

Technische Hinweise

Liebe Orientierungsläufer,

herzlich Willkommen zum 2. Lauf der Winterserie 2018/2019. Für den heutigen Trainingswettkampf haben wir für Euch einen Gedächtnis-OL mit Postennetz (Score) vorbereitet. Bei dieser Trainingsform wird das Kartengedächtnis in Verbindung mit dem prospektiven Kartenlesen trainiert¹.

Wettkampfform:

Am Start befindet sich eine Karte, auf der das Postennetz eingezeichnet ist. Das Ziel soll sein, sich einzelne oder auch mehrere Postenstandorte zu merken und diese ohne Karte nach dem Kartengedächtnis anzulaufen. Dabei könnt Ihr jederzeit zum Start zurückkehren, um weitere Informationen über die Postenstandorte zu erhalten. Den Postenstandorten sind je nach Entfernung und Schwierigkeitsgrad unterschiedlich hohe Punktzahlen zugeordnet. Die Punktzahl bzw. Wertigkeit jedes Postenstandorts ist auf der Postenbeschreibung in Spalte 6 angegeben. Nach dem Lauf erhält jeder Läufer im WKZ eine Karte mit dem Postennetz, um eine Auswertung des Wettkampfes zu ermöglichen.

Wertung Score 60 bzw. 45 Minuten

Der Postennachweis erfolgt mit Startkarte und Lochzangen. Je nach Wertigkeit der angelauften Postenstandorte wird die erlaufene Gesamtpunktzahl berechnet. Es werden nur Posten gewertet, für die im zugehörigen Feld der jeweils richtige Zangenabdruck erscheint.

Beim Überschreiten der vorgegebenen Laufzeit werden von der Gesamtpunktzahl je angefangene Minute 5 Punkte abgezogen. Dabei ist zu beachten, dass die **Laufzeit** von 60 bzw. 45 Minuten **maximal um 5 Minuten überschritten** werden darf, d.h. Läufer, die nicht spätestens nach 65 bzw. 50 Minuten das Ziel erreicht haben, werden **disqualifiziert**.

Wer die meisten Punkte erläuft, hat in seiner Kategorie gewonnen. Bei gleicher Punktzahl gewinnt der Läufer mit der schnellsten Zeit.

Wertung Normal-OL (Beginner)

Der Postennachweis erfolgt mit Startkarte und Lochzangen. Die Posten müssen in der vorgegebenen Reihenfolge angelaufen werden. Der Lauf wird nur gewertet, wenn in den Feldern 1 bis 16 der jeweils richtige Zangenabdruck erscheint. Der Läufer mit der schnellsten Zeit hat in seiner Kategorie gewonnen.

¹ Orientierungslauf-Training von U. Dresel, H. Fach, R. Seiler, Meyer & Meyer Verlag, 2008

Karte und Gelände:

Weinbergwiesen 12/2018 (ISSOM, Maßstab 1:5000, Äquidistanz 2,5 m)

Der Wettkampf wird in Park- und Siedlungsgelände ausgetragen, wobei zum Teil Straßen mit in der Regel geringem Verkehrsaufkommen zu queren sind.

Für die Beginner-Bahn ist zur Sicherheit vor und nach dem Queren einer solchen Straße jeweils ein Posten platziert. Ferner wird ein Kampfrichter an der Straße stehen. Die Straße darf von den Läufern der Beginner-Bahn nur nach dessen Aufforderung gequert werden.

Im gesamten Wettkampfgebiet insbesondere beim Queren von Straßen bitte die StVO beachten!

Postenbeschreibung:

Postenbeschreibungen für den **Gedächtnis-OL (Score)** vom gesamten Postennetz in Symbolform und für den **Normal-OL (Beginner) in Textform** liegen **nur im WKZ** zum Entnehmen bereit. Für den Normal-OL (Beginner) ist zusätzlich eine Postenbeschreibung in Symbolform auf die Karte gedruckt.

Start und Ziel

WKZ → Start bzw. Ziel ca. 1200 m

Auf dem Weg zum Start bzw. vom Ziel sind zwei in der Regel wenig befahrene Straßen zu überqueren. Der Weg ist mit farbigen Kreppband markiert. Beim Queren der Straßen bitte die StVO beachten!

Start ab 10.30 Uhr bis spätestens 11:45

Vorstart -1 Minute: Jeder Läufer des Gedächtnis-OL (Score) hat bereits 1 Minute vor dem Start die Möglichkeit, die Karte zu betrachten und sich eine Anlaufreihenfolge festzulegen. Erst nach dieser Minute beginnt die Zeitnahme.

ohne Vorstart: Die Zeitnahme für die Läufer der Beginner-Bahn beginnt zeitgleich mit der zugewiesenen Startzeit.

Und nun bleibt uns nur noch, Euch viel Spaß zu wünschen!

Die Orientierungsläufer des BSV Halle-Ammendorf 1910 e.V.