

find vej i ...



# Oringe-Trellemarken

## Velkommen til Oringe og Trellemarken

Med denne folder ønsker orienteringsklubben O-63, Vordingborg Kommune og Region Sjælland at invitere elever i kommunen og almindelige skovgæster på en sjov og anderledes skovtur. Vi håber, at folderen og de faste poster i skoven kan motivere til løb, leg og sociale oplevelser, som er sunde for både hjerte og hjerne.

O-63 har i samarbejde med Vordingborg Kommune og Region Sjælland, som ejere af henholdsvis Trellemarken og Oringe opsat 20 faste poster i området. Posternes placering fremgår af kortet. Der kan tegnes baner af forskellig længde og sværhedsgrad på kortet, som kan fotokopieres til undervisningsbrug. Der er startposter både på Oringe og Trellemarken.

# Find vej – Oringe og Trellemarken

## Oringe

Oringe er halvøen syd for noret. Her ligger det tidligere sindssygehospital i M.G. Bindsbølls fine bygninger i en stor park. Hospitalet blev opført i 1857 til patienter fra hele Sjælland. Oringehalvøen blev valgt, fordi man mente, patienterne havde godt af fred og ro og smuk natur. Området var lukket af, og en del af personalet boede inde på arealet.

Der er stadig psykiatrisk hospital i bygningerne, men i dag er der offentlig adgang til parken. I skoven ligger et lille thehus, hvor patienterne kunne tage på udflugt med madkurv. Mod syd finder man et kapel og en gammel kirkegård, samt et lille obduktionshus, der bl.a. blev anvendt, når man fjernede hjernen fra døde patienter for at forske i sindssygdomme.



Oringe var lukket land. Portneren sørgede for, at ingen patienter kom ud, og ingen uvedkommende kom ind. Postkort, ca. 1903.

## Trellemarken

Syd for Oringe ligger Trellemarken. Oprindeligt var der vand mellem Oringe og Trellemarken, helt op til Færggårdsvej. Sidst i 1800-tallet blev området inddæmmet, så nu hænger Oringe og Trellemarken sammen.

På gamle kort kaldes området "Færgemandens trællehave". Det har ikke noget med slavearbejde at gøre. Færgemanden trælledede færgefartøjer - dvs. han trak dem med et tov – til og fra færgebroen, hvorfra man kunne sejle til Falster.

Trellemarken har aldrig været beboelsesområde. Mod Færggårdsvej er der industrikvarter. En af de tidligste virksomheder var et garveri, og senere kom bl.a. Vordingborg Køkkenet. Mod nord ligger der en række kolonihaver, men ellers har området været brugt som losseplads i mange år. I dag er det lavet til rekreativt område med naturstier og fårefolde.



Da Oringe var en rigtig halvø: Før inddæmningen var Oringe og Trellemarken adskilt af vandet, der gik næsten helt op til Færgegaardsvej. Matrikelkort, 1860.

### Lidt om at færdes på Oringe - Trellemarken

Du må løbe ad stier og veje, over græsplænerne, i skove og på alle udyrkede områder. Men husk:

- Vis hensyn til andre, som du møder på din vej
- Vis hensyn til dyr og planter
- Hop ikke over hegn og hække – brug lågerne!
- Efterlad ikke affald – heller ikke denne folder
- Hold altid din hund i snor



## O-63, Orienteringsklubben i Vordingborg

benytter nogle af skovene i Vordingborg kommune og på Nordfalster som idrætsplads. Disse smukke skove vil vi gerne dele med andre og vise, hvordan skovene kan bruges på en anderledes og spændende måde.

"Find vej i" kortet kan bruges til almindeligt løb, vandreture, cykelture, svampejagt, geocaching (skattejagt med GPS) og meget andet. Kun fantasien sætter grænser.

O-63 har sat faste poster ud i Klinteskoven og Vintersbølle Skov. Endvidere lavet et foto-orienteringsløb i Vordingborg by. Disse "Find vej i" kort med poster findes på [www.o-63.dk](http://www.o-63.dk) og [www.findveji.dk](http://www.findveji.dk), hvorfra de kan printes.

Orienteringsløb kan dyrkes på alle niveauer. Der laves baner i forskellig længde og sværhedsgrad, så alle kan være med. Derfor er orientering en perfekt sport for hele familien!

Hjemmeside: [www.o-63.dk](http://www.o-63.dk)



### Find vej i Danmark

- en forenklet form for orientering.

Måske får du efter din tur i Oringe-Trellemarken lyst til at finde vej andre steder. Der er faste poster i skove og parker i hele landet.

Se hvor du også kan finde vej på [www.findveji.dk](http://www.findveji.dk)



Dansk Orienterings-Forbund

## Kort og poster

Kortet viser, hvor du kan løbe for at nå frem til posterne, som er brunmalede egepæle med et skilt som dette.

På skiltet er der et nummer og tre kodebogstaver. Hvis skiltets postnummer svarer til nummeret ved cirklen på kortet, har du fundet den rigtige post.

Som bevis på at du fandt vej, klipper du med stiftklemmen i det rigtige kontrolfelt ved kortet. Eller du noterer skiltets kode på tre bogstaver i kontrolfeltet.

Kortet på næste side er formindsket til A4-format. Kortet i A3-format kan hentes på hjemmesiden og er i målforholdet 1:4.000, så 1 cm på kortet svarer til 40 m i terrænet.

På kortet finder du en detaljeret **signaturforklaring**.

Nogle signaturer er anderledes end på almindelige kort:

**Hvid farve** er åben skov, hvor det er let at løbe. Jo **mørkere grøn** farve – desto tættere er skoven og svær at løbe i.

**Olivengrønt** er haver og private grunde, hvor du ikke må komme.

**Gul farve** er marker og græsarealer.

De to **startsteder** med startposter er på kortet markeret med en rød trekant, men du kan starte og slutte hvor du vil.

**Rigtig god fornøjelse!**





# Oringe- Trellømarken

1:6000

EKvridistance 2m

Reegnseregning og retningsangivelse af orienteringsstikketten O-43.  
Troels Christensen og Erik Bulow-Clejan september 2013.

### Signaturforklaring:

- Græs
- Private haver
- Grus, fliser, asfalt
- Bygninger, halvveg
- Hæk
- Vegetation, tæt- mindre tæt
- Åben vegetation
- Høj mur, lav mur
- Høj hegn, lav hegn
- Sten
- Mindsten
- Stort træ, træ eller busk
- Stik
- Grussti
- Stendyngge
- Trappe
- Bed, ingen adgang
- Hørdokure
- Mindre sti
- Sand, sandkasse



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20

686000