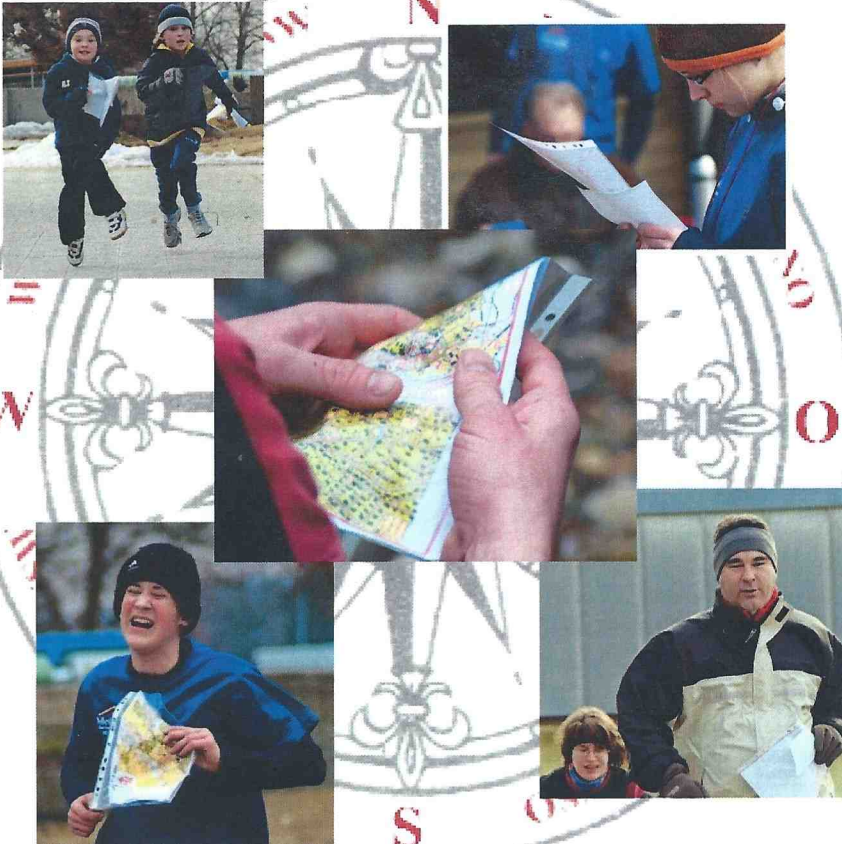




Bayerns aktuelle Orientierungslauf-Fachschrift

20. März 2006

Ausgabe 01/06



Das Wunder von Bernhardswald

Ein OL-Großverein entsteht aus dem Nichts

Liebe OLERinnen und OLER...

...die Schneemassen vor unserer Tür lassen es nicht glauben, aber der Frühling und damit die OL-Saison 2006 stehen vor der Tür. Lediglich ein kleiner Dämpfer trübt die Frühlingsgefühle: das Bayerncup-Wochenende am 25./26. März wurde auf den 29./30. April verschoben. In dieser Saison wird sich im bayerischen OL wieder einiges tun: Einigen Vereinen aus der Oberpfalz und Niederbayern ist es

gelingen, einen ordentlichen Förderbeitrag der Sportstiftung der Bayerischen Sparkassen zu bekommen. Dieses Geld soll nun, in Anlehnung an das Schweizer sCOOL-Projekt, in den Bereich Schul-OL investiert werden. Wir freuen uns, dass auch unsere „Randsportart“ in den Genuss solcher Förderungen kommen kann! Eine schöne OL-Saison wünscht Euch das Redaktions-Team

In dieser Ausgabe

Liebe OLERinnen und OLER.....	2
Impressum	2
25 Jahre Bayerncup: Der Endstand 2005.....	3
Wann kommt der Sommer?.....	9
Abenteuer pur und Erlebnisse hautnah!	10
Faszination Solathlon: Eine attraktive OL-Wettkampfform ist geboren	12
Das Hochplateau von Asiago lädt zum Alpenvergleich.....	14
Fehlerteufel: Artikel zur BRL 2005 im Internet..	16
Zertifizierte Kompetenz – Schlüssel zum Erfolg!	16
Deutsche Park Tour 2006 gastiert 4 x in Bayern	18
Neuzugang H 14 2020: Ole Magnus Lorenz	17
Stadt OL Venedig 2005.....	19
Wer wagt, gewinnt.....	21
Familie Lange siegreich beim OL Inform Rätsel	23
Ralph Körner für EM 2006 nominiert	23
Wohin im Sommer? – Tipps zu Mehrtage-OLs 2006	24
DegParkTour 2005 von den OLern gut angenommen	27
Die Bayern in der Weltrangliste 2005	26
Ralph Körner holt überraschend Weltcup-Punkte	28
Schlesische Brotsuppe	32

Impressum

Herausgeber: Fachausschuss

Orientierungslauf Bayern im BTV

Redaktion: Heike Oechler, 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

Sparkasse Dingolfing-Landau

BLZ 74351310; Konto 100580943

Titel:

Impressionen aus Bernhardswald

Fotos: TSV Bernhardswald

OL in Bayern

25 Jahre Bayerncup: Der Endstand 2005

Von Ralph Körner

Der OL-Bayerncup ist einfach eine Erfolgsgeschichte, anders kann man es nicht ausdrücken. Seit 1980 und damit mittlerweile 25 Jahren ist der Bayerncup in nahezu unveränderter Form die offizielle Landesrangliste des Bayerischen Turnverbandes. Bayerncup – das steht mittlerweile auch über die bayerischen Landesgrenzen hinaus für gut organisierten und interessanten OL-Sport für alle Altersklassen.

Auch in seiner 26. Saison 2005 hielt der Bayerncup wieder interessante Läufe, Geschichten und Resultate bereit. Am Auftakt-Wochenende gab es gleich eine Premiere: Nach Lauf 1 bei der neu gegründeten OL-Abteilung des SV 1945 Pechbrunn wurde in Asch (Tschechien) erstmals ein Bayerncuplauf im Ausland ausgetragen. Dieser Lauf wartete mit besonders anspruchsvollen Bahnen auf. Nach einer Verlegung des für Sommer geplanten Bayerncup-Wochenendes in den Spätherbst wurde die Serie zunächst im September mit zwei sehr gut organisierten Läufen beim SV Nittendorf fortgesetzt. Den Abschluss bildete schließlich das Wochenende mit der Bayerischen Einzelmeisterschaft beim TV Osterhofen und dem sechsten Wertungslauf beim WSV Bernried. Beim letzten Lauf lag leider die Organisationsleistung nicht im gewohnt guten Rahmen, so dass einige Kategorien verkürzt gewertet, an-



dere gar annulliert werden mussten. In der D und H 14 wurden deshalb in diesem Jahr nur 3 aus 5 Wettkämpfen in die Wertung der Läufer einbezogen.

An den sechs Bayerncupläufen 2005 waren in den Wertungsklassen 563 Starts zu verzeichnen, am Ende waren 154 Läuferinnen und Läufer aus 47 Vereinen in den 14 Wertungskategorien klassiert. Angesichts der Streichung eines Laufes

bei den Schülerklassen bewegen sich diese Zahlen damit im Bereich der Vorjahre, bleiben aber hinter den Spitzenwerten der 90er Jahre zurück. Mit Abstand die meisten (gewerteten) Punkte fuhr der TV Coburg-Neuses ein: Die Oberfranken rangieren mit 7545,04 Punkten vor dem SV Mietraching mit 5510,15 Zählern und dem TSV Grünwald mit 5055,76 Punkten. Die meisten Titel, nämlich je vier, konnten Grünwald und Coburg-Neuses auf sich verbuchen, gefolgt von Mietraching mit drei Gesamtsiegen. Weitere Statistikdaten sind der neuen Bayerncup-Datenbank zu entnehmen:

www.ol-bayern.de/cup.php

Nachwuchskategorien:

Die Siege in den fünf Nachwuchskategorien waren wie erwartet fest in der Hand der beiden führenden Adressen für hervorragende Nachwuchsarbeit im bayerischen OL: Der TV Coburg-Neuses holte hier drei Titel, der SV Mietraching zwei. Alle Titel wurden mit Maximalpunktzahl errungen.

In der Kategorie H 14 war der Cup eine klare Sache für Jakob Krämer (TV Coburg-Neuses), der in seinem Abschlussjahr mit vier Siegen aus fünf Läufen auftrumpfte. Dahinter etablierten sich aber im Laufe der Saison zwei Nachwuchsläufer, die noch nicht so lange im OL-Sport aktiv sind und vor allem im zweiten Halbjahr große Fortschritte machen konnten: Benedict Ebneith (TSV Bernhardswald) holte sich den zweiten Platz, Kilian Vernickel (SV DJK Heufeld) kam auf Rang 3.

Die Kategorie D 14 war am Ende eine klare Sache für die Mädchen des SV Mietraching, die einen sicheren Dreifacherfolg einfahren konnten. Dabei hatte die Deutsche Meisterin Maria Lange trotz Maximalpunktzahl am Ende gerade einmal 0,80 (!) Punkte Vorsprung vor der Deutschen Vizemeisterin Anna Biller. Auf Rang drei platzierte sich hier Nina Geiger.

Ähnlich dominant präsentierte sich der TV Coburg-Neuses in der Kategorie D 15-18, wo gleich die ersten vier Plätze in die Vestestadt gingen. Im vereinsinternen Duell sicherte sich am Ende Anna Krämer

den Gesamtsieg, gefolgt von Alina Jugenheimer und Johanna Scheler.

