



Bayerns aktuelle Orientierungslauf-Fachschrift

05.Mai 2005

Ausgabe 01/05

**Themen in dieser
Ausgabe:**

Bayerncup-Auftakt
2005

D-Kader-Trainingslager
in Coburg

Skifahren und mehr in
Schwoich

Die Bayern in der
Weltrangliste

3-Tage-OL in Holland

Bayerisches Edelme-
tall bei DM Ultralang

Und vieles mehr...



Alina Jugenheimer: Für Bayern im Bundeskader

Liebe OLERinnen und OLER,

Die OL Inform hat ein neues Gesicht bekommen: mehr Farbe, ein zweispaltiger Text und einiges mehr. Doch nicht nur das Gesicht hat sich geändert, auch die Redaktion. Die Landshuter OLER haben die OL Inform von André Böhme übernommen. Wir hoffen, Euch gefällt der neue Look!

Wir wollen weiterhin Hintergrundberichte zu den verschiedensten Themen liefern – vom kleinsten regionalen Lauf über Landes- und Bundesveranstaltungen bis hin zu großen internationalen OLs. Diesmal gibt's unter anderem die Deutschen Meisterschaften Ultralang und den dänischen Klassiker Spring Cup.

In dieser Ausgabe

Vorwort	2
Impressum	2
DM Ski OL	3
Bayerncup Auftakt in Pechbrunn + Asch	5
Auflösung des Rästels auf 01/04	6
Vorankündigung: Alpen-Adria-Cup	6
Coburger OL Serie	7
Coburger Winterlaufserie	8
Schwoich 2005	9
Die Bayern in der Weltrangliste	10
OL in Mittelfranken	11
D-Kader-Traininglager in Schwöich	13
my OL—die neue Läuferdatenbank	14
Sprint + Ultralang im Tharandter Wald	17
Leserbrief	18
Ostertrainingslager TV Coburg-Neuses	20
3-Tage OL in Holland	21
2-Tage OL in Slowenien	22
DegParkTour	23
SpringCup in Dänemark	24
Alina Jugenheimer im Bundeskader	26
DBK Nacht-OL	27
Öffentlichkeitsarbeit 2004	27
OLern in den Kochtopf g'schaut	28
Vorschau + Stellenanzeige	28

Nicht fehlen sollen natürlich auch die Berichte über Training, Technik und Taktik. Diesmal stellen wir Euch das neue, elektronische Meldesystem myOL vor.

Und was wäre der OL ohne das nette Mit-einander? Nur halb so schön! Deswegen berichten wir auch über die Skifreizeit in Schwöich und bald über die Mehrtageläufe im Sommer.

Ideen? Anregungen? Wir würden uns sehr über Euer Feedback freuen!

Auf einen wunderbaren (OL-) Sommer!

Heike

Impressum

Herausgeber:

Fachausschuss Orientierungslauf Bayern
im BTV

Redaktion:

Heike Oechler mit Katrin Dreßel,
Uwe Weid und Ralph Körner

Altstadt 360

84028 Landshut

Tel.: 0871/ 430 85 65

eMail: ol-inform@ol-bayern.de

Internet: <http://www.ol-inform.de>

Bankverbindung:

Heike Oechler BTV OL

Dresdner Bank Landshut

BLZ 700 800 00; Konto 0694959900

Titel:

Alina Jugenheimer

Foto: Michael Rödel

OL national

DM Ski-OL:

Ein Wintermärchen auf dem Zauberberg des Ostens

Gold und Silber für Antje Bornhak — Gute bayerische Platzierungen

Von Michael Rödel

Es gab Schnee zur Genüge, gute Loipen, eine gute, neue Karte, aber es gab keine Sonne: Zur deutschen Meisterschaft im Ski-Orientierungslauf hüllte sich der Thüringer Wald in tief hängende Wolken und Nebel. Masserberg umgab sich mit der Aura des Geheimnisvollen, das gut mit dem Image des Orts als „Zauberberg des Ostens“ korrespondierte. Was den Lungenkranken die Kur auf Thomas Manns „Zauberberg“ in Davos war, bedeutete für

DDR-Bürger der Aufenthalt in der Augenklinik zu Masserberg. Schrieb zumindest Elke Buschheuer vor einigen Jahren in ihrem Roman „Masserberg“, von der Kritik übrigens nicht einmal so schlecht besprochen...

Für die Deutschen Meisterschaften im Ski-Orientierungslauf entpuppte sich der „Zauberberg“ Masserberg, soweit sich ein Ski-OL-Neuling zu einem solchen Urteil aus dem Fenster lehnen darf, als Glücksgriff. Schnee und Raureif hing dicht auf

Anzeige



Stephan Krämer Sport Software

QuickMap, der schnelle, flexible und kostengünstige OL-Karten-Laserdruck-Service!

Machen Sie es wie viele begeisterte Kunden aus Deutschland, Europa und Amerika und profitieren auch Sie von den Vorteilen des digitalen Kartendrucks!

Mit meiner langjährigen Erfahrung als OL-Karten-Zeichner und der von mir gewohnten Akribie garantiere ich auch Ihnen ein optimales Druck-Ergebnis und eine schnelle Lieferung.

Es können Karten in DIN A3 und DIN A4 gedruckt werden, auf Pretex (wasserfest) oder Normalpapier, in allen Maßstäben.

Bisher wurde mit **QuickMap** bereits die gesamte Bandbreite des OLs bedient:

- Int. Mehrtage-OLs
- Deutsche Meisterschaften und BRLs, sowie auch Meisterschaften im Ausland
- Regionale OLs
- Schul-OL-Karten
- Park-OL-Karten

Noch Fragen? Schreiben Sie an quickmap@sportsoftware.de!

www.quickmap.sportsoftware.de

den Ästen, die Organisationsgemeinschaft aus SV TU Ilmenau und dem heimischen Ski-Verein aus Masserberg sorgte für einen reibungslosen Ablauf, dem man rund um den Masserberger Sportplatz auch anmerkte, dass es sich hier um eine deutsche Meisterschaft handelte. Schade nur, dass die Beteiligung mit rund 170 startenden Postenjägern etwas dürrig ausfiel und die Deutschen Bestenkämpfe in vielen Klassen wirklich nur unter drei, mitunter noch weniger Startern ausgetragen wurden. Deutsche Meisterschaften gab es ohnehin nur in den besser besetzten Elitklassen und es ist festzuhalten, dass dies einer DM zweifelsohne würdige Wettkämpfe waren.

Der Höhenkamm des Thüringer Waldes fällt auf beiden Seiten steil ab. Markanter Orientierungspunkt im Norden des Höhenkamms war das Masserberger Stadion, Start- und Zielgebiet des Wettkampfs; im Süden war die Werraquelle ein solcher zentraler Orientierungspunkt. Natürlich wiegt beim Ski-OL die konditionelle und läuferische Komponente weitaus mehr als beim Fuß-OL, doch Routenwahlen haben einen entscheidenden Einfluss auf das Klassement. Entscheidungen müssen schnell und bei hohem Tempo, unter starker körperlicher Belastung getroffen werden. Wenn das Tempo hoch ist und die Posten so dicht sitzen wie auf der Mitteldistanz am Sonntag, bekommen dann auch Spitzenläufer schnell einmal Probleme, sich im Gewirr der roten Linien und Kreise auf der Karte zurechtzufinden. So geschehen bei Bernd Kohlschmidt (Dresden), der am Samstag Meister über die Langdistanz wurde und am Sonntag einen Posten direkt am Wegesrand vergaß. Da auch Eike Bruns (Bad Harzburg) mit seiner hervorragenden Zeit nicht alle Posten-Markierungen mit ins Ziel brachte, wurde Andrej Sonnenberg (Jahrgang 83) aus Osnabrück Deutscher Meister über die Mittelstrecke. Ebenso überraschend war der zweite Platz von Sergej Sonnenberg, der dieses Jahr seinen 49. Geburtstag feiern wird.

Medaillengarantin aus Bayerischer Sicht war einmal wieder Antje Bornhak. Auf der

Langdistanz erlief sie sich die schon fast gewohnte Goldmedaille für die OLA TSV Deggendorf, auf der Mitteldistanz wurde sie erstmals von der jungen Christiane Tröbe besiegt. Überhaupt hinterließ die Deggendorfer Elitetruppe einen blenden Eindruck im thüringer Schnee: Neben der Edelmetallgewinnerin glänzte Susan Kurth in Medaillennähe mit den Plätzen fünf (lang) und sechs (mittel). Auf der Mitteldistanz überraschten dann noch zwei Deggendorfer Herren, die zumindest als orientierungstechnisch unbeleckt gelten dürfen: und Robert Smolka und Daniel Schiller belegten die Ränge sechs und sieben, nur knapp fünf Minuten hinter dem Podest. Respekt!

Auch wenn sich wenige Ski-OL-Neulinge auf die Loipen trauten, lohnen konnte sich der Ausflug allemal: So belegte Sebastian Cionoliu (TV Coburg-Ketschendorf) bei seinen ersten beiden Ski-OL in der vergleichsweise sehr gut besetzten Kategorie H 15/16 zweimal den dritten Platz. Ich selbst wurde bei meinem Zieleinlauf in der Rahmenkategorie „offen mittel“ vom Stadionsprecher mit den Worten begrüßt: „So, wir sehen hier einen Zieleinlauf im klassischen Stil. Auch das ist möglich.“ Und im nächsten Satz stellte er fest, dieser Läufer komme aus Coburg, das liege übrigens „direkt hinter dem Wald.“

Einige Bayern liefen unter die besten drei des Klassements: Dieter Oechler (TV Coburg-Neuses) kam zweimal auf den zweiten Rang in H 60 und war dabei schneller als die gesamte H 55, Reinhard Wieland (SC Lauf) wurde Zweiter auf der Mittelstrecke in H 55, ebenso wie Irma Schwarzkopf (TSG Creidlitz, H 60). Und in der relativ üppig besetzten Kategorie H 45 gelang Michael Schalle (TSG Creidlitz) auf der Mittelstrecke mit dem dritten Platz eine kleine Überraschung.

OL regional

Startschuss zur bayerischen OL-Saison 2005

Bayerncupauftakt in Pechbrunn und Aß - 25 Jahre Bayerncup

von Ralph Körner

Zwei neue Bayerncup-Ausrichter luden Bayerns Orientierer Mitte April 2005 zum Auftakt der Landesrangliste 2005: Der SV 1945 Pechbrunn und der KCT Aß lieferten den jeweils etwa 200 Teilnehmern überwiegend aus Bayern und Westböhmen interessante und gut organisierte Wettkämpfe, bei denen auch der Wettergott die Teilnehmer trotz Regenvorhersage mit Sonne und nur leichter Bewölkung verwöhnte.

