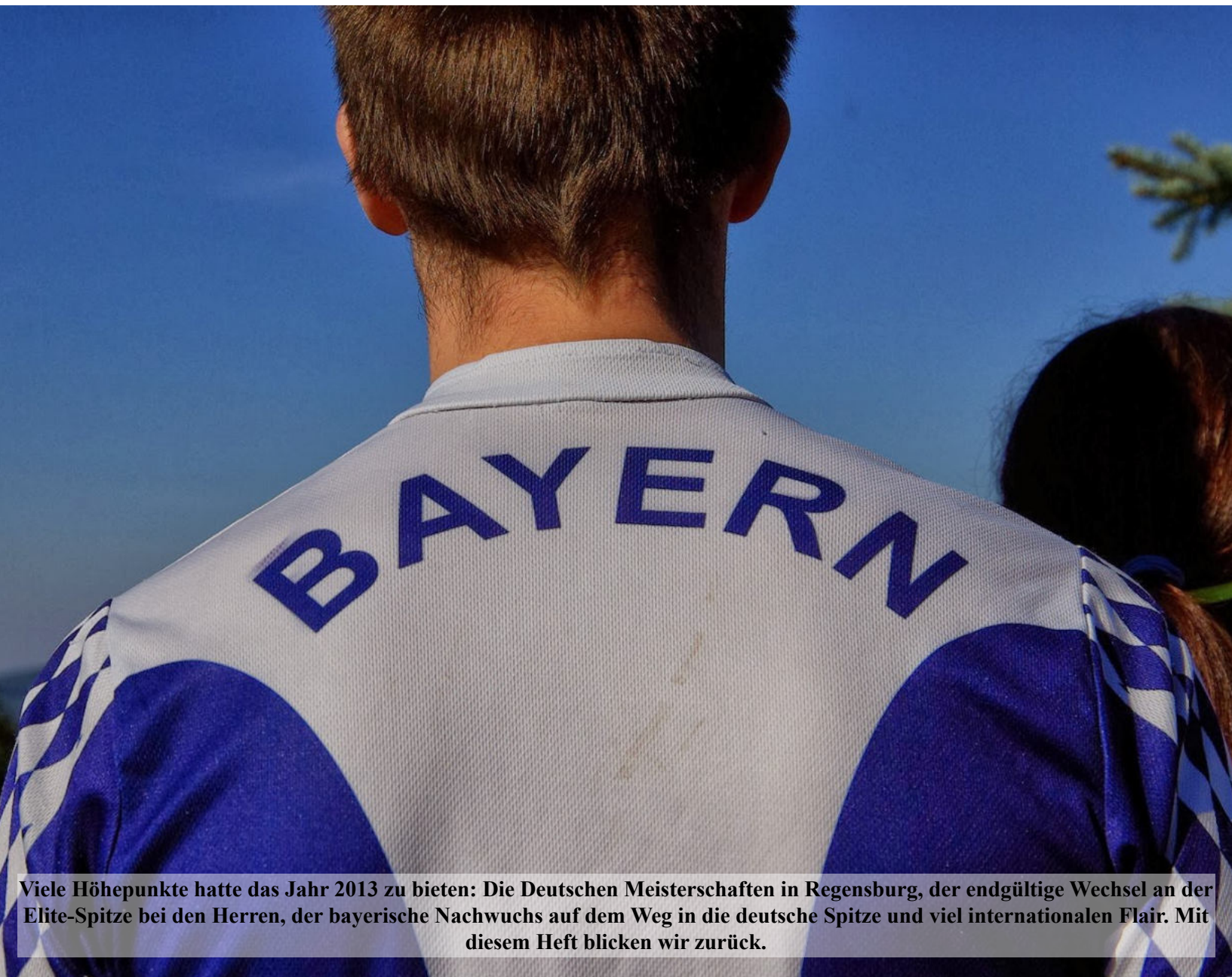


OL INFORM

Das bayerische Orientierungslauf-Magazin. Jahresausgabe 2013



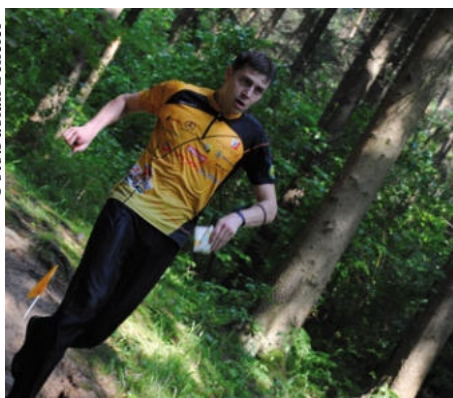
Viele Höhepunkte hatte das Jahr 2013 zu bieten: Die Deutschen Meisterschaften in Regensburg, der endgültige Wechsel an der Elite-Spitze bei den Herren, der bayerische Nachwuchs auf dem Weg in die deutsche Spitze und viel internationalen Flair. Mit diesem Heft blicken wir zurück.

Foto: Sigi Dörner



Drama, Triumphe und Top-Organisation: Die DM Staffel wird zu einem perfekten Wochenende.

Foto: Fabian Scheler



Alle bayerischen Einzeltitel dazu starke nationale Auftritte und die WM 2014 vor Augen: Teo Yordanov.

Foto: EYOC Portugal



Die Jugend-EM in Portugal: Auch Bayern ist mit Quirin Lehner dabei: „Die anderen sind auch ganz cool!“

<i>OL in Deutschland</i>	<i>OL in Bayern</i>	<i>Ol in der Welt</i>	<i>Immer drin</i>
DM Staffel Regensburg Seite 4	D-Kader-Lehrgang Seite 10	Alpen-Adria-Cup Seite 16	Inhaltsverzeichnis Seite 2
DM Mittel Altenberg Seite 6	BM Staffel Seite 11	Portugal0-Meeting Seite 17	Editors Letter Seite 2
DM Lang Saarbrücken Seite 7	BM Sprint und BM Lang Seite 12	Trainingslager Schweden Seite 18	In aller Kürze Seite 3
24-Stunden-OL Martinroda Seite 8	BM Mittel Seite 14	Elsass und Belgien Seite 20	Was kommt 2014 Seite 28
JJLVK Bottrop Seite 9	Bayerncup- Gesamtwertung Seite 15	Brianconnais-Tour Seite 21	
		World Police & Fire Games Seite 22	
		Israel Open Seite 23	
		Lipica Open Seite 24	
		Grand Prix Roma- nia Seite 25	
		EYOC Portugal Seite 26	

Editors Letter

Bayern international!