Einen ungefährdeten Gesamtsieg mit fünf Einzelaufsiegen holte sich Sebastian Lange (SV Mietraching) in der Kategorie H 15-16, gefolgt von Sebastian Cionoiu (TV Coburg-Ketschendorf). Den bis zum Schluss spannenden Kampf um Platz drei konnte Julian Aigner (SV Mietraching) für sich entscheiden.

Auch Benjamin Vetter (TV Coburg-Neuses) konnte in der H 17-20 einen sicheren Gesamtsieg einfahren und damit seinen Vorjahrestitel erfolgreich verteidigen. Gleich dahinter rangierte aber mit seinem Vereinskameraden Jan Schmidt ein Nachwuchsläufer, der eigentlich noch für die H 15-16 startberechtigt gewesen wäre, der älteren Konkurrenz aber bereits deutlich zeigte, welches Potential noch in ihm steckt. Nach gutem Saisonstart und einer Erkrankung im Herbst blieb für Simon Aigner (SV Mietraching) am Ende noch der dritte Platz.

Elitekategorien:

Ein Novum gab es in dieser Bayerncup-Saison bei den Hauptklassen. Punkte konnte man nun nicht nur in der D19E bzw. H21E holen, sondern auch in den kürzeren Kategorien D19K und H21K waren Punkte für die Gesamtwertung ausgelobt. 70 Punkte gab es für den Sieg in den Kurz-Kategorien, während der Sieg in den Elitekategorien weiterhin 100 Punkte einbrachte. Diese Möglichkeit für weniger

leistungsstarke Läufer im Altersbereich zwischen 19 und 34 Jahre wurde erfreulich gut angenommen und führte vor allem in der Damenelite zu einem spannenden Kampf um die Podestplatzierungen. Beide Titel gingen einmal mehr an den TSV Grünwald.

Hier war wohl Gesamtsiegerin Katrin Lorenz (TSV Grünwald) selbst am meisten überrascht, dass sie am Ende ganz oben stand. Nach guten Punkten im Frühjahr konnte sie an den vier Läufen im Herbst in schwangerem Zustand nur noch mit eingeschränkter Leistungsfähigkeit an den Start gehen. Trotzdem gelangen ihr in dieser Phase noch zwei Siege, die am Ende Rang 1 bedeuteten. Auf dem zweiten Platz folgte die Bayerische Meisterin Susan Kurth (OLA TSV Deggendorf), Rang 3 sicherte sich auch zu ihrer eigenen Überraschung Katrin Dreßel (SV Mietraching), die angesichts ihres OL-Einstiegs erst vor einhalb Jahren mehrere Läufe in der D19K absolvierte und dennoch gut punkten konnte.

Bei den Herren war die Serie einmal mehr eine klare Sache für Ralph Körner (TSV Grünwald). Mit vier klaren Siegen aus vier Läufen holte er sich den fünften Elite-Gesamtsieg in Folge. Dahinter erlief sich sein Vereinskamerad Peter Wiesinger wie schon im Vorjahr den zweiten Platz. Über den dritten Platz durfte sich OL-Wiedereinsteiger Björn Kramer (TSG Creidlitz)

freuen, der sich vor allem im Herbst wieder deutlich steigern konnte.

Seniorenkategorien:

Die in den letzten Jahren traditionell teilnehmerstärkste Kategorie H 35 war auch in diesem Jahr wieder am besten "besucht" und mit einer hohen Leistungsdichte an der Spitze nicht minder interessant. Mit sehr konstanten Läufen konnte sich Veikko Baath (TSV Grünwald) bereits vorzeitig den Gesamtsieg gegenüber Thomas Scheler (TV Coburg-Neuses) erkämpfen. Mit einem furiosen Finale am letzten Bayerncupwochenende lief schließlich auch noch Gert Lexen (TSV Grünwald) als Dritter in die Podestränge.

Spannend bis zum Schluss war der Ausgang in der Kategorie D 35, wo vor dem letzten Rennen noch mehrere Podestkonstellationen denkbar waren. Am Ende hatte Sabine Zimmermann (TSV Grünwald) die Nase vorne, knapp dahinter und auch nur 0,33 (!) Punkte voneinander getrennt folgten Ingrid Hufnagel (OLA TSV Deggendorf) und Milena Grifoni (SV Mittendorf).

Die Entscheidung in der Kategorie H 45 wiederum erfolgte klar und bereits vorzeitig: Jörg Mumme (SV Mietraching) holte sich den Bayerncuptitel vor dem Vorjahressieger Stefan Kirsch (TuS 1892 Mitterteich). Mit einem starken letzten Wettkampf lief Stephan Krämer (TuS 1892 Mitterteich) hier auf den dritten Gesamtrang.



Die Bayerncupsieger 2005: Stehend von links: Katrin Lorenz (DE), Jakob Krämer (H14), Veikko Baath (H35), Sabine Zimmermann (D35), Anna Krämer (D18), Benjamin Vetter (H20), Maria Lange (D14), Ralph Körner (HE), Sebastian Lange (H16), Martina Huth (D45); Kniend von links: Angelika Weid (D55), Walter Körner (H55), Georg Reischl (H65)

Als Sorgenkind muss man leider die Kategorie D 45 bezeichnen. Nur drei Starterinnen mit zwölf Wettkampfteilnahmen lautet die traurige Bilanz dieser Kategorie. Einen unangefochtenen Sieg landete wie in den Vorjahren Martina Huth (TSG Creidlitz) vor ihrer Vereinskameradin Irma Schwarzkopf. Auf den dritten Rang kam Ruth Bock (TS Lichtenfels).

Im Saisonverlauf spannend, aber am Ende klar verlief die Entscheidung in der Kategorie H 55. Walter Körner (LV Deggendorf) konnte für seinen neuen Verein den Bayerncup-Gesamtsieg erringen vor dem Sieger des Vorjahres, Dieter Oechler (TV

Coburg-Neuses) und Jürgen Schwanitz (OLA TSV Deggendorf).

Am besorgniserregendsten stellen sich die Teilnehmerzahlen in der Kategorie D 55 dar. Nur zwei Sportlerinnen mit sieben Wettkampfteilnahmen geben Anlass zu starker Sorge. Entsprechend souverän gestaltete Angelika Weid (TV Coburg-Neuses) die Saison, indem sie alle sechs Läufe gewann und so den Bayerncupsieg einfuhr. Zweite wurde Katharina Blumensaat (ATS Kulmbach).

Der erfolgreichste Bayerncup-Teilnehmer aller Zeiten, Georg Reischl (TV Osterhofen) fügte mit dem Gesamtsieg in

der Kategorie H 65 seiner Erfolgsgeschichte mit Gesamtsieg Nr. 19 ein weiteres Kapitel hinzu. Zweiter wurde wie im Vorjahr Rudi Lorenz (OLA TSV Deggendorf). Den bis zum Schluss spannenden Kampf um Platz drei konnte Günter Rödel (TV Coburg-Ketschendorf) für sich entscheiden.

Eine wiederum interessante Bayerncup-saison 2005 ist damit Geschichte. Wenn diese OL-Info-Ausgabe erscheint, sollte eigentlich bereits die Serie 2006 mit einer Mittel- und einer Langdistanz in Glonn bei München ihren Auftakt feiern. Leider mussten diese Läufe aufgrund der Schneelage von Ende März auf Ende April

verschoben werden. Dann aber sollte einem interessanten Bayerncup-Auftakt nichts mehr im Wege stehen.

Darüber hinaus ist angestrebt, bis zum Jahresende 2006 die Bayerncupdatenbank auf www.ol-bayern.de vollständig befüllt zu haben. Hierfür sind die Statistiker aber weiterhin auf die Unterstützung der bayerischen Orientierungsläufer angewiesen, da noch jede Menge Bayerncuplisten aus den 80er und 90er Jahren fehlen, die noch ergänzt werden wollen.

Informationen zu fehlenden Bayerncup-listen bitte an bayerncup@ol-bayern.de richten. Jede Unterstützung ist wertvoll!

OL national

Bayerischer Doppelsieg bei DM Ski-OL 2006

Bericht von "www.ol-niederbayern.de"

Besonders erfolgreich verliefen die ersten nationalen Titelkämpfe des Jahres für die Elite-Damen der OLA TSV Deggendorf: Bei den Deutschen Ski-OL-Meisterschaften erliefen Antje Bornhak und Susan Kurth sowohl über die Mitteldistanz als auch über die Langdistanz Doppelsiege in der Damen-Elite. Doch auch bei den Bestenkämpfen von Nachwuchs und Senioren waren die bayerischen Ski-Orientierer erfolgreich.

Vor allem beim Nachwuchs war der SV Mitraching nicht nur mit Abstand teilnehmerstärkster Verein, sondern auch sehr

erfolgreich. In der D 14 gelangen Anna Biller, Nina Geiger und Stefanie Lederer an den beiden Tagen insgesamt vier Podestplätze, Maria Lange schaffte in D 15-18 Rang 3 auf der Mitteldistanz, über die Langdistanz holte sie sich den Bestentitel. Bei der Jugend H 15-18 erliefen Sebastian Lange, Florian Kerschl und Simon Aigner an beiden Tagen ungefährdete Dreifacherfolge.

Bei den Senioren waren Uwe Genatis (SV Mitraching) in H 45 und Walter Körner (LV Deggendorf) in H 55 am erfolgreichsten. Beide belegten auf der Mitteldistanz Rang 2 und sicherten sich auf der Langdistanz den Bestentitel in ihren Altersklassen.