Der im Jahr 1980 eingeführte Bayerncup wird nun 25 Jahre ... ein stolzes Alter einer erfolgreichen Laufserie. Und ein weiteres Jubiläum gab es zu Beginn der 26. Bayerncup-Saison: Der 1. Lauf 2005 war gleichzeitig der 150. Bayerncuplauf seit Gründung der Serie. Dennoch war lange die Bayerncupserie 2005 nicht gesichert: Bei Bewerbungsschluss nur zwei, dann drei und schließlich vier Ausrichter fanden sich für die sechs zu vergebenden Läufe. Erst durch Einbeziehung der Bayerischen Einzelmeisterschaften und die Vergabe eines weiteren Laufes nach Tschechien konnte die Rangliste gesichert werden. Die Läufer selbst freilich erfreuten sich anstatt an derartigen Zahlen und Vorgesichten viel lieber am OL-Sport selbst:

Die neu gegründete OL-Sparte des SV 1945 Pechbrunn um Thomas Döhler präsentierte die neu aufgenommene OL-Karte "Stoabauer" in den Hanglagen südlich von Pechbrunn. Die Läufer fanden interessante Bahnen vor, die neben Feinorientierung auch Routenwahlprobleme und Laufpassagen beinhalteten. Alles in allem also beste Voraussetzungen für eine gute Veranstaltung. Auch eine kleine Panne der Start-Crew von der unterstützenden Fußballabteilung des SVP wurde durch die engagierten Organisatoren schnell korrigiert, so dass sich am Abend nur gut ge-

launte bayerische Orientierer zur Verleihung der Bayerncuppokale 2004 in der Vereinsgaststätte des SV Pechbrunn trafen und sich nach der Winterpause erstmals wieder über die vielen Facetten des OL-Sports austauschen konnten.

Am Sonntag schließlich gab es eine weitere Premiere: Erstmals fand ein Bayerncuplauf auf tschechischem Boden statt. Die OL-Gruppe des KCT Aß um Karel Pilar hatte die Ausrichtung übernommen. Auf die Läufer wartete ein orientierungstechnisch anspruchsvoller OL-Wettkampf auf der bereits sieben Jahre alten OL-Karte "Nebesa". Im mit zahlreichen halboffenen Flächen, Jungwuchsbereichen und Dickichten besetzten Wald hatte sich seither einiges verändert, was die ohnehin nicht einfachen Bahnen noch anspruchsvoller machte und so manchen bayerischen Orientierer an den Rand der Verzweiflung geraten ließ. Dennoch war es ein interessanter Wettkampf, den in zahlreichen Klassen wie auch häufig am Vortag die Favoriten, in anderen Kategorien aber auch der eine oder andere Überraschungssieger für sich entscheiden konnte.

Erfreulich ist, dass die beiden neu geschaffenen Kategorien D 19 Kurz und H 21 Kurz sehr gut angenommen wurden. Die Läufer dieser Klassen werden mit anteilig geringerer Punktzahl (70%) in die Bayerncupwertung von D 19 bzw. H 21 eingewertet. Nicht minder erfreulich ist die gestiegene Zahl an vertretenen bayerischen OL-Vereinen und -Gruppierungen und auch die Tatsache, dass in zahlreichen Kategorien die bayerischen Oler nicht nur mit den westböhmeischen Nachbarn mithalten, sondern ihnen auch deutlich davonlaufen können.

Fazit: Den Dabeigewesenen hat es fast ausschließlich einmal mehr großen Spaß gemacht. Der Bayerncuplauf ist nach wie vor ein gern wahrgenommener Wett-

kampf, bei dem man nicht nur guten OL-Sport geboten bekommt, sondern auch alte Freunde wieder trifft und neue findet. Der Bayerncup selbst ist seit einiger Zeit noch ausführlicher im Internet vertreten: Die Bayerncupdatenbank auf www.ol-bayern.de wird nicht nur mit allen neuen Bayerncupläufen und Ergebnissen befüllt, auch die vergangenen Serien bis zurück ins Gründungsjahr 1980

werden Stück für Stück eingepflegt werden, so dass nostalgische Streifzüge in die Vergangenheit, interessante Vergleiche zu früher und vollständige Statistiken als Service auf die Besucher warten. Einfach vorbeischauchen unter "www.ol-bayern.de/cup.php".

Rästelecke

Auflösung des OL-Rätsels im OL-Inform 1/2004 "Landshuter Stundenstaffel"

Wir hoffen, allen hat das Rätseln Spaß gemacht und denken, dass einige bestimmt auf die richtige Lösung gekommen sind. Für alle, die die Nuss nicht geknackt haben, hier die Auflösung:

1. Runde (Start => Ziel): Ingo (5 min.) & Benjamin (10 Min.) brauchen 10 Min. => 10 Min.

2. Runde (Ziel => Start): Ingo (5 Min.) läuft zurück, braucht 5 Min. => 15 Min.

3. Runde (Start => Ziel): Diana (20 min.) & Paula (25 Min.) brauchen 25 Min. => 40 Min.

4. Runde (Ziel => Start): Benjamin (10 Min.) läuft zurück, braucht 10 Min. => 50 Min.

5. Runde (Start => Ziel): Ingo (5 min.) & Benjamin (10 Min.) brauchen 10 Min. => 60 Min.

Der TSV Blauwald hat also in 60 Minuten alle fünf Läufer nach dem vorgegebenen Modus vom Start ins Ziel gebracht.

Bis zum nächsten Rätsel!
Euer OL-Inform-Team

Vorankündigung

Mit dem Bayernteam zum Alpen-Adria-Cup 2005!

Viele Bayern waren schon beim ARGE ALP Cup, aber wenige konnten bisher den Alpen Adria Cup genießen. Auch in diesem Jahr bietet sich die Teilnahme mit der bayerischen Mannschaft an der dreitägigen OL-Veranstaltung:

Termin und Zeitplan:

Do, 04.08.2005 Anreise
Fr, 05.08.2005 Mitteldistanz ("Kurz")
Sa, 06.08.2005 Langdistanz ("Klassik")
So, 07.08.2005 Staffel und Abreise

Ort: Kaposvár, Region Somogy, Ungarn

Keine Startgebühren für Länderteams!

Ein Länderteam besteht aus maximal folgenden Läufern: 2 x D18, 3 x DE, 2 x D35, 2 x H18, 4 x HE, 2 x H35. Es werden aber auch alle anderen üblichen Kategorien angeboten!

Tipp: Zuvor oder danach ein Kurzurlaub am Balaton (Plattensee)!

Interesse? Infos bei Ralph Körner (alpenadria@ol-bayern.de) oder bald unter "www.ol-bayern.de/alpenadria".

Coburger OL Serie bekommt Wolpertinger-Pokal

Von Michael Rödel

Der Bayerische Turnverband ehrte die Coburger Orientierungslauf-Serie mit dem „Wolpertinger-Pokal“ für besondere Verdienste um die Natursportart. Den Preis durften die Koordinatoren und Initiatoren Christian Platzer und Michael Rödel entgegennehmen. Gleichzeitig kündigten sie für 2005 eine Neuausrichtung auf den Breitensport an, es wird daher in diesem Jahr keine Gesamtwertung geben.

Seit 1999 gibt es die Coburger Orientierungslauf-Serie. Jahr für Jahr fasste sie zumeist sieben regionale OL-Veranstaltungen zusammen und krönte in vier Kategorien (Schüler und Schülerinnen, Damen, Herren) die jeweils besten Athleten der Saison. Vor allem die Damen waren immer ein Garant für spannende Entscheidungen – zuletzt im vergangenen Oktober, als sich die Creidlitzlerin Martina Huth erst auf den letzten Metern durchsetzen konnte.

Dass der Coburger OL-Serie besonderer Erfolg beschieden war und sich dabei schnell ein eigenes Flair entwickeln konnte, führen Platzer und Rödel auf mehrere Faktoren zurück. Zum einen waren das die qualitativ hochwertigen Veranstaltungen der Coburger OL-Vereine und die hochmotivierten Wettkämpfer. Mehrmals standen sogar Läufer des Nationalteams am Start bei der OL-Serie, die jedes Jahr von einer anderen prominenten Persönlichkeit als Schirmherr begleitet wird. Zum anderen war die Idee, Läufe an einem Ort zu einer Serie mit Gesamtwertung zusammenzufassen, 1999 für den Orientierungslauf ebenso neu wie das einfache Punktesystem der OL-Serie. Der Sieger erhielt jeweils 15 Punkte, der Zehnte dann stets einen Punkt. Bis heute ist ein solch einfacher und transparenter Modus in der deutschen OL-Szene einmalig, generell wird dort komplizierten Berechnungsverfahren der Vorzug gegeben.

2005 aber wird diese Punktwertung eine Pause einlegen, es wird keine Gesamtwertung für die regionalen OL-Profis geben. Statt dessen sollen mit den Veranstaltungen auch gezielt OL-Anfänger und interessierte Laufsportler angesprochen werden. Die Coburger OL-Vereine sahen diese Chance für eine Neuausrichtung auf den Breitensport auch deshalb, da Sachzwänge den Terminkalender für dieses Jahr nicht unerheblich beeinflusst hatten: Einmal konzentriert sich die Coburger OL-Szene auf einen großen Höhepunkt, die Deutschen Mannschaftsmeisterschaften, die der TV Neuses Anfang September ausrichtet; zudem leiden die Vereine unter der Tatsache, dass viele Führungskräfte den Raum Coburg aus beruflichen Gründen in den letzten Jahren verlassen mussten.

Noch nicht alle Termine dieser breitensportlich orientierten OL-Serie 2005 stehen endgültig fest, ein sportlicher Höhepunkt wird aber mit Sicherheit der traditionsreiche Weitramsdorfer Herbst-OL im September werden. Begonnen hat die Serie bereits Ende Januar mit einem Park-OL des TV Coburg-Neuses im Coburger Hofgarten, es folgten zwei weitere Läufe der Park-Serie und ein Anfänger-OL.

Aktuell über die Coburger OL-Serie informiert www.ol-serie.de. Weitere Termine für 2005:

26. Juni Ortsmeisterschaften Weitramsdorf (Breitensport)
16. Juli 1. Coburger Staffel-Cup
11. September 33. Weitramsdorfer Herbst-OL.

Winterlaufserie Coburg: Jugendliche Scheler und Cionoiu waren die schnellsten Park-Orientierer des Winters



Von Michael Rödel

Coburg. Dreimal lud der TV Coburg-Neuses die Orientierer in der Phase der Saisonvorbereitung zu Park-Orientierungsläufen: Ende Januar bei Schneefall in den Hofgarten, im Februar bei geschlossener Schneedecke in die Rosenau und am vergangenen Freitag Abend bei frühlingshaft milden Temperaturen in die Neuseser „City“ rund um den Rückert-Park.

Mit diesen drei Läufen begann die Coburger Orientierungslauf-Serie so früh wie noch nie – allerdings gibt es in diesem Jahr nicht die traditionelle Gesamtwertung. Dafür fasste der TV Neuses die drei Park-OL in der Vorbereitungsphase zu einer Wertung zusammen und schrieb für die Schnellsten in den drei kurzknackigen Parksprints Pokale aus.

Der Park- und Stadt-OL, das wurde vor allem beim letzten Lauf mitten durch Neuses deutlich, hat sich inzwischen als eigenständige OL-Disziplin etabliert. Das Orientieren ist viel weniger komplex als

im Wald, gefordert ist eine hohe Tempohärte. Doch das hohe Tempo und die körperliche Belastung verleitet auch sichere Orientierer zu kleinen, zeitraubenden Fehlern. Und wer bei einer Laufzeit von zehn bis 15 Minuten einmal eine halbe Minute einbüßt, weil er zunächst den Kontrollposten hinter dem falschen Denkmal sucht, der hat unter Umständen seine Siegchancen schon verspielt.

Für die Gesamtwertung der „Winterparkserie“ wurden die Laufzeiten der Athleten addiert, die an allen drei Rennen an den Start ge-

gangen waren. Interessanterweise hatten zwei Jugendliche das jeweils beste Gesamtergebnis: Schnellster Park-Orientierer war Sebastian Cionoiu (TV Coburg-Ketschendorf), sein weibliches Pendant Johanna Scheler (TV Coburg-Neuses). Beide lagen mit ihrer Gesamtzeit vor den Seniorensiegern Martina Huth (TSG Creidlitz) und Karl-Heinz Muggenthaler (TV Coburg-Neuses). Die Wertung in den Schülerklassen gewannen Lena Kräußlich (TSV Weitramsdorf) und Fabian Vetter (TV Coburg-Neuses).

Dass der letzte Park-OL in Neuses mit rund 70 Teilnehmern den höchsten Zuspruch erfuhr, lag nicht allein am schönen Frühlingswetter: Am Start waren die Teilnehmer eines Nachwuchslehrganges, den der Bayerische Turnverband von Freitag bis Montag in Weidach abhielt. In seiner Funktion als Betreuer war dabei auch der ehemalige Bulgarische Juniorenmeister Kostadin Dimov (jetzt München) schneller als manches Auto auf dem Neuseser Asphalt unterwegs.

Gesamtergebnis „Winterparkserie“ (Zeitaddition aus drei Läufen)

Schülerinnen:

1. Lena Kräußlich (TSV Weitramsdorf) 90:06

Schüler:

1. Fabian Vetter 58:37, 2. Christopher Clemens 60:58, 3. Fabian Scheler 62:32, 4. Robin Jugenheimer 64:41, 5. Leonhard Scheler (alle TV Coburg-Neuses) 65:06, 6. Max Kräußlich (TSV Weitramsdorf) 89:07.

weibliche Jugend:

1. Johanna Scheler 58:19, 2. Alina Jugenheimer (TV Coburg-Neuses) 61:32.

männliche Jugend:

1. Sebastian Cionoiu (TV Coburg-Ketschendorf) 45:04, 2. Benjamin Forkel 47:27, 3. Jan Schmidt (beide TV Coburg-Neuses) 48:58, 4. Johannes Jacob (TV Coburg-Ketschendorf) 54:25, 5. David Stengel (TV Coburg-Neuses) 61:26, 6. Stephan Körber (TV Coburg-Ketschendorf) 62:56

Damen:

1. Martina Huth (TSG Creidlitz) 66:19, 2. Karin Jugenheimer (TV Coburg-Neuses) 68:56, 3. Irma Schwarzkopf (TSG Creidlitz) 84:33, 4. Gisela Fischer (TSV Weitramsdorf) 86:01.

Herren:

1. Karl-Heinz Muggenthaler (TV Coburg-Neuses) 63:36.

OL und mehr...

Schwoich 2005 – Schnee, Spiele und Glühwein



Von Veikko Baath

Freitag, Harras München, die Frisur hält:

Am Harraß geht's locker weg, die Vorfremde kaum zu bändigen. Gut 90' später habe ich schon die Ski unter den Beinen und drehe eine Runde auf der Schwoicher Nachtloipe. Eine kleine wohlgerückt, denn ich darf den anderen nicht soviel Vorsprung beim Bier lassen.

Sehr gut bekocht und dazu noch perfekt aufgetischt, lassen wir uns den Abend gefallen. Die üblichen Spiele ("Schieben, Schieben,...") lassen den Lautstärke-Pegel steigen. Die üblichen Getränke den anderen auch...

Samstag, 2318 m, kalte Ohren:

Morgens müde. Aber die Mittags-Skitour passt. Oben zieht's ein wenig. Manche klagen über kalte Hände. Der Gipfelhang ist steil. Weiter unten herrliche Tiefschneehänge. Gert zaubert (Halb-)Zöpfe in den Powder. Die restlichen Spuren sehen eher nach Tsunami-Wellen aus... Am Ende oft ein Tobel!

Sonntag, Schneefall, Leberknödelschmack

Was? Schon wieder vorbei? NEIN! Katrin, Gert und ich brechen hinter Kelchsau noch einmal auf. "Auffi muas I" Gert entscheidet: heute wird tiefschnee-gespart. Bitte, soll er mal voranstapfen. Ich verfluche Gert, soviel Schnee, so wenig Technik. Am Grat ist's zu. 10 m Sicht. Die Abfahrt auf der Aufstiegsstrecke. Aber dann. Mit den Knien und Oberschenkeln furchen wir uns durch den Tiefschnee.

Katrin springt und landet... kopfüber im Schnee. Nichts passiert, dank 120 cm Pulverschnee. Den Geschmack von Glühwein und Leberknödelsuppe habe ich immer noch im Kopf...

Die Bayern in der Weltrangliste 2004

Von Ralph Körner

Das World Ranking der IOF gewinnt international immer mehr an Bedeutung, wenn es um Qualifikation für Elitestartfelder bei internationalen Wettkämpfen oder sonstigen Startberechtigungen geht. Das Prädikat WRE (World Ranking Event) für eine Veranstaltung bürgt für Qualität und sorgt nicht selten für zusätzliche Starter in den Eliteklassen vor allem aus dem Ausland. Jedes Land darf 3 World Ranking Events veranstalten, hinzu kommen die IOF-Wettkämpfe wie WM oder Weltcup. Auch in Deutschland wächst das Bewusstsein um die Weltrangliste, in der natürlich auch einige bayerische Läufer nicht fehlen dürfen: In der Rangliste des Jahres 2004 zum Stand am Jahresende sind acht Läufer bayerischer Vereine in der Fuß-OL-Weltrangliste klassiert, leider keiner hingegen in der Ski-OL-Weltrangliste.

Die Punkte eines Läufers bei einem WRE werden nach einer auf der Durchschnittszeit und der Standardabweichung basierenden Formel berechnet. Die Summe der besten vier Punktwerte eines Läufers gehen in die Endwertung ein. Als "ranked" gilt ein Läufer dann, wenn der Durch-

schnitt all seiner Punktwerte über 600 liegt. Aus Bayern schafften vier Läufer dieses Prädikat.

Bester bayerischer Läufer in der Weltrangliste ist mit Abstand Ralph Körner (TSV Grünwald), der mit 3729 Punkten auf Platz 213 bei den Herren unter 2017 Klassierten und als siebtbeste Deutscher bereits im Vorderfeld rangiert. Ralph absolvierte im abgelaufenen Wettkampfsjahr nicht weniger als acht WREs in vier Ländern und konnte vor allem mit zwei Läufen in Kroatien und Slowenien, die jeweils knapp 1000 Punkte einbrachten, auftrumpfen.

Auf Platz 592 rangiert Christian Stamer (TSV Grünwald), der mit drei WRE-Teilnahmen auf 1925 Punkte kommt. Auf Platz 806 folgt Kostadin Dimov (TSV Grünwald) mit 1320 Punkten aus zwei Läufen. Im 1133 Läuferinnen starken Feld der Damen ist Katrin Lorenz (TSV Grünwald) auf Rang 767 beste bayerische Läuferin mit 688 Punkten aus einem Lauf.

Die Weltbesten und alle klassierten bayerischen Läufer in der IOF-Weltrangliste 2004:

HERREN (2017):

1.	Valentin Novikov	RUSSLAND	RUS8	5326 P. (R)	(7 WRE-Starts)
2.	Thierry Gueorgiou	FRANKREICH	FRA9	5276 P. (R)	(8 WRE-Starts)
3.	Holger Hott Johansen	NORWEGEN	NOR29	5231 P. (R)	(12 WRE-Starts)
213.	Ralph Körner	TSV Grünwald	GER149	3729 P. (R)	(8 WRE-Starts)
592.	Christian Stamer	TSV Grünwald	GER36	1925 P. (R)	(3 WRE-Starts)
806.	Kostadin Dimov	TSV Grünwald	BUL82	1320 P. (R)	(2 WRE-Starts)
1617.	Michael Rödel	TV Ketschendorf	GER292	473 P.	(1 WRE-Start)
1672.	Roland Vogl	SV Mietchaching	GER297	80 P.	(1 WRE-Start)

DAMEN (1133):

1.	Simone Niggli-Luder	SCHWEIZ	SUI37	5685 P. (R)	(18 WRE-Starts)
2.	Heli Jukkola	FINNLAND	FIN297	5554 P. (R)	(14 WRE-Starts)
3.	Jenny Johansson	SCHWEDEN	SWES7	5544 P. (R)	(14 WRE-Starts)
767.	Katrin Lorenz	TSV Grünwald	GER177	688 P. (R)	(1 WRE-Start)
875.	Karin Vogl	SV Mietchaching	GER230	457 P.	(1 WRE-Start)
902.	Theresa Bauer	OLA TSV Deg	GER327	396 P.	(2 WRE-Starts)

OL regional

OL in Mittelfranken

Eine Idee nimmt Gestalt an

Von André Böhme

Der Ort stand lange fest, aber der Termin machte einige Schwierigkeiten. Aber Mitte Januar hatten wir es geschafft. Auf Anregung von Dieter Oechler trafen sich einige mittelfränkische Oler in bewährter Weise im Keller der Steinbach Bräu in Erlangen, um gemeinsam zu überlegen, wie OL und Mittelfranken besser zusammen kommen könnten. Am Ende standen eine moderate Rechnung mit der Wirtschaft und ein praktikables Programm für OL – Aktivitäten im Großraum Erlangen.

Angefangen hat alles mit dem überraschenden Erfolg des Karpfen-OL im vergangenen Herbst in Röttenbach. Für seine neue Karte hatte Dieter die Idee, parallel zur BayMM für Neugierige und Interessierte eine differenziertes Angebot an Einsteigerbahnen angeboten. Das Konzept ging auf. Trotz unfreundlichen Herbstwetters fanden 55 Läuferinnen und Läufer nicht nur den Weg zum Start, sondern auch ins Ziel. In den folgenden Wochen landeten regelmäßig Anfragen nach einer Wiederholung in Dieters Briefkasten. Und einige Oler fanden nach längerer Abstinenz zurück zu Karte und Kompass.

Der Rest war einfach. Ein OL Stammtisch musste her, der die Erfahrungen in Initiativen wandelte. Die wichtigsten Ergebnisse des Abends waren:

Von Februar bis April werden drei Trainingsläufe auf vorhandenen und neuen Karten angeboten:

Röttenbach

Höchststadt / Etzelskirchen

Gräfenberg

Neben dem Karpfen-OL 2005 wird es einen OL im Rahmen des Erlanger Gesundheitsjahres geben

Der Stammtisch tritt als Förderteam OL Mittelfranken an die Öffentlichkeit.

Die ersten Ergebnisse dieser Ideen liegen vor, wovon im Folgenden zu berichten sein wird.

Trainingsläufe – viele Neulinge, trotz drei mal Regen

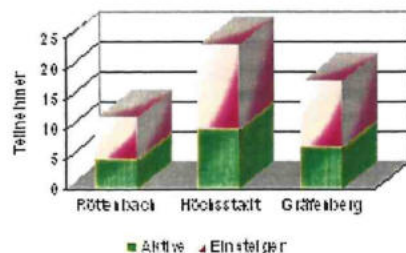


Trainings-OLs zu Jahresbeginn haben auch in Mittelfranken eine lange Tradition. Es soll Teilnehmer geben, die dem Training eindeutig Vorrang gegenüber Wettkämpfen geben. Doch in diesem Jahr war einiges neu.

OL-Training Röttenbach, 12. Februar 2005, kühl und regnerisch: Die zwei angebotenen Strecken, jeweils mit einigen Posten zwischen den Fischweihern, boten allen einen guten Start ins neue Jahr. Gleich zum ersten Training in Röttenbach tauchten neue Gesichter auf. Im Gespräch wurde schnell klar, dass es gestandene Oler aus dem Raum Dresden waren, die nur einige Jahre den Kontakt verloren hatten.



Höchststadt / Etzelskirchen, 19. März 2005, kühl und regnerisch: Eine neue Karte für ein Training ist eher selten. Andreas Bode hat sie geliefert. An der Pforte zum Steigerwald sind damit die ersten Quadrat-kilometer OL-technisch kartiert. Der Wiedereinstieg von Familie Bode ist geglückt. Auf zwei Schlaufen wurden in dichter Folge 20 Posten verteilt. Da einige Standorte mehrfach genutzt wurden, gab es bei 22 Posten ausreichend Gelegenheit, die Feinorientierung zu üben.



Gräfenberg, 9. April 2005, kühl und regnerisch: Eine Woche früher war der Frühling in den Wald eingezogen. Jetzt hatten

wir wieder nur „...ohnmächtige Schauer, körnigen Eises.“ Aus drei Bahnen und einem Postennetz konnte sich jeder seine optimale Trainingsvariante zusammenstellen. Die fünf Jahre alte Karte ließ ein Training noch zu, für mehr ist aber eine Überarbeitung erforderlich.

	Aktive	Einsteiger
Lang	5–6 km	
Kurz	3–4 km	2–3 km

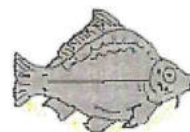
Inzwischen sind die meisten Gesichter vertraut und es besteht die Hoffnung, dass einige auch im BayernCup auftauchen werden.

In der Auswertung wird deutlich, dass an jedem der drei Tage mehr Neulinge als Aktive da waren. Dabei wurden auch neue Regionen erreicht. So nahm in Etzelskirchen eine Gruppe des TSV Ipsheim teil.

Trainings sind noch keine Regionallaufserie. Die Nachfrage zeigt aber, dass auch im Raum Erlangen dafür ein gewisses Potential besteht. Die erforderliche Basis kann mit zwei weiteren breitensportlich angelegten Läufen und einer neuen Karte in diesem Jahr ausgebaut werden.

Die angebotenen Strecken entsprechen in Länge und Orientierungsanforderungen denen anderer regionaler Laufserien.

Die Trainings haben ihr Ziel in jedem Fall erreicht, wie die Aussagen einigen Aktiver am Rande der BayernCups in Pechbrunn und Asch belegen.



Karpfen OL 2005

Nach der Premiere im vergangenen Oktober gingen zahlreiche positive Rückmeldungen ein. Den Wunsch nach einer Wiederholung folgend, wird die Veranstaltung mit nahezu unverändertem Konzept an Christi Himmelfahrt (5.5.2005) stattfinden. Gezielt werden in diesem Jahr neben läuferisch Aktiven und Radfahrern auch Nordic Walker angesprochen. Wir sind guter Hoffnung, damit ein regionales Breitensportereignis zu etablieren.

Mit einem weiteren Laufangebot wollen wir die regionale Präsenz ausbauen. Im Herbst ist im Rahmen des Erlanger Gesundheitsjahres ein OL am Dechsendorfer Weiher vorgesehen. Diesmal mit Unterstützung des örtlichen Fußballvereins. Dieter arbeitet gerade an einer neuen Karte dafür.

Förderteam OL Mittelfranken

Mittelfranken ist in der OL Landkarte nicht gerade ein weißer Fleck, doch ist es in den letzten Jahren etwas still um unsere Region geworden. Das muss nicht so bleiben, fanden einige aktive Oler. Immerhin tauchen in einer Industrie- und Universitätsregion immer wieder auch neue Gesichter

auf. Also beschlossen wir, mit einer beim BTV Mittelfranken angesiedelten Projektgruppe diesen Zustand zu verbessern. Wir, das sind Andreas Bode, Dieter Oechler, Michael Voit und der Autor, bieten Unterstützung bei der Beschaffung einfacher OL Karten, der Bereitstellung von OL-Material und Beratung und Hilfe bei der Vorbereitung und Durchführung von Veranstaltungen an. Erste Kontakte zur Regionalpresse und dem Sportamt Erlangen bestehen bereits.

Was uns jetzt noch fehlt, ist schönes Wetter für unsere Wettkämpfe. Aber auch dafür sind wir zuversichtlich.

D-Kader-Ecke

D-Kader-Trainingslager in Coburg Was mir beim D-Kader- und Nachwuchs-Lehrgang gut gefallen hat (einige Stimmen der teilnehmenden Kids)

Der Unterricht über OL-Technik war sehr aufschlussreich.

Britta Meißner

Der Höhenlinien-OL hat viel Spaß gemacht, obwohl er teils sehr schwer war.

Alina Jugenheimer

Der Höhenlinien-OL war echt gut, man hat Erfahrung dazu gewonnen.

Benny Forkel

Der Sternen-OL und der Höhenlinien-OL haben mir sehr gut gefallen.

Benedict Ebner

Die Stimmung und die Verpflegung war sehr gut. Die schwierigen Postenstandorte auf der „Eisernen Hand“ haben mir sehr gut gefallen.

Benni Vetter

Ich freue mich, das ich viel dazu gelernt habe.

Julia Penzkofer

Mir hat der Konditionstest gut gefallen, auch wenn er sehr anstrengend war.

Johanna Scheler

Der Stern OL war voll cool und die Unterkunft auch.

Tom Eckl

Der Höhenlinien-OL war lustig und einfach.

Valzo

Man macht neue Erfahrungen und lernt aus seinen Fehlern.

Nina Geiger

Der Höhenlinien-OL und der Kondi-Test haben mir am besten gefallen.

Maria Lange

Den Schmetterling- und Stern-OL fand ich am besten.

Lena Kräußlich

Der „Normale“ OL am Sonntag hat mir am besten gefallen.

Kilian Vernickel

Das Moorbad im Wald hat meinen Knochen sehr gut getan.

Steffi Lederer

Was ist, was soll, was kann myOL ?

Von Hans-Jürgen Fabian, Jürgen Schubert

Manch einer hat auf der Seite von orientierungslauf.de sicher schon auf myOL geklickt und ist, nach der Mitteilung der TK, auf einem Bildschirm gelandet, der nicht so übermäßig viel zu bieten scheint. Ich will die Funktionen einiger Punkte beschreiben und einen Blick hinter die Hürde der Passwortheingabe gestatten.

myOL – Die Geschichte

myOL war anfangs geplant als Melde-Plattform für die Mitglieder von LVB Leipzig, die aus den Meldungen der Vereinsmitglieder automatisch eine Mail an den Veranstalter schicken kann. Dazu waren folgende Funktionen notwendig:

- Anmeldung für die Vereinsmitglieder (Schutz vor Missbrauch)
- Pflege der Daten
- Abschließen der Meldung und Versand an den Veranstalter durch autorisierte Person
- Speicherung von Informationen zum Wettkampf, damit die gemeldeten Kategorien der Ausschreibung entsprechen.

Es zeigte sich schnell, dass der Aufwand relativ hoch ist. Wenn man jedoch zu jedem Läufer den Verein mit speichert und die Anmeldung allen Vereinen gestattet, wobei jeder nur die Daten der Läufer seines eigenen Vereines bearbeiten kann, sieht es anders aus. Es entstand ein allgemein nutzbares Werkzeug, daß allen Vereinen offen steht – myOL:

Das TK OL strebt eine zentrale Läuferdatenbank an mit dem Ziel, aktuelle und überprüfte Daten für den Import in Wettkampfsoftware bereitzustellen und die Wettkampfergebnisse für die Bundesrangliste aufzunehmen. Der Datenbestand soll autorisierten Nutzern auf Landes- und Bundesebene als Exportdatei zur Verfü-

gung stehen. Zusätzlich soll die Datenbank Daten enthalten, die für Ausbildungs- und administrative Zwecke auf Landes- und Bundesebene notwendig sind. Die Pflege der Daten soll durch autorisierte Personen der Vereine erfolgen. Es zeigte sich schnell, daß die Anforderungen des TK an diese Datenbank weitgehend identisch sind mit denen, die ich an myOL stellte. Inzwischen ist der Datenbestand von myOL mit Informationen aus den Ergebnislisten und der Bundesrangliste abgeglichen. Die Bundesrangliste ist mit dem aktuellen Stand enthalten.

Die Anmeldung bei myOL

In myOL sind nur allgemein zulässige Daten enthalten, die für die Organisation eines Wettkampfes benötigt werden und letztendlich in der Ergebnisliste stehen: Name, Geschlecht, Geburtsjahr und Verein.

Das Zusammenfassen aller Namen in einer Datenbank geht über eine Ergebnisliste weit hinaus und ist aus diesem Grund mit einem Passwort geschützt. Es gibt für jeden Verein zwei Passwortlevel:

- mit einem Vereinspasswort kann sich jedes Mitglied eines Vereines anmelden und den Teilnahmewunsch für einen Wettkampf eintragen. Wie es der Name schon sagt, wird für alle Vereinsmitglieder das gleiche Passwort verwendet.
- Mit einem persönlichen Passwort kann man zusätzlich die Daten der Vereinsmitglieder verändern, Meldungen an den Veranstalter abschicken und das Vereinspasswort einstellen und verändern.

Das persönliche Passwort sollte nur von den Vorsitzenden und den Meldeverantwortlichen eines Vereines genutzt werden. Auf Anfrage sendet Hans-Jürgen Fabian es gern zu.



Wettkampfmeldung mit myOL – für Läufer

Ohne Anmeldung kann man keine Einträge vornehmen und verändern. Aber man kann suchen, z.B nach einer SI-Karte. Angezeigt wird, wem die Karte gehört, sowie Name und Wettkampf, wenn ein anderer Läufer mit dieser Karte gelaufen ist. Gedacht ist diese Funktion dazu, die Suche nach einer verlorenen Karte zu unterstützen.

Pflege der Vereinsdaten

Wie oben bereits erwähnt, können Inhaber eines persönlichen Passwortes die Daten ihres Vereines und seiner Mitglieder korrigieren und pflegen. Weil vor Ort die Informationen viel eher und präziser vorliegen, wer seinen Verein gewechselt, mit dem OL aufgehört oder wieder begonnen hat oder wer nach Heirat einen neuen Namen trägt, ist es eine sinnvolle Sache, die Pflege der Daten nicht nur einer zentralen Stelle zu überlassen, sondern Ansprechpartner in den Vereinen mit einzubeziehen. Der derzeitige Datenbestand in myOL stammt aus den Ergebnislisten der letzten Jahre. Demzufolge können darin auch einige Fehler sowie die klassischen „Karteileichen“ enthalten sein. Tatkräftige Mitarbeit aus den Vereinen hilft, diese Fehler auszumerzen und die Qualität der zentralen deutschen Läuferdatenbank für den OL zu verbessern. Letztendlich profitieren alle davon. Veranstalter können Ihre Wettkampfsoftware mit korrekten Daten füttern und die Eingabe der Meldungen per Mausclick erledigen, Läufer finden sich mit ihrem richtig geschriebenen Namen in den Wettkampflisten wieder und die Bearbeiter der diversen Ranglisten müssen nicht mehr rätseln, wer denn nun mit dem jeweiligen Namen gemeint ist.

Nach der Anmeldung bei myOL kann man für die Wettkämpfe melden, die in der Datenbank dafür freigegeben sind. Dazu reicht es aus, unter dem Menüpunkt „Meldungen“ den gewünschten Wettkampf anzuklicken und anschließend für den Läufer, der an dem Wettkampf teilnehmen will, die entsprechende Wettkampfkategorie und ggf. noch „außer Konkurrenz“ auszuwählen oder die Nummer der SI-Karte zu korrigieren. Mit dem Eintragen der Meldung wird die Meldung in der Form angezeigt, wie sie später der Veranstalter erhält. Änderungen sind jedoch jederzeit möglich. Mit dem Absenden der Meldung an den Veranstalter durch den Meldeverantwortlichen (mit persönlichem Paßwort, s.o.) geht eine Kopie der Mail an den meldenden Verein. Auch hier sind bis zum Meldeschluß Änderungen möglich, indem man die Meldung einfach ein weiteres Mal sendet. Durch Auswahl der fiktiven Wettkampfkategorie „nicht gem.“ kann so eine Meldung auch wieder zurückgezogen werden.

Für Teamwettbewerbe ist die Zahl der Staffeln/Mannschaften einzutragen. In manchen Fällen (wenn die Startgebühr nur abhängig ist von der Zahl der Teams) ist anfangs nur deren Zahl zu melden. Die namentliche Meldung, insbesondere die Zuordnung der Läufer zu den Staffeln, erfolgt über eine gesonderte Seite und kann gesondert abgeschickt werden.

Wettkampfmeldung mit myOL – für Veranstalter

Prinzipiell kann jeder Verein die Daten

seiner Wettkämpfe selbst einsehen, korrigieren und abfragen. Dazu ist nach der Anmeldung der entsprechende Wettkampf unter „Einstellungen“ auszuwählen und zu speichern. Es wird dann ein zusätzlicher Menüpunkt sichtbar, über den alle Angaben zum Wettkampf gepflegt werden können. Dazu gehören neben den Startgebühren auch alle sonstigen Gebührenpositionen (Verpflegung, Übernachtung usw.), die mit der Meldung angemeldet bzw. bezahlt werden müssen.

Jeder Veranstalter erhält die Vereinsmeldungen per Mail zugesandt. Parallel werden die Angaben in myOL eingetragen und stehen zum Herunterladen und für die weitere Vorbereitung bereit. Eine Exportfunktion sichert die Übernahme der Meldedaten in die gängigsten Wettkampforganisationsprogramme.

Darüber hinaus bietet myOL eine Reihe von Zugängen zur Einbindung in die eigene Webseite:

- direkter Link zur Meldung
- Link zur Meldeliste
- Link zur Startliste, soweit sie in myOL eingepflegt ist.

Den Links kann ein Style-Sheet mitgegeben werden, das auf der Webseite des Veranstalters liegt und das Erscheinungsbild der Meldeseite beeinflusst.

Der Wettkampf – auch mit myOL?

Weil ohnehin schon fast alle Angaben zu einem Wettkampf (neben den eigentlichen Wettkampfdaten die Kategorien und die Läufer) in myOL vorliegen, können wir auch gleich die ganze Wettkampfdurchführung damit machen.

Dafür bietet myOL

- Eintragen von Bahnen und Posten sowie deren Zuordnung
- Berechnung der Startliste
- Einlesen von SI-Karten (Emit ist in Vorbereitung) sowie die Auswertung gegen die Bahnen
- Erstellung der Ergebnisliste

- Funktionen zum Ändern verschiedener Angaben und zum Handling der SI-Karten
- Datenexport
- Import von Daten anderer Applikationen, z.B. OCAD

Der Einsatz bei Wettkämpfen im Jahr 2004 hat nicht nur die Funktionalität demonstriert, sondern auch die Stabilität und Robustheit bewiesen.

Als Beispiel sei ein Wettkampf genannt, der gerade zur Winterzeitumstellung stattfand. Am Vortag wurden alle Posten vorbereitet, am Wettkampftag mußten einige Posten nachprogrammiert werden. Durch die inzwischen erfolgte Winterzeitumstellung wurden sie aber um eine Stunde anders programmiert. Trotzdem konnte mit myOL zur Siegerehrung eine korrekte Ergebnisliste erstellt werden. Nach Korrektur der SI-Zeiten (es musste die Stunde Abweichung korrigiert werden) ließ sich auch eine Liste der SI-Zeiten erzeugen.

MyOL setzt als Web-Applikation auf einem Web-Server mit einer Datenbank auf. Damit sind direkte Veröffentlichung der Ergebnisse und des Einlaufes im Internet problemlos möglich. Nun wird man einen Wettkampf selten über einen Server im Internet durchführen, sondern einen eigenen Webserver installieren. Es existieren Standardpaketen, z.B. Xampp, die sich schnell und unproblematisch einrichten lassen. Dieser Server muß nur auf einem PC im Wettkampfnetz laufen. Weitere Software ist nicht notwendig. Auf allen anderen Rechnern im Wettkampfnetz wird nur der ohnehin vorhandene Browser verwendet.

Inzwischen nutzen einige Vereine myOL. Nach anfänglicher Skepsis besonders älterer Sportfreunde kamen auch die sehr schnell mit der Oberfläche zurecht. Selbstverständlich steht myOL allen Vereinen zur Nutzung zur Verfügung. Für ein Zugangspasswort, sofern es nicht schon vorhanden ist, genügt eine Mail an HJFab@gmx.de.

Sprint & Ultralang im Tharandter Wald

Bronze für Ralph Körner – Gold für Thomas Scheler

von Ralph Körner

Mehr als einen Paukenschlag gab es für die bayerischen Orientierer am "Wochenende der Gegensätze" in Grillenburg nahe Dresden. Am Samstag wurden die nationalen Bestentitel im Sprint-OL ausgelaufen, am Sonntag folgten die Meisterschaften über die Ultralangdistanz. Somit trafen sich Deutschlands Orientierer zu den beiden gegensätzlichsten OL-Disziplinen.

DBK Sprint-OL: Abwechslung pur

Bereits beim Sprint am Samstag lief es gut für die bayerischen Orientierer: Nach Vorlauf und Finale in abwechslungsreichem Gelände bestehend aus feingliedrigem Waldgelände, schnellen Wiesenpassagen und kniffligen Routenwahlentscheidungen rund das Schloss von Grillenburg konnten sich sowohl Benjamin Vetter als Fünfter in H 18, Silvia Seidl als Sechste in D 40 und Thomas Scheler als Vierter in H 40 im absoluten Vorderfeld ihrer Kategorien behaupten.

Für einen ersten Paukenschlag sorgte aber Ralph Körner in der Herrenelite: Nach einem schnellen und fast fehler-freien Lauf belegte er am Ende den nicht nur für sich überraschenden vierten Platz mit nur einer knappen Minute Rückstand auf den Sieger Patrick Hofmeister vom MTK Bad Harzburg. Bei den Damen siegte Cornelia Eckardt vom USV TU Dresden.

DM Ultralang: 26 km für die Herren!

Nach all diesen Läufen unter 3 km war-tete auf die Teilnehmer am Sonntag ein "langer Kanten" der Extraklasse. Im Massenstartverfahren wurden die Teilnehmer auf die im wahren Sinne des Wortes ultralangen Bahnen geschickt. Eingebaute Schlaufen ("Schmetterlinge") sollten das Zusammenlaufen erschweren. Bei Elite, H20 und D/H18 wurden Meistertitel ausgelaufen,

die übrigen Kategorien hatten den Status Bestenkämpfe.

Viele bayerische Läufer mussten an diesem Tag den hohen konditionellen Anforderungen Tribut zollen und sich mit Platzierungen im Mittelfeld oder am Ende der Listen zufrieden geben.

Aber es gab auch überaus erfolgreiche Meldungen aus bayerischer Sicht: So konnte sich Sebastian Cionoiu in H 16 auf Rang Fünf platzieren und Angelika Weid wurde in D 55 gute Zweite. Beide hatten nur geringen Rückstand nach vorne.

Thomas Scheler war an diesem Tag nicht zu schlagen: mit einem hervorragenden Lauf gewann er die knappe Entscheidung in der stark besetzten H 40.

Doch erneut sorgte Ralph Körner in der Herrenelite für die Meldung des Tages: Auf der 25,8 Kilometer langen Bahn mit 450 Höhenmetern und nicht weniger als 54 (!) Posten war die Spitzengruppe lange Zeit zusammen gewesen - mit dabei auch Ralph. Erst ein paar Kilometer vor dem Ziel zerfiel das Spitzentrio, das sich bis dahin schon aller anderen Läufer entledigt hatte. Auch wenn Ralph dem späteren Sieger Nils Schmiedeberg vom SV Turbine Neubrandenburg und dem Zweiten Leif Bader vom PTSV Dresden nicht mehr folgen konnte, vermochte er in einer Laufzeit von 2 Stunden, 30 Minuten und 8 Sekunden den dritten Platz ins Ziel zu bringen und konnte mit dieser Bronzemedaille bei den Deutschen Meisterschaften den bisher größten Erfolg seiner OL-Karriere feiern. Bei den Damen gewann Gunda Fischer vom OLV Weimar das Sprintduell gegen Meike Jäger von der Gundelfinger Turnerschaft.

Warum sich der SV DJK Heufeld aus der Organisation der DM 2005 zurückgezogen hat – Hintergründe

Der SV DJK Heufeld sah sich im Februar aus gut begründeten Motiven leider dazu gezwungen, sich von der Organisation der DM 2005 und des BRL zurückzuziehen, hatte aber aus Rücksicht auf die zu erwartenden Unannehmlichkeiten für seinen früheren Partnerverein TSV Grünwald bewusst auf Publizität verzichtet. Es ist sehr bedauerlich, dass der Veranstaltungsleiter und der Webmaster des TSV Grünwald auf dessen Webseite und über gezielte Fehlinformationen des TK mit unfairen Anschuldigen davon ablenken wollen, dass sie für diese Entscheidung im Grunde selbst die Verantwortung tragen.

Ich will hier den zentralen Grund darstellen, warum sich die Turnabteilung des SV DJK Heufeld und die Kartenaufnehmer von der Organisation der Veranstaltung zurückziehen mussten, da mich zahlreiche Oler danach gefragt haben.

Das TK des DTB, das sich auf seiner Webseite ebenfalls zunächst zu einem unüberprüften, manipulierten und daher anmaßenden Kommentar hatte verleiten lassen, hat diesen nach entsprechenden Korrekturen übrigens schleunigst von seiner Webseite entfernt. Minimale Fairness-Standards hätten auch von Institutionen wie einem TK oder Fachausschuss verlangt, dass sie sich ordentlich informieren, anstatt sich für einseitige und nachweisliche falsche Positionen instrumentalisieren zu lassen. Aber das ist ein weiteres Thema, um das sich die genannten Gremien kümmern sollten, wenn ihnen die Breitenbasis des OLs in Deutschland irgendetwas bedeutet.

Der zentrale Grund des Rückzugs von Heufeld aus der 2003 begonnenen Veranstaltungspartnerschaft mit Grünwald sind schlichtweg unterschiedliche Vorstellungen von Qualität und Organisationsplanung. Basis der Vereinbarung war 2003

eine einfache Arbeitsteilung: Heufeld stellt die Karte (die Wolfgang Bauer und ich nach der Höhenbergkarte in Bernried als „Hobby“ zum Aufbau einer OL-Abteilung in Heufeld angefertigt hatten) und die Rahmenorganisation (Halle, Übernachtung, Rahmenprogramm, Aufbau etc.). Grünwald sollte sich um das OL-Technische (Bahnlegung, Zeitnahme, Auswertung etc.) kümmern. Es bedarf nun nicht viel weiterer Worte. Jeder hatte die Möglichkeit, bei der BM 2003 und dem ARGE ALP 2004 zu sehen und zu erfahren, wie ernst jeder der Partner seine Aufgaben übernimmt und wie kompetent er darin ist.

Die BM 2003 war OL-technisch im wesentlichen eine Veranstaltung aus dem Kofferraum, und, so dachte man in Grünwald, für die bayerischen Oler ist das gerade gut genug. Ich habe dagegen als Folge der Veranstaltung signifikante Verbesserungen angemahnt und die weitere Zusammenarbeit bereits damals von solchen Verbesserungen abhängig gemacht. Diese wurden in Aussicht gestellt und so sollte der Arge ALP, auch auf ausdrücklichen Wunsch des Gesamtleiters des ARGE ALP 2004 und der DM/BRL 2005 (Martin Greiner), die Generalprobe für DM und BRL sein. Das peinliche OL-technische Desaster, das diese Generalprobe produziert hat, hat vielleicht am meisten die über 30 freiwilligen Helfer aus Heufeld getroffen. Nicht weil sie es in irgendeiner Weise zu verantworten hätten. Im Gegenteil: trotz der widrigen Wetterverhältnisse hat von Heufelder Seite alles geklappt: vom Frühstück über die OL-Karte bis hin zur Musi. Dafür waren die zahlreichen Heufelder Helfer tage- und manche nächtelang im Einsatz. Wohl gemerkt: die meisten Leute, die mit dem OL an sich nichts zu tun haben. Sie wollten sich beteiligen am Aufbau einer neuen OL-Abteilung und wollten der handvoll neu aufgenommenen

Oler helfen, ihre etwa 1000 € Startgeld pro Jahr zu erwirtschaften.

In bayerischen Vereinen ist es immer noch üblich, dass man sich mit viel Herz, Einsatz und Stolz bei derartigen Veranstaltungen engagiert. So kann man die maßlose Enttäuschung verstehen, die viele der Heufelder empfanden, als die Klagen über die dilettantische Auswertung, die nicht vorgenommene Erprobung eines neuen Auswertungssystems, die massenweise fehlerhaften Urkunden und andere äußerst blamable Vorkommnisse im OL-technischen Bereich einzuströmen begannen.

Hier hat sich nach allgemeiner Auffassung nicht nur die OL-Abteilung aus Grünwald international und in den Sportverbänden blamiert. Diese Blamage trifft zwangsläufig auch den Partnerverein und vor allem den bayerischen OL als Gesamtheit. Was werden sich die Schweizer und Italiener wohl gedacht haben...?

In der Auswertungssitzung nach dem ARGE ALP Desaster habe ich den Mitgliedern des Organisationsteams unmissverständlich klar gemacht, dass mit einer weiteren Beteiligung Heufelds nur zu rechnen sei, wenn absolut sicher gestellt ist, dass sich derartige Vorfälle nicht mehr ereignen können. Und dies wurde, unter anderem in Verbindung mit klaren „Schuldbekennnissen“ der Verantwortlichen zugesagt und sollte sich auch in der entsprechenden Organisationsstruktur widerspiegeln. Schnell stellte sich aber heraus, dass diese Versprechungen nicht eingehalten werden sollten, weil Grünwalder Mitarbeiter absprangen, weil Arbeitsteilungen und -absprachen mehrfach umgeworfen wurden und ein unkoordiniertes Eigenleben zu entwickeln begannen und weil der Zeitplan nicht eingehalten wurde. Hierzu nur ein prägnantes Beispiel: als Redaktionsschluss für die Karte der DM war Ende April vorgesehen. Der Veranstaltungsleiter hatte ursprünglich versprochen, bereits im Herbst 2003 mit der Aufnahme zu beginnen und (wegen der Vegetation) bis zum Frühjahr 2004 eine Rohfassung fertig zu haben. Die aufwändigen Kartenunterlagen mit den neuesten zum Teil farbigen

Luftaufnahmen dazu hatte ich ihm besorgt. Tatsache ist, dass bis Dezember 2004, also ein halbes Jahr vor der Veranstaltung nur ein Teil der Grundlagen im Gelände überprüft war. Zudem standen die Anfrage beim Forstamt und seine Genehmigung noch aus. Dann gelang es dem Kartenaufnehmer und gleichzeitigen Veranstaltungsleiter im Dezember ein paar Tage an der Karte zu arbeiten, was ihn allerdings an den Rand der Erschöpfung brachte. Durch Verzicht auf die Aufnahme des nordwestlichen Teils der Karte, durch Verkleinerung des ohnehin vergleichsweise kleinen Aufnahmegebietes also, wurde so bis Anfang des Jahres ein Aufnahmestand von circa einem Viertel des Geländes erreicht. Wohl gemerkt: jetzt noch 3 Monate vor Redaktionsschluss, bei schlechtesten Witterungsverhältnissen und noch vor der eigentlich einsetzenden Vegetationszunahme.

Dies soll zur Illustration genügen. Ein weiteres Fiasko war also programmiert und es wäre diesmal nicht so glimpflich abgegangen wie beim ARGE ALP. Dafür wollten die nicht erneut den Kopf hinhalten.

Mehr muss man also dann auch nicht zu den anderen Unterstellungen der Grünwalder Verantwortlichen sagen: sie waren lange und mehrfach gewarnt, wenn man solche Warnungen als kompetenter Organisator von außen überhaupt brauchen sollte. Wäre die DM Karte fertig geworden, hätten die Hauptorganisatoren ihre Hausaufgaben im Griff gehabt, hätten sie sich an die Absprachen gehalten, dann hätte es für Heufeld keinen Ausstiegsgrund gegeben oder Grünwald hätte ggf. den Lauf oder die Läufe sicher auch alleine durchziehen können ...

Es bleiben aber noch Fragen grundsätzlicher Art bestehen, die über diesen konkreten Fall hinausgehen und vielleicht einen längeren Beitrag in der OL Infromrecht fertigen:

- Wie gelingt es dem LFA, den OL in Bayern durch bewährte und verlässli-

che Kartenaufnehmer und Organisatoren zu fördern, anstatt Leuten, die ihre Kompetenz erst noch unter Beweis zu stellen haben, so viel Einfluss zu gewähren?
 • Wie will der LFA zukünftig solche Blamagen verhindern, wie sie dem bayerischen OL beim Arge ALP zweifellos

nationalen und internationalen Schaden zugefügt haben?

Jörg Roche
 für das Organisationsteam des SV DJK
 Heufeld

OL regional

TV Coburg Neuses im Trainingslager

Von Christian Clemens

Wie schon in den letzten Jahren organisierten die Orientierungsläufer des TV Coburg-Neuses auch in diesem Jahr ein Ostertrainingslager. Nachdem im letzten Jahr die Schwäbische Alb um Aalen zum Trainieren herangezogen wurde, war in diesem Jahr der Ort Geyer im Erzgebirge das Ziel der Neuseser Sportler.

Schon bei der ersten Laufeinheit am Freitagnachmittag machten die 31 Jugendlichen und Erwachsenen Bekanntschaft mit dem bis zu knietiefem Schnee im etwa 700m hoch gelegenen Trainingsgebiet „Geyerscher Wald“ bei einer Übung, die die einzelnen Gruppen über die gesamte Karte führte.

So richtig Ernst sollte es dann am zweiten Tag werden als mit Einsatz von „Sport-Ident“, einem elektronischen Zeiterfassungssystem, unter Wettkampfbedingungen gelaufen werden musste. Hier zeigte sich nach der Auswertung der Laufchips, wer während des Winters das Lauftraining vernachlässigt hatte. Das Nachmittags-training fiel dann nicht ganz so anstrengend aus, denn hier mussten die Teilnehmer nur geeignete Postenstandorte im Wald ausfindig machen. Zum gelungenen Abschluss des Samstags trug der Besuch des Erlebnisbades „Ana Mare“ in Geyer bei. Hier konnte man sich ganz nach Herzenslust im Whirlpool oder der Sauna entspannen bzw. die noch überschüssige Energie im Wellenbad oder in den Rutschen verbrauchen.

Der Sonntag wurde dann mit einem Ori-

entierungsbiathlon begangen. Bei diesem mussten die Läufer je 3 Schleifen orientierend laufen. Nach der ersten und zweiten Schleife hieß es ab in den Schießstand. In diesem wartete dann auf die Trainingsteilnehmer eine etwas andere Art des Schießens.

Hier musste auf eine Entfernung von 3m je 5mal mit einem Tannenzapfen auf eine in 1,80m hängende Flasche geworfen werden, für jeden Fehlwurf wurde dann eine Strafrunde unter den Anfeuerungsrufen der restlichen Teilnehmer fällig. Hier durften auch die Trainer und Betreuer ihr Können unter Beweis stellen. Dank dem Einsatz von „Sport-Ident“ konnte hier jeweils eine Wertung für Schießzeit (Wurfzeit), Laufzeit und Gesamtzeit ermittelt werden. Der Sonntagnachmittag war trainingsfrei hier wanderten alle Teilnehmer zu den Greifensteinen und zurück.

Am Abschlusstag stand am Vormittag noch ein Sprint-Orientierungslauf auf dem Programm, bevor nach dem Mittagessen die Heimfahrt nach Coburg angetreten wurde.

Dünen, Dornen, Dickichte – und viel Dünengewühl 3 Daagse van Holland mit bayerischem Sieg

Von Katrin Dreßel

Zusammen mit Elisabeth und Matthias Reinwald, sowie Ralph Körner, war ich in Holland beim internationalen 3-Tage-OL in der Nähe von Den Haag.

Kurz zusammengefasst lässt sich sagen, dass es mehr als anspruchsvolle Läufe waren und die Karten es ziemlich in sich hatten.

In dem Gewirr der Dünen mit dem ständigen Auf und Ab war 110 % Konzentration und gute Feinorientierung gefordert. Der tiefgründige Sandboden machte das Laufen dabei nicht einfacher.

Dennoch kam der Spaß bei uns allen vier nicht zu kurz.

Bereits am Anreisetag machten die drei anderen zum Auftakt einen Nacht-OL im Park Clingendael mit, den Ralph in seiner Klasse gewann, während Elisabeth das „Familienduell“ für sich entschied und sich noch vor Matthias platzieren konnte.

Vom ersten Wettkampftag an lieferten sich Elisabeth und ich in der D 21 A immer wieder ein Duell, das Lisa am ersten und zweiten, ich am dritten Tag gewann. Matthias gönnte sich an allen drei Tagen ausgedehnte Läufe, die ihm jedoch sehr viel Spaß



machten. Ralph sicherte sich am ersten Tag mit knapp zwei Minuten Vorsprung den ersten Platz in der Elite, der zusammen mit den folgenden zwei zweiten Plätzen für den Gesamtsieg reichten.