Wieder ist ein Jahr vorbei. Für die bayerischen Orientierungsläufer gespickt mit Highlights, wie man beim Blättern in dieser Ausgabe schnell merken wird. Die OLG Regensburg hat sich als Ausrichter der Deutschen Staffelmesterschaften einmal mehr profiliert, genauso wie der TV Coburg-Neuses, der gleich drei bayerische Veranstal-

tungen in einem Jahr stemmte. Insgesamt waren alle Läufe in Bayern von gewohnt hoher Qualität, das lässt für die Zukunft auch weiter auf schöne Wochenenden im Kreise der größer werdenden OL-Familie hoffen.

Wie groß diese weltweite Familie ist, durften die bayerischen Läufer dieses Jahr mehrmals erleben: Südafrika, Rumänien, Schweden oder Nordirland ist nur eine kleine Auswahl an Ländern, die von einer weiß-blauen Delegation bereist wurde. Dazu gehören auch Quirin Lehner und Tobias Spangen-

berg, die im Kreise des Nationalteams südländische Erfahrungen in Portugal sammeln durften. Die beiden Reiseberichte findet ihr hier bei uns.

Zum Abschluss vielleicht noch eine Erklärung, warum es 2013 nur ein Heft und das auch mit Verspätung gibt: Es fehlen schlicht und einfach die Artikel. Ich selbst bin wegen des Studiums nicht mehr oft beim OL, bin daher auf euch angewiesen! Nur wenn ich Material bekomme, kann ich ein Heft bauen. In diesem Sinne:

Viel Spass wünscht Fabian Scheler

Deutscher Kader trifft sich in Coburg

Der TV Coburg-Neuses war Anfang November Gastgeber für ein nationales Kaderwochenende. Eingeladen waren Läuferinnen und Läufer der Altersklassen D/H 14- D/H 18, die sich an diesem Wochenende in Oberfranken zum gemeinsamen Training, Erfahrungsaustausch und Kennenlernen trafen. Entstanden war die Idee im Rahmen der B-Trainer-Ausbildung. Durch diese Zusammenführung mit fast 90 Teilnehmern soll auch jungen Läuferinnen und Läufern aus der „zweiten Reihe“ die Chance gegeben

werden, sich den Nationaltrainern der deutschen Auswahlkader zu präsentieren.