Roland Vogl (SV Mietraching) kam in beiden Disziplinen auf Rang 2 in H 35, Michael Schalle (TSG Creidlitz) zwei Mal auf Rang 3 in H 45.

Die Titelpkämpfe wurden zusammen mit den Österreichischen Staatsmeisterschaften im Ski-OL in Windischgarsten (Oberösterreich) ausgetragen, da sich keine deutschen Bewerber gefunden hatten. Starke Schneefälle machten es den Veranstaltern und den Teilnehmern äußerst schwer, dennoch waren sowohl die Organisation als auch die gezeigten sportlichen Leistungen hervorragend.

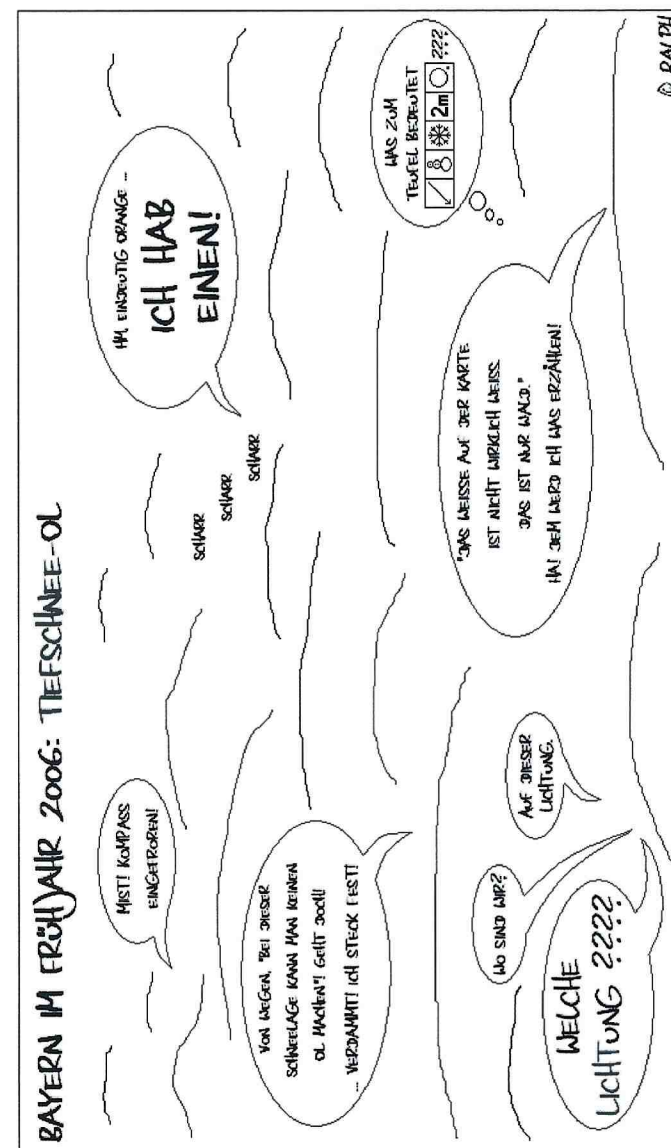
Antje Bornhak war bei den Damen bereits als Topfavoritin ins Rennen gegangen.



Daher waren ihre beiden Siege nicht allzu überraschend. Dass sie die stärkste Konkurrentin aber im eigenen Verein haben würde, erwies sich als eine aus Deggendorfer Sicht erfreuliche Überraschung. Susan Kurth konnte ihre Vereinskameradin an beiden Tagen doch unter Druck setzen und mit nur geringen Rückständen nach vorne, aber gutem Polster nach hinten beide Male Silber einfahren. Es waren dies auch gleichzeitig ihre ersten Medaillen auf Bundesebene. Bei den Herren siegte an beiden Tagen Bernd Kohlschmidt vom SV Robotron Dresden.

Kleine Erheiterung

Wann kommt der Sommer?



Abenteuer pur und Erlebnisse hautnah!

1. Bernhardswalder Winterlaufserie legt erfolgreichen Start hin: 270 Starter liefen nach dem Motto: „Hart war's, aber schön war's“

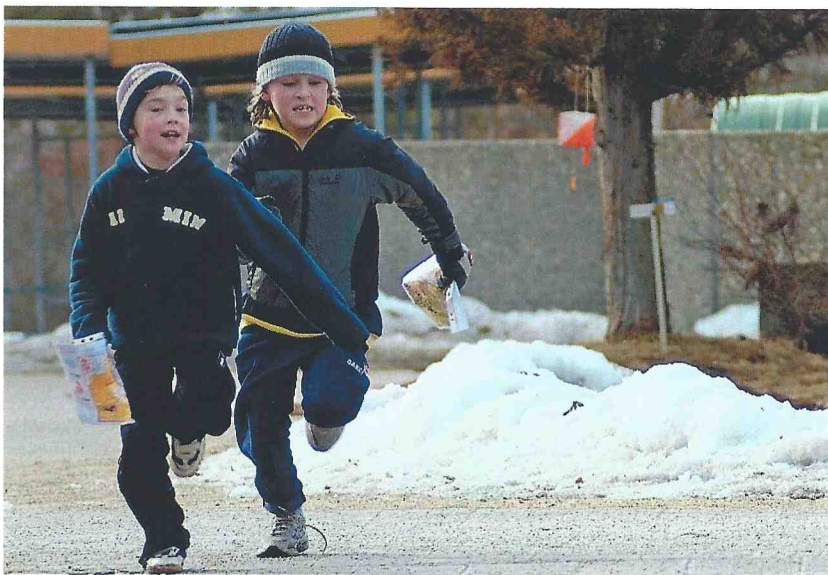
Von Alfons Ebne

Pures Abenteuer zu vermitteln war eine der wesentlichen Zielsetzungen, die wir mit der 1. Bernhardswalder Winter-OL-Serie erreicht wollten. Daneben sollten vor allem unsere 40 Kinder und Jugendlichen der Ski- und Orientierungslaufabteilung über die ungünstige Jahreszeit hinweg zum Laufen motiviert und insgesamt die Orientierungsfähigkeit bei allen verbessert werden. Stets stark fordernde Läufe nicht nur im Ort und Parkgelände, sondern zum großen Teil im Wald, auch nachts, das anschließende Gespräch in geselliger

Runde und der persönliche Stolz auf die erbrachte Leistung stärkte nicht nur das Zusammengehörigkeitsgefühl der Gruppe enorm, sondern ließ uns auch die gesteckten Ziele locker erreichen.

Die Serie war unterteilt in Kategorie A für die Erwachsenen und leistungsstarken Jugendlichen ab 14 Jahren, und in die Kategorie B für Kinder und jugendliche Anfänger.

Zwei Läufe bei Tag und zwei Nachtläufe mit einer Bahnlänge von ca. 4.000- 4.500 bei A und 2.200-2.500 bei B auf der Bernhardswalder und Wenzelbacher Karte



(M 1:6.000 bzw. 1:5.000) sowie einem Nachtsprint-OL rund um das Regensburger Westbad bestimmten die geforderten Leistungen. Und vor allem die beiden letzten Läufe in Wenzelbach zeigten den Läuferinnen und Läufern die fordernde Schönheit und das weite Spektrum unserer großartigen Sportart und manchem auch die persönliche Grenze seiner Belastbarkeit.

Mehr als 270 Starter, davon viele Gäste aus dem Niederbayrischen, aus Regensburg und Nittendorf haben ihr Kommen nie bereut und der von allen stets mitgetragene Slogan „Hart war's, aber schön war's“ war die größte Anerkennung für den Hauptorganisator, Bahnleger und Kartenzeichner Alfons Ebne.

Als Belohnung gab es zum Abschluss der Serie für die drei Erstplatzierten jeder Kategorie eine schöne Medaille und Urkunden sowie für die Sieger ein Funktionsshirt.

Und nächstes Jahr gibt es eine Neuauflage der Serie und wir versprechen, dass die Läufe keineswegs leichter werden. Alle die jetzt Lust bekommen haben dann mitzulaufen sind herzlich willkommen, wenn es im November wieder heißt „Auf nach Bernhardswald – es wird hart - aber schön“.

Wer neugierig geworden ist oder mehr über uns wissen will, kann sich unter www.orientierungslauf.net gerne informieren.



Die Besten der Besten

Bahn A Herren:	1. Ralph Körner (LV Deggendorf) 2. Andreas Hintermeier (SV Donaustauf) 3. Benedict Ebner (TSV Bernhardswald)
Bahn A Damen:	1. Birgit Spangenberg (TSV Bernhardswald) 2. Lisa Reinwald (SV Nittendorf) 3. Sonja Koch (TSV Bernhardswald)
Bahn B Jungen:	1. Patrick Renner (TSV Bernhardswald) 2. Lukas Kühne (LV Deggendorf) 3. Chris Lazik (TSV Bernhardswald)
Bahn B Mädchen:	1. Lena Brückner (TSV Bernhardswald) 2. Julia Spangenberg (TSV Bernhardswald) 3. Susi Hüllen (TSV Bernhardswald)

OL und seine Spielarten

Faszination Solathlon: Eine attraktive OL-Wettkampfform ist geboren

Von Jürgen Schwanitz

Wer kennt sie nicht, die spannenden Biathlon-Winter-Wettkämpfe z.B. in Ruhpolding, Oberhof, Antholz bzw. bei den Olympischen Spielen? In etwa vierjähriger Entwicklungsarbeit und nach diversen Tests im internationalen Polizeibereich ist ein für alle Formen des OLs umsetzbares Realisierungskonzept entstanden, das statische hochkonzentrierte Schießeinlagen (S) mit einem dynamischen Orientierungslauf (OL) im sportlichen Wettkampf ("athlon") verbindet. Es wurde deshalb mit einem unverwechselbaren

eigenständigen Namen versehen: SOLATHLON.

