



**MED MOBILEN:** Ulike apper kan brukes i jakten på skogen skatter.

# Sporty skattejakt

Tekst: TORHILD RIBE Foto: MAGNAR KIRKNES

## Søndagstur er ut. Geocaching er in!

Mange barn har null lyst til å være med familien på søndagstur. Med geocaching har familien Sørli Hansen fått fart på hverdagsaktivitetene og den tradisjonelle søndagsturen.

Geocaching – uttales geokæshing, uten t (!) – er kort fortalt en digital skattejakt hvor deltagerne bruker GPS-mottagere eller en mobiltelefon for å gjemme og finne skatter ute i naturen, kalt geocacher.

En typisk cache er en liten, vanntett beholder som rommer en loggbok og små byttegjenstander av liten verdi.

**GJEMT I SKOGEN:** – Ser du noe, Mikkel?

Roy Hansen kikker nysgjerrig bort mot yngstesønnen som ligger fremst i følget og har stoppet opp ved foten av et stort grantré. Ifølge GPS-en er det nemlig her den skal være, boksen de er på jakt etter.

Som stadig flere nordmenn, er familien Hansen Sørli hektet på geocaching. I dag er vi på jakt etter en cache noen hundre meter fra huset til Roy og familien på Harestua, i Lunner kommune.

– Vi bor jo perfekt til, da. Vi har Nordmarka på den ene siden og Romeriksåsen på den andre, forklarer Roy og peker.

Geocaching er like populært og gjennomførbart i byen som på landet. Det er plassert ut over 35 millioner geocacher på verdensbasis, 35.000 i Norge. Du finner dem på og ved alt fra Galdhøpiggen

og Nordkapp-platået, til Nasjonalteateret i Oslo.

**MOTIVERES AV LEKEN:** – Fant den! Mikkel holder opp en mørkegrønn boks, et av forsvarrets gamle matskrin, som hang nederst i grantreet, akkurat slik GPS-en lovet at den skulle. Familien samler seg rundt boksen for å se hva som skjuler seg under lokket. Selv familiens firbente kjæledegge, fuglehunden Fryd, er nysgjerrig.

Sno børstes bort, vokter tas av, før cachen åpnes.

– Oi, her var det masse. Nå kan du finne frem bytemappen din, Mikkel, konstaterer mamma Marianne.

Mikkel går aldri på skattejakt uten sin lille bytemappe med leker. Når han finner en ny boks, erstatter han, i god geocaching-ånd, en leke fra boksen med en fra sin egen samlemappe. I dag får en liten krokodille med rødt lys bli med hjem. En lekebil i plast blir lagt igjen i boksen.

– Den boksen jeg kanskje likte best, var den som hadde en legobil oppi. Nå samler jeg også på fotballkort, forklarer Mikkel.

For eldstemann Truls er det selve turen og jakten på de rette koordinatene som er morsomt. Nettopp derfor mener Roy at geocaching er en veldig familievennlig aktivitet.

– Noen synes kanskje at å åpne cachen er goyest, andre liker best selve skogsturen, eller orienteringsbiten. Dette har noe for alle, mener Roy.

Han anslår at familien er ute på skattejakt minst en dag i uken.

**EKSTRA DIMENSJON:** – Dette liker vi. Når vi må base litt i snøen for å komme frem, sier Roy entusiastisk.

Etter å ha loggført funnet og hengt boksen tilbake der den ble oppdaget, er vi nå på vei tilbake til start. Det snør tett denne ettermiddagen, men kaldt og isete føre legger sjelden en demper på aktivitetsnivået hos Roy, Marianne og barna.

– Vi har alltid vært en turglad familie, særlig jeg, sier Marianne som jobber som aktivvokter ved et eldrecenter i kommunen.

– Jeg må innrømme at det ble enda litt lettere å få med Roy da han ble hektet på geocaching, humrer Marianne, og ser mot ektemannen som nikker. – Jeg liker å ha et mål med turen, sier Roy.

Turene kan vare alt fra 10 minutter til en hel dag. På de lengste søndagsturene tar familien gjerne med fiskestang og grillpølser i tursekken. Om vinteren spenner de gjerne på seg ski.

– Det viktigste er å komme seg ut og være sammen. Skattejakten gir en ekstra dimensjon, forsikrer Marianne.

Det var i 2008 at de fikk øynene opp for aktiviteten som har gått som en farsott verden over de siste årene.

– Vi hadde kjøpt oss en ny GPS, og på den var det en funksjon som het geocaching. Jeg ble nysgjerrig på hva det var og vips, så var vi i gang, oppsummerer Roy.



**LÆRER OM NYE STEDER:** De siste fem årene har familien Sørli Hansen funnet frem til over 2600 skatter i Norge, på Svalbard, i Paris, på Island, i Spania, Hellas, Italia og Tyskland. – Vi kommer oss ut på tur, samtidig lærer vi om lokalhistorie, ting vi aldri hadde tatt oss bryet med å finne ut om det ikke var for geocachen, sier Roy Hansen. Her med kona Marianne og barna Mikkel og Truls.

## Slik kommer du i gang

Det er enkelt å registrere seg som geocacher.  
 ■ Gå inn på [www.geocaching.com](http://www.geocaching.com)  
 ■ Velg et nick (kallenavn) du ønsker å bruke. Det er det samme du skal logge deg inn med i cachen du finner.  
 ■ Her finner du nyttig informasjon: <http://www.gcinfo.no/?q-node/6>

## Her var vi

VG fant frem til en geocach på Harestua i Lunner kommune. Du finner den her:  
<http://coord.info/GC4RCP4>  
 Cachenavnet er Verdens Gang.



**SALTMAT OG SØTMAT OG PENGER OG GULL:** Skattene glitrer, i alle fall, og kalles «tagger».



**UT PÅ TUR:** Familien Sørli Hansen synes det er spennende å lete etter skatter i naturen.

## Sitting for- korter livet

Ny forskning viser at stillesitting selles opp som den nye, store folkefienden.

En studie som gikk over tolv år og inkluderte mer enn 17.000 kanadiere, viste at jo mer tid folk tilbrakte sittende, jo tidligere døde de, uavhengig av alder, kroppsvekt og hvor ofte de ellers trente. Stillesitting linkes til en rekke sykdommer, som kreft, depresjon og hjerte- og karsykdommer.

– Det er helt klart bedre å trene tre ganger i uken enn ikke å trene i det hele tatt, men det er ikke nok. Folk som trener er ikke mindre stillesittende enn de som ikke trener ellers i døgnet. Stillesitting er altså litt som røyking, det er skadelig for deg, selv om du trener, sier treningseksperter Yngvar Andersen. Derfor omfavner han geocaching som fysisk aktivitet med åpne armer.

– Geocaching er et genialt opplegg. Det er morsomt for alle, familievennlig, man får være ut i skog og mark, og man får en gulrot i form av skattejakt, sier Andersen.

Vi sitter i snitt 64 timer i uken, står 28 timer i uken og vandrer hvileløst omkring i 11 timer i uken, viser en studie publisert i International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity.