



OL-Inform

1/ 2004

Bayerns aktuelle Orientierungslauf-Fachschrift



**TV Coburg-
Neuses und TV
Mietraching –
zwei Deutsche
Meisterteams
aus Bayern**



Liebe OLERinnen und OLER,

hinter dem bayerischen OL liegt ein bewegtes Jahr. Vieles davon war aus dem Internet und direkten Gesprächen zu erfahren. Die Redaktion des OL-Inform war Teil dieser Bewegung, die nicht immer sportlich getrieben war. Wir haben die Ziele unseres Konzeptes vom vergangenen Jahr nicht erreicht und zwischendurch auch daran gedacht, ganz aufzuhören. Vor allem berufliche Verpflichtungen ließen keinen Spielraum für die Arbeit an den geplanten Ausgaben. Aber so einfach gibt man keinen Wettkampf auf. Und so haltet Ihr mit dieser Ausgabe das erste und einzige Heft des Jahrgangs 2004 in der Hand, das gewissermaßen einen Staffelwechsel einleitet. Bevor Martin und ich die Redaktion ab 2005 an ein neues Team um Heike Oechler übergeben, möchten wir noch einen kleinen Rückblick auf die vergangenen Monate wagen. Das vergangene Jahr bot immerhin einige Höhepunkte, von denen zu berichten sich lohnt: DKM in Mitterteich, MTBO in Coburg und erfolgreiche Nachwuchstalente aus Coburg und Mietraching.

Mit der nächsten Ausgabe wird es einen neuen Anfang mit frischen Ideen und verbesserten technischen Möglichkeiten geben.

Das OL-Inform ist m.E. die einzig verbliebene OL-Fachschrift auf Landesebene in Deutschland. Es hat überlebt, weil treue Leser nicht nur nachgefragt, sondern durch eigene Beiträge aktiv mitgestaltet haben. Es ist eben nicht nur das Organ des Landesfachausschusses, sondern immer noch eine Plattform für Information und Kommunikation in und um unseren Sport. Dafür bedanken wir uns bei allen Aktiven und wünschen dem neuen Team weiterhin ein spitze Feder und eine ebenso gute Resonanz bei den Lesern.

André

Uttenreuth, im Dezember 2004

„OL-Inform“ Heft 1 / 28.12.2004	
Themen in diesem Heft	Impressum
☞ Landestagung OL 2004	Herausgeber:
☞ Neuwahl Landesfachausschuss	Fachausschuss Orientierungslauf Bayern im BTV
☞ Technische Neuerungen	Redaktion:
☞ Wolpertinger Pokal	André Böhme; Schlehenweg 4; 91080 Uttenreuth
☞ Alina Jugenheimer im Deutschen Nachwuchskader	Tel.: 0173 2564933
☞ DMK Mitterteich	eMail: presse@ol-bayern.de
☞ Ostsee-OL	Internet: http://www.ol-inform.de
☞ Alpen Adria Cup	Martin Schubert; Goethestraße 19; 93077 Bad Abbach;
☞ 5-Tage-OL Jicin 2004	eMail: presse2@ol-bayern.de
☞ MTB-OL Coburg	Bankverbindung:
☞ Schul-OL Deggendorf	André Böhme BTV OL
☞ Kinder-Turn-Olympiade Neumarkt	Sparkasse Erlangen
☞ OL an der Uni Regensburg	BLZ 763 500 00; Konto Nr. 15 – 129282
☞ OL-Rätsel	
☞ OLERn in den Kochtopf g'schaut	

Neues vom Landesfachausschuss

Die fetten Jahre sind vorbei

Das Jahresmeeting des Landesfachausschusses fand am 20.11.2004 in Nittendorf statt. Der neu gewählte Fachausschuss wird den bayerischen OL durch schwierige Zeiten führen müssen.

Von André Böhme

Der Landesfachausschuss OL hat nach einjähriger Pause wieder eine Landestagung durchgeführt. Agenda und Diskussionen wurden von zwei Themen bestimmt: Der Situation des OL im BTV und der Neuwahl des Landesfachausschusses. Die Ergebnisse des Tages zeigen, dass der OL in Bayern einen äußerst schwierigen Bahnabschnitt vor sich hat. Die Lösung der anstehenden Routenprobleme birgt einige Ungewissheiten in sich.

Berichte des Landesfachausschusses

Aus dem **Bericht des Landesfachwarts** wird deutlich, dass die Situation des BTV nach wie vor sehr angespannt ist. Seitens des Vorstands wurden spürbare und nachhaltige Maßnahmen zur Haushaltssanierung eingeleitet. Dazu gehört auch ein Beschluss zur Budgetverantwortung der einzelnen Fachbereiche. Dieser sieht für den OL ein ausgeglichenes Budget vor, d.h. alle Ausgaben müssen durch Einnahmen bestritten werden. Darin sind folgende Positionen enthalten.

Ausgaben	Einnahmen
Unkosten Mitarbeiter	Wettkampfgebühren
Medaillen und Pokale	Schul-OL
Internet-Auftritt	OL-Info
Schul-OL	ÜL-Fortbildung
OL-Info	D-Kader-Betreuung
ÜL-Fortbildung	

Diese Situation wird durch Trends innerhalb des OLs verschärft. Der **Bericht Wettkampfwesen** weist darauf hin, dass sich die Entwicklung der letzten Jahre unvermindert fortsetzt:

- Veranstalter bzw. Bewerberzahlen sind rückläufig,
- Kosten für Wettkampfveranstaltungen steigen
- Teilnehmerzahlen überregionaler Wettkämpfe gehen zurück

Verschiedene Versuche, diesen Trends entgegenzuwirken, haben keine nachhaltigen Wirkungen erzielt. Die Ursachen liegen offensichtlich nicht in internen Problemen, wie Anzahl der Kategorien und Streckenlängen. Vielmehr wirken gesamtgesellschaftliche Trends wie steigende Lebenshaltungskosten, hohe berufliche Belastungen und demografische Entwicklungen. Gewinner dieser Trends sind regionale Veranstaltungen und OL-Serien: Coburger OL-Serie, Deg-ParkTour, Münchner Sprintcup, Regensburger OL-Tour. Deren Teilnehmerzahlen sind stabil bzw. können einen leichten Anstieg verzeichnen.

Der OL wird auch in den nächsten Jahren in Bayern nicht wesentlich mehr Aktive dazu gewinnen können. Eher werden sich die Rahmenbedingungen (siehe Waldnutzungsgesetz!) noch verschärfen. Um dennoch interessanten und hochwertigen Sport bieten zu können, sind neue Ideen dringender denn je gefragt.

Auch die Berichte der anderen Fachausschussmitglieder geben ein stark differenziertes Bild.

Im **Leistungs- und Jugendförderungs Bereich** wurde der Landestrainer sehr erfolgreich durch ein Team um Katrin Lorenz vertreten. Dieses erreichte gemeinsam mit dem D-Kader einen sehr guten vierten Platz beim Jugendländerkampf und intensivierte Training und Ausbildung unseres Nachwuchses. Das Team wird die Arbeit auch 2005 gemeinsam fortsetzen.

Im **Kartenwesen** verfügen wir über ein aktuelles und fast vollständiges Archiv bayerischer Karten. Dieses wird nach wie vor aus verschiedenen Richtungen nachgefragt. Bedauerlich ist, dass Vereinsvertreter der OLA TSV Deggendorf keine Karten weitergeben.

Die guten Ansätze der vergangenen Jahre, in der Lehrerfortbildung präsent zu sein, konnten durch **Schule und Verein** trotz Bemühungen nicht ausgebaut werden. Schwierigkeiten liegen vor allem auf Seiten der Landesstelle für Schulsport (LASPO) als Träger.

Die **Öffentlichkeitsarbeit** ist in 2004 fast vollständig zum Erliegen gekommen. Die im vergangenen Jahr entwickelten Konzepte konnten wir nicht umsetzen.

Für die Zukunft ist zumindest die Redaktion des OL-Inform gesichert. Eine Arbeitsgruppe um Heike Oechler wird sie ab Januar übernehmen.

Der **ständige Ausschuss Schul-OL** konnte eine sehr erfolgreiche Bilanz ziehen. Im Berichtsjahr wurde mit 1200 Startern ein Teilnehmerrekord erzielt, aber gleichzeitig eine Aufwandsgrenze erreicht¹. Für die kommenden Jahre sollen daher neue Konzepte erarbeitet werden.

Aus den **Bezirken und Gauen** wurde von zahlreichen regionalen Veranstaltungen berichtet. Diese konzentrieren sich jedoch auf die OL-Zentren in Bayern.

Interessant erscheint ein Ansatz aus Kulmbach. Hier wurde OL im Rahmen des Brauereifestes angeboten. Von 10.000 Gästen gingen ca. 100 auf Postensuche. Im kommenden Jahr soll der OL ins offizielle Festprogramm integriert werden.

Neuwahl des Landesfachausschusses (LFA)

Für den neuen Fachausschuss waren neben dem Landesfachwart sieben weitere Verantwortungsbereiche ausgeschrieben. Nachdem einige Mitglieder langfristig angekündigt hatten, nicht wieder kandidieren zu wollen, war die Chance einer umfassenden Neubesetzung gegeben. Leider war das Interesse sehr begrenzt.

Der alte LFA wurde durch die Bezirks- und Gaufachwarte entlastet.

