



OL

3/2000



BAYERNS AKTUELLE **Inform** OL – ZEITSCHRIFT

**Bayerische OL -
Überraschungen 2000**



Liebe OLERinnen und OLER,

Überraschung.....la sorpresa..... davon gab es im Herbst 2000 einige, und oft waren sie von der angenehmen Seite. So haben wir für diese Ausgabe das Thema

Herbst mit Überraschungen

gewählt. Es wird von internationalen und nationalen Erfolgen berichtet, die niemand erwartet hatte, aber auch von verkühlten Hoffnungen im sonst so warmen Süden.

Auch wenn eine Gesamtbilanz der Saison 2000 der nächsten Ausgabe vorbehalten bleibt, wird in der Fülle der Beispiele eines deutlich: bayerische OLERinnen und OLER können ganz vorn dabei sein. Die Grundlagen dafür aber wurden in jedem Fall in einer systematischen und langfristigen Vorbereitung gelegt. Dass diese auch Spaß machen kann, zeigen zwei Sommererlebnisse aus Norwegen und Slowenien, die aus Platzgründen erst in dieser Ausgabe erscheinen können.

Mit dem Jahrgang 2001 möchten wir das OL Inform gern in ein neues Outfit bringen. Dieses soll vor allem Eure Ideen und Vorschläge für die Gestaltung der Titelseite enthalten. Neu gestaltet werden sollen die beiden Grafiken, das Gesamtlayout und der Hintergrund. Dabei müssen der Titel „OL Inform“ und die Nummer der Ausgabe erscheinen. Wer in den Musestunden der Feiertage ein wenig kreativ sein möchte, kann mir die Ergebnisse bis zum 31.01.2001 schicken (per E-Mail wäre ideal). Einsender von realisierten Vorschlägen erhalten den Jahrgang 2001 ohne Abo-Gebühr.

Das nächste Heft ist technischen und organisatorischen Informationen vorbehalten. Wer Vereinswechsel, Terminlisten o.ä. veröffentlichen möchte, kann sich bis zum 31.01.2001 bei mir melden.

Viele Spaß, schöne Feiertage und einen guten Rutsch ins neue Jahr wünscht

André

Themen in diesem Heft

- ↪ DM Staffel und DMM in Ohorn
- ↪ Bayerische Einzelmeisterschaften
- ↪ DM Klassik in Oybin
- ↪ Bayern in der Bundesrangliste 2000
- ↪ Die Technik Ecke
- ↪ Orientierung im WWW
- ↪ Antje Bornhak im MBO Weltcup
- ↪ Sörlandsgaloppen Norwegen
- ↪ Cerkno Cup in Slowenien
- ↪ Arge Alp im Trentino
- ↪ Stadt-OL in Venedig
- ↪ Endstand Panthercup
- ↪ Letzter Posten Albertshofen
- ↪ Kurzmeldungen
- ↪ Emotionen

Impressum

Herausgeber:

Fachausschuss Orientierungslauf Bayern im BTV

Redaktion:

Mitarbeiter Öffentlichkeitsarbeit Leistungssport,
André Böhme, [redacted] Uttenreuth,
Tel.: 09131/[redacted]

e-mail: andre.boehme@fen-net.de

Mitarbeiter Öffentlichkeitsarbeit Breitensport,
Martin Schubert, [redacted]
Regensburg, Tel.: 0941/[redacted] (priv.)

email: schubert.denk@t-online.de

Jürgen Bauer, [redacted]
Weismain, Tel.: 0179/[redacted] (Handy)

Bankverbindung:

BTV OL, z.H. Horst Ziesmann

Schmidtbank Sulzbach-Rosenberg,
BLZ 752 317 70, Konto-Nr. [redacted]

Bayerische und nationale Höhepunkte

Die doppelte Überraschung: Viel Sonne, neue Karte und eine bayerische Überraschung

Die DM Staffel und DMM in Ohorn André Böhme

Am Ende waren es zwei Silbermedaillen für eines der derzeit wohl besten Herrenteam Bayerns. Und sie bedankten sich mit Kaffee und Kuchen an einem eben so schönen Weekend im Herbst. Aber vor den Preis hat die Natur immer noch den Schweiß gesetzt.

Als sich am letzten Ferienwochenende 10 Teams aus allen Teilen Bayern auf den Weg nach Ostsachsen machten, gingen viele gute Vorsätze und Pläne mit auf die Reise. Nicht alle sollten sich erfüllen, mehr oder weniger überraschend.

Am 9.9.2000 startete in Ohorn, nahe der Lebkuchenstadt Pulsnitz, der Versuch, beide OL Teamwettbewerbe im Doppelpack anzubieten. Der PTSV Dresden verfügt dazu nicht nur über einige der besten und erfahrensten OLER im Lande, sondern kann auch auf langjährige Erfahrungen in der Organisation großer Wettkämpfe zurückblicken. Die besten Voraussetzungen also, für einen Versuchserfolg.

Wettkampfbereich und Laufgebiet lagen unmittelbar an der Autobahn A4. Dennoch wurde die Anreise für einige von uns sehr lang. Wir schafften es am Freitag Abend gegen 23.00 Uhr unser Wohnmobil in die Reihe neben jene aus Coburg und Hessen abzustellen.

Der nächste Morgen begann mit frischen sächsischen Brötchen und bester Laune. So machten wir uns rechtzeitig auf den Weg ins WKZ an der „Luchsenburg“, einer Ausflugsgaststätte am Fuße des Hochsteins.

Es zeigte sich, dass auch langjährige Erfahrungen nicht vor Pannen und Fehlern schützen. 30 min Startverschiebung haben die meisten gut ertragen. Dann aber starteten 195 Läuferinnen und Läufer für ihre Staffeln zum Lauf um die Meistertitel.

Die Staffel hat, gleich in welcher Sportart, ihre eigenen Gesetze. Während wir im vergangenen Jahr aus der ersten Reihe unserer Startwelle auch als erste den Wald erreichten, war ich diesmal mitten im Feld unterwegs. Und sehr schnell wurde mir auch klar, dass es nicht wieder so optimal laufen würde.

Die Karte ist sehr fein gezeichnet, der Wald über weite Strecken aber sehr schnell belaufbar. Kondition forderten die beiden Höhenzüge mit ihren steilen Anstiegen. Die Hänge sind mit Geröll und größeren Steinen bedeckt. Diese ergeben beliebte Postenstandorte und stellen damit hohe Anforderungen an die Feinorientierung. Das bekamen einige Teams prompt zu spüren, deren Läufer zwischen den Blöcken ihren Posten suchten.

In Zielnähe wurde es flacher und schneller. Sehr schön war der Sichtposten gesetzt, der es gestattete, die Läufer noch ein Stück im Wald zu verfolgen.

Die Bedingungen waren an diesem Samstag optimal und so gab es erlebenswerten Sport. Während bei den Elitedamen der USV TU Dresden einen ungefährdeten Start-Ziel-Sieg nach Hause lief (10min Vorsprung auf die TG Northeim) wurde bei den Eliteherren härter gekämpft. Hier lief Tilo Pompe erst in der letzten Runde des PSV Elbe Dresden knapp vor dem TV 1898 Alsbach auf das Podest.

Und wo lagen die bayerischen Teams? Der Überraschungscoup gelang ohne Zweifel dem TV 07 Wiesenfeld mit Thomas Scheler, Gerd Jugenheimer und Andreas Halter. Sie liefen mit denkbar knappem Rückstand von 13 s auf Platz 2 in der Kategorie H 105, hinter den Top Favoriten vom OLV Uslar. Danach wurde aus dem Südwesten und Norden Deutschlands gelegentlich die Frage gestellt:

„Wer ist TV Wiesenfeld?“ Doch wer sie kennt wusste, dass sie genau in diesen Leistungsbereich gehören. Das bestätigt auch ein Blick auf die Einzelzeiten an diesem Tag:

Vergleich aller Einzelläufer Vergleich innerhalb der Kombination

Andreas Halter (AC)	Platz 6	Platz 2
Gerd Jugenheimer (CB)	Platz 9	Platz 2
Thomas Scheler (BA)	Platz 13	Platz 1

Die zweite bayerische Staffel vom TSV Albertshofen kam immerhin mit Platz 8 noch unter die ersten 10. Das schafften auch die Herren von der OLA TSV Deggendorf mit Platz 9 in der H145 und die Damen des ATS Kulmbach in der D 145 Platz 8.

Der Nachmittag bot den Gästen Gelegenheit, eine sächsische Kleinstadt an einem spätsommerlichen Wochenende kennenzulernen, und den Wirten am Platz eine Chance, ihren Geschäftssinn unter Beweis zu stellen. Die Ergebnisse waren durchaus differenziert. Der Autor jedenfalls kann von dunklem Bier zu gutem Essen in angenehmer Umgebung berichten.

Der nächste Morgen begann sehr früh. Die erste Mannschaft startete um 8.30 Uhr.

Der Wettkampf wurde im gleichen Wald wie die Staffel gelaufen, die Karte dafür aber nach Osten erweitert. WKZ und Ziel waren identisch mit dem Vortag. Der „neue“ Teil des Waldes war sehr viel flacher, aber orientierungstechnisch nicht weniger anspruchsvoll.

Während für eine gute Staffel drei einzelne Spitzenläufer notwendig sind, ist in der Mannschaft Teamfähigkeit gepaart mit taktischer Raffinesse gefordert. Das 3-Personen-Team muss, unter Berücksichtigung der tagesaktuellen Form, das Postennetz so aufteilen, dass am Ende alle drei möglichst zeitgleich am Schlussposten eintreffen. Wenn dann Laufleistung und Orientierungssinn auch noch stimmen, steht einem Spitzenplatz nichts mehr im Wege.

Es gibt nicht die Strategie zur Aufteilung der Bahn, jedes Team hat seine bewerte Vorgehensweise. Und so kann man immer voneinander lernen.