Die Karte „Uilenbosch“ (s. Ausschnitt) vom ersten Tag ist ein sonst der Öffentlichkeit nicht zugängliches Militärgelände, in dem kaum Wege vorhanden sind, die



als Orientierungshilfe hätten dienen können. Der an allen Tagen allgegenwärtige Sanddorn sorgte dabei für Begegnungen der unangenehmen Art.

Am zweiten Tag auf der Karte „Haagse Slurf“ (Haager Rüssel) boten Reitwege zwar immer wieder Auffangmöglichkeiten, allerdings waren sie auch sehr schwer zu belaufen. Man war daher immer gut beraten, quer zu gehen und die Wege nur zur Standortbestimmung zu nutzen.

Zum Frühstück am dritten Tag „verwöhnte“ uns Holland erst einmal mit einem trübem und regnerischen Wetter. Bis zum Wettkampf hörte es aber glücklicherweise wieder auf zu regnen. Dass der Tag dann wieder schön wurde, merkte man spätestens daran, dass man bei den Läufen immer wieder durch diverse Picknicks stürmte. Das Gebiet der Karte „Meijndel“ ist ein bekanntes und beliebtes Naherholungsgebiet der Den Haager. Der krönende Abschluss dieses Tages war die Siegerehrung, nach der wir uns auf den langen Weg nach Hause machten.

Alles in Allem war es sehr lehrreich, interessant, anstrengend und schön.

2 x Gold und 2 x Silber: beim OrienteeringOnline.spring Grünwalder Damen glänzen in Slowenien

von Ralph Körner

-> www.hattrickpoli.com/spring

Der Ausflug zum OrienteeringOnline.spring wurde für die Grünwalder Gruppe wahrlich eine Fahrt in den Frühling: Sonnige 10 Grad, schneefreie Wiesen und Berghänge, eine wundervolle Stimmung und ein fantastisches Gelände warteten auf die etwas mehr als 200 Teilnehmer des 2-Tage-OLs im Westen Sloweniens.

Zwei Mitteldistanzen hatten die Veranstalter vorbereitet. Am ersten Tag mit Start in einem steilen und verkarsteten Berghang, in dem die zahlreichen Steine ein Laufen schier unmöglich machten, dann Übergang in ein dicht bewachsenes felsiges und steiles Gebiet, bevor es am Ende über ein mit Heidekraut bewachsenes offenes Hochplateau ins Tal ging. Der zweite Lauf fand fast ausschließlich auf dem Hochplateau im halboffenen Gebiet statt mit einzelnen Ausflügen in die nicht minder diffizilen und umso dichter bewachsenen Felshänge unterhalb des Plateaus. Für interessante Wettkämpfe war also gesorgt.

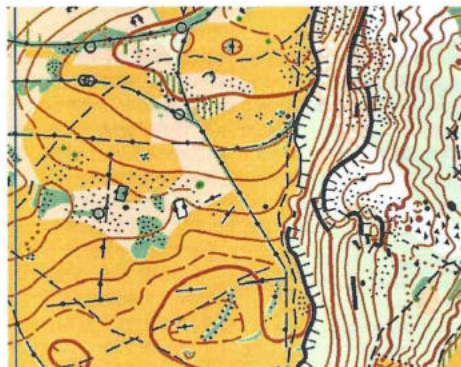
Gut in Szene setzten sich dabei gleich die frischen Grünwalder Neuzugänge, Familie Greiner aus Neukeferloh: Claudia Greiner konnte in der D 35 mit zwei Einzelsiegen einen ungefährdeten Gesamtsieg landen. Josephine Greiner gewann die Goldmedaille in der D 14 mit dem Sieg bei der 1. Etappex und Rang 2 auf der 2. Etappe. Annkathrin Greiner steuerte mit den Einzelplatzierungen 3 und 2 den Silberrang in der D 12 bei. Das hervorragende Familienergebnis schloss Martin Greiner mit Rang 5 in der H 35 ab.

Andrea Schultze konnte zudem mit 2 x Tagesplatz 2 eine Silbermedaille in der D 35 beisteuern und damit den Doppelsieg in dieser Kategorie perfekt machen.

Die mit Abstand am stärksten besetzte

Klasse war die Herrenelite mit knapp 50 (!) Startern. Am ersten Tag, dem World Ranking Event, konnte Ralph Körner mit einem guten Lauf den 11. Rang erlaufen. Martin Murer, der für Trentino am Start war, hatte ein paar Fehler zu beklagen, kam aber dennoch auf den guten Platz 16.

Am zweiten Tag sah alles anders aus: Ralph erwischte in dem anspruchsvollen Terrain mit Felsklippen und offener Hochebene einen Chaos-Lauf und sackte mit Tagesplatz 28 auf Gesamtrang 15 ab. Viel besser machte es Martin: Mit Tagesplatz 10 katapultierte er sich auf Gesamtplatz 12 und war hochzufrieden.



Am Ende waren aber beide Eliteläufer zufrieden: Ralph hat beim World Ranking Event mit einer Punktlandung auf exakt 1000 Zähler (!) seine erste vierstellige WRE-Punktzahl erlaufen und ist damit in der Welttrangliste wieder weiter nach oben geklettert, Martin hat das erste Mal Ralph bezwungen und ihn gleich noch in der Gesamtwertung hinter sich gelassen. Man darf sich also auf weitere starke vereinsinterne Grünwalder Duelle - dann voraussichtlich auch noch mit weiterer Beteiligung - freuen.

DegParkTour 2004: Bilanz einer erfolgreichen Orientierungslauf-Serie

Von Walter Körner

Mit Maria Lange (SV Mietraching) bei den Damen und Ralph Körner (TSV Grünwald) bei den Herren hat die DegParkTour 2004 zwei souveräne Sieger, die im Laufe des Jahres keinen Augenblick Zweifel an ihrer Dominanz aufkommen ließen. Nichtsdestotrotz war die Sprint-Serie im Landkreis Deggendorf geprägt von interessanten und durchaus spannenden Läufen mit hochwertigen Karten und international konkurrenzfähigen Sprint-OL-Bahnen.



Spätestens seit dem Jahr 2003 hat sich die Serie zum beliebten Treffpunkt und Leistungsvergleich der OL-Sportler im Raum Deggendorf, aber auch zur Plattform der ersten OL-Versuche für Jedermann entwickelt.

Die Teilnehmerzahlen geben den Initiatoren recht: Mit insgesamt 114 Klassierten, darunter 49 Damen und 65 Herren, und mit insgesamt 322 Starts in den zehn Läufen des Jahres konnten die hohen Teilnehmerzahlen des Vorjahres erneut erreicht werden. Pro Lauf starteten demnach im Schnitt 32 Läufer.

Das Interesse an der DegParkTour ist weiterhin ungebrochen. Besonders erfreu-

lich ist, dass sie von mehr als 50 Neulingen und Freizeitsportler dazu genutzt worden ist, die Sportart Orientierungslauf das erste Mal auszuprobieren. Die jüngste Starterin war gerade einmal vier Jahre alt, der älteste Teilnehmer 74 Jahre.

Die letztjährige Sprint-Serie eröffnete gleichzeitig die gesamte nationale OL-Saison 2004: Bereits am 1. Januar fiel der Startschuss zum 1. Lauf als Nachtsprint mit Start und Ziel am Plattlinger Karl-Weinberger-Stadion. Im Februar durften

die Läufer zum ersten Mal im Jahr eine neue OL-Karte genießen: Im Deggendorfer Stadtteil Schaching wurde die DegParkTour fortgesetzt. Nach dem 3. Night-Parkrace im März in Mietraching konnte beim 4. Lauf im April an der Ackerloh in Deggendorf der Saison-Teilnehmerrekord von 44 Teilnehmern erzielt werden. Im Mai gastierte die DegParkTour erneut in Plattling, bevor im Juni am Haidhof bei Natterberg wiederum eine neue OL-Karte auf die Läufer wartete. Der 7. Lauf

im Juli in Osterhofen schließlich war der letzte vor der Sommerpause. Im September ging es zunächst weiter mit dem 8. Lauf in Natterberg, bevor beim 9. Park-Race in Hengersberg und beim 10. in Deggendorf-Jahnshölz erneut mit frisch aufgenommenen OL-Karten gelaufen werden konnte. Wie im Vorjahr wurde jeweils als Termin der erste Donnerstag im Monat genutzt.

Maria Lange (SV Mietraching) zeigte in der Damenklasse erneut, dass sie trotz ihrer erst 13 Jahre derzeit die bestmögliche und beste OL-Athletin im Raum Deggendorf ist. Mit Maximalpunktzahl 600,00 und insgesamt sieben Siegen zeigte sie

der Konkurrenz von Anfang an die Fersen und verteidigte ihren Vorjahressieg souverän. Die Konkurrenz stammte fast ausschließlich aus dem eigenen Verein. Die ersten 13 (!) Plätze der Damen-Gesamtwertung gingen an Läuferinnen des SV Mietraching. Auf den Plätzen 2 und 3 folgten wie schon im Vorjahr Stefanie Lederer mit 550,69 Punkten und Anna Biller mit 544,14 Punkten, beide selbst erst 12 Jahre alt. Anders als im Vorjahr jedoch schafften diesmal außer der Siegerin noch weitere vier Starterinnen den Sprung über 500 Punkte. Überhaupt lag die Beteiligung in der Damenklasse über der des V o r j a h r e s .

War es 2003 bei den Herren noch der letzte Lauf, der die Entscheidung über die Gesamtwertung bringen musste, so sorgte in der Saison 2004 der für den TSV Grünwald startende Deggendorfer Nationalläufer Ralph Körner von Anfang an für klare Verhältnisse. Optimale Punktzahl von 600,00 und 7 Siege bei 7 Starts lautet die makellose Bilanz am Ende. Dahiner macht jedoch mehr und mehr die Jugend auf sich aufmerksam: Vor allem der mit 555,19 Punkten zweitplatzierte Sebastian Lange (SV Mietraching) hielt am Ende stark dagegen. Auf Platz 3 folgt der Vorjahres-Zweite Simon Aigner (SV Mietraching) mit 523,38 Punkten, der damit als einziger des Top-Trios des Vorjahres erneut auf dem Treppchen steht. Auch wenn es in diesem Jahr nur vier Starter über die 500-Punkte-Marke schafften, so war dennoch die Leistungsdichte im Mittelfeld und auch die Betei-

ligung bei den Herren traditionell höher als bei den Damen.

Die Siegerehrung im Gasthaus "Tannerbauer" in Mietraching nahmen Gaufachwart Ralph Körner und der eigens angereiste Vorsitzende des Turngaus Donau-Wald Oscar Simon (Regen) vor. Die drei Besten bei Damen und Herren erhielten jeweils, wie schon im Vorjahr, wertvolle ACRIS-Kristallpokale. Alle Läufer, die insgesamt mehr als 300 Punkte in der Gesamtwertung schafften, wurden zudem mit Urkunden geehrt.

Mittlerweile hat auch die DegParkTour 2005 begonnen: Die Serie wird erneut 10 Läufe, diesmal durchgehend von Januar bis Oktober, umfassen. Es warten wieder zehn interessante Läufe auf Freizeitsportler und Orientierungsläufer. Die Startmöglichkeiten werden sogar noch erweitert um eine Besonderheit: Alle Nordic-Walking-Fans sind eingeladen zum "Nordic Orienteering" ohne Zeitnahme.