Die antretenden Kandidaten wurden jeweils einstimmig mit sieben Stimmen gewählt. Einige Verantwortungsbereiche konnten nicht besetzt werden, da keine Bewerbungen vorlagen.

Verantwortungsbereich	Aktiv	Anschrift	Email	Verein
Landesfachwart	Christian Ufholz	Olauerstr. 63 80997 München	landesfachwart@ol-bayern.de	TSV Grünwald
Stellvertretender Landesfachwart	Manfred Scholz	Orionstr. 2 85716 Unterschleißheim	kartenwesen@ol-bayern.de	SV Mietraching
Kartenwesen, Umwelt- und Naturschutz	Manfred Scholz	Orionstr. 2 85716 Unterschleißheim	kartenwesen@ol-bayern.de	SV Mietraching
Wettkampf- und Kampfrichterwesen	Jürgen Schubert	Reitgasse 96528 Rauenstein	wettkampfwesen@ol-bayern.de	TV Coburg-Neuses
Leistungs- und Nachwuchsförderung	Lionel Ehrl	Abt-Williram-Str. 60 85560 Ebersberg	landestrainer@ol-bayern.de	TSV Grünwald
Lehre und Bildung	Unbesetzt			
Freizeit- und Gesundheitssport, Schule und Verein	Unbesetzt			
Öffentlichkeitsarbeit	Unbesetzt			

¹ Vgl. Beitrag „Teilnehmerrekord im verflixten siebenten Jahr“ in diesem Heft

Der Landesjugendfachwart wird von der Bayerischen Turnerjugend gewählt. Der LFA schlägt Katrin Lorenz für dieses Amt vor.

Gemäß der Fachgebietsordnung wurden folgende ständige Ausschüsse eingerichtet bzw. bestätigt. Die Vorsitzenden sind stimmberechtigte Mitglieder auf der Landestagung.

Trainerrat:

Mitglieder von Amts wegen: Katrin Lorenz (Landesjugendfachwart), Lionel Ehrl (Landestrainer), Christian Ufholz (Vorsitzender LFA)

Die Fachwarte der Gaue Coburg-Frankenwald und Donau-Wald werden gebeten, je einen Vertreter anzusprechen, der für diese Regionen im Trainerrat mitarbeitet. Damit soll die dort geleistete Nachwuchsarbeit integriert werden.

Schul-OL:

Vorsitzender der Arbeitsgruppe Schul-OL ist Ralph Körner. Dieser stellt ein entsprechend regionales Team je nach Bedarf zusammen. Ralph bittet um Weitergabe entsprechender Aktivitäten an ihn, um einen Überblick zu erhalten.

ARGE-ALP:

Die Arbeitsgruppe bleibt derzeit inaktiv.

OL-Inform:

Mitglieder sind Heike Oechler (Ansprechpartner und Koordinatorin der AG), Uwe Weid, Ralph Körner, Katrin Dreßel

Ein Mitglied dieser AG sollte nach Möglichkeit als Ansprechpartner für die entsprechenden Gremien im BTV dienen.

Anträge und technische Fragen

Der Landestagung lagen mehrere Anträge zu technischen und organisatorischen Fragen vor. Nach intensiver Diskussion wurden folgende Beschlüsse gefasst.

Antrag: Zweitstartrecht bei Staffel- und Mannschaftsmeisterschaften

Die Starterfelder bei bayerischen Teamwettbewerben sind naturgemäß nicht sehr groß. Um die Attraktivität dieser Wettkämpfe insbesondere auch für kleine Vereine in allen Kategorien zu erhöhen, soll ein begrenztes Zweitstartrecht ermöglicht werden.

Die DTB-Rahmenordnung regelt in Punkt 3.2.1.2 das Zweitstartrecht. Ein Zweitstartrecht muss von beiden Vereinen akzeptiert werden. Es wird im Startpass eingetragen und gilt für mindestens ein Jahr. In dieser Zeit ist der Inhaber für beide Wettkämpfe an den Zweitverein gebunden. Ein wechselnder Start bei Bedarf ist nicht möglich.

Der Antrag wurde einstimmig angenommen.

Weitere Informationen zum Zweitstartrecht: DTB – Rahmenordnung, Pkt. 3.2.1.2

Pro	8
Contra	0
Enthaltung	2

http://www.dtb-online.de/cms/download2.php/article_24/24/Rahmenordnung%20neu.pdf

Antrag: Einführung der Kategorien D 19 K und H 21 K

Im Bestreben, das Streckenangebot in den Leistungskategorien attraktiver zu gestalten, wurde die Einführung von Kurzstrecken als Wertungskategorien vorgeschlagen.

Bei Bayerncupläufen über die Langdistanz sollen die Kategorien D 19 K bzw. H 21 K angeboten werden. Sie werden auf den Bahnen D 45 bzw. H 45 durchgeführt. Die Siegerin/der Sieger er-

hält 70 Punkte. Die Punktzahl für die Platzierten ergibt sich nach dem geltenden Berechnungsverfahren:

$$\text{Punkte} = \text{Siegerzeit} / \text{eigene Laufzeit} \times 70$$

Die Starterinnen und Starter werden im Bayerncup in den Kategorien D 19 E bzw. H 21 E geführt.

Pro	10
Contra	0
Enthaltung	0

Der Antrag wurde einstimmig angenommen.

Antrag: Einführung einer Bayerischen Sprintmeisterschaft

Sprintwettkämpfe erfreuen sich in verschiedenen Laufserien großer Beliebtheit. Sie tragen zunehmend zum öffentlichen Erscheinungsbild des OL bei. Die Austragung ist in urbanem Gelände (Parks, Stadtlagen) möglich. Desweiteren sind Landesmeisterschaften eine wichtige Voraussetzung für die Durchführung nationaler Meisterschaften. Vor diesem Hintergrund sollte auch eine Bayerische Sprintmeisterschaft ausgeschrieben werden.

In der Diskussion konnten zahlreiche Fragen noch nicht zufriedenstellend beantwortet werden. Über den Antrag wurde deshalb nicht beschlossen. Die Landestagung stellt das Thema in den Vereinen zur Diskussion. Dabei sollen u.a. folgende Aspekte betrachtet werden:

- Wie viele und welche Kategorien sollen ausgeschrieben werden?
- Nach welchem Modus soll gelaufen werden?
- Wie kann die Integration in den Wettkampfkalender erfolgen?
- Welche Nachfrage/Teilnehmerzahlen sind zu erwarten?

Die Ergebnisse der Diskussion werden auf der Landestagung 2005 zusammengefasst und zur Entscheidung gestellt.

Wettkampfplanung 2005

Ein Bayerncuplauf war noch nicht vergeben. Die Landestagung beschließt einstimmig, diesen am 17.04. zusammen mit einem westböhmischen Ranglistenlauf in Asch durchzuführen. Am Samstagabend (16.04.) wird die Übergabe der BC-Pokale 2004 in Pechbrunn nachgeholt.

Wolpi-Pokal 2004

Für den Wolpi-Pokal 2004 lagen zwei Vorschläge vor:

- Vorschlag 1: Coburger OL-Serie mit Michael Rödel und Christian Platzer
- Vorschlag 2: Angelika Hölzl für Einführung OL in den Sportunterricht des Chiemgaugymnasiums in Traunstein

Beide Vorschläge waren ausführlich und gut begründet. Nach geheimer Abstimmung wurde der Pokal an die **Coburger OL-Serie** vergeben. Damit wird die nachhaltige Breitenwirkung der Laufserie gewürdigt, in deren Rahmen während der letzten Jahre auch innovative Wettkampfformen eingeführt wurden.

Der neugewählte Landesfachausschuss dankt den ausscheidenden Mitgliedern für die in den letzten Jahren geleistete Arbeit. Außerdem wünschen wir allen OLERinnen und OLERn eine erfolgreiche Saison 2005!



Nachrichten aus dem D-Kader

Alina Jugenheimer vom TV-Coburg-Neuses im Deutschen Nachwuchskader

Von Angelika Weid

Ein schönes Vorweihnachtsgeschenk erreichte dieser Tage die knapp 15jährige Alina Jugenheimer aus Wiesenfeld. Sie bekam ihre Nominierung fürs D-C Kader vom Jugend-Bundestrainer Tim Schröder, Lübeck, mit Absegnung vom Trainerrat und Technischen Komitee Orientierungslauf zugesandt.

Ihre Erfolge vom vergangenen Jahr brachten ihr die Nominierung. So erreichte sie bei den Deutschen Meisterschaften auf der Kurzstrecke bei den Schülerinnen den 2. Platz. Ebenfalls zweite Plätze erreichte sie bei den Bayerischen Bestenkämpfen auf der Mittelstrecke, wo sie aus trainingstaktischen Gründen eine Klasse höher lief und bei den Bayerischen Einzelmeisterschaften auf der Langstrecke. Die Krone ihrer Erfolge war wohl der Gewinn der Deutschen Mannschaftsmeisterschaft bei den Schülerinnen mit ihren Vereinskameradinnen Johanna Scheler und Britta Meißner. In der selben Besetzung gewannen die drei an der Deutschen Staffeldmeisterschaft die Silbermedaille. Mit ihrer Vereinskollegin Johanna Scheler holte sie sich auf bayerischer Ebene die Silbermedaille bei den Mannschaftsmeisterschaften. Weitere Erfolge waren vordere Plätze bei Bundesranglistenläufen, einige Siege bei Bayerncupläufen und der Gewinn der Coburger OL-Serie.