Auf dem Weg zum ersten Pflichtposten wird aufgeteilt. Wir wählten eine Gesamtaufteilung ohne Zwischentreffs. Diese Strategie kostet am Anfang mehr Zeit, kann sich aber unterwegs durch kontinuierliche Laufleistung wieder ausgleichen. Für mich lief es dann auch sehr viel besser als am Tag zuvor in der Staffel: höhere Laufgeschwindigkeit, weniger Fehler und auch die Berge schienen abgenommen zu haben. Am Schlussposten dann die große Ungewissheit. Haben wir optimal aufgeteilt? Kommt jeder sicher durch? Einige Teams wurden zur Verkürzung der Wartezeit schon mit Tee versorgt. Aber wir sind innerhalb von 5 min alle zusammen. Eine gute Vorlage.

Wenn die Zielauswertung auch noch alle Posten bestätigt, ist der Wettkampf optimal gelaufen.

Im Ziel das übliche bunte Treiben: alles drängt um die Schnellwertung, diskutiert Routenprobleme und Aufteilungsstrategien oder spült sich mit einer kleinen Schüssel am Wasserwagen den Wald vom Nacken. Und dann ist die zweite Überraschung perfekt.

Das Team vom TV 07 Wiesenfeld läuft zum zweiten Mal in 24 h auf Platz zwei.

An diesem Wochenende waren sie das Beste, was Bayern zu bieten hatte. Grund genug zu fragen, was sie anders, besser gemacht haben. Die Antworten waren weniger überraschend.

Die Vorbereitung konzentrierte sich auf dieses Wochenende. Zusammen gelaufen sind sie schon oft. Dazu kam das richtige Maß Adrenalin. Ihre Strategie im Mannschaftslauf zeigte die Ausgeglichenheit des Teams.

Die vollständige Bahnaufteilung wurde erst am zweiten Pflichtposten vorgenommen. Das schaffte Ruhe und Konzentration. Das Ergebnis war gut abgestimmt, so dass Treffpunkte unterwegs ohne

Wartezeitverlust möglich waren. Dabei waren selbst Korrekturen noch drin. Innen und außen liegende Posten wurden von allen dreien wechselweise angelaufen. Die Klasse zeigte sich aber am Schlussposten: innerhalb einer Minute waren alle eingetroffen.

Besser kann man es m.E. nicht machen.

Auch für diesen Tag ein Blick auf die anderen bayerischen Teams. Unter die ersten 10 liefen auch die Teams der TSG Creidlitz (D18): Platz 9 und des ATS Kulmbach (D145): Platz 8. Im Herrenbereich erreichten die Schüler vom TV Coburg Neuses in der H 14 den Platz 10 und der TSV Albertshofen lief immerhin noch auf Platz 6 in der H 105. Pech hatten die Teams vom TV Coburg Neuses (H 18) und TSV Deggendorf (H 145) die mit einem Fehlstempel bzw. einem vergessenen Aufteilposten nicht gewertet wurden.

Die schnelle Überraschung: zwei Senioren sind nicht zu stoppen

Die Bayerischen Einzelmeisterschaften und der 6. BayernCup in Creidlitz **Helmut Höfer**

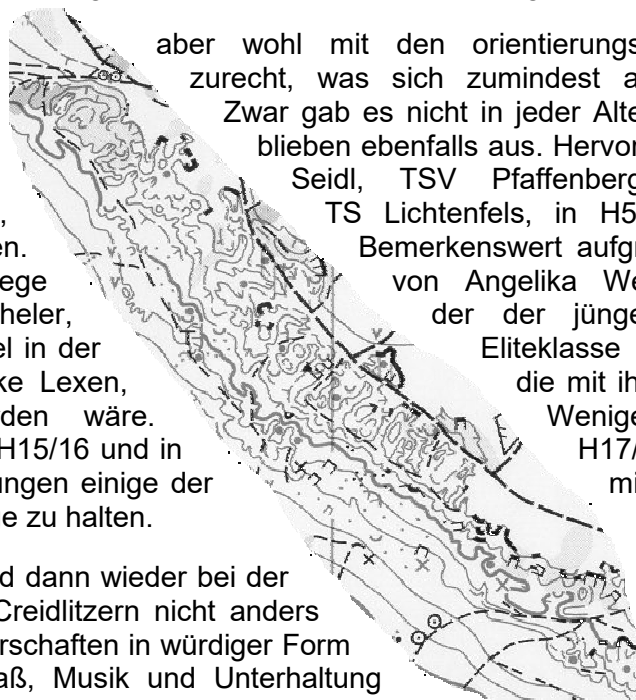
Die Doppelveranstaltung am 23. und 24. September kann ohne weiteres als einer der Saisonhöhepunkte im Bayerischen OL bezeichnet werden, und das nicht nur des herrlichen Herbstwetters wegen.

Die neue Karte „Eiserne Hand“ auf der die BEM ausgetragen wurde stellt zweifellos eine Bereicherung der Wettkampfszenerie dar. Im Zentrum der Karte der abgebildete detailreiche Abschnitt mit zahlreichen Kuppen, Senken und Steinen, ansonsten ein mehr oder weniger gut belaufbares Gelände mit ständigem auf und ab und vielseitigen Postenstandorten bieten gute Voraussetzungen für eine abwechslungsreiche Bahnlegung. Diese kann dem Bahnleger auch ohne weiteres bescheinigt werden.

Die Mehrzahl der Läufer kam unter einfachen Bedingungen gut zurecht, was sich zumindest aus einem Großteil der Laufzeiten ablesen lässt. Zwar gab es nicht in jeder Altersklasse Favoritensiege, aber große Überraschungen blieben ebenfalls aus. Hervorzuheben wären vielleicht die Titelgewinne von Silvia Seidl, TSV Pfaffenberg, in D35 und von Lokalmatador Karl Fenzlein, TS Lichtenfels, in H55, da sie zudem sehr deutlich ausfielen. Bemerkenswert aufgrund des jeweils großen Vorsprungs sind auch die Siege von Angelika Weid, Walter und Ralph Körner und von Thomas Scheler, der der jüngeren Konkurrenz keine Chance ließ und sich den Titel in der Eliteklasse sicherte. Gut in Form zeigte sich auch wieder Heike Lexen, die mit ihrer Laufzeit auch in H45 noch klare Zweite geworden wäre. Weniger erfreulich sind allerdings die Starterfelder in H15/16 und H17/20 zu bewerten. Offensichtlich ist es nicht gelungen einige der mitunter talentierten Nachwuchsteile bei der Stange zu halten.

Größer war das Teilnehmerfeld dann wieder bei der abendlichen Siegerehrung. Wie von den Creidlitzern nicht anders gewohnt, wurde keine Mühe gescheut um die Meisterschaften in würdiger Form ausklingen zu lassen. Traditionsgemäß gab es Spaß, Musik und Unterhaltung und natürlich Coburger Bratwürste. Danke!

So gestärkt konnte am folgenden Tag der letzte Bayerncuplauf der Saison in Angriff genommen werden. Die Karte „Totenkopf“, aus dem Vorjahr bereits bekannt, bietet auf den ersten Blick keine besonderen Schwierigkeiten: relativ flach und mit wenig Postenstandorten, kein Vergleich also zum Vortag. Problematisch konnte allenfalls das reichlich vorhandene Grün werden und so kam es dann auch. Durch geschickte Bahnlegung (deutlich besser als im Vorjahr) war man ständig zum Querlaufen gezwungen, wollte man größere Umwege vermeiden. Unterbewuchs und Dickichtpassagen verminderten das Lauftempo. Am Ende staunte man über lange Laufzeiten nicht nur in den Nachwuchsklassen, sondern auch bei einigen gestandenen Orientierern. Die Begründungen hörten sich dann folgendermaßen an: Schwierigkeiten beim Einlesen in die Karte; anderer Maßstab als am Vortag; Abweichungen beim



Querlaufen (bis zum Verlassen der Karte); Leichtsinn bzw. Unterschätzung der Schwierigkeiten bei hohem Lauftempo.

Größere Überraschungen blieben auch an diesem Tag aus. Eine Reihe Läufer konnte Doppelsiege feiern, allerdings gab es auch einige erfolgreiche Meisterschaftsrevanchen (siehe Ergebnisliste). Bis auf Klasse H45, in der Walter Körner den bis dahin führenden Ralph Meißner noch auf Platz zwei verdrängen konnte, sicherten sich alle weiteren in der Cup-Wertung führenden Läufer auch den Gesamtsieg.

Bei allem Lob für die durchweg gelungene und gut organisierte Veranstaltung kann ich mir eine Kritik dennoch nicht verkneifen: dem Rahmen einer Bayerischen Meisterschaft entsprechend wäre der Einsatz von Sportident wünschenswert, ja eigentlich ein Muß gewesen.