Im Rödentaler Sauloch bereiteten die beiden Trainer des TV Coburg-Neuses Gerd Jugenheimer und Thomas Scheler zusammen mit den Auswahl-Coaches einige Technik - und Ausdauerinheiten vor.

Ob Nacht-OL, Micro-OL, Kompass-training, Staffelläufe und Vorträge von erfahrenen Läufern wie Christoph Hofmeister; die jungen Läuferinnen und Läufer intensivierten an diesem Wo-

chenende die verschiedensten Facetten des Orientierungslaufs zur Genüge. Auch die Trainer der zwölf verschiedenen Landesverbände tauschten wertvolle Erfahrungen aus und beschlossen weitere Zukunftsprojekte wie ein Sommertrainingslager in Uslar in 2014. In Skandinavien sind solche Kaderzusammenzüge bereits etabliert, nun sollen diese Treffen auch in Deutschland regelmäßig gegen Ende der Saison stattfinden, um national eine bessere Vernetzung zu fördern.

Fabian Scheler

BTV-Präsident Hölzl seit 2013 OLGler

Die OLG Regensburg konnte im vergangenen Jahr den BTV-Präsidenten Alfons Hölzl als 101. Mitglied im OL-Verein begrüßen. Nachdem der Regensburger Anwalt Hölzl schon einige Male an Läufen mit seiner Familie teilnahm, war seine und die Anmeldung der ganzen Familie nur eine logische Fortführung der OL-Aktivitäten: „Orientierungslauf begeistert mich durch die Kombination aus Laufen und Denken, mit hohem Anspruch an das Orientieren in freier Natur, mit

Foto: Alfons Ebneith



Zufriedene Minen: Alfons Ebneith, Alfons Hölzl und Stephan Schneuwly.

einem Schuss Abenteuer und mit der Möglichkeit, als ganze Familie diese Sportart ausüben zu können“, erklärte der BTV-Präsident nach seiner Anmeldung. Zum Einstand gab es das Starterpaket: SI-Chip, Kompass, OLG-Shirt und den OL-Posten für das Auto. Der BTV, bei dem der Orientierungslauf neben dem Turnen, Trampolin und weiteren Sportarten angesiedelt ist, ist mit über 880.000 Mitgliedern der zweitgrößte Sportfachverband in Bayern.

Alfons Ebneith

Zu viert beim „Big Five“

Über den Jahreswechsel 2013/14 verschlug es vier weit gereiste Bayern nach Südafrika. Im Osten des Landes, genauer um Mbombela (Nelspruit) unweit des Krüger-Nationalparks, gingen rund 180 Teilnehmer aus aller Welt bei der Big Five Orienteering Week an den Start. Unter ihnen auch Weltklasseläufer wie der amtierende Sprint-Weltmeister Marten Boström aus Finnland. Doch nicht nur die weiß-blaue finnische Fahne von Boström wurde

gehisst, auch die Bayerische wurde durch Arleta Porzner (OLV Landshut), Teodor Yordanov (OC München), Ralph Körner (OLV Landshut) und Josef Fenzl jun. (OLG Regensburg) hoch gehalten.

Neben dem sportlichen Highlight, OL in einem so weit entfernten Land auszutrage, gab es natürlich auch touristische Highlights en masse: Eine Safari durfte genauso wenig fehlen wie der atemberaubende Blick über den

Blade-River-Canyon. Für die vier ein großes Erlebnis. Sportlich gesehn lief es im Süden auch ganz passabel: Teo platzierte sich in der starken Herren-Eliteklasse auf dem dritten Gesamtrang, Ralph und Josef folgten auf den Plätzen neun und 13. Arleta verpasste bei den Damen ab 35 den Sprung aufs Podium mit dem vierten Rang nur ganz knapp.

Fabian Scheler

Schon wieder Deutscher



Die Regensburger H14-Jungs verteidigten ihren Titel im heimischen Gelände und schafften mit dem zweiten Staffeltitel in Folge etwas, was wohl noch nie einem bayerischen Jugendteam gelungen ist. Mit Riccardo Casanova war noch einer der letztjährigen Drei übrig, Philipp Schwarck und Timon Lorenz komplettierten das Team dieses Jahr im „Kochholz“. Mit über zehn Minuten Vorsprung gelang den drei jungen Regensburgern dabei ein ähnlich dominanter Sieg wie letztes Jahr.

Sowieso erlebten die knapp 800 Läuferinnen und Läufer ein rundum gelungenes Meisterschaftswochenende in Regensburg. Der Nachtsprint durch die Altstadt, das Staffellenrennen und auch der Bundesranglistenlauf waren von bestem Wetter begleitet. Die OLG Regensburg präsentierte ein bestens belaufbares Gelände, abwechslungsreiche Bahnen und eine gute Rahmenorganisation. Der Kampf um Gold in der Herrenelite wurde zu einer der packendsten und zugleich dramatischsten Entscheidungen der letzten Jahre.

Bereits beim Nachtsprint durch die UNESCO-Welterbestadt Regensburg am Freitagabend gingen 300 Teilnehmer an den Start. Während einige den Stadt-OL über die Steinernen Brücke, vorbei am beleuchteten Dom und durch die Altstadtgassen als Sightseeing der besonderen Art nutzten, kämpften andere verbissen um wichtige Punkte für die Deutsche Park Tour 2013, in der gleich vier Kategorien in Regensburg ihre Entscheidung fanden. In den Eliteklassen sprinteten Monika Depta (OLG Siegerland) und Sören Lösch (USV Jena) am schnellsten.

Am Samstag um Punkt 12 Uhr wurde die erste Welle der 220 Staffeln ins „Kochholz“ bei Pettendorf gestartet, eine Viertelstunde später die zweite Welle. Schon von Beginn an ergaben sich in den meisten Kategorien knappe und spannende Duelle um die Führung und die weiteren Platzierungen. Der zum Großteil sehr schnell belaufbare Hochwald mit seinen mäßigen Steigungen und der allgegenwärtige Gegnerkontakt verleiteten zu hohem Tempo, das jedoch rechtzeitig in den Felsgebieten wieder

Meister



Fotos: Sigi Dörner



Die Sieger der Elite-Klassen: Alsbach bei den Damen, Post SV Dresden bei den Herren.



gedrosselt werden musste. Bereits nach gut einer Stunde war die erste Goldmedaille vergeben: die gastgebende OLG Regensburg verteidigte überlegen und erfolgreich den Titel in der H 14. Spannend blieb es in der Damenelite: Mit der schnellsten Zeit aller Eliteläuferinnen konnte Alsbachs Schlussläuferin Karin Schmalfeld noch ganz nach vorne laufen und ihr Team mit Brit Horst und Luise Kärger zum Titel führen. Dahinter: Jena und Gundelfingen. Letztes Jahr gewann bei den Damen noch das Team des SV Mietraching eine historische Damen-Elite-Goldmedaille. Dieses Jahr reichte es mit Julia Penzkofer statt Maria Lange zum neunten Rang. Dramatisch ging es hingegen bei den Herren zu. Hier ging Matthias Kretzschmar für den Post SV Dresden als Erster auf die Schlusschlaufe, gefolgt von Christoph Prunsche, der für den TuS Lübbecke zu einer furiosen Aufholjagd startete. Im Zieleinlauf lieferten sich die beiden Läufer ein packendes Duell, in dem Prunsche in der Schlusskurve zum Überholen ansetzte, bereits an Kretzschmar vorbeigezogen war, dann jedoch wenige Meter

vor dem Ziel straukelte, so dass das Trio des Post SV Dresden mit Janek Leibiger, Philipp Müller und Matthias Kretzschmar die Goldmedaille holte und für die konsternierten Läufer des TuS Lübbecke nur Silber blieb. Dritter wurde der entthronte Titelverteidiger SSV Planeta Radebeul. Bei der Siegerehrung herrschte aber wieder gute Laune. Auch das neue Logo für den deutschen Orientierungslauf wurde hier vorgestellt. Beim Langdistanz-Bundesranglistenlauf am Sonntag wartete nochmals das gleiche Gelände auf die Teilnehmer. 10 Kilometer mit 330 Höhenmetern (Damen) und 14,7 Kilometer mit 540 Höhenmetern (Herren) warteten beim WRE auf die Elite. Lange Schläge, dazwischen immer wieder kurze Verbindungen und auch ein Schmetterling. Für die Nachtsprint-Sieger Monika Depsta und Sören Lösch kein Problem, beide gewannen auch diesen Lauf. Abgesehen von ein paar Parkplatzproblemen bot die OLG Regensburg ein bestens organisierte Wettkampfwochenende in der Oberpfalz.