Zu so viel Erfolg gehört natürlich auch aufwändiges Training. Trainiert wird Alina von ihrem Vater Gerd Jugenheimer. Weiter gut vorbereitet für die kommende Saison wird sie von ihrem Konditionstrainer Karl-Heinz Muggenthaler und von ihrem Technik-Trainer Thomas Scheler, der vom Fachausschuss OL als Stützpunkttrainer für Bayern-Nord benannt worden ist.

Viel Spaß macht ihr auch das Training mit ihrer Trainingsgruppe vom TV Coburg-Neuses.

Bayerische und nationale Highlights

Regen, Schweiß und Favoritensiege

Dass Orientierungsläufer wenig zimperlich sind, ist bekannt. Das untermalten nun die Deutschen Meisterschaften über die Mitteldistanz beim TuS Mitterteich. Wolkenbrüche machten die Titelnkämpfe zu einer Wasserschlacht bei viel zu kühlen Juni-Temperaturen.

Von Michael Rödel

Kein Wunder, dass auch die anwesenden Fernseheteams an diesem Tag ein Lieblingsmotiv hatten: Athleten, die nach ihren Läufen – für jede Kategorie gab es zwei Durchgänge – dreckverschmiert von Kopf bis Fuß ins Ziel liefen, in deren Gesichtern sich Schlamm und Schweiß vermischten und die sich nicht selten auch noch die Haut an Dornen aufgerissen hatten. Trotz der widrigen Bedingungen, der dezentralen Lage im oberpfälzischen Stiftland und des hohen Meisterschaftsstartgeldes fanden 650 „Postenjäger“ den Weg zum TuS Mitterteich, der bereits zum vierten Mal in seiner Geschichte als Ausrichter Deutscher Meisterschaften fungierte. Rund 50 der Starter waren 1982 dabei, als im gleichen Gelände schon einmal um Meistertitel gelaufen wurde.

Die Mitteldistanz ist – im Vergleich zur klassischen Langdistanz – die jüngere OL-Disziplin. Während auf der Langdistanz marathongestählte Athleten die besten Chancen haben, geht es hier um Tempohärte für eine Laufdistanz von (zweimal) rund einer halben Stunde und vor allem auch um eine schnelle und möglichst sichere Orientierungstechnik. Die Komponente „Orientierung“ wiegt auf der Mitteldistanz im Vergleich schwerer.

Favoriten unterstreichen schon im Vorlauf ihre Ambitionen

Während in den Jugend- und Seniorenkategorien die beiden Läufe des Regentages zu einer Gesamtwertung addiert wurden, entschieden in den Hauptklassen Vorläufe über die Zusammensetzung des A-Finales am Nachmittag. Ralph Körner, die bayerische Trumpfkarte in der Eliteklasse, weckte mit der siebtschnellsten Vorlaufzeit Hoffnungen auf eine Top-Ten-Platzierung.

Da die spannenden Entscheidungen des Orientierungslaufs für das Publikum unsichtbar im Wald fallen und da es der für den OL übliche Intervallstart dem Zuschauer ziemlich schwer macht, den Wettkampf wirklich verfolgen zu können, schickte der Ausrichter die Eliteläufer in ihren Finals nach rund der Hälfte der Strecke bereits das erste Mal durchs Zielgelände. Auf diese Weise konnte der Moderator die Zuschauer nicht nur über die Final-, sondern auch über die Zwischenzeiten informieren. Zwar lagen die Favoriten und späteren Sieger Karin Schmalfeld (Halle-Ammendorf) und Ingo Horst (Alsbach) bei dieser Zielpassage schon so weit in Front, dass nur noch ein wirklich großer Fehler oder eine Verletzung die beiden von ihrem Sturm Lauf auf die oberste Stufe des Podiums hätte abhalten können. Doch der Kampf um die Medaillen zeigte, welches Potenzial an Spannungsmomenten diese Sportart besitzt, gerade weil sich durch die orientierungstechnischen Anforderungen die Reihenfolge im Klassement ständig ändern kann. Ralph Körner lag bereits bei der Zwischenzeit auf Rang 16 und hielt diesen Platz bis ins Ziel. Er hatte keine großen Fehler zu beklagen: „An diesem Nachmittag war einfach nicht viel mehr drin“, resümierte er im Anschluss. Bei den Damen lief die für Grünwald startende Marie van Leynseele ebenfalls auf Platz 16 (sie war zwischenzeitlich sogar einmal Elfte); auch Katrin Lorenz schaffte den Sprung ins A-Finale und kam auf einen guten 21. Platz.

Ein „langer Schlag“ sortiert das Feld

Sowohl die Damen- als auch die Herrenstrecke begannen mit dem, was die Orientierer einen „langen Schlag“ nennen, eigentlich ein Charakteristikum der klassischen Langdistanz: Die erste Kontrollstelle war mit rund einem Kilometer Luftlinie sehr weit vom Start entfernt. Jede der vielen möglichen Routen zum psychologisch besonders wichtigen ersten Posten lief quer zu den Wegen, nicht einmal einen kleinen Pfad konnten die Finalteilnehmer nutzen. Orientierungshilfen waren nur die Höhenstruktur und mehrere, ebenfalls quer zu den möglichen Routen liegende Dickichte. Viele der anderen Bahnen des Tages in den Jugend- und Altersklassen waren ähnlich konzipiert – eine Bahnlegung, die offensichtlich den Vorlieben der bayerischen Starter entgegenkam und den BTV-Läufern bei der Siegerehrung eine ganze Menge Auftritte bescherte. Den einzigen Meistertitel sicherte sich Senior Georg Reischl (TV Osterhofen), inzwischen in der Kategorie H 70 am Start. Bereits beim Bayerncup über die Mitteldistanz hatte er eine Kostprobe seiner Leistungsfähigkeit gezeigt und viele jüngere Läufer hinter sich gelassen. Nun fügte er seiner reichen Medaillensammlung eine weitere Goldene hinzu.

Medaillen gab es noch mehrere, allesamt verdienen eigentlich eine ausführlichere Würdigung – steht doch hinter jedem Erfolg eine spannende Wettkampfgeschichte. So zum Beispiel hinter der Silbermedaille von Alina Jugenheimer (TV Coburg-Neuses) bei den Schülerinnen. Nach einem mittelprächtigen ersten Lauf war sie noch Sechste, direkt hinter ihrer Vereinskollegin Johanna Scheler. Dann aber zündete sie den Turbo und schob sich mit einem fulminanten zweiten Durchgang auf Platz zwei, den sie sich mit einer Konkurrentin teilte – mit nur acht Sekunden

Vorsprung auf die Viertplatzierte. Eine zweite Medaille für die Region Coburg sicherte sich Senior Dieter Oechler (ebenfalls Neuses, H 60), der in den vergangenen Jahren schon mehrmals zu Medaillenehren auf Bundesebene gelangte und nun Dritter wurde. Christiane Geiger (OLA TSV Deggendorf, D 35) gelang mit der Silbermedaille eine nie für möglich gehaltene Überraschung in der prestigeträchtigen Kategorie der Jungseniorinnen.

Läufer aller Altersklassen erwarben sich in Mitterteich das Prädikat „wetterfest“. Am Start standen tapfere Senioren ebenso wie zehnjährige Kinder, für die es allerdings noch nicht um Medaillenehren ging. Fünf Läufer gingen sogar in der Kategorie der Herren über 75 an den Start und ließen sich weder vom Schmuddelwetter noch Bächen, Gräben und Wurzelstöcken bremsen. Lob heimsten aber auch die Organisatoren ein, die einen reibungslosen Ablauf der Veranstaltung gewährleisteten.

Internationaler Ostsee-OL 2004

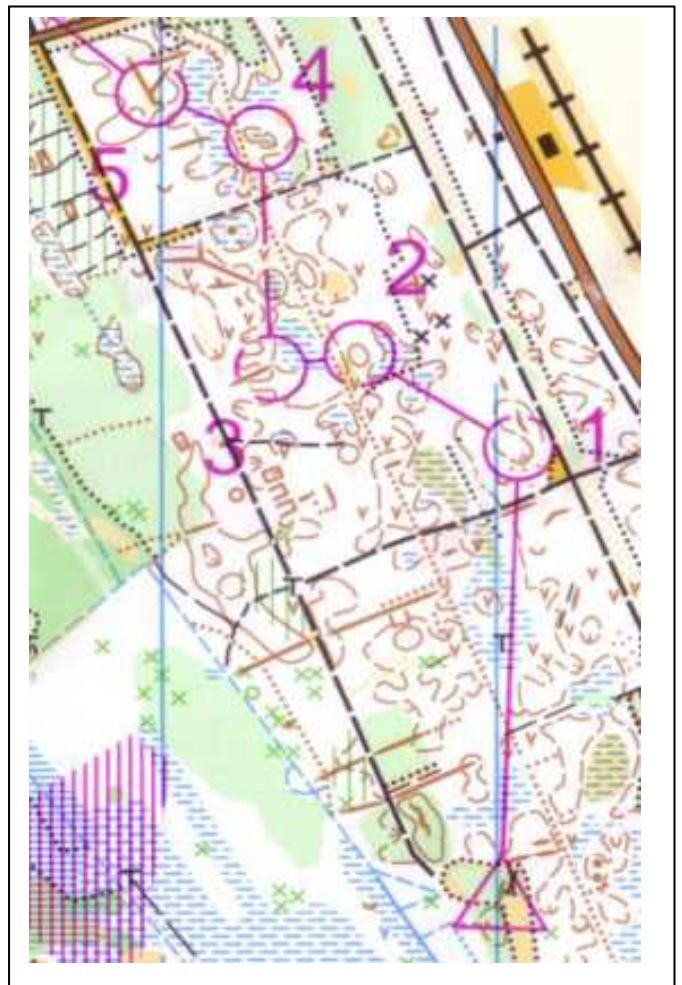
Erste Erfahrungen mit „nordischem“ Gelände Von Elisabeth und Matthias Reinwald

