Det hele pakkes ind i stanniol (et tætsluttende låg kan også bruges). Det kommer på høj varme til der kommer godt med røg, herefter skrues varmen ned, og det hele står i ca. 8-10 minutter ved mellemvarme. Imens røgeprocessen er i gang pakkes tomaterne ind i stanniol med olie, salt, hvidløg og timian. Pakken lægges ved siden af brænderen under panden samtidig med at fisken røges. Når det hele er færdigt tages lidt af den olie der var ved tomaterne og kommer i en lille gryde eller pande. Kom den fint snittede spidskål i og sautéer ved mellemvarme. Smag til med salt og peber

*Anretning:* kom spidskålen i bunden af en tallerken, læg fisken ovenpå og kom tomater, olie og muslinger udenom. Server evt. med brød. Velbekomme!



Alternativt kan lyden skrues ned, når vi redigerer filmen, hvis der er meget støj på, men så mister vi selvfølgelig reallyden.

Ikke zoome. Det er fristende at zoome når du vil tættere på et objekt, men det fungerer meget sjældent teknisk eller filmisk. Hvis du vil tættere på et objekt, gå i stedet for tættere på mens du filmer.

Tryk stop - ikke pause. Når du optager og skal afslutte en scene, så sørg for at trykke stop i stedet for at trykke pause. Det sikrer i højere grad at dine filer ikke beskadiges, når du overfører dem.

### 3) Import

Opret en mappe på dit skrivebord, som du fx kalder 'Lommefilm'. Se i øvrigt hvordan på video: <http://www.lommefilm.dk/kanaler/faste-kanaler/undervisning/import>

### 4) Konvertering

Dette punkt vil mange kunne springe over, da mange redigeringsprogrammer som iMovie, Final Cut, Adobe Premiere Elements, Pinnacle, Windows Movie Maker Live etc. godtager dine filoptagelser uden konvertering. Hvis ikke, så skal I bruge et lille, gratis konverteringsprogram. Brug enten Prism converter eller QMC.

### 5) Redigering (overgange, tekster mv.)

Se <http://www.lommefilm.dk/kanaler/faste-kanaler/undervisning/redigering>. Der er mange muligheder afhængig af hvilket program I bruger - ens for alle programmer er dog, at de er meget brugervenlige og lette at gå til. De fleste vil kunne finde rundt i et program efter én times 'fumletid'.

### 6) Tilføj musik (gratis og lovlig!). Filmene kan gemmes med reallyd eller der kan tilføjes et lydspor hentet fra bl.a.:

<http://pro.jamendo.com/royalty-free-music-library#pn=1&tag=&theme=&bpm=40-210&csound=&mood1=&search=&playlist=&profavorites=&voic egender=&country=&order=&lang=&inst1=&inst2= www.freeplaymusic.com>  
[www.jamendo.com](http://www.jamendo.com) (ikke-kendt musik, som frit kan bruges)

### 7) Profil og upload/premiere

'Publicér' og gem film-filen. Hold en flot premiere, hvor filmene vises for turkammerater eller konen... Husk popcorn!



# Friluftsliv i fokus

## Friluftslivsleder

1-årig efter- og videreuddannelse eller som fleksibelt forløb, der giver dig et praktisk og teoretisk fundament for kursusvirksomhed og pædagogisk arbejde i relation til friluftsliv (60 ECTS).

	<b>Ansøgningsfrist</b>	<b>Studiestart</b>
Basisfriluftsliv, pædagogik, naturlære	1. april	5. august

## Pædagogisk diplommodul i friluftsliv og udemotion

Diplommodul under Pædagogiske Diplomuuddannelse i Idræt med fokus på uderum som legeplads, motionsrum, læringsmiljø, politik og projektledelse (10 ECTS).

	<b>Ansøgningsfrist</b>	<b>Studiestart</b>
Friluftsliv og udemotion	15. maj	21. august

## Masterkurser i friluftsliv

Et forskningsbaseret og praksisrelateret deltidsstudie med friluftsliv som omdrejningspunkt, hvor de tre masterkurser samt masterprojekt kan indgå i en masteruddannelse som et fleksibelt forløb over 2-6 år (60 ECTS).

	<b>Ansøgningsfrist</b>	<b>Studiestart</b>
Politik, planlægning og forvaltning	15. juli	29. august

Læs mere på [centerforfriluftsliv.dk](http://centerforfriluftsliv.dk)