Ergebnisse:

Bayerische Einzelmeisterschaften

D 14

Stefanie Söllner	TSV Pechbrunn
Sera Trennhäuser	OLA TSV Deggendorf
Katharina Heusinger	TV Ketschendorf

D 15-18

Anne Wieland	SC Lauf
Marie Schwanitz	OLA TSV Deggendorf
Jana Böhme	TSG Creidlitz

D 19 E

Heike Lexen	TSV Grünwald
Christiane Geiger	OLA TSV Deggendorf
Susan Kurth	OLA TSV Deggendorf

D 35/40

Silvia Seidl	TSV Pfaffenberg
Anneli Passing	ATS Kulmbach
Jutta Nawroth	TV 1863 Sulzbach

D 45/50

Angelika Weid	TV Coburg-Neuses
Gerlinde Hielscher	TSV Weitramsdorf
Vera Arneth	ATS Kulmbach

D 55

Katharina Blumensaat	ATS Kulmbach
Gertraud Keller	TSV Weitramsdorf
Marga Voit	VfL Nürnberg

23.09.2000

H 14

Bernhard Meißner	TV Coburg-Neuses
Marco Seidl	TSV Pfaffenberg
Benjamin Vetter	TV Coburg-Neuses

H 16

Christian Vetter	TV Coburg-Neuses
Hannes Höfer	TV Coburg-Neuses
Jens Meisenbach	TV Ketschendorf

H 17-20

Ralph Körner	OLA TSV Deggendorf
Christian Krebs	OLA TSV Deggendorf
Karsten Bock	TV Ketschendorf

H 21 E

Thomas Scheler	TV 07 Wiesenfeld
Michael Rödel	TV Ketschendorf
Peter Wiesinger	TSV Grünwald

H35/40

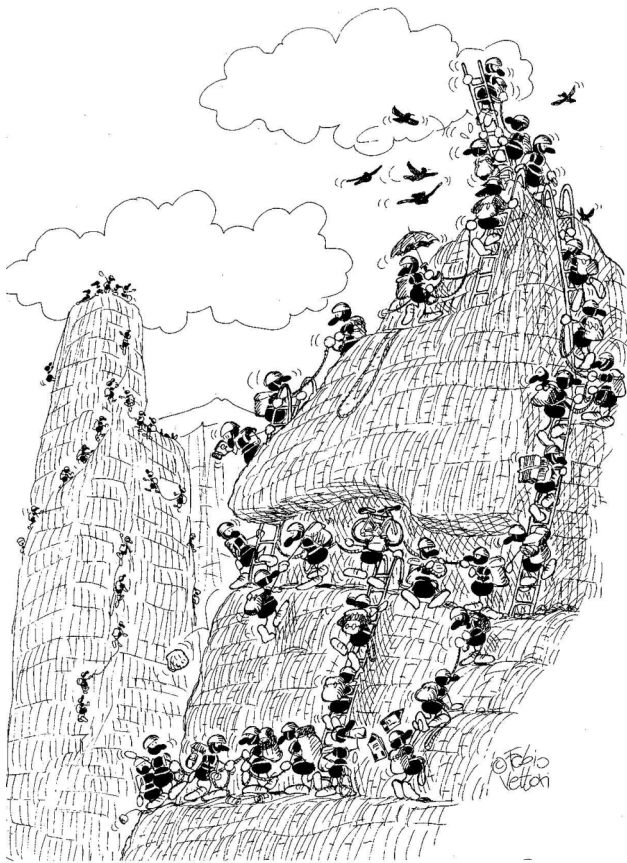
Andreas Halter	TV 07 Wiesenfeld
Helge Zoltner	TSV Grünwald
Jörg Mumme	TSV Albertshofen

H 45/50

Walter Körner	OLA TSV Deggendorf
Jürgen Schwanitz	OLA TSV Deggendorf
Herbert Hülss	TV 07 Wiesenfeld

H 55

Karl Fenzlein	TS Lichtenfels
Georg Reischl	TV Osterhofen
Dieter Oechler	TV 07 Wiesenfeld



Aus dem Felsenlabyrinth in den Kurpark

**Deutsche Meisterschaft Klassik-OL im Zittauer Gebirge
Ralph Meißner**

Lästig war die lange Anfahrt in das deutsch – polnische – tschechische Dreiländereck schon, wo in diesem Herbst im Zittauer Gebirge die Deutschen OL-Einzelmeisterschaften auf der Klassikdistanz ausgerichtet wurden. Entschädigt wurden die Sportler dafür mit einer atemberaubenden Naturkulisse, wo es galt, sich in einem Labyrinth von Felsen anhand guter Karten zurechtzufinden. So waren dann auch die meisten anspruchsvollen Postenstandorte am Fuße von bis zu 30 Meter aufragenden Felstürmen, zum Teil in Felsspalten mit bisweilen gerade einmal ein Meter Durchgangsbreite, an steilen Hanglagen, jedoch oft auf erstaunlich unbehindert belaufbarem Waldboden. Schon unmittelbar nach dem Start führten alle Strecken einen langgezogenen, schweißtreibenden Hang hinauf, um nach Überwindung der ersten Felsbarriere auf der Rückseite des Höhenzuges zu den ersten Posten zu führen. Logisch, dass sowohl Orientierungstechnik als auch Kondition in besonders hohem Maße gefordert

wurden, ehe man den Zieleinlauf mitten im Park des malerischen Kurortes Oybin erreichte. Bedauerlich ist dabei sicher, dass dieses Gelände künftig aus Naturschutzgründen nicht mehr belaufen werden soll. Andererseits war an Hand der Ergebnisse doch nicht ganz der Eindruck zu verwischen, dass von manchem Läufer aus den neuen Bundesländern auf Grund häufiger Nutzung – es gab schon mindestens 2 Kartenaufgaben und mehrere Wettkämpfe – ein gewisser, wenn auch regelkonformer, Vorteil genutzt werden konnte.

Aus bayerischer Sicht macht es zunächst einmal nachdenklich, warum nur so wenige Läufer am Saisonhöhepunkt teilnahmen. Das „Häuflein der Aufrechten“ musste zudem den hohen Anforderungen erheblichen Tribut zollen, so dass sich die Erfolge auf ein Quartett reduzierten. Typischerweise handelt es sich dabei um die drei Jugendlichen / Junioren, sowie den Seniorenläufer, welche über die ganze Saison betrachtet die stabilsten Leistungen erbrachten.

Allen voran sei Ralph Körner vom OLA TSV Deggendorf gewürdigt, der sich mit seiner ersten DM-Einzelmedaille im letzten Jahr bei den Junioren einen Traum erfüllte. Er begann den OL schon sehr jung und gehört dem D-Kader seit seinem 12. Lebensjahr an. Dabei war er immer ein zuverlässiger, technisch versierter Athlet, der öfters nur knapp an einer Einzelmedaille scheiterte, wobei die Ursache im läuferischen Bereich zu suchen war. An diesem Manko arbeitete er in diesem Jahr hart, indem er die guten Trainingsmöglichkeiten bei der Bundeswehr konsequent nutzte. Verdienter Lohn war nun die Silbermedaille in Oybin.

Auch Bernhard Meißner vom TV Coburg-Neuses hatte sich in der Klasse H 14, wo derzeit auf Grund der Leistungsdichte ein Dutzend Läufer für einen Spitzenplatz in Frage kommen, viel vorgenommen. Mit einem hervorragenden Lauf meisterte er die Herausforderungen des Geländes und sah lange wie ein Medaillengewinner aus. Schließlich blieb – ein bisschen tragisch – der vierte Platz mit nur 36 Sekunden Abstand auf den Dritten. Er bestätigte damit aber eine starke Saisonleistung, die auch damit dokumentiert wird, dass er als Fünfter der Bundesrangliste ins Rennen ging und diesen Platz zumindest verteidigt haben dürfte. Als eine wesentliche Grundlage seines Leistungsvermögens zahlte sich das harte Training mit den Leichtathleten in seinem Wohnort Herxheim aus.

In der gleichen Kategorie ging mit Marco Seidl vom TSV Pfaffenberg ein weiterer bayerischer Anwärter auf einen Spitzenplatz ins Rennen. Ihn kann man sicher als den „Aufsteiger des Jahres“ im D-Kader betrachten, markierte er doch auch über die gesamte Saison eine Serie von Topzeiten, die ihm vor einem Jahr noch keiner zugetraut hätte. Er avancierte damit im bayerischen Lager zum großen Konkurrenten von Bernhard, aber auch zum gleichwertigen Staffelpartner bei Länderkämpfen. In Oybin platzierten sich beide fast folgerichtig hintereinander, das heißt, Marco wurde Fünfter mit 2 Minuten Abstand. Auch seine Erfolge sind nicht nur auf Talent, sondern intensives Training begründet, wie aus dem Familienkreis zu erfahren war.

Die Ehre der Seniorenläufer rettete dieses Mal als Einziger Bayern's „sichere Bank“ Georg Reichl vom TV Osterhofen. Er stürmte in der H 65 nimmermüde zu seinem sage und schreibe neunten Seniorentitel mit einem großen Vorsprung von 4 Minuten auf seinen nächsten Verfolger. Als Zugabe zur Meisterschaft sicherte er sich prompt noch den Sieg in der Bundesrangliste. Auch hier soll der Frage nach der Ursache einer solchen Erfolgsserie nachgegangen werden. Unter den verschiedenen Komponenten, die dabei eine Rolle spielen, stellt die mentale Vorbereitung auf den Wettkampf eine wichtige Größe dar. In Anbetracht der in Oybin zu erwartenden Geländestruktur holte Georg tschechische Karten aus seinem Archiv, nahm diese mit zum Lauftraining auf dem Donaudamm und löste dabei knifflige Routenwahlprobleme.

Abschließend gilt der Blick noch den Elitekategorien. Deutsche Meister wurden bei den Damen Karin Schmalfeld (BSV Halle Ammendorf) und den Herren Robert Dittmann (SV Koweg Görlitz). Im nächsten Jahr führt der Weg dann in die altbekannte OL-Metropole Uslar in Niedersachsen.

Die Technik-Ecke

Die Schweizer Fachschrift „OL“ veröffentlicht regelmäßig Erfahrungen und Tipps zur OL-Technik. Unter dem Motto **Posten des Monats** gibt Brigitte Wolf in diesem Jahr Hinweise zu speziellen Orientierungsproblemen. Wir drucken diese Beiträge mit der freundlichen Genehmigung der Redaktion „OL“ hier ab.

V: Nur keine Angst vor langen Teilstrecken*

Der lange Riemen Brigitte Wolf

An der EM war der lange Riemen zwischen Posten 8 und 9. Wie meist stellte er zugleich ein Routenwahlproblem dar. Sofort sah ich die beiden Varianten „direkt“ durch die Gräben, auf den Weg südöstlich Posten 9 und „rechts umlaufen“. Ich konnte mich nicht sofort entscheiden und wählte diejenige mit weniger Unbekannten. Die direkte Route gut gelaufen war etwas schneller, erforderte aber eine gute Planung, ständigen Kartenkontakt und vielleicht auch mehr Kraft.