Wie stellt man sich als Regensburger Norddeutschland vor? Natürlich vor allem flach. Wie wäre demnach ein Orientierungslauf an der Ostsee? Flach und schnell. Auf jeden Fall mal was ganz anderes als die bei uns üblichen Bergläufe. Nach einer Woche Urlaub auf Rügen hatte sich unsere Vorstellung allerdings ziemlich geändert. Rügen ist alles andere als flach, zwar nicht gerade bergig, aber zumindest hügelig. Nachdem wir durch die wunderschönen Buchenwälder Rügens gewandert waren, freuten wir uns auf Läufe in übersichtlichem Gelände ohne störendes Unterholz und Bodenbewuchs. Doch auch diesmal kam alles anders als gedacht.

Um uns mit dem ungewohnten Gelände vertraut zu machen, besorgten wir uns vor der ersten Etappe die Trainingskarten. Das heißt, wir mussten sie selbst abzeichnen, da der Drucker im Organisationsbüro den Geist aufgegeben hatte. Das Trainingsgebiet lag benachbart zum Gelände des dritten Tages. Der erste Schock kam bereits beim Blick auf die Karte, das Gelände selber war auch nicht leichter. Ein Chaos aus Gräben, Felsblöcken, Löchern, kleinen Hügeln, viel Bodenbewuchs und allem, was sonst noch unangenehm ist. Also viel Feinorientierung und nichts mit schnell laufen.

1. Tag – Mitteldistanz

Nach diesem ersten Schreck waren wir schon gespannt auf die erste Etappe in der Nähe von Binz. Das Programmheft versprach ein abwechslungsreiches Gelände: *„sehr schnell beaufbare Buchenhochwälder ebenso wie schwer beaufbare Kiefernwälder und offene Heideschaft.“* Die Bahn D21AK hatte am ersten Tag 2750 m mit 65 Höhenmetern, die H21AK 4210 m mit 115 hm. Nach dem Start ging es gleich in



einen Kiefern-Birkenwald mit Blaubeerbüschen, der voller Gräben, Sümpfe und kleinen Hügeln war. Nachdem wir uns in die Karte eingesehen hatten, war dieser Teil eigentlich recht einfach.

Während die D21AK sich danach gleich in die Heidelandschaft stürzen durfte, konnten die Läufer der H21AK zunächst noch in steilen Buchenwaldhängen Kräfte lassen, bevor es ebenfalls in die Heide ging. Hier wartete ein Wirrwar aus Ginsterbüschen, Brombeerhecken, Dickichten, durchzogen von tiefen Schützengräben, Panzerstellungen und anderen Überbleibseln des ehemaligen Truppenübungsplatzes. Den größten Spaß daran hatten wohl die Zuschauer im Zielbereich, die beobachten konnten, wie die Läufer orientierungslos über den gut einsehbaren Hügel irrten.

2. Tag – Langdistanz

Die zweite Etappe wurde im gleichen Gebiet gelaufen, diesmal jedoch südlich des Ziels. Auch diesmal wartete ein unübersichtliches Heidegebiet auf die Läufer, der Rest der Bahnen war jedoch deutlich schneller und einfacher belaufbar. Die Strecken waren natürlich länger (D21AK: 4320 m, 125 hm; H21AK: 7180 m, 205 hm), und vor allem in der offenen Heide wurde es an diesem Tag ganz schön heiß.

3. Tag – Jagdstart

Am 3. Tag ging es in die Nähe von Putbus zum Jagdstart. Auf dieser Etappe bekamen wir endlich die schnell belaufbaren, flachen Buchenwälder unter die Beine. Allerdings zwangen Sumpfgebiete manchmal zu großen Umwegen. Das Orientieren war in diesem detailarmen Gelände sehr viel einfacher als an den Tagen davor. Das unübersichtliche Gelände aus dem Training wurde von der H21AK-Bahn (5850 m) gar nicht, von der D21AK-Bahn (3530 m) nur kurz berührt.

Fazit

Insgesamt hat sich der Ausflug nach Rügen sehr gelohnt. Abgesehen von einem schönen Urlaub haben wir einen tollen 3-Tage-OL erlebt. Allein die Zahl der Starter (1700) war beeindruckend, das Gelände zwar anders als wir uns es vorgestellt hatten, aber es war tatsächlich völlig anders als gewohnt. Die Läufe waren so ziemlich die schwersten, die wir bisher gemacht haben, aber dafür auch äußerst interessant und schön. Lisa belegte in der D21AK den 55. Platz, von 68 Startern, Matthias in der H21AK den 67. Platz von 100 Startern. Die vollständigen Ergebnisse sind zu finden unter: www.iool.de

OL international

Erfolgreicher Alpen-Adria-Cup in Kroatien

Sonne, Strand und überzeugende Leistungen des kleinen Bayernteams Von Ralph Körner

Überaus erfolgreich kehrte das kleine Bayernteam vom Alpen-Adria-Cup Ende Juni 2004 in Delnice (Kroatien) zurück. Das junge Quartett bestand aus Ralph Körner, Kostadin Dimov (beide TSV Grünwald), Simon Aigner (SV Mietraching) und Theresa Bauer (TSV Deggendorf).

Los ging die Fahrt gen Süden am Donnerstag. Als Laufgelände hatten sich die Organisatoren etwas besonderes ausgedacht: Nahezu unberührte Natur inmitten des entlegenen Nationalparks "Risnjak" wartete auf die Teilnehmer. Am Freitag stand die Mitteldistanz auf dem Programm. Ralph, Kostadin und Theresa starteten in den beiden Einzelläufen in den jeweils stark besetzten Elitekategorien, um bei den Wettkämpfen über die Mittel- und Langdistanz nicht nur Punkte für die Länderwertung, sondern auch Weltranglistenpunkte zu sammeln.

Leider lief es weder bei Ralph noch bei Kostadin rund. Beide machten im diffizilen und äußerst anspruchsvollen Karstgelände zu viele Fehler. Ralph belegte den 11. Platz unter knapp 50 Startern. Dabei wäre ohne weiteres ein Podiumsplatz möglich gewesen. Kostadin belegte Rang 15. Die Schwierigkeit der Bahn lässt sich an den Zeiten ablesen: Siegerzeit 44 Minuten auf 3,6 km, Ralph 55 Minuten, Kostadin 58 Minuten. Die eigentlich noch in der Juniorenkategorie startberechtigte Theresa hingegen schlug sich in der Damenelite und in ihrem ersten Karst-Wettkampf mehr als wacker und erreichte Rang 12 von 26 Starterinnen. Simon hingegen gelang ein nicht erwarteter Coup: Er gewann die leider nicht zum Länderkampf zählende Kategorie H16 mit drei Minuten Vorsprung und feierte damit eine gelungene Kroatien-Premiere. Am Abend ging's wie immer in die "Stamm-Pizzeria" in Delnice, wo es nicht nur leckeres Essen, sondern auch Fußball-EM satt zu sehen gab.

Am Tag darauf auf der Langdistanz lief es bei Ralph um Längen besser als am Vortag: Nach zwei kleinen Fehlern im Anfangsteil konzentrierte er sich besser auf die genaue Feinorientierung und brachte den Großteil der Bahn gänzlich fehlerfrei zu Ende. Dies bedeutete den starken, aber leider undankbaren vierten Platz mit nur drei Minuten Rückstand auf den Sieg. Auch in der Gesamtwertung der beiden Tage schob sich Ralph auf den vierten Platz nach vorne. Aber: Die erreichten 980 (!) Punkte in der Weltrangliste dürften die Enttäuschung hierüber schon etwas mindern. Kostadin machte erneut einige kleine Fehler, konnte sich aber mit Platz 16 noch im Vorderfeld plazieren. In der Gesamtwertung bedeutete dies den guten 13. Platz. Bei Theresa lief es zwar nicht ganz so gut wie am Vortag, doch auch der 16. Rang in der Damenelite ist ein weiteres starkes Ausrufezeichen der jungen Läuferin. Am Ende stand für sie der 14. Gesamtrang zu Buche mit nur geringem Rückstand auf die davor liegenden Plätze.

Nachdem der erste Tag etwas verregnet gewesen war, zeigte sich das Wetter im Norden Kroatiens nun von seiner besten Seite. Strahlender Sonnenschein und warme Temperaturen luden ein, sich die erste Vorbräune zu holen. An diesem Samstagnachmittag beschlossen die Bayern, einen Abstecher an die Adria zu machen und etwas zu baden. Die Badestelle, die das Quartett vorfand, übertraf alle Erwartungen: Eine mit zahlreichen Treppen versehene Felsenküste, kristallklares blaues Wasser, malerische Spazierwege am Strand entlang und zahlreiche Cafés und Bars machten den Strandabschnitt zu einem Geheimtipp für die Bürger Rijekas. Mehrfache Badeeinlagen im angenehm warmen Wasser der Adria und das obligatorische Eis sorgten für den Feinschliff eines tollen Feriennachmittages.

