

An:
Teilnehmer*innen des Kaderlehrgangs
Orientierungslauf

Einladung Kaderlehrgang Orientierungslauf vom 20. bis 22.11.2026

Liebe Athletinnen und Athleten,
Liebe Trainerinnen und Trainer,
Liebe Jugendliche,

hiermit laden wir Euch herzlich zum Kaderlehrgang Orientierungslauf nach Nittendorf ein.
Zum Abschluss des Jahres möchten wir euch einen Ausblick auf das kommende OL-Jahr geben,
welche wichtigen Termine anstehen und welche Änderungen stattfinden werden. Zusätzlich gibt es
Infos zur Landeskader-Bewerbung für nächstes Jahr. Wir freuen uns auf euch! 😊

Eingeladen: Alle Interessierten, die alleine mindestens eine Schüler B Bahn absolvieren können

Anmeldung: Bis Sonntag, 8. November
Alle bitte bei Alexander Preuß anmelden
015255165234 (Whatsapp oder telefonisch)

Kosten: Der genaue Betrag wird nach dem Lehrgang festgestellt.
Nicht-Landeskaderathlet*innen überweisen an
[Alexander Preuß](#)
[DE 34 5002 4024 6115 3442 01](#)

Reisekosten: Kostenerstattung nur für Landeskaderathlet*innen. Beträgt 0,3€ pro gefahrener
Kilometer oder eine DB-Fahrkarte 2. Klasse

LG-Ort: Bernsteinstraße 13
93152 Nittendorf
Übernachtung in der Turnhalle

Verpflegung: Inklusive ab Freitag Abend bis Sonntag Mittagessen
Bitte leitet Essenswünsche an Alex weiter (vegetarisch, vegan, glutenfrei...)

Packliste:

- Schlafsack und Isomatte
- OL-Schuhe UND normale Laufschuhe
- Laufklamotten für 4 Trainings
- Laufjacke, Regenjacke
- Kompass und SI Chip
- GPS Uhr
- Trinkflasche
- Stirnlampe
- Handtuch, Duschgel, Zahnbürsten, Zahnpasta, sonstige Hygieneprodukte
- Spiele für abends

Trainingszeitplan:

Freitag, 20.11.2026:

Abends: Ankunft, Nachtsprint

Samstag, 21.11.2026:

Vormittags: Bahnstest

Nachmittags: Technik-Training

Abends: Vorträge

Sonntag, 22.11.2026:

Vormittags: Technik-Training

Nachmittags: Abreise

Der Bewerbungsschluss für den Landeskader ist der 30.11.2026!

Der Kaderbewerbungsbogen findet sich auf o-sport.bayern/landeskader

Bitte meldet euch bei Fragen sofort, wenn diese aufkommen.

Ansprechpartner:

Lehrgangsleitung (Ansprechpartner während des Lehrgangs)

Alexander Preuß | Verantwortlicher für Kaderwesen

✉ alexander.preusz@outlook.de | ☎ +49 1525 5165234

Wir freuen uns auf das Trainingswochenende mit euch allen.
Valtzu, Katrin, Alex und Daniel