Im Prinzip entscheide ich eine Route, indem ich mir zuerst die drei Varianten „direkt“, „links umlaufen“ und „rechts umlaufen“ ansehe. Dabei versuche ich, Weglänge, Steigung und Belaufbarkeit gegeneinander abzuwägen. Kann ich mich nicht entscheiden, prüfe ich auch die Anlaufrichtung zum Posten (von welcher Seite ist er einfacher?) und das Risiko (welche Route birgt ein kleineres Risiko, Zeit zu verlieren?).

Oft ist die Routenwahl weniger entscheidend als deren Ausführung. Lieber eine etwas langsamere Route gut laufen, als eine schnelle (vielleicht schwierigere) Route schlecht umsetzen.



* Übrigens: Brigitte Wolf wurde in diesem EM-Lauf in Truskavets/Ukraine zweite, und damit beste Mitteleuropäerin.

Unterteilt man einen langen Riemen im Gedanken in mehrere kürzere Abschnitte, verliert er viel von seinem Schrecken.

Auf einer langen Teilstrecke findet man oft Zeit fürs Vorauslesen. Doch Achtung: Dabei verliert man sich oft in Gedanken und weiß plötzlich nicht mehr, wie man bereits gelaufen ist.

Nicht vergessen darf man, dass am Ende der langen Teilstrecke ein Posten anzulaufen ist. Immer wieder sucht man nach einer gut gewählten Route den Posten. Auch der nächste Posten birgt eine gewisse Gefahr in sich. Vor lauter Freude, dass man die Schwierigkeit gut gemeistert hat (und weil man auf dem langen Riemen vielleicht etwas zu viel Gas gegeben hat), vergisst man beinahe, dass der Lauf weiter geht.

VI: Der Posten im Hang

Brigitte Wolf

Bei Posten im Hang lohnt es sich ganz besonders, genau zu laufen; denn läuft man an einem Hangposten vorbei, bedeutet dies im Gegensatz zu einem Posten im flachen Gelände meist nicht nur einen zusätzlichen Weg, sondern auch unnötige anstrengende und zeitraubende Höhenmeter. Im schlimmsten Fall, zum Beispiel im Tessin, bedeuten 10 Meter daneben auch gleich 10 Meter zu hoch oder zu tief zu stehen.

Zudem ist bei einem Posten am Hang die Frage, von welcher Seite man ihn anläuft, oftmals entscheidender als bei einem Posten im Flachen. Die Frage, ob man einen Posten von oben, von unten oder aus gleicher Höhe kommend anlaufen möchte, kann sich sogar auf die Routenwahl auswirken. Zum Posten im Hang wie gewohnt ein paar Tipps und Tricks:

Kommt man im Hang, Posten wenn möglich von einem markanten Objekt auf gleicher Höhe anlaufen.

Kommt man von oben oder von unten, Posten von einem markanten Objekt ober- bzw. unterhalb des Postens anlaufen.

Auch im Hang (falls nicht zu steil) kann man mit dem Kompass sauber die Richtung nehmen.

Versuchen, mit der Zeit ein Gefühl z.B. für 10 oder 25 Höhenmeter (Höhe zwischen zwei Zählkurven) zu entwickeln.

Postenbeschreibung lesen: Steht der Posten oben an Stein, Kuppe oder Wurzelstock, eher von oben kommen und umgekehrt.

Löcher eher von oben anlaufen (von unten schlecht sichtbar).

Felsen eher von unten anlaufen (von oben schlecht sichtbar), zumindest wenn der Posten am Fuß steht.

Steht der Posten in einem Graben oder einer langgezogenen Mulde, kann man extra zu hoch oder zu tief bleiben, um dann dem Graben entlang hinab oder hinauf folgen.

Dasselbe gilt für einen Posten nahe einem Weg, einem Bach, einer Mauer usw.



Trainingslager Februar 2000 Slowenien: Posten 3: Bei der Mauer 150 Meter vor dem Posten „eichte“ ich die Höhe. Der Posten selbst ist nicht schwierig, trotzdem lohnt es sich, möglichst genau zu laufen, um nicht zu hoch an die Felsnase zu kommen oder zu tief in die große Mulde zu fallen. Posten 4: Die Lichtung 200 Meter vor dem Posten ist der letzte sichere Anhaltspunkt. Danach benutze ich den Kompass und das Gefühl, 20 bis 25 Meter fallen zu müssen. Ein weiterer Anhaltspunkt ist das Steinfeld vor dem Posten. Zudem wird der Hang unterhalb des Postens flacher. Erkennt man das bereits im Voraus, darf man sich ruhig fallen lassen, ohne Angst haben zu müssen, plötzlich viel zu tief zu stehen.

Die Bayern in der Bundesrangliste

Kurzbetrachtung und Statistik der BRL 2000 von Ralph Körner

Für die Startreihenfolge bei Deutschen Meisterschaften ist ja jeweils der aktuelle Zwischenstand der Bundesrangliste (BRL) maßgebend, in den Elitekategorien entscheidet sie sogar über das Startrecht. Doch unter den bayerischen Orientierungsläufern gibt es viele, die sich mit der BRL noch gar nicht oder nur am Rande befaßt haben und auch noch nicht oder nur vereinzelt bei Bundesranglistenläufen gestartet sind. Dies ist aufgrund der großen Entfernung der Wettkämpfe einerseits auch verständlich, andererseits ist dadurch leider der bayerische OL auf Bundesebene nicht in seiner ganzen Breite und Spitze repräsentiert.

Zum Verständnis: Die Bundesrangliste ist nicht wie der Bayerncup siegerzeitbezogen, die Punkte errechnen sich vielmehr nach einer komplizierten Formel, in die unter anderem die Grundpunkte aus vergangenen BRLs der Besten und die schnellsten Zeiten eines Laufs einfließen. Durch diese Formel wird ermöglicht, die Läufer auch über die Alterskategorien hinweg nach Punkten zu vergleichen. Die Endpunktzahl ergibt sich aus dem Durchschnitt der besten Einzelpunkte, wobei maximal und bestenfalls drei Lauf-Ergebnisse in die Endpunktzahl einfließen. Bei weniger Läufen wird der Durchschnitt prozentual gemindert, bei mehr Starts gibt es Streichresultate.

Aus bayerischer Sicht kann man in der Spitze nicht so zufrieden sein. Sowohl bei den Herren als auch bei den Damen hat kein bayerischer Starter die Elite-Qualifikation für die kommende Saison geschafft. Die jeweils besten Bayern liegen jeweils ca. fünf Punkte unter der Norm.

Etwas erfreulicher sieht es bei Einzelbetrachtung der Kategorien aus:

Mit Georg Reischl stellt Bayern auch einen BRL-Sieger. Mit 61,668 Punkten gewann der Osterhofener erneut die Kategorie H65. Auf dem Vizeplatz in ihrer Kategorie D60 rangiert Marga Voit (VfL Nürnberg) mit 50,269 Punkten.

Die Senioren können auch noch weitere Top-Ten-Plazierungen vorweisen: Rudi Lorenz (OLA TSV Deggendorf) erreichte in H60 mit 57,054 Punkten Rang 9, für Angelika Weid (TV Coburg-Neuses) reichten ihre 42,773 Punkte in D50 ebenso zu Rang 10 wie die 38,135 Zähler von Katharina Blumensaat (ATS Kulmbach) in D60.

Doch auch der Nachwuchs kann Erfolge vermelden: Ralph Körner (OLA TSV Deggendorf) errang in der Juniorenkategorie H20 mit 80,420 Punkten Platz 6, Bernhard Meißner kam in der Schülerkategorie H14 mit 67,582 Punkten auf denselben Rang.

Insgesamt sind in der 2000er BRL 27 Damen und 52 Herren, also 79 Bayern unter den 1525 Startern klassiert. Die Punktespannweite reicht von 80 bis zu 5 Punkten (die deutsche Spitze bei den Herren erreicht ca. 100 Punkte!). Bester Bayerischer Starter war mit 80,420 Punkten der H20-Läufer Ralph Körner (OLA TSV Deggendorf), bei den Damen erreichte seine Vereinskameradin Antje Bornhak mit 59,147 Punkten die beste bayerische Punktzahl. Die Bayern starteten bei den 10 BRLs insgesamt 206 mal. Die fleißigsten BRL-Starter aus Bayern waren Herkko Plit (TSV Grünwald), Bernhard Meißner (TV Coburg-Neuses), Günter und Marga Voit (beide VfL Nürnberg) mit je sieben Starts. Die höchste Einzelauf-Punktzahl erzielte Herkko Plit bei der DM Lang in Langenhagen: Der Grünwalder kam hier auf 84,838 Punkte. Bei den Damen erzielte die Deggendorferin Antje Bornhak mit 69,585 Punkten zu Jahresbeginn in Kassel das höchste Tagesergebnis.

Wer sich näher informieren will, den Endstand 2000 und auch ein Archiv der BRLs der Jahre 1994-1999 gibt's unter www.orientierungslauf.de (einfach mal reinschauen!).