Am Sonntag aber stand noch die Staffel an. In der Länderwertung lag man nach zwei Tagen auf Rang 9 von 10 Ländern mit nur einem Punkt Rückstand auf Friaul/Julisch-Venetien. Diese hatten bei der Staffel allerdings die Damen- und die Herrenkategorie besetzt. Bayern konnte lediglich eine Herrenstaffel aufbieten (Theresa lief die Startschleife der Rahmenkategorie und gewann diese souverän!): Kostadin lieferte einmal mehr eine überaus starke Startschleife ab und wechselte im hochklassigen und mit zahlreichen Nationalläufern besetzten Feld als Vierter zusammen mit den drittplatzierten Serben und nur knapp hinter den stärksten Teams aus der Steiermark und Kroatien. Simon an zweiter Position musste leider seiner noch geringen Karst-Erfahrung und der schwierigeren Elitebahn etwas Tribut zollen und verlor drei Plätze. Den zeitlichen Rückstand konnte der Youngster aber in Grenzen halten. Ralph machte Platz um Platz gut, überholte den slowenischen Läufer noch auf der Schlusschleife und lief unter den 21 Staffeln einen fantastischen vierten Platz für das Trio hinter den drei starken Staffeln Steiermark, Kroatien und Baranya nach Hause. Nebenbei war dies für Ralph der dritte vierte Platz an diesem Wochenende ...

Am Ende dann die Überraschung: Die beiden Friaul-Staffeln hatten zusammen weniger Punkte gemacht als die starke bayerische Herrenstaffel, so dass die weiß-blaue Equipe noch vorbeiziehen konnte und den 8. Rang unter den 10 teilnehmenden Ländern sicherstellen konnte. Der 8. Platz ist angesichts des geringen Rückstandes zu den davor liegenden und mit kompletten Teams angetretenen Ländern nicht hoch genug einzuschätzen. Die Ausrichter des nächsten

Alpen-Adria-Cups, die OL-Freunde aus Somogy (Ungarn) überreichten Ralph stellvertretend für alle bayerischen Oler die herzliche Einladung zum Alpen-Adria-Cup im August 2005 im Süden Ungarns zwischen Balaton und Pecs. Vielleicht finden sich dann noch mehr Bayern fürs Team, um den diesjährigen Erfolg noch einmal zu toppen.

Wissenswertes zum Alpen-Adria-Cup

Die Arbeitsgemeinschaft Alpen-Adria richtet wie die ARGE ALP jährlich einen OL-Vergleichskampf der Mitgliedsländer aus. Dieser Alpen-Adria-Cup besteht aus je einem Lauf über die Mittel- und Langdistanz sowie einem Staffellauf. Im Einzel gibt es sechs Länderkampfkatgorien (DE, HE, D18, H18, D35, H35), bei der Staffel zwei (Damen, Herren). Zum Team gehören maximal vier Läufer in HE, drei Läuferinnen in DE und je zwei Läufer in den anderen vier Kategorien. Gewertet werden in HE drei, in DE zwei, ansonsten ein Läufer und je eine Staffel pro Kategorie. Die Vergabe der Länderpunkte erfolgt nach den Platzierungen. Wie beim Arge-Alp-Cup werden von den Teammitgliedern keine Startgebühren und hier auch keine Übernachtungskosten erhoben.

5-Tage-OL Jicin

Attraktive Postenjagd unterhalb der Schneekoppe Von Jürgen Schwanitz

Man nehme einen lauschigen, ansonsten etwas trüben Badesee inmitten eines ausgedehnten hügeligen Waldgebietes in den böhmischen Ausläufern des Riesengebirges bei Trutnov/Trautenau, platziere im dortigen Campingareal namens Svata Katerina ein Wettkampfbereich mit entsprechender Infrastruktur und Sorge für engagierte Organisation und fünf Tage durchgängig Sonnenschein mit sommerlich heißen Temperaturen. Dann lasse man ca. 1100 Teilnehmer aus 18 Nationen täglich ohne jeglichen Fahrkilometer (!) von diesem Zentralort mit mehr oder weniger längeren Distanzen zum Start wandern und in unterschiedlichen Geländepartien auf Postenjagd mit gelegentlich identischen Kontrollstellen gehen. Abends und auch zwischendurch Sorge man noch für abwechslungsreiche Unterhaltung mit Non-Stop-Discomusik, für eine trotz tschechischer Sprache ansprechende Liveband, ein bemerkenswertes Feuerwerk, einen anspruchsvollen Nacht-OL und einen attraktiven Staffel-OL mit Schwimmeinlagen, allerdings integriertem, höchst überflüssigen Bierflaschen-Extrinken. Dies war das gelungene Konzept für die 20. Auflage des diesjährigen OL-Klassikers von Jicin, die so rundum gelungenen Orientierungssport bot.



Zwar mangelte es den auf den OL-Karten eingezeichneten Höhenlinien einiges an Präzision, dafür war die Vegetation verständlich dargestellt und gut zuzuordnen. Trotz „steiniger“ Etappen vermisste man das absolute Sandsteinfelsen-Kletterhighlight, wie etwa weiland rund um die Trosky-Felsen oder im „Böhmischen Paradies“. Dafür gab es gleich vier verschiedene Kartenmaßstäbe für alle Kategorien (1:5000, 1:7500, 1:10.000, 1:15.000) – und wenn man wollte, konnte man wiederholt die Idealroute mitten durch das eigene Zeltplatzareal legen. Auch die tschechischen Organisatoren müssen dem vermehrten internationalen OL-Angebot, der Interessenabnutzung an ihrem Gelände und den erhöhten Transport- und Lebenshaltungskosten bei gediegen angestiegener Arbeitslosigkeit ihren Tribut zollen; damit werden frühere Teilnahmefelder von 5000 und mehr Aktiven wohl auch zukünftig Utopie bleiben – was das ohnehin bereits an deutliche Grenzen gekommene Entsorgungs- und Parkplatzproblem gerade noch beherrschbar hält.

Warum auch diese Organisatoren mit ihrer überzogenen Bahnlegung insbesondere im Schüler- und Juniorenbereich nicht dazulernen wollen und bei einem Mehrtagelauf ohne Meisterschaftscharakter Tagesetappen mit Schwierigkeitsgraden und Bahnlängen anbieten, die deutlich über unseren Normen bei DM-Einzel (klassisch) liegen, bleibt ihr Geheimnis und lässt sich auch nicht mit der Internationalität des Wettkampfes rechtfertigen. Zumal bei der Teilnahme von maximal der zweiten Garnitur zumindest in den Elitefeldern. Auch für die einheimische Spitzenklasse ist der Start an diesem Event längst nicht mehr selbstverständliche Ehrensache.

Aus Bayern waren aus Deggendorf und Coburg insgesamt zehn Läuferinnen und Läufer am Start, von denen mit Angelika Weid (D55A), Jan Schmidt (H16A) und Jürgen Schwanitz (H55A) immerhin drei Postenjäger sich für den Jagdstart qualifizieren konnten. Die individuellen Höhepunkte und Schwachstellen der weiß-blauen Aktiven zu analysieren und zu bewerten, verbietet sich für den Berichtstatter. Für alle bleibt ein unvergessliches Sporterlebnis bei optimalen Rahmenbedingungen, insbesondere für den Nachwuchs ein Zugewinn an Wettkampferfahrung und eine realistische internationale Standortbestimmung.

Die Gesamtergebnisse nach fünf Etappen: 17. Marie Schwanitz (D20A), 8. Karin Jugenheimer (D35A), 10. Angelika Weid (D55A), 26. Christopher Clemens (H14A), 15. Colin Schwanitz (H14B), 13. Jan Schmidt (H16A), 19. Benjamin Forkel (H16A), 11. Jürgen Schwanitz (H55A). Nicht in der Gesamtwertung wegen Etappen-Fehlquittung: Alina Jugenheimer (D14A) und Robin Ohme (H 12A).

OL in den Regionen

Erfahrungen sammeln auf zwei Rädern

Mountainbike-OL-Premiere in Coburg sollte Fortsetzung finden Von Herbert Hülss und André Böhme

Das Megasportwochenende am 12./13.06.2004 bot nicht nur in Portugal, Le Mans und Kanada Spannung und Begeisterung. Auch in Nordbayern nahe Sonnefeld ging eine Premiere erfolgreich durch den Wald: Der TV Coburg Neuses hatte unter Leitung von Herbert Hülss zum ersten Mountainbike-OL (MTBO) in Bayern eingeladen.

Der Wettkampf

In dem leistungsmäßig sehr gut besetzten Wettkampf waren die Coburger nicht unter sich, sondern mussten sich der Konkurrenz aus Thüringen, Bayreuth und Erlangen stellen. Ein Wermutstropfen war lediglich die insgesamt geringe Teilnehmerzahl bei der Premiere dieser recht jungen OL-Variante mit dem Trendsportgerät Mountainbike. Unter den 27 gemeldeten Aktiven war auch der MTBO-BRL-Führer Axel Deinert vom SV Sachsen Werdau, leider musste er kurzfristig absagen.