Die OLA TSV Deggendorf unter ihrem Leiter Jürgen Schwanitz hat sich von dem Grundprinzip leiten lassen, dass ein derartiges System

- > preisgünstig,
- > immissionsfrei,
- > leicht handhabbar,
- > örtlich nahezu universell einsetzbar,
- > ohne nennenswerte Gefährdung für Teilnehmer und Umfeld,
- > nicht auf eine bestimmte Personen- bzw. Berufsgruppen beschränkbar sein muss.

Von daher erfolgte letztlich die Festlegung auf ein technisches System, welches unter Verwendung von ausgesandten Impulsen in der Form von Lichtstrahlen oder Lichtblitzen auf eine variable Zielfläche auftrifft, die durch einen Chip nicht unbedingt die exakte Trefferlage, aber den Treffer als solchen elektronisch detektiert. Die registrierten Ergebnisse werden zunächst dem Schützen durch ein optisches Signal angezeigt und gleichzeitig an ein Modem übertragen, das mit einem Auswertungs-PC verbunden ist. Fehlgeleitete Impulse neben der Trefferfläche werden wie beim Biathlon durch eine Handicaprunde von ca. 150 m Länge ausgeglichen.

Da die erfolgreich getesteten Impulsgeräte derzeit nicht individuell verfügbar sind, sich das Mitführen einer gewehrartigen Konstruktion beim Geländelauf absolut verbietet, wurde von Anfang an die Lösung mit einem pistolenartigen Impulsgeber gesucht, der für alle Teilnehmer auf dem jeweiligen Stand vorgehalten wird. Da alle Impulsgeber technisch gleich ausgerichtet sind, ist die erforderliche Wettkampffairness gewährleistet. Der Anschlag ist ein- oder beidhändig beliebig.

Da es keinen Ladevorgang gibt, verbot es sich auch, eine nebeneinander gereihte Zieldarstellung analog dem Biathlon zu wählen, um relativ einfache Schnellfeuererien innerhalb von wenigen Sekunden zu unterbinden. So wurde die

Zieldarstellung analog der Anordnung der Zahl fünf auf einem Würfel gewählt, um jeweils veränderte Visierungen abzufordern. Das System lässt es dabei sogar zu, vor jedem Wettkampf eine bestimmte Reihenfolge der Zielbefeuern, z.B. durch Vorgabe des Ausrichters oder durch Auslösen kurz vor dem Start, festzulegen. Die derzeit zur Verfügung stehenden Zielgrößen betragen 7.6 cm bzw. 10 cm. Der Abstand zwischen Ziel und Schützen wird derzeit nur auf 8 - 10 m definiert, um angesichts dieser technischen Neuheit bei den Nutzern auch nicht nur Zufalls- oder Verlegenheitstreffer zu produzieren. Die Abgabe der Impulse erfolgt im Übrigen nahezu rückstoßfrei - ein leichtes Klicken musste jedoch bewusst integriert werden, damit dem Schützen die Abgabe eines Impulses bewusst wird. Der Impuls hat die Intensität des Lichtstrahls einer Normal-Taschenlampe; die Stromversorgung der Gesamtanlage und der Impulsgeber werden jeweils mit einem Akku betrieben. Die Bahn eines Impulses ist im Übrigen - im Gegensatz zu der einer pulvergetriebenen Patrone - ungekrümmt und z.B. durch den Wind nicht beeinflussbar. Auch werden wir zu Anfang in die Realphase mit der Vorschaltung gehen, dass bei fünf Zielen sechs Impulsmöglichkeiten zur Verfügung stehen, d.h. zusätzlich ein "handicaprundenfreier Nachlader". Eine nicht absolut realitätsferne Handhabung des

Impulsgerätes schließt Verletzungen grundsätzlich aus.

Der große Vorteil, des Solathlon für den OL liegt darin, dass beim Einsatz der Gesamtanlage keine Immissionen erfolgen und somit keine waffenrechtlichen Genehmigungen erforderlich bzw. Sicherheitsbestimmungen einzuhalten sind. Damit kann sie an jeder geeigneten Stelle im Gelände aufgestellt werden, bevorzugt an einer solchen, die sich in der Nähe eines Zuschauerbereiches befindet. Zudem wird der OL mit einem wichtigen Bestandteil und nachvollziehbaren Zwischenzeiten für die Öffentlichkeit "aus dem Wald geholt". Der OL wird damit interessanter und für einen Zuschauer (und die Medien) "mitleidensfähig".

Die OLA TSV Deggendorf wird in diesem Jahr erstmals eine Serie aus voraussichtlich vier Demonstrations-Wettkämpfen durchführen, um weitere praktische Erfahrungen zu sammeln und diese Sportart bekannt zu machen. Bei diesen Wettkämpfen wird es jeweils eine relativ

einfache OL-Bahn geben, bei der sich im Zielbereich eine Impulseinlage auf einem Stand mit fünf Zielen anschließen wird. Vor jedem Start besteht jeweils eine Übungsmöglichkeit an einem Impulsgerät und einer Originalzieldarstellung. Deren "Weltpremiere" wird am 02.04.2006 in Deggendorf erfolgen. Die weiteren Termine werden noch im Laufe der Zeit festgelegt. Als Saisonhöhepunkt werden am 01.10.2006 voraussichtlich auf der Langlaufanlage am Großen Arbersee bei Bayerisch Eisenstein die 1. Int. Meisterschaften (mit einer gesonderten Polzeiwertung) ausgetragen mit den üblichen o-technischen Anforderungen ("Schmetterlingsbahn") und zwei Impulseinlagen.

Termine, Ausschreibungen und nähere Infos für die o.g. Serie sowie die Meisterschaften finden sich unter **"www.pantherola.de"** bzw. per E-Mail unter **ol-niederbayern@pantherola.de**.

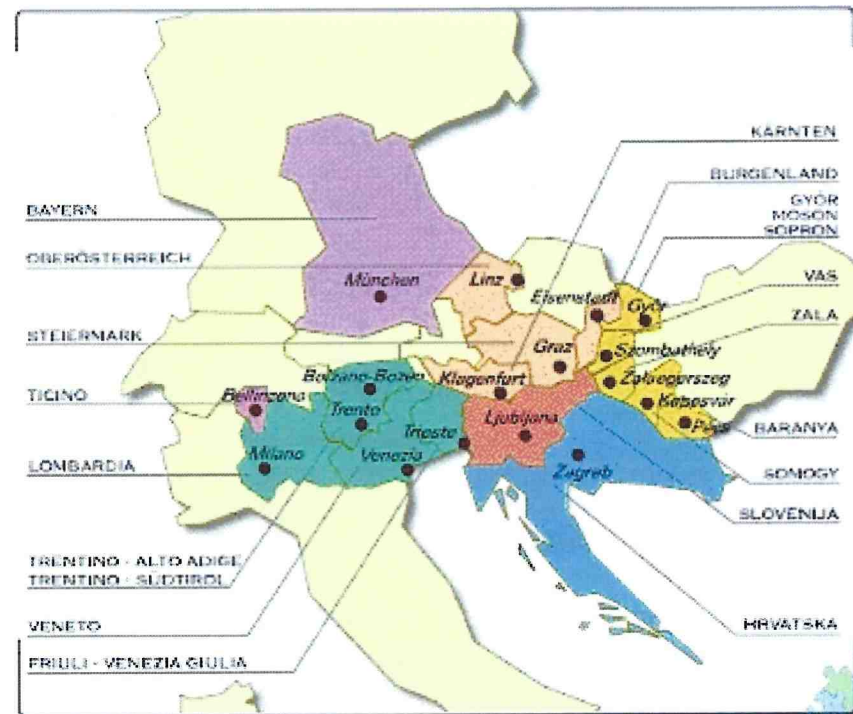
OL international

Hochplateau von Asiago lädt zum Alpenvergleich

Von Ralph Körner

Der diesjährige Alpen Adria Cup wird von 1. bis 3. September im italienischen Asiago (Region Veneto) stattfinden. Das Gelände der Senioren-WM von 2004 verspricht interessante Wettkämpfe in fantastischem

alpinem Terrain. Die Wettkämpfe sind gleichzeitig unter dem Namen "Highlands Open" ausgeschrieben.



Da wir auch in diesem Jahr wieder mit einer bayerischen Mannschaft zum Alpen Adria Cup fahren wollen, ergeht bereits jetzt herzliche Einladung an die bayerischen OLER zur Teilnahme. Alle Interessierten können sich das erste Septemberwochenende schon mal im Kalender anstreichen. Gerade da in diesem Jahr der für Salzburg geplante Arge Alp Cup vermutlich leider ausfallen wird, bleibt der Alpen Adria Cup als einziger Alpenländervergleich übrig. Doch auch hier darf auf ein schönes Herbstwochenende in den Alpen gehofft werden.

Der Alpen Adria Cup besteht auch in diesem Jahr aus einem Mitteldistanz-Wettkampf am Freitag, einem Langdistanz-OL am Samstag und einer 3er-Staffel am Sonntag. Das besondere "Zucker" für Teammitglieder der Länderkampfkatgorien D/H 18, D/H Elite und D/H 35 ist wie immer kostenlose Teilnahme und kostenlose Massenquartier-Unterkunft. Die Teilnehmer in allen übrigen Kategorien zahlen pro Wettkampf 5 Euro bis 18 Jahre und 8 Euro ab 19 Jahre.