Die besten zehn Bayern und alle unter den Top 15 (sortiert nach Punkten):

DAMEN:

BY	Rang	Kat.	Name	Verein	Jg.	Punkte	BRLs
	1.	44. D21	Bornhak Antje	OLA TSV Deggendorf	68	59,147	1
	2.	12. D18	Huth Jennifer	TSG Creidlitz	83	55,705	5
	3.	13. D18	Ehrl Blandine	TSG Creidlitz	82	55,542	3
	4.	67. D21	Plit Henna	TSV Grünwald	72	51,736	5
	5.	2. D60	Voit Marga	VfL Nürnberg	40	50,269	7
	6.	16. D40	Huth Martina	TSG Creidlitz	56	48,966	4
	7.	19. D18	Böhme Jana	TSG Creidlitz	83	46,921	4
	8.	87. D21	Vogl Karin	SV Mietraching	70	46,179	4
	9.	24. D16	Wieland Anne	SC Lauf	84	45,743	3
	10.	16. D14	Trennheuser Sera	OLA TSV Deggendorf	86	45,735	3
	16.	10. D50	Weid Angelika	TV Coburg-Neuses	48	42,773	5
	19.	10. D60	Blumensaat Katharina	ATS Kulmbach	36	38,135	2
	20.	13. D12	Böhme Anne	TSV Pechbrunn	88	36,791	3

HERREN:

BY	Rang	Kat.	Name	Verein	Jg.	Punkte	BRLs
	1.	6. H20	Körner Ralph	OLA TSV Deggendorf	80	80,420	5
	2.	75. H21	Plit Herkko	TSV Grünwald	70	74,615	7
	3.	13. H16	Höfer Hannes	TV Coburg-Neuses	85	72,652	5
	4.	111. H21	Ehrl Lionel	OLA TSV Deggendorf	78	68,846	1
	5.	40. H35	Genatis Uwe	TSV Albertshofen	61	68,031	2
	6.	41. H35	Zoltner Helge	TSV Grünwald	62	67,972	5
	7.	6. H14	Meißner Bernhard	TV Coburg-Neuses	86	67,582	7
	8.	132. H21	Krebs Manuel	OLA TSV Deggendorf	79	65,186	2
	9.	52. H35	Broderius Frank	OLA TSV Deggendorf	63	63,925	1
	10.	146. H21	Vogl Roland	SV Mietraching	68	63,872	3
	12.	1. H65	Reischl Georg	TV Osterhofen	34	61,668	3
	14.	11. H14	Seidl Marco	TSV Pfaffenberg	86	60,768	4
	15.	12. H55	Oechler Dieter	TV 07 Wiesenfeld	44	59,955	3
	22.	9. H60	Lorenz Rudolf	OLA TSV Deggendorf	36	57,054	4
	33.	14. H12	Biller Georg jun.	WSV Bernried	88	46,993	1

Die Orientierung im WWW

News, Bilder, aktuelle Informationen online rund um die Uhr Thomas Döhler

Da ich mich ja nun seit einem Jahr im Erziehungsurlaub befinde und jetzt auch noch in einem Dorf namens Pechbrunn lebe, bleibt mir fast nichts anderes übrig, als täglich die verschlungenen Pfade des WWW einzuschlagen, um nicht völlig den Kontakt zur Außenwelt zu verlieren. Und So kann man fast täglich eine neue OL-Seite im Netz finden.

Seit kurzem gibt es nun also Seiten in Niederbayern (<http://home.t-online.de/home/RalphKoerner>) und in Neuses (<http://home.t-online.de/home/vetter.christian>).

Bestehende Seiten wechseln mal schnell die Domain, so wie dies der Fachwart für Oberbayern getan hat (<http://www.ol-oberbayern.de>). Geändert wurde dabei auch gleich das Design, so dass nicht nur der Name neu ist.

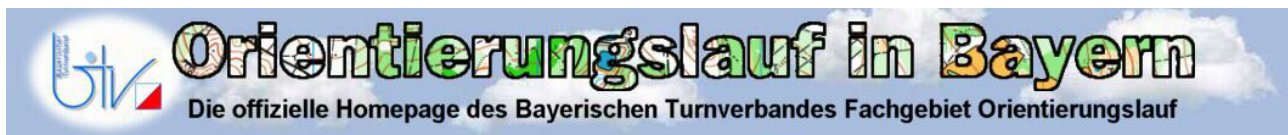
Am bemerkenswertesten sind aber einige Änderungen auf der Bayernseite (<http://www.ol-bayern.de>). Dank Matthias Söllner ist es jetzt möglich, dass sich jeder selbstständig in die **Mailliste** einträgt. Somit kann also die brandneue e-Anschrift gleich publik gemacht werden und es muss nicht auf das nächste Update gewartet werden. Mit einer neuen **Terminliste** ist es seit kurzem möglich, seine Termine selber

einzutragen. Vor allem kleinere Läufe und Trainingstermine können so auf einfache Art und Weise veröffentlicht werden. Wusstest ihr, dass auch ein **Chatroom** für die Bayer. Oler eingerichtet wurde? Bisher haben sich aber leider montags um 20.00 Uhr immer nur dieselben vier – fünf eingefunden. Neben dem bestehenden Diskussionsforum kann vielleicht auch auf dem Weg des Chats ein falsch stehender Posten diskutiert werden. Allerdings sind Meinungsäußerungen im Chat nicht noch Wochen später nachlesbar, aber dies ist vielleicht auch von Vorteil.

Eifrige Surfer haben aber sicher auch schon festgestellt, dass sich die deutsche OL-Seite (<http://www.orientierungslauf.de>) gebessert hat. Nicht nur die Aktualität sondern auch die Übersichtlichkeit ist deutlich gestiegen. Viel genutzt werden auch die zusätzlichen Möglichkeiten, Neuigkeiten (auf dem schwarzen Brett) und Meinungen (im Diskussionsforum des TK-OL) los zu werden.

Insgesamt hat sich nicht nur die Aktualität im WWW gebessert, sondern auch die zur Verfügung stehenden Informationen. Nur wird es leider auch mit der steigenden Zahl an Webseiten immer unübersichtlicher gezielt die Information zu finden, welche man gerade benötigt. Von daher ist es wichtig, dass die neuen Möglichkeiten auf www.ol-bayern.de intensiv genutzt werden. So finden dann auch alle „Neubayern“ gezielt die Ausschreibungen zu den OL-Terminen in Bayern.

PS: Vielleicht ist der Artikel ja beim Erscheinen schon gar nicht mehr aktuell, da es schon wieder neue Seiten und Möglichkeiten gibt. Gerade jetzt in der OL-losen Zeit bleibt so mancher länger vor dem Rechner sitzen..... (24.11.00)



OL International

Die starke Überraschung: Sensationeller Sieg von Antje Bornhak im MBO-Weltcup†

Nach Platz 2 im Vorjahr schaffte Antje Bornhak (TSV Deggendorf) diesmal den Sprung an die Spitze: Souveräner Gesamtsieg in der zweiten Auflage des Weltcups im Mountainbike-Orientierungslauf (MBO)

Martin Schubert

Die Weltcup-Saison ist kurz – von Anfang September bis Ende Oktober. Dementsprechend hart sind die acht Rennen in sieben Wochen, meist Doppelveranstaltungen an den Wochenenden. Zumal für reine Amateure. Die für den TSV Deggendorf fahrende Antje Bornhak steht voll im Job und bezahlt Startgelder, Anreise, Unterkunft etc. alles aus der eigenen Tasche. Dabei war sie nicht mal für den Weltcup nominiert. Man muss sich das mal vorstellen: Der mit internationalen Erfolgen alles andere als verwöhnte deutsche OL nominiert die Weltcup-Zweite nicht für den deutschen Kader, weil sie die Kaderrichtlinien nicht erfüllte, die ausschließlich nationale Wettkämpfe heranziehen. Da aber war Antje nicht dabei, um sich nach einer langen Ski-OL-Saison mal eine Pause zu gönnen. Stattdessen muss Antje eine Wild Card in Anspruch nehmen, um überhaupt im Weltcup starten zu können.

† Der Beitrag erschien im Bayernturner 12/2000

Doch die an der deutsch-österreichischen Grenze lebende und trainierende Spezialistin im Mountainbike- und Ski-OL steckt dies erstaunlich gelassen weg. Dies demonstriert sie eindrucksvoll beim Weltcup-Auftakt in Tschechien. Die schwierigen Bedingungen auf einem ehemaligen Truppenübungsplatz mit tiefgründigem Sandboden und endlosen Schlammlöchern meistert sie unbekümmert. Auf den von Rinnen durchzogenen Gefällstrecken spielt sie gekonnt ihre Kraft und hohe Konzentrationsfähigkeit, die auch im dichten Wegenetz gefragt ist, aus. Schon zum ersten Posten wählt Antje eine völlig andere Route als die vor ihr gestarteten Fahrerinnen und holt bereits die 3 min. vor ihr ins Rennen gegangene Slowakin ein. Zum zweiten Posten wählt sie wieder eine andere Route mit einem längeren Asphalt-Abschnitt und schon hat sie die nächste Fahrerinnen eingeholt. "Das Orientieren kam mir an diesem Tag wie eine Intuition vor. Es lief wie von selber und ich konnte mich voll auf das Biken konzentrieren," bilanziert Antje nach ihrem klaren Sieg mit 5:43 min. Vorsprung auf die Schnellste aus dem starken tschechischen Team.



Doch es läuft nicht immer so traumhaft sicher. Schon beim zweiten Wertungsrennen verliert Antje nach einem Sturz ihre Kontrollkarte und muss sich nach einer längeren Suchaktion mit Rang 2 begnügen. Oder beim vierten Rennen in den belgischen Ardennen, als sie sich von einer eingeholten Fahrerinnen irritieren lässt, die einen vollkommen anderen Weg einschlägt. Nach den daraus resultierenden Nervositätsfehlern kann sie mit dem 3. Platz noch mehr als zufrieden sein.