Erfreulich jedoch, dass sieggewohnte Biker die Herausforderung mit der Karte annahmen, wenig O-Probleme hatten und begeistert aus dem Wald kamen.

Vom Start weg forderte die durchaus anspruchsvolle Strecke – der Tagesbeste fuhr 12,5 km bei 210 Hm – den Aktiven sowohl konditionell als auch orientierungstechnisch bei der besten Routenwahl zwischen den Kontrollpunkten einiges ab. Die Aktiven hatten ein Zeitlimit von 60 Minuten um die Kontrollpunkte anzufahren, pro Minute Zeitverzug ergab 5 Punkte Abzug.

Im Intervallstart ging es auf einer Sichtstrecke sofort bergauf. Der Kampf der Biker gegen die Höhenmeter konnte von den noch Wartenden gut verfolgt werden. Jetzt mussten dreizehn Kontrollpunkte im Gelände in möglichst kurzer Zeit in freier Reihenfolge angefahren werden (Score).

Dabei kamen sowohl die wetttkampferprobten Biker, wie auch Orientierungsläufer zu einem abwechslungsreichen Wettkampf.

Die Erfahrungen

Für die meisten der Teilnehmer war diese Form des Orientierungssportes ebenso neu wie für den Veranstalter. Wir waren zusammengekommen, um etwas Neues auszuprobieren. In der Bewertung soll daher auf allzu strenge Regelkonformität verzichtet werden. Und so ist es für alle Beteiligten ein lehrreicher Nachmittag geworden.

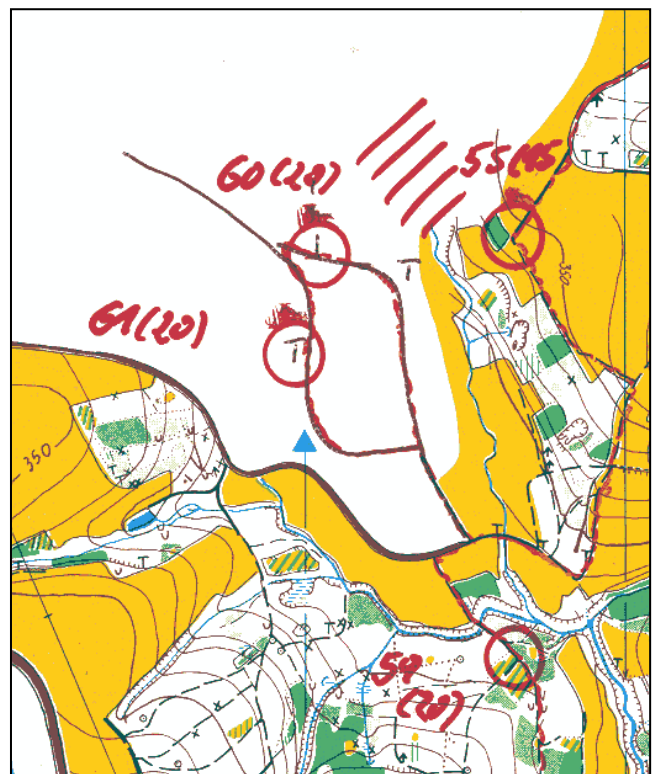
Die Idee hinter dem Wettkampf war, zwei Sportarten, die scheinbar wenig Gemeinsames haben, einander näher zu bringen. So traf sich denn eine kleine Schar Mountainbiker und Orientierungsläufer am Sportplatz Bieberbach bei Sonnefeld.

Die Veranstalter hatten eine uralte, jedoch wenig genutzte Karte reaktiviert. Es zeigte sich, dass sie für diesen Zweck noch gut geeignet war:

- Das Wegenetz hatte sich in den letzten 15 Jahren wenig verändert.
- Bewuchsunterschiede waren bei den erreichten Wettkampfgeschwindigkeiten kaum wahrnehmbar. Erst recht galt das für Einzelobjekte und andere Details.

Fazit I: Im MTBO ist die Genauigkeit einer klassischen OL-Karte nicht erforderlich. Damit können einfache Wettkämpfe auch auf altem Material oder topographischen Karten angeboten werden.

Der Wettkampf wurde als Score-OL ausgefahren. Das bot jedem die Möglichkeit, sich entsprechend seinen Voraussetzungen und individuellen Stärken einzubringen. In der Bahnanlage konnten so die Erwartungen beider Teilnehmergruppen realisiert werden: Orientieren für Oler und Fahrdynamik für Biker. Das Konzept ging auf. Allerdings hätten durch eine stärkere Streuung der Posten die Orientierungsanforderungen noch erhöht werden können. Neu waren zwei Postenstandorte außerhalb des kartierten Geländes. Eine in diesem Fall praktikable Lösung, da die erforderlichen Fahrstrecken leicht nachzutragen waren. Dennoch kann dieser Ansatz nur bedingt zur Nachahmung empfohlen werden kann, da in diesen Passagen auf Orientierungsanforderung gänzlich verzichtet werden muss.



Fazit II: Ein Score-System erfordert eine ausgewogene Streuung der Posten, um orientierungstechnisch anspruchsvolle Aufgaben in einem guten Verhältnis zu schnellen Fahrpassagen zu bieten. Damit können auch kleinere Karten besser ausgenutzt werden. Wichtig ist die überlegte Anlage des Starts, etwa vor einer Weggabelung, so dass sich alternative Bahnen und Routen ergeben.

Die Organisation reiht sich in die erfreuliche Serie von Wettkämpfen ein, die sportliche Qualität bei einfachen Rahmenbedingungen bieten (OL aus dem Kofferraum!). Start- und Ziellinie können durch einen Kreidestrich oder einen quer liegenden Ast markiert sein, wenn Bahnanlage und technisches Umfeld modern sind. Eine Schautafel bot alle notwendigen Informationen und der Kuchen der Neuseser Damen war sehr lecker.

Trotz wechselhaftem Wetter waren die Spezialisten, ob Biker oder Orientierungsläufer, vom 1. Coburger Mountainbike Orienteering des TV Coburg-Neuses voll begeistert und hoffen auf eine Wiederholung im nächsten Jahr. Bezeichnend für die gute Stimmung nach dem Rennen war auch, dass trotz des schlechten Wetters bei der „Multicycle-Siegerehrung“ fast alle Aktiven anwesend waren und der Veranstaltung bis zum Schluss einen guten Rahmen boten.

Das Schlusswort kam vom Neuseser Jürgen Schubert nach dem Rennen: „Wer heute nicht dabei war, hat eine tolle Veranstaltung verpasst“.

Die Ergebnisse

Offene Klasse Herren: 1. Michael Egnér (Bayreuth) 42:53 min; 2. André Böhme (Uttenreuth) 45:57 min; 3. Jürgen Schubert (Coburg-Neuses) 52:25 min

Offene Klasse Damen: 1. Carina Hämmelmann (Coburg-Neuses) 50:19 min; 2. Angelika Weid (Coburg-Neuses) 71:06

Junioren: 1. Johannes Jacob (Ketschendorf) 46:53 min; 2. Benjamin Forkel (Coburg-Neuses) 47:08 min; 3. Jan Schmidt (Coburg-Neuses) 50:52 min

Senioren: 1. Robert Matzke (Bayreuth) 41:21 min; 2. Reinhardt Wieland (Lauf) 43:17 min; 3. Michael Schalle (Creidlitz) 49:17 min

Mixed-Team: 1. Anke & Thomas Schmidt (Rauenstein) 60:40 min

Teilnehmerrekord im verflixten siebenten Jahr

Über 1200 Schüler nahmen an vier Tagen am 7. Deggendorfer Schul-OL teil Von Walter Körner

Nachdem die Kontrollkarten aller Teilnehmer nochmals exakt unter die Lupe genommen und die Laufzeiten abschließend geprüft worden sind, standen die Ergebnisse des Deggendorfer Schul-Orientierungslaufs 2004 fest. Damit konnten die einzelnen Schulen geehrt und die Urkunden verteilt werden. Insgesamt gingen beim 7. Schul-OL 1236 Schüler aus 11 Schulen des Landkreises Deggendorf an den Start. Somit avancierte die Veranstaltung erneut zum größten Schul-Orientierungslauf in Deutschland.

Mit Abstand die meisten Schüler kamen von der Realschule Damenstift Altenmarkt mit 407 und vom Robert-Koch-Gymnasium Deggendorf mit 290. Und dieses Gymnasium wurde auch, wie bereits im letzten Jahr, die erfolgreichste Schule. Mit 927 Punkten lag sie vor der Realschule Damenstift Altenmarkt mit 892 und dem Comenius-Gymnasium Deggendorf mit 860.

Die besten drei Teams der vier Wettkampftage stellte ebenfalls die Siegerschule: Martin Seidl und Darius Borecki (9. Klasse) schafften alle anzulaufenden 20 Posten in 25:41 Minuten. Das Mädchenteam (7./8. Klasse) Katrin Winkelmeier, Karin Degenhardt und Mona Eiberweiser benötigten 30:54 Minuten und Dominik Spindler zusammen mit Armin Limbrunner (5./6. Klasse) lagen mit 31:29 Minuten nur knapp dahinter.