Material von Ralph Körner / orientierungslauf.de

Wasserschlacht im Erzgebirge

Dresden und Teplice richten gemeinsam die Wasserspiele von Altenberg aus, doch gleich neun Bayern behielten den Durchblick und fischten Medaillen aus dem Wasser.

Am ersten Juni-Wochenende luden der SV Robotron Dresden und der TJ Lokomotiva Teplice zu den gemeinsam organisierten Deutschen Meisterschaften über die Mitteldistanz und einem Bundesranglistenlauf (BRL), der zugleich als Weltranglistenlauf (WRE) ausgetragen wurde, ins sächsisch-böhmische Osterzgebirge ein.

Eine bereits bestehende OL-Karte des Gebietes rund um den Kahleberg bei Altenberg wurde für diese Wettkämpfe grenzüberschreitend nach Tschechien hinein erweitert. So fanden auch viele starke tschechische Läufer den Weg in das Biathlon-Stadion, das als Wettkampfbereich genutzt wurde. Für die deutschen Spitzenläufer der Elitekategorien stand bei dem Kräftemessen mit den Tschechen auch die Qualifikation für die Weltmeisterschaften in Finnland auf dem Plan. Die Voraussetzungen für hochklassige Titelkämpfe im mit Gräben und halboffenen Weideflächen durchzogenen Gebiet an der Grenze waren also perfekt.

Doch die Veranstaltung war wahrlich nicht vom Wettergott begünstigt. An beiden Wettkampftagen öffnete der Himmel ununterbrochen seine Schleusen und verwandelte das teils bewaldete, teils halboffene Laufgelände mit seinen zahlreichen Wassergräben in Europas größtes Hochmoor. Tiefe Schlammspuren, nasse und schwere Laufkleidung sowie peitschender Regen machten den Wettkampf zu einer Kampf gegen Körper und Natur.

Von den beiden geplanten grenzüberschreitenden Wettkämpfen auf deutschem und tschechischem Gelände konnte nur der Lauf am Samstag wie vorgesehen durchgeführt werden, da der Grenzbach über Nacht stark angeschwollen war und eine Überquerung lebensgefährlich gewesen wäre. Die Bahnen des BRL am Sonntag mussten daher gekürzt werden. Trotz aller widrigen Verhältnisse gingen auch über 60 bayerische OL-Sportler an den Start



Georg Reischl holt sich seine 26. goldene DM-Medaille.

Fotos: Walter Körner



Korbinian Lange ist der beste von vier Bayern in den Top6 der H16: Silber!

und waren dabei sehr erfolgreich. Sie kehrten mit neun Medaillen nach Hause zurück. Die einzige „Goldene“ holte der Senior Georg Reischl vom TV Osterhofen in der Kategorie H 75, insgesamt bereits seine 26. Goldmedaille bei Deutschen Meisterschaften. Aber auch Bayerns Nachwuchsathleten erliefen sich Spitzenplätze. Alleine in der Kategorie H-16 kamen vier Läufer des BTV unter die besten Fünf. Korbinian Lange vom SV Mietraching holte dabei die Silbermedaille (seine erste Deutsche Medaille überhaupt), Lukas Janischowsky die Bronzemedaille und Quirin Lehner sowie Tobias Spangenberg, alle von der OLG Regensburg, landeten auf den Plätzen 4 und 5. Zwei weitere Medaillen holten in der H-18 Wolfram Pohl vom TV 1894 Coburg-Neuses (Silber) und Daniel Janischowsky von der OLG Regensburg (Bronze).