Optimal läuft es dagegen im dritten Rennen ebenfalls in den Ardennen. Hier findet Antje wieder ihre "Traumbedingungen" vor: Durch strömenden Regen Knöchel tiefe Schlammrinnen und Traktorspuren, in denen sich das Wasser staut, so dass das Rad permanent bis zur Nabe versinkt. Dazu umgestürzte Bäume, die immer wieder zum Absteigen zwingen. Diesmal wird ein "Free-Order-Race" mit freier Wahl der Postenreihenfolge ausgetragen. Hier sind Entscheidungsfreude, Kreativität und Sicherheit bei der Routenwahl gefragt. Da man die Karte eine Minute vor dem Start erhält, muss man innerhalb dieser Minute das gesamte Rennen vorausplanen. Ein Ändern der Strategie während des Rennens ist praktisch nicht möglich. Kein Problem für die Fahrerinnen vom TSV Deggendorf: Rang 1 mit fast 7 min. Vorsprung!



Auch beim fünften Rennen in Frankreich setzt sich Antje wieder 7 min von ihren stärksten Konkurrentinnen ab, die wie immer aus Tschechien kommen. Selbst die Junioren und Herren 35, die auf der gleichen Bahn fahren, kommen nicht an ihre Zeit heran. Unheimlich! Beim sechsten Rennen in Ungarn geht Antje trotz einer gebrochenen Rippe, die sie sich beim Biketraining zugezogen hat, an den Start. Denn sie will sich den Gesamtsieg schon vorzeitig sichern. Und tatsächlich: Mit einem 2. Platz gelingt ihr das

auch. Antje Bornhak steht schon vor den beiden Abschluss-Rennen als Weltcupsiegerin fest! Mit ihren durchschnittlichen km-Zeiten kann Antje sogar bei den Herren in der Spitzengruppe mitfahren. Unglaublich!

MBO ist mit dem Ski-OL vergleichbar. Mit Hilfe einer Karte wird eine vorgegebene Bahn abgefahren. Dabei darf man sich ausschließlich auf kartierten Wegen, die nach ihrer Befahrbarkeit kartographiert worden sind, bewegen. Das Fahren abseits der Wege ist streng verboten. Schnelle Entscheidungen sind gefragt. Häufig gilt es, zwischen gut befahrbaren Umfahrungsrouten und der direkten, aber nicht unbedingt schnelleren Alternative zu wählen. Höchste Konzentration ist Voraussetzung, um auf der einen Seite den Kartenkontakt nicht zu verlieren und auf der anderen Seite die Biketechnik nicht zu vernachlässigen. Zur professionellen Ausrüstung gehört neben Bike und Helm ein drehbarer Kartenständer, der auf dem Lenker montiert wird. So lässt sich die Karte immer einnorden, und das Karten lesen während des Fahrens wird erleichtert.

In der Gesamtwertung der Weltcup-Staffeln erreichte Antje Bornhak mit dem deutschen Damen-“Team” hinter den starken Tschechinnen und den Spanierinnen einen sehr guten 3. Rang. “Aber bei der Siegerehrung des Gesamtweltcups stand ich neben sechs Tschechinnen und den Spanierinnen alleine oben, weil unser Team schon vorher nach Hause gefahren ist,” erkannte Antje, dass auch nicht alles Gold ist was glänzt. Aber vielleicht kommt sie in der nächsten Weltcup-Saison und bei der ersten WM 2002 in Frankreich wenigstens ohne Wild Card an den Start...

Mit OL-Schuhen und Kanus zwischen Bibern und Elchen

Ralph Meißner

Wir haben sie tatsächlich gesehen, die Elche und Biber, so wie es uns der Veranstalter einer Safari garantiert hatte. Danach hatten wir den geschärften Blick, selbst weitere Biberburgen aufzuspüren und damit das Traumland Norwegen noch besser zu erfassen. Vergnügt glitten wir mit Kanus über stille Seen, sammelten die ersten Heidelbeeren und machten Ausflüge durch die atemberaubende Landschaft. Höhepunkt war die Fahrt über den Heikeli-Vej, einer Panoramastraße über teilweise noch schneebedeckte Hochflächen und vorbei an zahllosen, tosenden Wasserfällen bis zum Sörfjord, um abschließend eine Wanderung über einen abenteuerlichen Steig mit urwaldähnlicher Hängebrücke zu einem Gletscher zu machen. Und während das Wetter in diesen zwei Wochen in Deutschland sehr mäßig war, erfreuten wir uns im Norden paradoxerweise meistens bei angenehmen Sonnenschein. Die gemietete, komfortable und geräumige Hütte sorgte im übrigen für eine behagliche Atmosphäre zu einem für die Hochsaison – besonders im Vergleich zum Süden – sehr günstigen Preis. Zugegeben – ansonsten sind in Norwegen die Lebenshaltungskosten teuer, so daß hinsichtlich der Mitnahme von Verpflegung die Reise sorgfältig vorbereitet werden muss.

Was uns natürlich auch nach Norwegen führte, war der Gedanke, in einem der Ursprungsländer des OL's die totale Herausforderung in der Wildnis zu suchen. Und so nahmen wir in der ersten Urlaubswoche an 5 von 6 Etappen des OL-Klassikers „Sörlandsgaloppen“ bei Kristiansand teil. Hierbei werden die 4 besten Etappen jedes Läufers gewertet. Der Sieger erhält 1000 Punkte und alle 3 Sekunden Rückstand verliert man einen Punkt. So schnell wie ich hier die Punkte verlor, hätte ich gar nicht rückwärts zählen können. Die „Nordmänner“ bewegten sich zwischen Felsen und quer durch Sümpfe und Unterholz vergleichsweise so schnell, als wären wir irgendwo in einem gepflegten deutschen Wald. Zum Glück gab es noch die Oldies vom Belgischen Militärteam, die mich mit schöner Regelmäßigkeit vom Sturz ans Tabellenende bewahrten.

Viel ermutigender war da doch, wie unsere Kinder der Konkurrenz trotzten. Bernhard ließ schon in der ersten Etappe mit einem für einen Mitteleuropäer recht guten 10. Platz in der H 14 aufhorchen, wurde am 2. Tag nach einem furiosen Lauf sogar Vierter (sehr knapp hinter Platz 2 und 3) und fand sich nach einer weiteren soliden Leistung nach 3 Tagen auf Rang 6 wieder. In den nächsten beiden Etappen lief es dann nicht ganz so gut, so daß er noch 4 Plätze einbüßte. Britta hatte in der D 10 den Vorzug, daß sie die Karte mit eingedruckter Bahn bereits im Wettkampfbüro bekam, weshalb wir die Strecke erst einmal in Ruhe vorbesprechen konnten. Trotzdem war es für sie keinesfalls leicht, die winzigen Pfade zwischen den zahllosen Felsen auf der Karte und im Gelände neben anderen Tritts Spuren zu erkennen. Sie meisterte die Aufgabe ohne fremde Hilfe an allen Tagen mit ordentlichen Zeiten und steigerte sich bei der 4. und 5. Etappe noch einmal deutlich, was mit einem 10. bzw. 11. Etappenplatz unter 26 Teilnehmerinnen belohnt wurde.

Trotz der Teilnahme von über 1800 Läufern, unter denen sich nur ganz wenige Deutsche befanden, war es eine übersichtliche, beschauliche Veranstaltung. Sie erweckte eher den Eindruck eines regionalen Ereignisses mit internationaler Beteiligung, was auch der Verzicht auf Länderflaggen und Nationenbezeichnungen unterstrich; es gab nur Vereinsnamen. Am Start ersparten wir uns als Familie / Verein stets Wartezeiten, da wir immer in einem Zeitfenster von 10 min weglaufen konnten. Die Laufkarten wurden im Ziel nicht eingesammelt mit dem vertrauensvollen Hinweis, man möge sie noch nicht gestarteten Wettkämpfern nicht zeigen. Wir waren auch beeindruckt, welches breite Angebot speziell für Einsteiger vorhanden war. Gewöhnungsbedürftig waren dagegen vielleicht weniger die hohen Startgebühren für technisch hervorragende Wettkämpfe, als die Zusatzkosten für das Parken (täglich DM 5.-), die Leihgebühr für die E-cards (DM 6.- pro Tag und Person) und die tägliche City-Maut (DM 2.50 für die einfache Strecke durch Kristiansand) auf dem Weg von und zum WKZ / Campingplatz. Letztere konnten wir umgehen, da wir auf dem Lande wohnten und stets von der Gegenrichtung zum Wettkampfgelände fuhren.

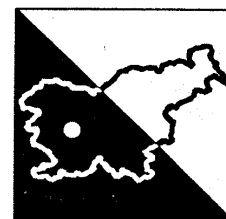
Doch auf jeden Fall war es uns das alles wert, und so machten wir uns zufrieden auf den Heimweg, mit dem Blick zurück auf die Biber und Elche, und als Souvenir die Trolle in der Tasche !

Zwei Stockerlplätze und jede Menge Spaß

Erfolgreiches Abschneiden beim slowenischen 3-Tage-OL "Cerkno-Cup"

von Ralph Körner

Während sich ein großes Kontingent der bayerischen Orientierer beim Hungária Kupa mit der internationalen Konkurrenz maß, fuhren drei Deggendorfer zum slowenischen 3-Tage-OL mit "World Ranking Event" in Cerkno und Cmi vrh nad Idrijo, dem Cerkno-Cup, um dort eben dasselbe zu tun. Die meisten Starter kamen aus Italien, Tschechien, Österreich und Slowenien, außer uns Bayern war nur noch ein Deutscher in Cerkno am Start. Das bekanntlich äußerst anspruchsvolle Karstgelände verlangte den Startern sowohl konditionell als auch orientierungstechnisch einiges ab, dazu kam noch die extreme Hitze mit über 35°C im Schatten. Die Chronik der Wettkämpfe:



1. Tag, Crni vrh: In dem von tiefen Mulden und Einschnitten geprägten Gelände kommt der bereits "slowenienerfahrene" Ralph Körner gut zurecht und landet in H 19-20 auf dem aussichtsreichen Platz 3. Sera Trennheuser passiert in D 13-14 ein Parallelfehler, sie rangiert dennoch auf Platz 4. Christoph Garhammer schlägt sich bei seinem ersten Mehrtage-OL gut und landet in der starken Kategorie H 15-16 auf Platz 16.