Erstmals fanden die Wettkämpfe nicht im Naherholungsgebiet „Himmelreich“ statt, sondern im Deggendorfer Stadtpark- und Schulzentrumsgelände, mit Start und Ziel am Eisstadion.



Dank des neuen Laufgeländes schafften es diesmal sehr viele Zweier- und Dreier-Teams, alle 20 Posten in der vorgegebenen Zeit von 50 Minuten anzulaufen. Projektleiter Ralph Körner meisterte mit seinem engagierten Organisationsteam, das sich vorwiegend aus Angehörigen der OL-Vereine SV Mietraching, TSV Deggendorf, WSV Bernried und nicht zuletzt dem Fachreferenten Georg Reischl zusammensetzte, die Mammutveranstaltung zu aller Zufriedenheit.

Ein Dankeschön der Verantwortlichen ging an die Stadt Deggendorf für die Überlassung der Eissporthalle, an das Bayerische Rote Kreuz, Kreisverband Deggendorf, das an allen Tagen mit zwei Leuten präsent war und auch an einem heißen Tag stark gefordert worden ist, an die AOK Bayern, Direktion Deggendorf, die ständig mit einem Informationsstand vor Ort war und auch die täglichen Sachpreise gespendet hat und an die Sparkasse Deggendorf.

Polit- und Sportprominenz zeigte die Verbundenheit zur Schul-OL-Veranstaltung durch ihre Anwesenheit. Neben dem Schirmherrn, Landrat Christian Bernreiter waren dies der Bundestagsabgeordnete Bartholomäus Kalb, der Landtagsabgeordnete Bernd Siblinger, Deggendorfs Oberbürgermeisterin Frau Anna Eder, der Präsident des Bayerischen Turnverbandes, Michael Götz, der Vorsitzende des Lehrteams Orientierungslauf in Bayern, Professor Dr. Dr. Jörg Roche, der Turnbezirksvorsitzende Günther Braun, der Regierungsfachberater Schulsport, Oskar Glöbl, und der Vorsitzende des Turngaus Donau-Wald Oskar Simon. Sie alle hoffen auf die Weiterführung des Deggendorfer Schul-OLs in den nächsten Jahren.

Interesse an der Schul-OL-Veranstaltung zeigte auch das Bayerische Fernsehen, das an einem Vormittag die Schüler begleitete. Die Bilder wurden nach den Ferien an einem Nachmittag in der Sendung "Schlawiner Club" ausgestrahlt. Das örtliche Donau TV zeigte bereits in der Wettkampfwochenshow einige Szenen des OLs.

Besonders erfreulich aus Sicht des Veranstalters ist die Tatsache, dass bereits im Vorfeld des diesjährigen Schul-OLs in fast allen Schulen im Unterricht "der Orientierungslauf" durchgenommen worden war und viele Schulen zusätzlich zum Schul-OL weitere schulinterne Orientierungsläufe durchgeführt haben und noch weiterhin durchführen wollen.

Im Landkreis Deggendorf ist man auf einem guten Weg, den Orientierungslauf einer breiten Öffentlichkeit näherzubringen.

Das Organisationsteam hat sich zwischenzeitlich zu einer Abschlussbesprechung getroffen und einer grundsätzlichen Fortsetzung des Schul-Sport-Events zugestimmt.

Die Art der Durchführung der Veranstaltung wird sich aber vermutlich ändern.

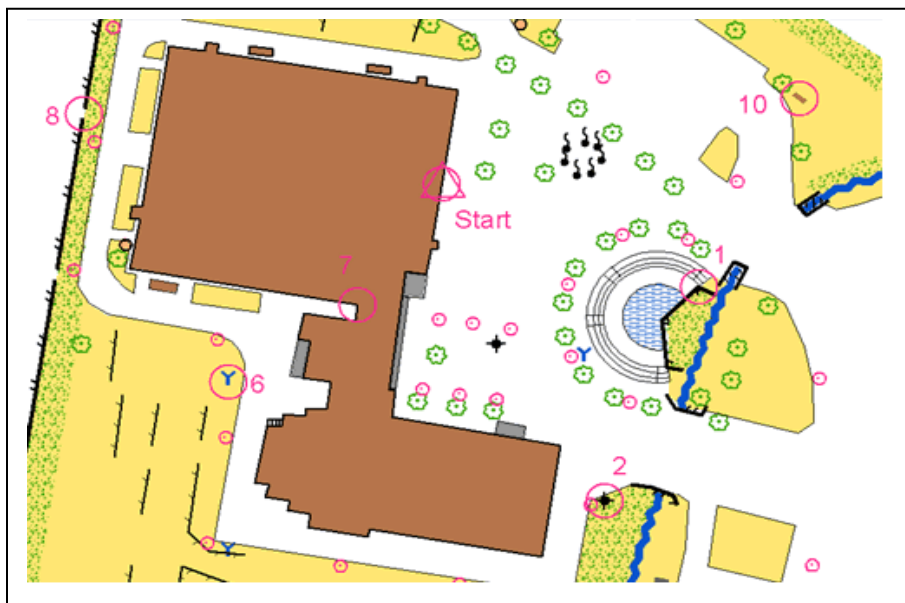
Kinder-Turn-Olympiade in Neumarkt/Oberpfalz

***Zehn Prozent aller Teilnehmer beim OL
Von Thomas Döhler***

Vom 21.-23. Mai fand in Neumarkt/Oberpfalz die zweite Kinder-Turn-Olympiade des BTV statt. Unter den vielen Mitmachangeboten wie Handstand-TÜV, Turnpapperl usw. war auch der Orientierungslauf vertreten. Rund um die Jurahalle wurde von Ute und Thomas Döhler für diesen

Zweck eine einfache OL-Karte erstellt. Bei der Zeichnung wurde der SCOOOL-Symbolsatz verwendet, der für solche Kinder-OLs sehr gut geeignet ist. Einzig notwendige Anpassung war eine Differenzierung bei der Darstellung der Wiesen und Asphaltflächen, um auch eine Lesbarkeit beim Schwarz-Weißdruck zu erreichen. So wurden die Asphaltflächen weiß gelassen, da sonst die Karte zu dunkel geworden wäre.

Insgesamt starteten an dem Wochenende am Samstag und Sonntag fast 300 Kinder mit ihren Betreuern, wobei die Starterzahl am Sonntag wegen der geringeren Wettkämpfe deutlich höher lag. Bei über dreitausend Kindern und Betreuern, die sich am Wochenende in Neumarkt aufhielten, haben wir mit fast 10% startenden Teilnehmern einen guten Schnitt erreicht und zudem zwei Ziele umgesetzt: Zum einen lag unser Startplatz so zentral, dass jeder den Begriff Orientierungslauf zumindest



gelesen hat und die Präsentation dadurch optimal war. Zum zweiten konnten mehrere Kontakte zu Übungsleitern geknüpft werden, die mit Materialien versorgt wurden, so dass sie in ihrem Verein auch einen kleinen OL anbieten können.

Orientierungslauf an der Uni Regensburg

Erster OL-Kurs stößt auf großes Interesse Von Stephan Schneuwly

Auf der Suche nach Möglichkeiten, die Basis unserer OL-Aktivitäten in Regensburg zu erweitern, kam im letzten Jahr der Gedanke auf, die Universität Regensburg einzubeziehen. Nachdem erste Gespräche mit dem Sportzentrum der Uni äußerst ermutigend waren, schritten wir von der Planung zur Tat. Dabei wurde ein auf zwei Säulen basierendes Konzept mit unterschiedlichen Zielsetzungen erarbeitet. Auf der einen Seite sollten angehende Sportlehrer, die in Regensburg ausgebildet werden und sich dann in ganz Bayern auf die Schulen verteilen, mit der Sportart OL und den Möglichkeiten des Schul-OLs bekannt gemacht werden. Auf der anderen Seite war damit zu rechnen, dass aus den Lehrerkursen kein Zuwachs an aktiven Läufern in unserer Region kommen wird. Deshalb sollten möglichst viele Studenten und Mitarbeiter auf diese Sportart aufmerksam gemacht werden. Da sowohl aus zeitlichen wie auch aus logistischen Gründen ein Transport der Kursteilnehmer in die umliegenden Wälder nicht möglich war, musste zuallererst eine brauchbare Karte vom Uni-Gelände hergestellt werden. Dadurch sind im Winter 03/04 zwei neue Karten entstanden, eine vom Sportzentrum für die „OL in der Schule“-Ausbildung und eine Gesamtkarte des Campus der Uni für die restlichen Aktivitäten (Bilder der Karten sind auf www.sv-nittendorf.de/lauf zu sehen).

Damit konnte der erste Kurs im April 2004 beginnen. Hier lag der Schwerpunkt auf der Ausbildung der zukünftigen Sportlehrer. 60 Studentinnen und Studenten aller Lehramtstudiengänge im Sport wurden in drei Gruppen zu je 20 unterrichtet. Jede Gruppe besuchte zwei Nachmittagskurse, wobei der Fokus auf dem Thema „OL in der Schule“ lag. Schwerpunkte waren dabei der Umgang mit Karte und Kompass, die Durchführung unterschiedlicher Unterrichts-

angepasster OL-Formen und die Herstellung einer eigenen Schul-OL-Karte. Das Material für die Kurse (Trainingskompass und Trainingsposten mit Zangen) wurde freundlicherweise komplett vom Hochschulsportzentrum der Uni finanziert. Um Kartenkosten zu sparen, wurde eine Serie von Karten mit matter Laminierfolie überzogen und konnten so mehrfach wieder verwendet werden.