Eine weitere Silbermedaille sicherte sich Katrin Lorenz-Baath vom TSV Grünwald in der Kategorie D 35. Damit bewies die Münchnerin, dass sie nach ihren starken Auftritten in der Damen-Elite im vergangenen Jahr auch nun bei den Damen ab 35 Jahren zu den ersten Anwärterinnen auf eine Spitzenplatzierung gehört. Dritte Plätze und damit Bronzemedailles erreichten darüber hinaus Milena Grifoni in der D 45, Viktor Jarkov in der H 70, beide von der OLG Regensburg und Rudi Lorenz von der OLA TSV Deggendorf in der H 75. Stark auch der 7. Rang von Teodor Yordanov vom TSV Grünwald in der hochkarätig besetzten Herren-Elite. In der Damen-Elite kam Britta Meißner vom TV 1894 Coburg-Neuses auf Platz 12. Peitschender Wind und daraus

resultierender fast waagrechter Regen verfolgte am Sonntag die Teilnehmer am BRL und forderten ihren Tribut. Aber bayerns Orientierer hielten auch diesen Verhältnissen stand und konnten sich erneut gut in Szene setzen. Einen erneuten Triumph feierte dabei Georg Reischl, der seinen Konkurrenten keine Chance ließ und somit das perfekte Wochenende abrundete.

Von Walter Körner

Die U16 läuft den Alten davon

15 Regensburger traten die Reise in die Hauptstadt des kleinsten deutschen Bundeslandes nach Saarbrücken an. Mit dem neunten Platz beim Deutschland-Cup und einem der jüngsten Teams an der Startline gelang der OLG ein riesiger Erfolg. Klemens Janischowsky hat dieses verlängerte Wochenende im Zeichen der Deutschen Einheit festgehalten.

Mit ursprünglich 18 gemeldeten Läufern hatte sich ein relativ großes Regensburger Teilnehmerfeld Hoffnungen auf vordere Plätze gemacht. Kurzfristige Ausfälle von drei Läufern reduzierte die Mannschaft auf nurmehr 15, was freundlicherweise genau für die Besetzung der drei gemeldeten Deutschlandcupstaffeln reichte. Die längere Anfahrt nach Saarbrücken verlief am Freitag dank des Brückentages relativ entspannt, so dass eigentlich am Samstag alle ausgeschlafen sein sollten und voller Energie in den Wettkampf starten konnten. Kleinere Feinorientierungsprobleme bei der Einfahrt zum Wettkampfgelände an der Universität verzögerten die Fahrerei nur unwesentlich. An der Karte mit vielen schönen Braunobjekten und der Bahnlegung lag es jedenfalls nicht, beides war den Umständen angemessen.

Mit schöner Regelmäßigkeit liefen bei der DM dann alle Regensburger Kandidaten am Podest vorbei. Einzig Ric konnte die OLG Fahne hochhalten und gewann die H14 deutlich mit drei Minuten Vorsprung.

Wenn es auch mit dem Laufen nicht so geklappt hat, dann wenigstens mit dem Abendessen. Die Optimisten mit dem großen Hunger und der großen Pizza (nominell 41cm Durchmesser, real ein bisschen größer) hatten jedenfalls schwer an ihrer Aufgabe zu knabbern und ließen jede Menge Reste übrig. Für den DCup-Staffel-Sonntag verliefen die Diskussionen über die Aufstellung erfreulich kurz, nachdem die ursprünglich geplante Janischowsky-sche Familienstaffelvariante auf spätere Jahre verschoben werden musste. Heraus kamen schließlich zwei etwas schnellere Staffeln Jung gegen Alt (tja

Daniel: Mit 18 kann man schon zum alten Eisen gehören) und eine erweiterte Damenstaffel. Normalerweise ist die weibliche Besetzung der Staffeln ja das limitierende Element, aber mit fünf Frauen hatten wir echtes Überangebot. Auf jeden Fall war das Wetter am Sonntag ein klein wenig freundlicher, so dass die Staffelhatz über das Campusgelände der Uni starten konnte. Größere Diskussionen gab es im Vorfeld lediglich über die passende Schuhwahl, da auch einige angrenzenden kurze, dafür teilweise steile Waldstrecken mit in die Bahnen einbezogen waren.

Der Massenstart verlief mit 60 Staffeln problemlos: Mit dabei für die OLG waren Qurin, Daniel und Josef sr. Nach gut 20 Minuten kommt (und steigt) wie üblich die Spannung. Die ersten Staffeln am Sichtposten (die üblichen Verdächtigen), dann nach und nach weitere, schließlich OLG senior knapp vor OLG junior mit Platzierungen tief in den 20er Plätzen. So weit, so gut wie erwartet.