Alle Ergebnisse und die Gesamtwertung 2004, viele Infos, Statistiken und natürlich bereits die ersten Ausschreibungen und Ergebnisse für 2005 gibt es im Internet unter <http://www.ol-niederbayern.de/gau-donau-wald/degparktour.htm>.

Der Night-Sprint, dem Prolog nahe Helsingör, gelang den Grünwaldern weniger gut. Im 80-köpfigen Feld der Herrenelite mussten sowohl Christian und Ralph, als auch Martin mit zu vielen Fehlern auf der anspruchsvollen Nacht-Bahn mit den 45, 47 und 61 Plätzen im hinteren Mittelfeld Vorlieb nehmen. Auch Björn konnte mit seinem Mittelfeldplatz 25 in der H 21 A nicht ganz zufrieden sein.

Beim Klassik-Lauf nahe Tisvilde wurden die Karten neu gemischt. Eine technisch wie konditionell anspruchsvolle Bahn wartete auf die Eliteläufer. Ralph kam dabei auf den knapp 13 Kilometern am besten zu recht und konnte sich mit einem soliden und guten Lauf von rund 81 Minuten Laufzeit mit Platz 88 im vorderen Mittelfeld der

181 Starter einreihen. Leider vermochten es Martin und Christian ihm nicht gleichzutun. Sie mussten den hohen Anforderungen der Bahn am Ende etwas Tribut zollen und kamen mit Laufzeiten von je ca. 92 Minuten mit den Plätzen 134 und 137 im hinteren Mittelfeld ein. Für Ralph bedeutete dies über 960 Weltranglistenpunkte, Martin und Christian errangen jeweils knapp 750 Zähler. Björn wusste in der H 21 A zu überzeugen und landete mit ca. 74 Minuten auf die 10 Kilometer lange Bahn auf Rang 15 unter 62 Teilnehmern.

Den Abschluss, wenn nicht sogar den Höhepunkt, bildete traditionell der Staffellauf, der im Waldgebiet "Grib Skov" ausgetragen wurde. Auch wenn das Quartett wohl aus den derzeit stärksten bayerischen Orientierern bestand, war klar, dass man es gegen die starken skandinavischen Vereinsstaffeln und die Nationalstaffeln schwer haben würde. Dennoch war das Ziel Platz 50 unter den etwa 120 Teams ausgegeben. Christian startete auf der 12 km langen Startschleife in einem schnellen Rennen mit einem guten Lauf von ca. 70 Minuten und wechselte an Platz 71 auf Martin.

Dieser konnte mit 74 Minuten nicht ganz die Zeit von Christian laufen, die Staffel aber weiterhin auf Rang 71 halten. Björn auf der kürzeren, etwa 7,5 km langen dritten Schleife lieferte ein schnelles Rennen. Nach 40 Minuten hatte er zahlreiche Staffeln überholt und wechselte auf Ralph, der 15 km lange Schlusschleife zu absolvieren hatte. Auch Ralph erwischte ein fast fehlerfreies Rennen und hatte nach einer Laufzeit von ca. 84 Minuten weitere Staffeln überholen können. Leider mussten die Grünwalder aber erfahren, dass sie aus der Wertung genommen waren. Björn hatte einen Versatzposten angelaufen und damit einen Fehlstempel fabriziert. Leider eine Enttäuschung für die vier so



tapfer kämpfenden Jungs. Wären sie aber in der Wertung gewesen, hätten sie den 51. Platz belegt und wären gerade einmal 8 Sekunden am 50. Platz vorbeigeschrammt ... immerhin ein schwacher Trost.

Dennoch: Man hat bewiesen, dass der TSV Grünwald durchaus über Läufer verfügt, die sich in einem internationalen Top-Feld gut platzieren können. Und das Wichtigste: Es hat Spaß gemacht!

OL international

Spring Cup – ein Ausflug in die Kreise der Weltelite

Elteläufer des TSV Grünwald beim Spring-Cup in Dänemark

von Ralph Körner

-> www.springcup.dk

Erstmals war ein Team des TSV Grünwald zum traditionellen Großereignis Spring Cup nach Dänemark angereist, das alljährlich von zahlreichen Top-Orientierern vor allem aus Skandinavien als erster Formtest und Standortbestimmung genutzt wird.

Das Quartett Ralph Körner, Christian Stamer, Martin Murer und Björn Frisk wollte versuchen, sich gegen die skandinavische Konkurrenz und die versammelte Weltelite so gut wie möglich zu behaupten. Björn, Martin und Ralph waren dazu mit dem Flugzeug nach Dänemark angereist, Christian stieß mit Familie von Kiel aus dazu.

Alina Jugenheimer im Bundeskader



Von Alina Jugenheimer

Als ich die Nominierung für den D/C-Kader bekommen hab, hab ich mich riesig gefreut und gleich mal mit meinen Eltern drauf angestoßen. Ungefähr acht Wochen später war auch schon der erste Kadertreff, vor dem ich total aufgeregt war. Denn ich kannte ja fast keinen aus dem Nationalkader. Das änderte sich aber ziemlich schnell, denn ich wurde wie alle anderen Kader-Neulinge sehr nett aufgenommen. Das erste Trainingswochenende war sehr lustig und nebenbei auch richtig anstrengend. Die ersten drei Einheiten haben mich so geschlaucht, dass ich bei der vierten leider pausieren musste. Nicht mal vier Wochen später stand auch schon der zweite Kadertreff an, diesmal mit noch mehr Einheiten. Bin jetzt auch schon ganz gespannt auf unser nächstes Trainingslager im März, wo wir für acht Tage nach

Ungarn fahren.

Neben dem praktischen Teil fanden bei den Trainingslagern auch immer Gespräche mit den Trainern statt. Hierbei gaben sie uns wichtige Tipps für den Trainingsaufbau. Diese versuche ich jetzt so gut wie möglich umzusetzen, was manchmal nicht einfach ist. So trainiere ich zur Zeit 3-5 mal die Woche. Zu diesen Einheiten gehören O-Training, Konditionstraining und Schwimmen.

In der Saison 2005 werde ich versuchen, an meine Erfolge im letzten Jahr anzuknüpfen. Mein Wunsch wäre natürlich auch im nächsten Jahr wieder im Kader dabei zu sein.

An dieser Stelle möchte ich mich ganz besonders bei der Geli bedanken, die uns alle immer unterstützt und immer für uns da ist. Ohne sie hätte ich es bestimmt nie so weit geschafft.



Gute bayerische Ergebnisse bei DBK Nacht-OL

Von Ralph Körner

Es waren nur drei bayerische Läufer, die bei den diesjährigen Deutschen Besten-kämpfen im Nacht-Orientierungslauf in Anfang Februar Bülstringen bei Magdeburg an den Start gegangen waren. Das Trio des TSV Grünwald zeigte aber ausnahmslos hervorragende Leistungen und vermochte sich gegen die nationale Konkurrenz gut in Szene zu setzen: In der H 40 konnte Veikko Baath mit einem flotten

Lauf einen überlegenen Sieg feiern. In der Damenelite platzierte sich Katrin Lorenz auf einem sehr guten vierten Platz. Es siegte hier die Topfavoritin und Weltcup-Siebte Karin Schmalfeld vom BSV Halle-Ammendorf. Auch in der stark besetzten Herrenelite konnte sich mit Ralph Körner auf Rang sieben ein bayerischer Vertreter im Spitzenfeld platzieren. Sein Rückstand auf den Überraschungssieger Eike Bruns vom MTK Bad Harzburg war dabei nur gering.

Neues aus dem Fachausschuss

Öffentlichkeitsarbeit 2004

Von Michael Rödel

Im Rückblick auf die Fachausschuss-Tagung war im letzten OL-Info folgender Satz zu lesen: „Die Öffentlichkeitsarbeit ist in 2004 fast vollständig zum Erliegen gekommen.“

Neben der regelmäßigen, z.T. ausführlichen Berichterstattung im *Bayerturner* (Besten-kämpfe Mitteldistanz, DM Mitterteich, Erfolge der Nachwuchsmannschaften und -staffeln) gab es sogar einen Fernsehbeitrag im *Bayerischen Rundfunk* zum Thema Schul-Orientierungslauf. Auch der *Bayernsport* hat seit langer Zeit erstmals eine ganze Seite über den OL berichtet (Mitteldistanz in Ketschendorf), dabei den Orientierungslauf an sich vorgestellt und ein großes Foto von Ralph Körner in die Mitte gesetzt. Die DM in Mitterteich war in den aktuellen Meldungen vertreten. Über die Deutsche Meisterschaft in Mitterteich gab es zudem einen doppelseitigen Wettkampfbericht in der *condition* zu lesen.

Wer nicht mitbekommen hat, dass das OL-Info nicht erschienen ist, muss einen anderen Eindruck von der OL-Öffentlichkeitsarbeit gehabt haben, als es der Jahresbericht auf der Fachausschuss-Tagung zum Ausdruck bringt! So viel Öff-

fentlichkeit für den bayerischen OL gab es nach meiner Einschätzung schon seit vielen Jahren nicht mehr.

Anzeige

web design

web hosting

print werbung

pc web- und werbedesign

Kandlstraße 5a Pater-Rupert-Mayer-Weg 1
96450 Coburg 82024 Taufkirchen
www.pc-webdesign.de info@pc-webdesign.de

Curry-Geschnetzeltes

gekocht von Katrin Dreßel

(Für ca. 4 Personen oder 3 hungrige OL'er)

Zutaten:

500 g Hühner- oder Putenschnitzel,
klein gewürfelt
1-2 Zwiebeln fein gewürfelt
1 Becher Sahne oder 1 Dose Kokosmilch
2-3 EL Curry
1-2 Dosen Ananas ins Stücken
(Saft nicht weggippen!)
gekörnte Brühe
Salz
Pfeffer

Zubereitung:

Fleischstücke in ein wenig heißem Öl anbraten. Bevor die Fleischstücke fertig angebraten sind, noch die gewürfelten Zwiebel dazugeben und mit glasig dünsten. 1 EL Curry mit zum Fleisch geben und nur noch kurz (!) mit anbraten. Das ganze in einen größeren Topf, die Sahne / Kokosmilch, die Ananasstücke und



den Rest des Currys dazugeben. Mit dem Ananassaft aufgießen (evtl. nicht alles, da es sonst zu flüssig wird). Mit gekörnter Brühe, Salz und Pfeffer abschmecken, noch mal aufkochen lassen und mit Reis servieren.

Falls es doch zu flüssig geworden ist, mit ein wenig Mehl abbinden. Wer's schärfer mag, Curry durch scharfe Currypaste ersetzen oder einfach noch ein wenig Chilipulver rein.

An Guten...

Vorschau und Stellenmarkt

Themen in Ausgabe 02/05:

Coburger MTBO

Bayerische Staffelleisterschaften

Thüringer 24-h-OL

DM Mitteldistanz

Karpfen-OL in Röttenbach

Und vieles mehr

Die nächste Ausgabe erscheint Ende Juli 2005.

Stellenangebot

Als junges, aufstrebendes Fachmagazin aus dem Sportbereich mit Sitz in Bayern suchen wir mehrere

Freie Autoren und Autorinnen

Voraussetzungen: Keine! Begeisterung für den Orientierungslauf wäre sicherlich hilfreich

Wir bieten: kein Gehalt, dafür gibt's manchmal anerkennende Worte aus der Leserschaft

Interesse? Einfach bei der Redaktion melden — bitte ohne Anschreiben und Lebenslauf