Angesichts des guten Termins und des attraktiven Ziels sollte es möglich sein, eine größere Mannschaft als in den vergan-

genen drei Jahren zum Alpen Adria Cup zu entsenden. Ein Wermutstropfen ist allerdings, dass am gleichen Wochenende die Deutschen Mannschaftsmeisterschaften in Uslar stattfinden.

Weitere Informationen gibt's unter www.ol-bayern.de/alpenadria oder auch demnächst auf der Veranstaltungsseite

unter www.highlandsopen.com. Das Einladungsschreiben für die bayerische Mannschaft gibt es voraussichtlich zum Meisterschaftswochenende in Coburg im Juni 2006.

Für Fragen zum Alpen-Adria-Cup einfach an mich wenden unter alpenadria@ol-bayern.de!

Heft 04/ 2005

Fehlerteufel: Artikel zur BRL 2005 im Internet

In der letzten Ausgabe der OL-Inform hat sich beim Artikel von Jürgen Schubert zum Thema „Bundesrangliste 2005 – Eine Bilanz“ leider der Fehlerteufel

eingeschlichen. Wir wollen Euch den kompletten Artikel nicht vorenthalten und haben ihn deswegen ins Internet gestellt: - > www.ol-inform.de

Übungsleiterausbildung

Zertifizierte Kompetenz – Schlüssel zum Erfolg!

Neue Übungsleiterausbildung startet im Oktober 2006 – Interessenten sollen sich schnellstmöglich bei Organisator Alfons Ebneith melden

Von Alfons Ebneith

Konkurrenzfähig zu sein gegenüber kommerziellen Anbietern im Fitnessbereich, aber auch attraktive Angebote im Breiten-, Gesundheits- und Leistungssport unterbreiten zu können, verlangt zukünftig noch mehr als bisher den qualifizierten und geprüften Fachsportleiter, der Menschen führen, Kinder und Jugendliche begeistern und Erwachsene motivieren kann.

Nach den neuen Förderrichtlinien werden zukünftig nur noch die Vereine mit nennenswerten Zuwendungen rechnen können, die solche Fachsportleiter im

ihrem Bereich nachweisen können. Grund genug, nach fünf Jahren in Bayern wieder einmal einen Übungsleiterlehrgang OL durchzuführen. In enger Abstimmung mit unserem Landesfachwart Christian Ufholz und mit seiner vollen Rückendeckung gegenüber dem Verband kann ein solcher Lehrgang ausnahmsweise bereits mit 15 Teilnehmern stattfinden.

Absicht ist es auch, diesen Lehrgang bereits Ende Oktober 2006 anzufangen und ihn, bei straffer Durchführung, noch vor dem 1. März 2007 zu beenden. Denn dann kommen die entsendenden Vereine

bereits für das Jahr 2007 in den Genuss der vollen Zuwendungen.

Der derzeitige Planungsstand ist wie folgt:

- Durchführung in einem 5 Tagesblock, sowie in 2 Ausbildungs- und einem Prüfungswochenende, ggf. Integration der kostenfreien Ersthelferausbildung (darf nicht älter als 2 Jahre sein und umfasst 8 Doppelstunden);
- Ausbildungsort zunächst Regensburg, danach ggf. Wechsel;
- Lehrgangsgebühr 225,- € ohne Übernachtung und Verpflegung;
- Mindestteilnehmer 15;
- Vorlage Ausbildungskonzept bis Juni beim Verband, Aufnahme in den

Lehrgangskatalog des BTV im August, danach offizielle Anmeldung beim Verband;

Wir bekommen den Lehrgang aber nur genehmigt, wenn sich auch tatsächlich genügend Teilnehmer finden. Ich bitte deshalb ganz dringend um eure Vorabmeldung. Wir können genaue Zeiträume der Durchführung dann im Kreis der potentiellen Teilnehmer z.B. im Rahmen eines OL Wochenendes besprechen und auch noch Einfluss nehmen auf die inhaltliche Gestaltung und Schwerpunktsetzung.

Hier meine Mailanschrift:

Alfons.Ebneith@t-online.de

Wir gratulieren!

Neuzugang H 14 2020: Ole Magnus Lorenz



Katrin Lorenz hat am 13.02.2006 um 13:18 Uhr einen gesunden Buam auf die Welt gebracht. Wie die stolzen Eltern Katrin Lorenz und Veikko Baath berichten, ist Ole großartig, hat riesige blaue Augen und ist schon richtig brav. Er wog bei seiner Geburt 3270 g bei einer Körperlänge von knapp 55 cm. Mit

seinen langen Beinen und seiner schlanken Figur bringt auch er beste Voraussetzungen als Läufer mit. Zur Zeit nimmt er schon kräftig zu, denn er wird von seinen Eltern bestens gehegt und gepflegt - bleibt also abzuwarten, wer 2020 die Nase vorn hat in der H14!?!

Deutsche Park Tour 2006 gastiert 4 x in Bayern

Von Ralph Körner



Im Jahr 2006 geht die Deutsche Park Tour in ihre dritte Saison.

Die Park Tour wurde als Sprint-OL-Serie für ganz Deutschland gegründet. Ihre Besonderheit bildet das Zusammenspiel von regionalen und überregionalen Wertungsläufen, die mit unterschiedlicher Wertigkeit versehen sind und daher unterschiedlich viel Punkte für die Sieger einbringen können.

Die Deutsche Park Tour wird in den zehn Kategorien D/H -14, D/H 15-18, D/H 19-39, D/H 40-54 und D/H 55+ ausgetragen. Im Laufe einer Saison fließen die vier besten Punktwerte eines Läufers in sein Ergebnis ein. Die Punkte werden nach der vom Bayerncup bekannten Formel siegerzeitbezogen errechnet.

Die Tour 2006 ist mit 22 Wertungsläufen so umfangreich wie noch nie. Auch Bayern ist mit vier Läufen besonders gut vertreten. Dabei kann fast jede OL-Region mit einem Sprint-OL aufwarten: Den Anfang macht Coburg am 8. April mit den vom TV Coburg-Ketschendorf ausgetragenen Stadtmeisterschaften im Rahmen der OL-Serie. Bereits am 13. April ist es im Turngau Donau-Wald soweit, wenn beim Schott-Kristallglas-Sprint in Zwiesel (als

Prolog des Oster-3-Tage-OLs) erhöhte Punktzahlen zu holen sind. Dieser vom SV Mietrachting organisierte Wertungslauf bringt als Zentral-Event nämlich 110 Punkte für die Sieger ein.

Am 21. Mai können die Regensburger Orientierungsläufer bei den vom TSV Bernhardswald ausgerichteten Oberpfalzmeisterschaften Punkte sammeln. Dieser Doppelsprint-OL (2 Läufe) findet am Tag nach dem Osterhofener Bayerncup statt, ist also auch für die Orientierer aus ganz Bayern interessant. Am 25. Mai dann finden in Landshut wieder die Landshuter Stadtmeisterschaften als Doppelsprint-OL statt. Dieses Event war bereits in den Jahren zuvor Bestandteil der Park Tour und verspricht ebenfalls technisch anspruchsvollen Sprint-OL-Sport.

Zusammen mit den Deutschen Bestenkämpfen im Sprint-OL in Kassel und den weiteren zentralen Veranstaltungen im Vorfeld der Deutschen Meisterschaften Mitteldistanz in Bad Malente, Staffel in Ilmenau und Langdistanz in Chemnitz, sowie beim 3-Tage-OL an Pfingsten bei Dresden bieten sich also für die bayerischen Orientierungsläufer beste Voraussetzungen, in diesem Jahr die notwendigen vier Wertungsläufe absolvieren zu können und damit um das grüne Trikot des besten Sprinters - denn das wird bei der Tour ausgetragen - mitzukämpfen.

Der Tour-Gesamtsieg ging in den vergangenen Jahren bereits zwei Mal nach Bayern, beide Male an den TSV Grünwald: In der Premieren-Saison 2004 konnte Valtteri Kolehmainen die Kategorie H-14 für sich entscheiden, im Vorjahr schließlich gewann Ralph Körner die Kategorie H 19-39. Vielleicht klappt es ja auch in dieser Saison, einen bayerischen Sieg bei der

Tour einzufahren. Schließlich ist Bayern mit seinen Sprint-OL-Serien wie DegParkTour, Münchner SprintCup oder der Coburger Winterlaufserie mittlerweile in ganz Deutschland als Sprint-OL-Hochburg bekannt.

Mehr zur Deutschen Park Tour: www.parktour.de

OL international

Stadt OL Venedig 2005

(Ein Bericht von einem der nicht Auszug um das Fürchten zu lernen, sondern um zum 1. Mal an diesem exquistem OL Erlebnis teilzunehmen).

Von Alfons Ebner

Einer, wenn nicht der Höhepunkt für die noch junge OL-Gruppe Bernhardswald in der Saison 2005 war sicherlich die Teilnahme am 26. Stadt-OL in Venedig.

12 Läuferinnen und Läufer, davon acht Kinder und Jugendliche, machten sich am Freitag am frühen Nachmittag zusammen mit vier OL-Freunden aus Nittendorf in zwei Bussen auf den Weg gen Süden.

Am Sonntag wollten wir nicht mehr und nicht weniger (ziemlich gewagt!) als uns mit den vielen Läuferinnen und Läufer aus diversen Ländern der Welt im Orientieren durch die verwinkelten Gassen und über Dutzende von Brücken Venedigs messen.