Der erste Wechsel war dann schon zeitgleich innerhalb der OLG, es startete das Casanovasche Familienduell. Valerio hatte dieses im Vorfeld als spannend bezeichnet, war es aber nicht, denn der Sohnmann war sieben Minuten schneller und schon im Ziel, als der Vater noch nicht am Sichtposten war. Holla, was ist jetzt los? Das war ein genialer Lauf von Ric, im Nachhinein Platz 3 auf der Teilstrecke und im Gesamtklassament auf einmal 10.? Marei auf der anschließenden kurzen Bahn lief fast genauso schnell, konnte sogar noch einen Platz gutmachen und übergab als Neunte an Lukas. Der brachte das Kunststück fertig, auf die Sekunde genauso schnell wie

Ric unterwegs zu sein, allerdings bei hochkarätiger Konkurrenz, und kam ebenfalls als Neunter ins Ziel. Tobi hatte vermutlich genügend ausgeschlafen und düste ebenso fast fehlerfrei durch die Schlussrunde, konnte eine Staffel sogar noch überholen und musste lediglich eine um Sekunden passieren lassen. Schlussergebnis: 9. Platz, Riesenleistung und Kompliment an den Nachwuchs für das beste OLG Resultat im Deutschlandcup! Nachdem diese U16 Staffel in identischer Besetzung weitere drei Jahre laufen könnte und der Rückstand zur Silbermedaille keine acht Minuten beträgt, darf für die nächsten Jahre schon einmal hochgerechnet werden...

Über die weiteren Leistungen der Seniorenstaffel breiten wir mal lieber den Mantel des Schweigens, da summieren sich eine ganze Reihe kleinerer Fehlerchen, Platz 22 am Ende für Daniel, Valerio, Milena, Dieter und Klemens. Die dritte Staffel hingegen lieferte ein ordentliches Rennen, Josef sr., Philipp, Birgit, Linda lagen auf Platz 37, ehe es Gesina zu gut meinte und eine tolle Abkürzung entdeckte, dabei allerdings auch einen Posten unauffällig ausließ. Stellt sich nur die Abschlussfrage, warum an Wettkampfwochenenden am zweiten Tag meistens die besseren Leistungen zutage treten, obwohl am ersten die wichtigeren Veranstaltungen stattfinden. Hier darf über den Winter noch ein wenig analysiert werden. Ansatzpunkte sind vorhanden: Größere Pizza am Vorabend des Laufs? Knackiges OL Training am Freitag? Start mit pitschnassen Schuhen? (Der Geruch am Eingang zur Turnhalle lässt grüßen).

Wir werden sehen.

Rund um die Uhr

Der „Bayern-Express“ rollt zu Platz zwei beim 12-Stunden-Lauf, „Ratisbona 24“ holt sich mit Platz 24 den besten bayerischen Platz beim Lauf über die volle Dauer von 24 Stunden. Anne Schneider war mit dem MTV Bamberg zum ersten Mal dabei und erzählt ihre Erlebnisse.

Alle zwei Jahre ist der 24-Stunden-OL in Thüringen eines der Highlights im deutschen OL-Kalender. Alles was Rang und Namen hat, schließt sich hier zu mehr oder weniger ernstesten Teams zusammen und genießt die ganz spezielle Atmosphäre des 24ers. Auch die halbe Distanz, zwölf Stunden, wird angeboten. Hier gibt es im Gegensatz zum 24-Stunden-Lauf keine Beschränkungen, was Teamzusammensetzung und Reihenfolge angeht.



Der „Bayern-Express“ war nicht zu stoppen.

Das ermöglichte dem „Bayern-Express“, eine Auswahl der aktuell besten bayerischen Elite-Herren, einen starken zweiten Rang. Teodor Yordanov, Sebastian Lange, Malte Rehbein, Ralph Körner und Thomas Schöps schafften alle 18 Tag und Dämmerungsbahnen und waren damit das zweitbeste der 57 Teams. Die nächste bayerische Staffel war das Team „just for fun“ der OLG Regensburg mit 13 Wechseln auf Rang 16, das Team „Isarläufer“ des TSV Grünwald kam mit elf Wechseln auf Rang 36 und die Mannschaft „Ratisbona 12“ der OLG Regensburg landete mit 9 Wechseln auf Platz 53.