2. Tag, Cmi vrh: Heute ist das typische Karstgelände angesagt: Senken über Senken und steinige Hänge, teils aber auch das Gelände des Vortags. Ralph gelingt mit Platz 3 erneut der Sprung aufs Podium, Christoph verpatzt leider einen Posten und wird nur 19., sein Rückstand nach vorne hält sich aber in Grenzen. Den Coup des Tages aber landet Sera: Mit einer Minute Vorsprung holt sie sich den Etappensieg und schiebt sich gleichzeitig auf Platz 2 der Gesamtwertung vor.

3. Tag, Cerkno: Das gesamte Wettkampfgelände des Jagdstarts ist ein einziger Berghang mit Höhenlinien im Millimeterabstand. Glücklicherweise liegt der Start 200m über dem Ziel und es ist ein Kurz-OL. Christoph kann größere Fehler vermeiden und schiebt sich erfreulicherweise noch auf Platz 17 nach vorne. Sera kann im Zieleinlauf die knapp nach ihr gestartete Slowenin abhängen und behält ihren Silberplatz. Zum Abschluß des 3-Tage-OLs holt sich auch Ralph noch seinen Etappensieg: Mit drei Minuten Vorsprung läuft er Tagesbestzeit und festigt somit seinen dritten Gesamtrang, kann aber die beiden vor ihm liegenden Läufer nicht mehr erreichen.

In der Clubwertung holt sich die OLA TSV Deggendorf trotz der nur drei Starter den guten 17. Platz unter 81 Vereinen.

Im Rahmen der Wettkämpfe wurden die wunderschönen Karsthöhlen von Postojna, sowie Burg und Höhle von Predjama besichtigt und vor allem viel entspannt. Alles zusammen hat Appetit auf mehr Slowenien gemacht. So gibt es vermutlich ein Wiedersehen beim 3-Tage-OL 2001 bei Ljubljana.

La freddo sorpresa: ARGE Alp in Fiera de Primiero (Trentino)

OL im verscheitern Bergwald und die Hausaufgaben für Bayern

Silvia Seidl

Der ARGE-Alp-Cup steht bei den bayerischen Orientierungsläufern hoch im Kurs und viele waren der Einladung nach Fiera di Primiero in den Dolomiten gefolgt.

Am Freitag ging die Reise los; bei strömenden Regen mit Zustieg in München in den Bus und nur noch Richtung Süden; in Innsbruck wurden die letzten Mitfahrer aufgegebelt. Nach einer Umleitung kurz vor dem Ziel, bedingt durch einen Felssturz, erreichten wir endlich gegen 19.00 Uhr unser Hotel. Zimmerverteilung und danach ab in die nächste Pizzeria.

Am nächsten Morgen noch immer strömender Regen. Beim Frühstück ein Telefonanruf von Geli, die mit ihrem Wohnmobil schon draußen im Laufgelände steht: Schneefall bei -4°C .

Wir plündern unsere Reisetaschen; was könnte man denn noch alles anziehen. Bei der Ankunft auf der Zielwiese werden unsere schlimmsten Befürchtungen noch übertroffen. Es werden Stimmen im Bus laut, die einen Abbruch des Wettkampfes fordern. Aber schließlich und endlich sind wir zum Laufen angereist; auch bei 10 cm Neuschnee.

Alles in allem läuft der Staffelwettkampf gar nicht so schlecht. Leider haben wir die letzten drei Läufer des Tages im Wald. Gerlinde vergisst im Schneegestöber den letzten Posten zu stempeln. Thomas hat es mit der Videokamera aufgenommen und rennt ihr in der Zielschleife entgegen; Gott sei Dank läuft sie die 100 m zurück und rettet damit Staffelpunkte. Nun warten wir nur noch auf Mark und Teresa. Da! Am Sichtposten, die gesamte Busbesatzung hängt auf einer Seite und schaut: aber was ist das? Teresa geht zurück in den Wald. Mark kommt ins Ziel und die Italiener beginnen das Ziel und den letzten Posten abzubauen. Eine Funktionärin kommt zum einsam dastehenden Bayernbus; lt. ihrem Computer sind alle Läufer im Ziel. Mit Händen und Füßen erklären wir ihr, dass wir noch eine Läuferin im Wald haben. Nach schier endlosen Minuten im Schnee eine Gestalt am Sichtposten; ein Aufschrei im Bus: Teresa kommt! Ein Funktionär läuft ihr mit dem letzten Posten in der Hand entgegen. Großen Respekt an Teresa. Sie hat eisern durch über die Strecke gekämpft.

Leider gab es am Abend bei der Siegerehrung nicht viel zu jubeln. Drei 4. Plätze, drei 5. Plätze, zwei 6.

Plätze, je ein 8. und 9. Platz, zwei 11. Plätze, sowie ein 14. und ein 16. Platz. Einziger Lichtblick des Abends aus Sicht der Bayern: Ufi in Lederhosen.



Neuer Morgen, kein Regen und der Wille zum Siegen. Mit Bus und per Shuttle Anreise zum zweiten Lauftag. Wundervolles Panorama; steile Bergehänge, schneebedeckte Gipfel. Irgendwie fühle ich mich nicht zur Bergziege geboren. Da haben uns im Berggelände die Schweizer vom Laufstil her

doch einiges voraus. Am Start wurschtle ich meine Karte in die Klarsichthülle, leider sehe ich meine Mitstarter dann nur noch von hinten. Das fängt ja schon wieder gut an; den ersten weg, den ich mir als Attackpoint gesetzt habe, finde ich nur über Umwege und stetig geht's steil bergauf. Zum nächsten Punkt über den Gipfel und dann nur noch bergab, aber wie weit? Ist das hier Dickicht, Wald oder Lichtung? Im gewachsenen Bergwald sind die Grenzen fließend; diese Erfahrung habe ich am Tag vorher schon gemacht. Ich habe Glück (und etwas Können) und bin doch fast da gelandet, wo ich hin wollte. Immer in Postennähe trifft man auf ein Rudel Läufer, die nach Posten suchen; ganze Postennester – freie Auswahl 185, 186, 187 – alle in unmittelbarer Nähe. Nach einem längeren Laufabschnitt über eine Almwiese, auf der auch ich endlich mal Tempo laufen kann und der schon bekannten Suche (im Rudel) am vorletzten Posten erreiche ich das Ziel.

Groß ist die Ausbeute an vorderen Plätzen auch an diesem Tag nicht. Böhme, Anne 4. Platz; Wieland, Anne 6. Platz; Passing, Anneli 10. Platz; Weid, Angelika 9. Platz; Voit, Marga 6. Platz; Meißner, Bernhard 8. Platz; Körner, Ralph 5. Platz; Scholz, Manfred 8. Platz; Böhme, André 10. Platz; Oechler, Dieter 10. Platz, Söllner, Matthias 7. Platz, Simon, Christine 2. Platz. Der Rest der Bayern findet sich irgendwo zwischen Platz 10 und 20.

Fazit nach diesem Wochenende in den Dolomiten: Original Ton „das war nicht unser Gelände“. Hoffentlich lags nur am Gelände oder vielleicht sollten die Bayern doch ihr Training im läuferischen wie im o-technischen Bereich intensivieren, um auf nationaler und internationaler Ebene vorne mithalten zu können. Der Bayerncup kann und darf nicht das Maß aller Dinge sein. Wir müssen uns auch über der Weißwurstäquator hinaus orientieren.

Abschließend möchte ich das vorbildliche Auftreten der bayerischen Jugendlichen erwähnen. Geschlossen beste Mannschaftsleistung der 12 – 20-jährigen in Benehmen, Rücksichtnahme und Umgang miteinander und Erwachsenen gegenüber. Hier können sich viele eine super dicke Scheibe abschneiden.

PS der Redaktion: der ARGE Alp 2001 findet in Telfs in Tirol statt. Wer schon einmal zwischen Seefeld, Leutasch und Telfs unterwegs war, wird wissen, was uns erwartet.

Gassen- und Brücken-Spektakel der besonderen Art

Das alljährliche Erlebnis "Stadt-OL-Meeting von Venedig" von Ralph Körner

"Einen schöneren Saisonabschluß kann man sich nicht vorstellen!". So denken immer mehr bayerische Orientierungsläufer in Bezug auf den venezianischen Stadt-OL. Das zeigt sich vor allem daran, daß die Zahl der bayerischen Teilnehmer an der internationalen Großveranstaltung (ca. 3000 Starter) in der Lagunenstadt ständig steigt.

In diesem Jahr fanden sich fast 20 Bayern in Venedig zusammen, die das Stadt-OL-Erlebnis zwischen Brücken und Brunnen, Gassen und Kanälen hautnah erleben wollten und auch konnten.

Dabei muß erwähnt werden, daß beim Stadt-OL von Venedig mehr als bei jedem anderen OL der Weg das Ziel ist. Im Gassengewirr der Stadt ist die Feinorientierung der wichtigste Faktor, der Läufer kann es sich nicht leisten, seine Augen längere Zeit von der Karte zu lassen, da meist die nächste Abzweigung 20 Meter weiter schon die nächste Routenwahlentscheidung von ihm verlangt, worauf nach abermals ein paar Metern die nächste folgt. Vielleicht wird dadurch deutlich, wie interessant dieser OL-Typ für die Teilnehmer ist.



Deutlich wird es vor allem dadurch, daß beispielsweise die Herrenelite-Bahn auf 10,1 km nur elf (!) Posten zu finden hatte, dabei aber mehrmals der Canal Grande zu überqueren war, so daß man sich an einer der nur drei über den Kanal führenden Brücken quasi einen zusätzlichen Posten denken mußte, um die Wasserstraße überqueren zu können. (Natürlich ist Schwimmen und Gondelfahren während des Wettkampfs verboten!)