Nach langer Fahrt erreichten wir schließlich den Bahnhof von Mestre und setzten von dort unseren Weg zunächst mit dem Zug bis Venedig Hauptbahnhof fort.

Mit dem (an diesem Tag wohl letzt möglichem) Wasserbus brausten wir in Nacht und Nebel zunächst in Sichtweite des Markusplatzes und der Hauptpromenade zur Insel Lido, die wir gegen 23.40 Uhr erreichten. Ein unvergessliches Erlebnis für uns alle.

Danach ging es zu Fuß (schon die erste Herausforderung für uns) zu unserem Hotel, einer alten Villa, die tatsächlich noch für uns geöffnet war, und auch die Zimmer - oh Wunder - waren noch nicht vergeben.

Der nächste Tag stand dann ganz im Zeichen der Stadtbesichtigung. Dem angebotenen Sprint-OL haben wir uns entsagt, schließlich wollten wir unsere Kräfte für den Sonntag sparen.

Nach der anstrengenden Besichtigung der wohl bekannten Sehenswürdigkeiten und Hässlichkeiten waren wir doch froh, den Abend dann in aller Ruhe und in geselliger



Runde mit der OL-Gruppe aus Deggendorf verbringen zu können.

Als wir Sonntag früh samt Gepäck schließlich am Palazzo di Sport ankamen, trauten wir kaum unseren Augen – Orientierungsläufer aus aller Herren Länder wuselten um uns herum, und die große Sporthalle hatte doch ganz schön Ähnlichkeiten mit Wallensteins Lager.

An allen Ecken und Enden lagen, saßen und standen hunderte von Läuferinnen und Läufer samt ihrer Gepäckstücke, waren am um-, an- und ausziehen, im Gespräch oder in sich gekehrter Konzentration und alle in freudiger Erwartung des Startbeginns ab 10.00 Uhr.

So begaben auch wir uns schließlich auch bestens eingestimmt zum Start und, nach erfolgter Startprozedur, mit insgesamt 3000 Läufern und Läuferinnen auf die jeweilige OL-Bahn durch Venedig. Und dieses großartige Erlebnis unterwegs, nach 30 Brückenüberquerungen noch weitere 40 überqueren zu dürfen, schärfte nicht nur unsere psychische Belastbarkeit, sondern wird uns noch lang in Erinnerung bleiben.

Schließlich absolvierten alle mit großem Einsatz ihre Bahn, fanden trotz manchem Verlaufen ihre Posten und auch den Weg zurück zum Ziel und die erreichten Ergebnisse und Platzierungen stimmten dann doch fast jeden zufrieden.

Ich glaube, einer der schönsten Momente für die Mitglieder der Gruppe war der Ziel-einlauf, wo sie von den dort Wartenden begeistert in Empfang genommen wurden.

Und so hatten auch unsere Youngsters, Jonas und Tobias, ihren Spaß und trafen zur Freude ihrer Mütter ebenfalls wieder wohlbehalten ein.

Nach einem ereignisreichen Wochenende kamen wir schließlich gegen 23.00 Uhr wohlbehalten wieder in Bernhardswald an.

Vielleicht haben einige jetzt auch Lust bekommen dieses Jahr mal dorthin zu fahren? Ja? Na dann trifft ihr bestimmt die Bernhardswalder und Nittendorfer und Deggendorfer dort und freut euch zusammen mit ihnen ob diesem großartigen (OL-)Erlebnis.

OL regional

Wer wagt, gewinnt

Sportjugendstiftung der bayerischen Sparkassen fördert OL in Bayern

von Stephan Schneuwly

Wer wagt, gewinnt: Dieses Motto kann für OL-Läufer im Wald durchaus gefährlich sein, da derjenige der zuviel Wagnis zeigt, sehr schnell die Idealroute verlieren kann oder wie wir Schweizer sagen „s'haut Di ins Chrut“. Vielleicht ist dies auch einer der Gründe warum wir Orientierungsläufer in anderen Bereichen als Randsportart dastehen und uns auch bei der Suche nach Sponsoren und Förderinstitutionen schwer tun.

Genau dies ist aber notwendig: Nur wer fordert, bekommt auch was. Man kann deshalb auch nur über fehlende Förder- und Sponsorenmittel für den OL-Sport klagen, wenn man alle Quellen ausgeschöpft hat und nicht fündig geworden ist. Aus diesen Gründen hat sich eine Gruppe von OL-Abteilungen im Einzugsgebiet der Univer-

sität Regensburg zusammengetan um ein gemeinsames Konzept zur Förderung des OL-Sports in Schule und Verein auf die Beine zu stellen und sich auch auf das Wagnis eingelassen nach Financiers Ausschau zu halten.

Grundidee des Projektes ist die Vernetzung der Aktivitäten im Bereich Lehrerbildung, Lehrerfortbildung, Schul-OL-Aktivitäten und Vereinsarbeit, nach dem Vorbild des Schweizer „sCOOL!“-Projekts. An dem Projekt beteiligt haben sich aus der Regensburger Region der SV Nittendorf, der TSV Bernhardswald und die Uni-OL-Gruppe, euch allen in Kürze unter dem Verein OLG Regensburg bekannt. Aus Niederbayern beteiligen sich der LV Deggendorf, der SV Mietraching, der TSV Osterhofen und die OL-Gruppe Landshut, also eine Gruppe von Vereinen, die örtlich



nahe genug sind, um zu interagieren, aber doch eigenständige Bereiche abdecken können.

Ähnlich dem „sCOOL!“ Projekt sollen in dieser Region möglichst flächendeckend die interessierten und vom Gelände her interessanten Schulen eigene Schul-OL-Karten bekommen und ebenfalls wie beim „sCOOL!“-Projekt sollen die Schulen die Möglichkeit haben mit dem SI-Schul- und Trainingsset Schul-Wettkämpfe mit dem SI-System durchzuführen. Natürlich hilft uns hier die in Deggendorf als Grundstein gelegte umfangreiche Erfahrung mit Schul-OL und wir hoffen natürlich auf eine große Zahl interessierter Schulen und Sportlehrer, so dass wir spätestens im nächsten Jahr mit Bezirksmeisterschaften aufwarten können, die auch ein breites Einzugsgebiet aufweisen.

Eine Menge Arbeit wartet auf uns, doch wie soll das Material und die SI-Systeme finanziert werden? Hier haben wir in der Sportjugendstiftung der Bayerischen Sparkasse eine Institution gefunden, die trotz Olympia in Turin und WM 2006 sich mit einer äußerst großzügigen Fördersumme auch an einem Projekt einer Randsportart beteiligt und uns neben der Anschaffung von Postenmaterial, SI-Trainingssystemen auch noch Mittel für die Kartenaufnahme zur Verfügung gestellt hat. Doch jetzt heißt es erstmal viel Arbeit für uns, das Konzept in die Gänge zu bringen. Dass nebenbei das ganze Material und die neuen Karten auch den beteiligten Vereinen für Vereinsanlässe und Wettkämpfe zur Verfügung stehen, ist ein Bonus, der einem die Arbeit für das Schulprojekt natürlich wesentlich schmackhafter macht.

Ich möchte mich hier auch gleich bei allen bedanken, die sich tatkräftig im Vorfeld an der Antragstellung beteiligt haben (Katrin Dreßel, Ralph und Walter Körner, Georg

Reischl und Roland Vogl) und ich hoffe natürlich, dass wir dann in einem der nächsten Hefte über einen erfolgreichen Start berichten können.

And the winner is...

Familie Lange siegreich beim OL Inform Rätsel

Geschenk von OL Shop Conrad geht nach Niederbayern

Das Buch "Von Großkeulern und Pillefüßen" von Peter Gehrmann und ein Kalender von Sachsen 2006 fand dank der richtigen Lösung des OL-Rätsels aus Heft

4/2005 seinen Weg zu Familie Lange. Wir gratulieren Familie Lange und bedanken uns bei Helmut Conrad vom OL Shop Conrad für die Spende!

OL international

Ralph Körner für EM 2006 nominiert

Ein Bayer vertritt die deutschen Farben bei den Titelkämpfen in Estland

Von Walter Körner

Die Saison im Orientierungslauf (OL) hat noch nicht einmal richtig begonnen und schon gibt es eine erfreuliche Nachricht aus dem Spitzensportbereich: Ralph Körner (LV Deggendorf) wurde vom Trainerrat der Nationalmannschaft ins siebenköpfige Aufgebot (vier Herren, drei Damen) für die OL-Europameisterschaften Anfang Mai in Estland berufen. Ein Riesenerfolg für den 26-jährigen Sportler.

Der Zeitpunkt der Nominierung wurde bewusst früh gewählt, um den Athleten genügend Zeit für Training und Vorbereitung geben zu können. Nach Aussagen der Trainer gaben die überzeugenden Leistungen von Ralph Körner beim Weltcupfinale 2005 in Italien, als er über die Sprintdistanz

sensationell ins A-Finale und in die Weltcuppunkteränge laufen konnte, den Ausschlag seiner Berufung in die Mannschaft für die Europameisterschaften in Estland.

Mit diesen europäischen Titelkämpfen in der Woche vom 6. bis 14. Mai rund um das estnische Skilanglauf-Zentrum Otepää wartet eine weitere Herausforderung auf den Deggendorfer Orientierungsläufer. Die Wettbewerbe über die Sprint-, Mittel- und Langdistanz, sowie in der Staffel bilden auch gleichzeitig die erste der drei Weltcuprunden 2006.

Ein heißes Eisen aus deutscher Sicht dürfte dabei die Weltklasse-Orientiererin Karin Schmalfeld (Halle-Ammendorf) sein, die im Vorjahr mit der Silbermedaille bei

den World Games in Bottrop aufhören ließ.