Studenten begeistern sich für OL

Erster Höhepunkt des Sommersemesters (und Teil der zweiten Säule unseres Konzeptes) war der im Juli durchgeführte 1. Uni-OL an der Regensburger Uni, der im Rahmen der Regensburger OL-Tour veranstaltet wurde. Rund 50 Teilnehmer, sowohl aktive OL-Läufer wie blutige Anfänger, konnten sich auf der Bahn um den Campus der Uni messen. Neben mehreren Berichten in der Regensburger Tageszeitung konnten mit dieser Veranstaltung erfreulicherweise auch neue Interessenten für den OL gefunden werden, die auch an weiteren Läufen der Regensburger OL-Tour teilgenommen haben.

Stimuliert durch diese Erfolge wurde im Oktober zu Beginn des Wintersemesters ein zweiter OL-Kurs im Rahmen des Hochschulsports gestartet, d.h. offen für alle Mitarbeiter und Studenten der Uni. Dabei zeigte sich ein überwältigender Erfolg, meldeten sich doch zu Beginn über 30 interessierte Studenten für den wöchentlich stattfindenden Kurs an. Im Rahmen des Kurses wurde mit einfachen Übungen auf dem Uni-Gelände begonnen und der Schwierigkeitsgrad sukzessive mit weiteren OL-Formen wie Kompass-Blindflug und Gedächtnis-OL gesteigert. Mit wachsender Erfahrung wurden auch andere OL-Karten einbezogen. Besonders erfreulich war dabei die Beteiligung einiger Studenten an gemeinsamen Samstags-Trainingsläufen des SV Nittendorf auf der Karte „Räuberhöhle“. Mit zunehmender Dunkelheit (und Kälte) ist die Gruppe erwartungsgemäß auf einen Kern von etwa 14 Läufern geschrumpft, die sich ernsthaft mit den Techniken und Trainings auseinandergesetzt haben. Jahresabschlusshöhepunkt war ein Nacht-OL auf der Altstadt-Karte, bei dem ein Teil der Uni-Läufer die SV-Nittendorf-OLer ganz schön „verschnupft“ hat. Der Kurs wird noch bis Mitte Februar weiterlaufen und im Sommersemester in die zweite Runde gehen. Dann können wir durch die längeren Tageszeiten auch abends in die umliegenden Wälder gehen. Mit Beginn der OL-Saison 2005 sollen interessierte Läufer dann auch für die Teilnahme an Wettkämpfen im lokalen und bayerischen Raum motiviert werden.

Besondere Probleme bei der Durchführung

- Im Wintersemester leider nur kurze Zeitspanne mit Tageslicht, deshalb hauptsächlich Aktivitäten auf dem Uni-Gelände oder am Wochenende.
- Organisation von Fahrgemeinschaften, da die Studenten meist nicht motorisiert sind.
- Absolut notwendig ist eine Karte vor Ort (Park- oder Campus-Karte der Uni) für die ersten Schritte wie Kartenlesen und Umgang mit dem Kompass.
- Die Hochschulsportzentren der Unis unterstützen Kursleiter sowohl finanziell wie auch mit Materialbeschaffungen.

Fazit

In der ersten Runde ein voller Erfolg: Breite Unterstützung durch das Sportzentrum und großes Interesse laufmotivierter Studenten. Es wäre zu wünschen, dass sich an anderen bayerischen Universitäten ebenfalls aktive OL-Läufer finden, die bereit sind, Kurse für die Studenten anzubieten. Für Hilfestellung, Kontaktaufnahme und Tipps stehe ich gerne zur Verfügung.

(Anm. der Redaktion: Der Nittendorfer OLER Stephan Schneuwly ist Professor an der Uni Regensburg und hat diesen OL-Kurs initiiert. Als gebürtiger Schweizer wurde er dabei von der schweizer Scool-OL-Initiative inspiriert).

Nachruf

Am 25. Juli mussten wir nach schwerer Krankheit von Günther Kischel Abschied nehmen. Erst spät, im Alter von 50 Jahren, begeisterte er sich im Jahr 1999 für den Orientierungslauf und begleitete uns seitdem als Läufer, Trainer, Betreuer und vor allem als Freund. Günthers offene und herzliche Art und sein Engagement brachten frischen Wind – nicht nur in unseren Verein. Viel zu früh ist dieser Wind nun verweht. Die Spuren, die er hinterlassen hat, werden bleiben.

Die Orientierungsläufer des TV Ketschendorf.

OL Rätsel

„Landshuter Stundenstaffel“

Von Ralph Körner

Ein engagiertes Organisationsteam richtet im niederbayerischen Landshut eine besondere OL-Staffel aus, die „Landshuter Stundenstaffel“. Die Regeln sind wie folgt:

Eine Staffel besteht aus vier Läufern. Es müssen fünf Schlaufen durchlaufen werden. Dabei gibt es drei Schlaufen, die vom Startpunkt S ausgehend zum Zielpunkt Z durchlaufen werden müssen. Diese Schlaufen müssen immer von zwei Läufern gemeinsam durchlaufen werden. Daneben gibt es zwei Schlaufen, die vom Zielpunkt Z ausgehend zum Startpunkt S gelaufen werden müssen. Diese beiden Schlaufen sind jeweils von einem einzelnen Läufer zu absolvieren.

Der Ablauf der Staffel ist dadurch wie folgt:

Alle vier Läufer beginnen beim Startpunkt S. Zwei Teammitglieder laufen von S zu Z, ein Teammitglied läuft zurück von Z zu S, zwei Teammitglieder laufen wieder von S zu Z, ein Teammitglied läuft wieder zurück von Z zu S, die zwei verbleibenden Teammitglieder laufen die Schlussschleife von S zu Z. Die Staffel ist im Ziel, wenn alle vier Läufer bei Z eingetroffen sind. Die fünf Schlaufen müssen jedoch innerhalb einer Stunde bewältigt werden, sonst ist die Staffel aus der Wertung!

Der TSV Blauwald tritt ebenfalls mit einer Staffel an. Die vier Läufer haben aber aufgrund ihrer konditionellen und o-technischen Fähigkeiten unterschiedliche Laufzeiten (es ist davon auszugehen, dass die Laufzeiten eines Läufers auf jeder Bahn gleich lang sind!)

- Der H21E-Läufer Ingo Irrlauf legt eine Staffelschleife in 5 Minuten zurück
- Der engagierte. H18-Läufer Benjamin Bachgabel benötigt für eine Bahn 10 Minuten
- Die D16-Läuferin Diana Dickicht ist auf einer Schleife 20 Minuten unterwegs
- Die D55-Seniorin Paula Posten braucht für eine Schleife 25 Minuten.

Wenn zwei Läufer eine Schleife gemeinsam laufen, sind sie so schnell oder langsam wie der schwächere von den beiden, da der schnellere Läufer warten und Rücksicht nehmen muss.

In welcher Reihenfolge muss die Staffel des TSV Blauwald laufen, damit die Staffel in die Wertung kommt, d.h. dass alle vier bei S startenden und nach obigem Staffelschema laufenden Teammitglieder innerhalb von 60 Minuten bei Z sind?

Auflösung im nächsten OL-Inform!

OLern in den Kochtopf g'schaut

Orangenkuchen

Gebacken von Angelika Weid

Transporteur unbekannt

Zutaten:

8 Scheiben Zwieback

2-3 Orangen, Schale und Saft

250 Gr. Mandeln ger.

250-350 Gr. Zucker

8 Eier getrennt

Zubereitung:

Zucker und Eier gut schlagen, Saft und abgeriebene Schale der Orangen dazu.

Mandeln und Zwieback drunter.

Eiweiß unterheben.

In Springform füllen und ca. 40 Min. backen . 160° Heißluft. Mit Schokoguss verzieren.

Und jetzt kommt der Clou des ganzen Kuchens:

2-4 Sporttaschen gut mit OL-Klamotten oder anderen Sportkleidern gefüllt + Langlaufausrüstung. Eine Autofahrt mit einer Dauer von mindestens 1 Std. Eine Menge Esslöffel (jeder Kuchenesser braucht einen).

Man verfare dann wie folgt:

Kuchen gut in Alufolie hüllen. Beladen des Kofferraumes mit gut gefüllten Sporttaschen, dazwischen den köstlichen Kuchen verstauen, möglichst ganz unten, mindestens zwei Taschen und wenn möglich Langlaufskier noch obenauf legen.

Kuchen muss unbedingt einer extrem starken Quetschung ausgesetzt werden. Die Autofahrt von 1 Std. ist Minimum und sollte über eine kurvenreiche Strecke führen – es muss Druck und Quetschung auf den Kuchen ausgeübt werden. Am Ziel das Gepäck entladen und „oje-oje“ rufen, wenn der inzwischen gut gequetschte Kuchen entdeckt wird. Vorsichtig die Alufolie mit Kuchenfüllung ins Haus tragen, auf den Tisch stellen und jedem Anwesenden einen Esslöffel in die Hand drücken.

Dann ganz langsam und vorsichtig, um den köstlichen Kuchen nicht zu beschädigen, die Folie öffnen und auf geht's zum Orangenkuchenessen mit Esslöffel.

Ich sag nur, er war köstlich !

Danke Geli für das Rezept !