Wie bereits gesagt, waren beim diesjährigen "Venice Orienteering Meeting" (VOM) knapp 20 weiß-blaue Vertreter am Start. Diese verteilten sich im wesentlichen auf die Reisegruppe von Sport Köpf München, die den Löwenanteil stellte, die "Bayern" (Vereinsname) selbst und ein paar "OL-Touristen" aus Deggendorf. (Meistens wird der sonntägliche Stadt-OL mit Sightseeing am Samstag verbunden.)

Den am Samstag angebotenen Parkrace-OL (Originalbahn der PWT 1997!) nahmen aus bayerischer Sicht nur Ralph Körner und Manfred Scholz in Angriff. Beide platzierten sich im vorderen Mittelfeld.

Am Sonntag vormittag fand dann - glücklicherweise ohne größeres Hochwasser - das Stadt-OL-Meeting statt. Mit Maik Reiser, Matthias Söllner, Ronny Natho, Thomas Raach und Ralph Körner wagten sich gar fünf Bayern auf die oben genannte HE-Bahn. Im Vorderfeld ihrer Kategorien platzierten sich Jutta Nawroth als 14. in D40, Christiane Geiger als 16. in D21A, Manfred Scholz als 14. in H35 und Ralph Körner als 21. in H-ELITE. Am Ende waren wie jedes Jahr sowohl die "alten Venedig-Hasen" als auch die VOM-Debütanten vom OL-Erlebnis begeistert, so daß vermutlich auch beim "XXII. Meeting Internazionale della Corsa di Orientamento di Venezia 2001" wieder zahlreiche BTV'ler den Weg in die Lagune von Venedig finden werden.

Link zum Stadt-OL-Meeting von Venedig 2000: <http://digilander.iol.it/OrientVe99>

Kurzmeldung



Herzlichen Glückwunsch!

Jutta Nawroth hat sich auf eine neue Route gewagt. Im September 2000 eröffnete sie ihre Praxis für **Physikalische Therapie** in Amberg. Die bayerischen Oler wünschen viel Erfolg und zahlreiche Patienten. Möglicherweise werden auch der eine oder andere Oler/in von ihrer Hilfe oder Erfahrung profitieren. Immer unter dem Motto: Hier werden sie geholfen!

OL im Verein

Niederbayerns Ranglistensieger stehen fest

Endstand im Niederbayerischen Panthercup 2000 von Ralph Körner

Mittlerweile ist er eine Traditionsveranstaltung: der Niederbayerische Panthercup. Erstmals wurde der Regional-Cup heuer im Bayerncup-Format mit sechs Läufen und vier Wertungen ausgetragen. Mit 72 Teilnehmern in den fünf Kategorien ist die Wettkampfsrie als voller Erfolg zu werten.

Die Kategorie *A* der Elite und Spezialisten ging mit großem Vorsprung an den Vorjahressieger Ralph Körner (800,00 Punkte), der seine Deggendorfer Vereinskameraden Udo Rößler (439,32) und Manuel Krebs (392,37) auf die Plätze verweisen konnte.

Die Vorjahreskategorie *B* wurde in *B1* (Jugend, Fortgeschrittene bis 34 Jahre) und *B2* (Senioren ab 35 Jahre) geteilt. In *B1* siegte Johannes Grammer (Pfaffenberg, 563,27) vor Josef Fenzl jun. (FTSV



Straubing, 479,88) und seinem Alfred Rottmeier (Pfaffenberg, 380,00). Da hier die erforderliche Anzahl von vier Starts jedoch nicht erreicht wurde, kam es in dieser Klasse zu keiner Pokalverleihung.

Die Seniorenkategorie *B2* wies die breiteste Spitze auf. Am Ende siegte Heinz Fischl (788,92) denkbar knapp vor seinem Clubkameraden Walter Körner (785,97, beide Deggendorf) und dem Bernrieder Josef Baumgartner (735,45).

Beim Nachwuchs in der Kategorie *C* war es eine klare Angelegenheit für Vorjahressieger Marco Seidl (773,45) vom TSV Pfaffenberg, der seinen Bruder Sascha (736,05) und die Deggendorferin Sera Trennheuser (705,15) relativ deutlich auf die Plätze verweisen konnte.

Spannend bis zum Schluß war es in der Damenkategorie *D*. Hier lag bis vor dem letzten Lauf die verletzte Theresa Bauer (Deggendorf, 676,08) in Führung. Sie konnte jedoch nicht mehr antreten und so sicherte sich Silvia Seidl (Pfaffenberg, 712,96) den Gesamtsieg und auch Marie Schwanitz (Deggendorf, 677,36) konnte sich noch knapp auf Rang zwei nach vorne schieben.

Der letzte Posten aus Albertshofen

Die OL Gruppe des TSV Albertshofen 1905 zieht um Manfred Scholz, André Böhme

Als wir am 31.10.2000 die letzten Posten aus dem Wald holten und das in WKZ-Nähe unvermeidliche Aggregat abschalteten, war für die meisten unserer Gäste die Saison 2000 zu Ende. Wir nahmen Abschied von Freunden, wünschten ein schönes Restjahr und einen guten Start in die nächste Saison.

Für uns, das OL Team des TSV Albertshofen, war es viel mehr. Es waren unsere letzten Posten im Wald zwischen Main und Autobahn. Nachdem Manfred seinen neuen Lebensabschnitt in München beginnt, ist der direkt Bezug zum Verein verloren gegangen. Es ist einfach zu aufwendig, Karten und Wettkämpfe quer durch Bayern zu organisieren. So beschlossen wir, uns eine neue Vereinsanbindung zu suchen. Dabei ist das Team sich einig: wir werden auch zukünftig gemeinsam laufen.

Da es ein Abschied nicht nur von einem Verein, sondern von einer Region ist, möchten wir ihn mit einem kleinen Rückblick verbinden.

Der TSV Albertshofen war der letzte aktive OL-Verein in Unterfranken. In den vergangenen Jahren veranstaltete er regelmäßig ein bis zwei Wettkämpfe pro Jahr. Mit Engagement und einer kleinen Mannschaft wurden neue Karten aufgenommen und versucht, Wettkämpfe auf sportlich hohem Niveau anzubieten. Ob es immer gelungen ist, bleibt dem Urteil der OLERinnen und OLER vorbehalten, die die oft weite Anreise aus Bayern, sowie einmal aus dem gesamten Bundesgebiet nicht scheuten.

Voraussetzung für die Wettkämpfe waren vor allem Manfreds Karten, von denen einige das Zeug zum Klassiker haben. Erinnerung sei an Beispiele wie „Wiesentheid“, „Maradies“ und „Karlstadt“. Wie viel Wald ist nötig, um einen spannenden Wettkampf organisieren zu können?

Als einer der ersten Veranstalter in Bayern setzte der TSV auf neue Technik in der Organisation: SportIdent hatte seine Premiere in der Kurzstreckenmeisterschaft 1997. Dabei war dieser Schritt die Konsequenz aus einer Vereinsstruktur, in der die aktiven Mitglieder weit verstreut wohnten und nur in einem zeitlich engen Rahmen an der Ausrichtung eines Wettkampfes mitwirken konnten. Wir finden, es geht gut so.



Mit dem Abschied des TSV Albertshofen zieht sich aber auch der OL in Bayern aus einer Region zurück, die doch eigentlich noch einiges Potential hätte. Wer nimmt die fehlenden Karten entlang des Mains zwischen Spessart und Steigerwald auf?

Das Team wird zusammenbleiben und ein neues Vereinsdach finden. Sicher werden wir auch weiter Wettkämpfe organisieren. Wir danken allen, die in den vergangenen Jahren in Albertshofen mit dabei waren und würden uns freuen, Euch auch zukünftig, wenn auch in einem anderen Wald, wieder begrüßen zu dürfen.

Dank vor allem auch an den Verein TSV Albertshofen für die großzügige und unkomplizierte Unterstützung bei der Organisation von und der Teilnahme an Wettkämpfen aller Art. Es war eine schöne und erfolgreiche Zeit.

Gedanken zwischen den Wettkampffahren

Emotionen

Ralph Meißner

Wettkampfsport ausüben bedeutet Kampf und freundschaftliches Miteinander, Spannung und Entspannung, Erfolg und Niederlage, Freude und Enttäuschung, Glück und Pech, Nerven haben oder Nerven zeigen.

Das gilt gleichermaßen für Sportler wie für Trainer, Betreuer, Funktionäre - und Zuschauer (die es beim OL kaum gibt).

Um dieses Hobby jahrelang mit Motivation und großem Aufwand zu betreiben, dafür zu leben, egal ob sportausübend oder funktionell, bedarf es mehr als nur ein bißchen Spaß an der Sache. Stattdessen sind Idealismus und Leidenschaft treibende Kräfte, sich eine gewisse Arbeit – auch für andere Sportkameraden - immer wieder anzutun und die Herausforderung zu suchen, ohne zu wissen, ob am Ende des Weges der erhoffte Erfolg steht.

Ist es also verwunderlich, wenn es gerade beim Sport „menschelt“, wenn Gefühle und Emotionen gezeigt werden, die man im Alltag meist unterdrückt ? Wir kennen die Bilder: Freudentränen bei der Siegerehrung, Tränen bei der Niederlage, wütende Proteste beim Gefühl der Benachteiligung, FreudentänzeOlympia läßt grüßen !

Und warum soll sich dies alles nur beim „großen, öffentlichen Sport“, der uns via Fernsehen ins Haus geliefert wird, abspielen ? Ist dies beim OL nicht genauso normal und verständlich oder soll es ausnahmsweise hier fehl am Platze, ja gar unbeherrscht oder verwerflich sein ?

Ich denke: Wettkampfsport lebt vom Ehrgeiz und damit auch von **Emotionen** – und wird dadurch manchmal erst richtig schön ! OL ist Wettkampfsport – und ich habe mich dafür entschieden !