Vor kurzem erst hat der nationale Verantwortliche für den OL-Spitzensport auch die Listen der Elitestartberechtigungen für die

OL international

Wohin im Sommer? – Tipps zu Mehrtage-OLs 2006

Von Ralph Körner

Die Orientierungsläufer sind bekannt dafür, dass sie des Öfteren ihren Urlaub in aktiver Form bei einem internationalen Mehrtage-OL verbringen, um hier das OL-Feeling in besonderen Geländen, das fremdländische Flair und hoffentlich das schöne Wetter in freier Natur zu genießen. Bei vielen stellt sich Jahr für Jahr die Frage: "Wohin fahren wir diesen Sommer? Skandinavien? Tschechien? Schweiz? Balkan? Oder vielleicht mal Übersee?". Das Angebot ist groß: Mehr als einhundert internationale Mehrtageläufe und sonstige Event-Highlights in aller Welt stehen im OL-Terminkalender.

Als kleine Entscheidungshilfe stellt OL-Infoform ein paar ausgewählte "Zuckerl" des OL-Sports vor:

3.-5. Juni 2006: Thermenland Open in Burgau (AUT)

Eine Top-Organisation und ein schönes Rahmenprogramm versprechen die Thermenland Open in der Steiermark. World Ranking Events und ein Elite-Sprint locken

Deutschen Meisterschaften 2006 veröffentlicht. Demnach besitzt Ralph Körner auch in diesem Jahr wieder, als einziger bayerischer OL-Sportler, das Meisterschafts-Startrecht.

Top-Orientierer nach Österreich, fürs gesamte OL-Volk gibt es Thermenbesuche, angenehme Quartiere und natürlich sehr interessant gelegte Bahnen in schönem Gelände. Auf jeden Fall mehr als ein Geheimtipp für das Pfingst-Wochenende.

Alle Infos zu den Thermenland Open:

www.thermenlandopen.com

8.-10. Juli 2006: Croatia Open in Delnice (CRO)

Der 3-Tage-OL in Kroatien nahe Rijeka ist das ideale Ziel für alle, die technisch anspruchsvollen OL-Sport mit einem Badeurlaub am Meer verbinden wollen. Zunächst lädt das Alpen-Adria-Gelände von 2004 im Nationalpark "Gorski Kotar" zu überaus diffizilen und interessanten OL-Wettkämpfen in feinkupiertem Karst- und Felsengelände. Es folgt ein Sprint-OL in der historischen Altstadt von Crkvenica mit Zieleinlauf direkt am Strand, bevor das kühle Nass der Adria zum Baden einlädt. Gute Organisation und faire Preise sollten gesichert sein, so dass dieser OL ein wahres Erlebnis werden sollte.

Mehr zu den Croatia Open:

www.inforis-delnice.com/croopen2006

15.-22. Juli 2006: Swiss O Week in Zermatt (SUI)

Die Swiss O Week 2006 verspricht DAS OL-Highlight des Jahres 2006, wenn nicht sogar der letzten zehn Jahre zu werden. Wer bereits bei der Swiss O Week 1996 am Vierwaldstättersee dabei war, weiß, was auf die Teilnehmer zukommen wird: eine traumhaft malerische Location am Fuße des weltberühmten Matterhorns, fantastische OL-Etappen auf Alpmatten und Almweiden in mehreren Tausend Meter Höhe und natürlich ein atemberaubendes Transportsystem, bei dem die wahrscheinlich mehr als 3000 Teilnehmer mit Bergbahnen, Gondeln und vielem mehr zu den Etappenorten gebracht werden. Einzig abschreckend sind die für die Schweiz bekannten hohen Preise für Startgeld und Unterkunft. Aber dafür bekommt man etwas einmaliges geboten, so dass dieses Event auf jeden Fall eine Überlegung wert ist!

Infos zur Swiss O Week 2006:

www.sow2006zermatt.ch

4.-6. August 2006: Cerkno-Cup in Logatec (SLO)

Am traditionsreichsten slowenischen 3-Tage-OL des Vereins OK Azimut im Westen des Balkanstaates haben bereits viele bayerische Oler teilgenommen. So verbrachten bereits größere Gruppen des TV Coburg-Neuses, des SV Mietraching und des TSV Grünwald ihren Sommerurlaub im technisch äußerst anspruchsvollen und interessanten Karstgelände um Cerkno und Crni vrh nad Idrijo. Der Cerkno-Cup besticht durch tadellose Organisation, günstige Preise und anspruchsvolle Wettkämpfe. Ob Unterkunft in Massenquartier und Zeltplatz oder im Hotel Cerkno direkt am bzw. im WKZ, über die Übernachtung musste sich bisher keiner beschweren. Slowenien bietet auch zahlreiche Sightseeing-Ziele, wie das Höhlensystem der Postojnska Jama, die Raubritterburg Predjamski Grad oder als Geheimtipp die Hauptstadt Ljubljana.

Mehr Infos zum Cerkno Cup:

www.cerkno-cup.com

Die Bayern in der Weltrangliste 2005

Von Ralph Körner

Auch im vergangenen Jahr waren wieder einzelne Bayern in der IOF-Weltrangliste klassiert. Leider sind vor allem bei den Damen die Ergebnisse eingebrochen, so dass hier keine bayerische Läuferin Punkte erlaufen konnte. Bei den Herren waren es aus bayerischer Sicht ausschließlich Läufer des TSV Grünwald, die Punkte holen konnten. Ralph Körner kam erstmals über

die 4000-Punkte-Marke und konnte sich damit auch unter die Top 200 der Welt schieben. Bei Martin Murer verhinderte leider eine Verletzung eine bessere Platzierung.

Bei der Weltrangliste fließen die besten vier Punktwerte in das Ergebnis eines Läufers ein. Punkte kann man bei den World Ranking Events in den Elitekategorien holen.

Die Weltbesten und die bayerischen Klassierten im Überblick (mit Punkten und Läufen):

HERREN (2097 Klassierte):

1. Mats Troeng (DEN)	5573 Punkte	12 Läufe
2. Jani Lakanen (FIN)	5484 Punkte	12 Läufe
3. Daniel Hubmann (SUI)	5478 Punkte	14 Läufe
186. Ralph Körner (GER)	4064 Punkte	9 Läufe
378. Martin Murer (ITA)	2605 Punkte	5 Läufe
494. Péter Werner (HUN)	2079 Punkte	6 Läufe
697. Christian Stamer (GER)	1522 Punkte	2 Läufe

DAMEN (1138 Klassierte):

1. Simone Niggli-Luder (SUI)	5857 Punkte	22 Läufe
2. Vroni König-Salmi (SUI)	5521 Punkte	16 Läufe
3. Jenny Johansson (SWE)	5486 Punkte	13 Läufe

Die IOF-Weltrangliste gibt es hier: http://www.6prog.org/iof/wre_home~.htm

DegParkTour 2005 von den OLern gut angenommen

Maria Lange und Ralph Körner nach 2004 erneut Gesamtsieger

Von Walter Körner

Die OL-DegParkTour 2005 wurde nach 10 Läufen beendet und die Gesamtsieger sind die gleichen wie im letzten Jahr. Maria Lange vom SV Mietraching bei den Damen und Ralph Körner vom LV Deggendorf gewannen in überlegener Manier.

Von Januar bis Oktober 2005 sind die Park-Race-Orientierungsläufe jeweils am ersten Donnerstag des Monats absolviert worden. Austragungsorte dazu waren Deggendorf (4 x), Plattling, Mietraching (2x), Osterhofen, Hengersberg und Natternberg.

Veranstalter der DegParkTour war erneut der Turngau Donau-Wald, der sich bei der Ausrichtung der einzelnen Läufe auf erfahrene und z. T. auch auf junge Orientierungsläufer verlassen konnte. Es waren dies Karin und Roland Vogl, Simon Aigner, Petra Lange, Florian Kerschl vom SV Mietraching, Georg Reischl und Stefan Hötzingler vom TV Osterhofen, Udo Rößler von der OLA TSV Deggendorf, Ralph und Walter Körner vom LV Deggendorf.

Für jeden Teilnehmer der DegParkTour wurden seine sechs besten Läufe gewertet. Damensiegerin Maria Lange ging nur fünf Mal an den Start, gewann auch fünf Mal und bekam 90 Punkte als Ausrichter-



bonus für die Veranstaltung im April in Mietraching. Die somit erreichten 590 Punkte reichten zum Gesamtsieg. Mit 560,80 und 543,56 Punkten belegten ihre Vereinskameradinnen Nina Geiger und Stefanie Lederer die Plätze zwei und drei.

Mit sechs Starts, sechs Siegen und der maximalen Punktzahl von 600 gewann Ralph Körner vom LV Deggendorf die Herrenkategorie. Auf Platz zwei und drei folgten die Mietrachinger Nachwuchsläufer Sebastian Lange mit 574,04 und Simon Aigner mit 551,17 Punkten. Bei den Damen

kamen insgesamt 46 und bei den Herren 71 Teilnehmer in die Wertung.

Erfreulich war die Tatsache, dass in diesem Jahr viele Schülerinnen und Schüler an der OL-Serie teilgenommen haben. Im nächsten Jahr wird es deswegen eine eigene Wertung für den Nachwuchs geben. Der beste Schülerläufer 2005 war Korbinian Lange vom SV Mietrachting.

Die Anzahl der Starts bei der DegParkTour stieg von 322 im Jahr 2004 auf 354 in diesem Jahr. Bei den Damen stiegen sie von

134 auf 144 und bei den Herren von 188 auf 210, eine erfreuliche Tendenz.

Die Gesamtsiegerehrung der OL-Serie 2005 fand zwischenzeitlich bereits statt. Dabei wurden erneut wertvolle und sehr dekorative Glaspokale der Firma Acris an die jeweils besten drei Damen und Herren übergeben.

In gut drei Wochen, am 5. Januar 2006 erfolgt bereits schon wieder der Startschuss zum ersten ParkRace-OL der DegParkTour 2006. Einzelheiten dazu werden rechtzeitig bekannt gegeben.

OL international

Ralph Körner holt überraschend Weltcup-Punkte

Licht und Schatten für den Deggendorfer bei den Wettkämpfen in Italien

Von Walter Körner

Nach längerer Zeit war wieder einmal ein bayerischer Läufer im Konzert der Weltbesten Orientierungsläufer dabei: In der Woche vom 1. bis zum 9. Oktober 2005 weilte der Deggendorfer Ralph Körner (TSV Grünwald) mit dem deutschen Nationalmannschaftsaufgebot beim Weltcup-Finale im italienischen Subiaco nahe Rom. Das deutsche Team, bestehend aus neun Athleten und drei Trainern, war im 1500 m hoch gelegenen Skiort Monte Livata in den Apenninen untergebracht. In diesen Höhenlagen fanden auch die einzelnen OL-Wettkämpfe (Mittel-, Sprint- und Lang-Distanz, sowie Staffel) statt.

Die Weltcup-Läufe begannen mit der Mitteldistanz-Entscheidung in Altipiani di Arcinazzo, bei der Ralph mit dem technisch sehr anspruchsvollen, halboffenen und mit Dornendickichten durchsetzten Gelände ganz und gar nicht zurechtkam. Nach einem verpatzten Vorlauf konnte er sich nur für das B-Finale qualifizieren. Auch dort unterliefen ihm zu viele Orientierungsfehler, so dass er am Ende auch hier nur im Hinterfeld landete.

Bedeutend besser lief es tags darauf beim Vorlauf über die Sprintdistanz in der historischen Altstadt von Subiaco. Mit einem nahezu fehlerfreien Lauf gelang ihm der Sprung auf Platz Neun und damit die

sichere Qualifikation für das A-Finale. Dieses erfreuliche und im Vorfeld nicht unbedingt erwartete Resultat konnte Ralph dann am Finaltag sogar noch einmal toppen:

Auch in den äußerst verwinkelten Gassen der Ortschaft Cervara di Roma behielt er die Nerven und kam erneut ohne größere Fehler ins Ziel. Mit dieser Leistung lief er auf den 28. Platz, ließ dabei mehrere der derzeit weltbesten Orientierer hinter sich und holte nicht weniger als 13 Weltcup-Punkte!

Entsprechend motiviert ging Ralph in die letzte Einzelentscheidung, der Langdistanz oberhalb von Monte Livata. Die 15 km lange Bahn mit 700 Höhenmetern und 27 Posten führte durch schnell belaubbaren Buchenhochwald und über Bergweideflächen. Obwohl der Deggendorfer dabei keine größeren Orientierungsfehler machte, konnte er läuferisch nicht an die Leistungen der Vortage anknüpfen. Zu allem Überfluss stürzte er zwei Kilometer vor dem Ziel. Wie zu Hause durch den Facharzt festgestellt, zog er sich dabei einen Bruch des rechten Schulterblattes zu. Ursächlich für den Sturz war ein nasser Ast, auf dem durch die starken Regenfälle der vergangenen Tage aufgeweichten Waldboden. Dadurch zusätzlich gehandicapt, blieb für Ralph nur der 68. Platz.

Auf Grund der Verletzung konnte er bei der abschließenden Staffelentscheidung nur in der zweiten deutschen Herren-Mannschaft eingesetzt werden. Trotzdem erzielte er im

gleichen Gelände wie bei der Langdistanz eine nicht erwartete Laufzeit, mit der er auch eine Verstärkung für die erste Staffel gewesen wäre. So landete aber das Team Deutschland II nur auf dem 25. Platz.



Nach dieser Weltcup-Woche mit Höhen und Tiefen überwiegen für den mittlerweile 26jährigen die positiven Erfahrungen, allen voran die erreichten Punkte, die ihm in der Weltcupwertung Platz 95 einbrachten. Damit ist Ralph Körner im Jahr 2005 der drittbeste Deutsche im Weltcup.

Leider konnte er wegen seiner Schulterverletzung bei den Deutschen Meisterschaften am darauf folgenden Wochenende in Bad Kreuznach nicht teilnehmen. Wiederum eine Woche später bei den Bayerischen Einzelmeisterschaften in der

Nähe von Fürstzell war er aber wieder einsatzfähig und konnte auch in der Heimat mit der Verteidigung seines Bayerischen

Meistertitels an den internationalen Erfolg anknüpfen.

OL international

„Ab in den Süden, der Sonne hinterher...“

Lipica Open 2006 –

Von Katrin Dreßel

Am Wochenende 11./12. März ging's für Ralph und mich einmal mehr zum OL nach Slowenien. Ziel waren die Lipica Open, wo wir als die einzigen Deutschen starteten.

Von Cerkno und Magnus Cup her hatte ich zwar schon Erfahrung mit der für Slowenien so typischen Landschaft, die Gegend um Lipica jedoch hat ihre ganz

eigenen Reize: Kalksteine und Felsformationen, Dolinen und Senken in allen Größen und Formen. Immer wieder Steinmauern, die einfach so - ohne Mörtel - aufgeschichtet waren und das ganze Gebiet, sowohl im Wald als auch auf den Feldern, durchziehen. Auf den Punkt gebracht: Karst par excellence.

Infolge dessen war die Belaufbarkeit natürlich deutlich eingeschränkt. Aber um ehr-

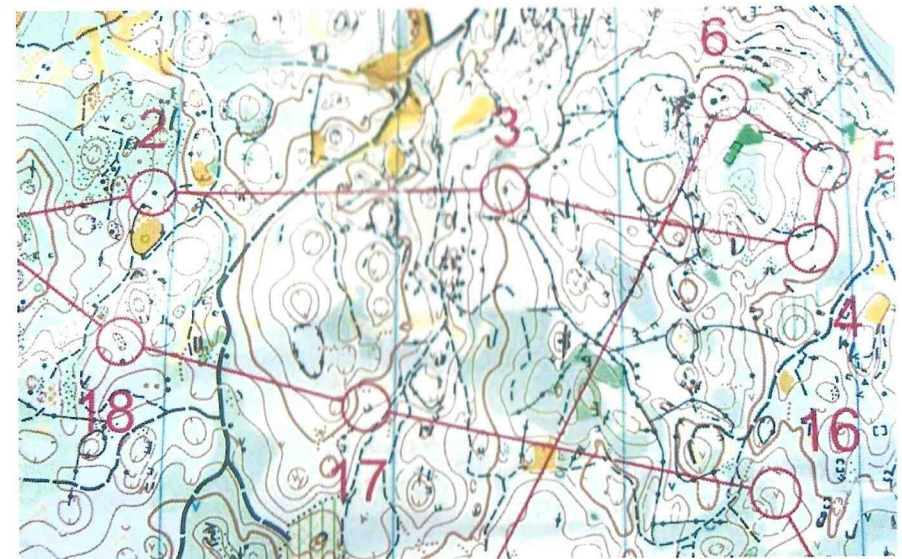


nicht mehr ausschlaggebend ...

Ich hatte mir bei meinen Läufen so richtig die Zeit genommen, die Gegend kennen zu lernen. Zugegebenermaßen zwar eher unfreiwillig, aber was soll's. Im Gegensatz zur Witterung in Bayern konnte man hier zumindest mit T-Shirt starten, so dass der etwas längere Aufenthalt im Wald nicht gleich zu Frostbeulen führte.

Ralph nahm sich da weniger Zeit für die dort schon überall im Wald blühenden Krokusse und Schneeglöckchen und erkämpfte sich beim ersten Lauf, einem

World Ranking Event, einen sehr guten zehnten Platz. Insgesamt sicherte er sich nach einem weniger guten 2. Lauf am Ende damit den 15. Platz im sehr starken Starterfeld. Für mich bedeuteten die im Wald gemachten Fehler insgesamt einen Platz in den „hinteren Rängen“ und vor allem jede Menge neue Erfahrungen (auch in der Frustbewältigung ;-)), sowie die Erkenntnis, dass im Karst, nachdem man sich einmal verlaufen hat, alles, aber wirklich alles, gleich aussieht.





Kraftfutter für schnelle Läufer

Schlesische Brotsuppe

Gekocht von Manfred Scholz

Mit einem leeren Kühlschrank ist nach dem Wettkampf eine schlesische Brotsuppe empfehlenswert.

Einkaufen:

- 4 Schnitten altes Brot
- 3-4 Knoblauchzehen
- 2 Löffel Butter oder Schmalz
- Salz
- Maggi
- 1 l Wasser

Und so geht's:

Knoblauch zerhacken, Brot würfeln. Alle Zutaten mit Kochwasser aufgießen.

Guten Appetit!

Vorschau und Stellenmarkt

Ausgabe 02/06:

BC-Wochenende Grünwald

3. BC in Osterhofen

Gründung der OLG Regensburg

Coburger Winterlaufserie

D-Kader Frühjahrs-Lehrgang

Erste Bundeswettkämpfe 2006

Thermenland Open

Die nächste Ausgabe erscheint im Juni 2006

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