Beim Lauf einmal komplett um die Uhr kamen fünf der 58 Staffeln aus Bayern. Als der Lauf der 12-Stunden-Teams um 9 Uhr Abends beendet war, starteten die 24er gerade auf die ersten Nachtbahnen. Keines der Teams schaffte alle 38 Bahnen, das Sieger-Sextett „Academic“ aus Bulgarien war mit 37 immerhin nah dran. 29 Wechsel war das Ergebnis der besten bayerischen Staffel „Ratisbona 24“ (Jordan Laughlin, Josef Fenzl jun., Laura Späth, Christoph Rohrmeier, Maximilian Ebneith und Beate Moeser). Die Mannschaft „s’passt scho“ des TSV Grünwald fiel etwas zurück und kam mit 28 Wechseln auf Platz 32. Die Staffel „jung und alt, zusamm im Wald“ des MTV Bamberg schaffte 26 Wechsel und kam auf Rang 52, das Team „Simply The Best“ der OLG Regensburg

wurde mit 25 Wechseln 63. Die Staffel „Spaß im Wald“ des MTV Bamberg stand am Ende mit 23 Wechseln auf dem 73. Rang. Hier lief mit Anne Schneider ein 24er-Neuling, dessen Erlebnisse des „ersten Mals“ für die *OL-Inform* hier aufgeschrieben sind:

„Das erste Highlight des Tages war natürlich der Massenstart. Die über hundert Läufer und die gespannte Atmosphäre beim Start stimmten so richtig gut auf das Kommende ein, auch wenn ich froh war, selbst erst später an die Reihe zu kommen. Hoch motiviert und ausgestattet mit einer Menge Tipps meiner Vorläufer ging’s los. Die ersten Posten waren noch recht einfach zu finden, doch der Anspruch stieg schnell. Spätestens beim siebenten Posten, im sumpfigen, mannshohen Fichtendickicht auf der Suche nach Nr. 49 begann ich mich zu fragen, wie ich solche Posten bloß im Dunklen finden soll. Die ratlosen Mienen der vier anderen Läufer, die rechts und links neben mir das Gebüsch durchkämmten, sagten mir aber, dass ich hier wenigstens nicht allein in Schwierigkeiten war. In Gemeinschaftsarbeit fanden wir diesen Posten schließlich doch und der Rest war wieder leichter. Beim Zieleinlauf freute ich mich dann auch schon auf eine schöne warme Dusche und die legendären Eierkuchen.

Allerdings: Zwei Duschen für die gut 800 Läufer, 18 Grad warmes Wasser und Eierkuchen gab es auch erstmal nicht. So gestärkt ging es dann auf die nächste Runde, bei der ich gleich beim zweiten Posten hängen blieb. Dieser war schön in einer tiefen Senke versteckt und ich suchte zunächst minutenlang erfolglos die vielen umliegenden Senken ab. Zum Glück ging’s aber nicht so weiter und am Ende war ich dann doch gar nicht soviel langsamer als in der ersten Runde, was die Zuversicht für die bevorstehende Nachtbahn beträchtlich hob.

Den erfolglosen Versuch, schon vor dem Nachlauf eine Weile zu schlafen, gab ich schnell auf und genoss lieber die ganz eigene Atmosphäre eines miternächtlichen Wettkampfes. Draußen im Wald mutete es dann schon seltsam an, überall kleine und große Lichter durch die Dunkelheit hüpfen zu sehen. Dass sich nun einige Posten von den vorangegangenen Bahnen wiederholten, erleichterte die Orientierung deutlich. Jedenfalls bis wieder die altbekannte 49 an der Reihe war. Im Dunkeln sieht eben doch vieles ganz anders aus. Diesmal brauchte ich mehrere Anläufe von verschiedenen Punkten aus, war schon kurz davor aufzugeben und erhielt schließlich den rettenden Hinweis eines anderen Läufers. Auf der letzten Runde machten sich langsam nun doch die schon gelaufenen Kilometer und die wenigen Stunden Schlaf bemerkbar. Und weil alle guten Dinge drei sind, traf ich auch wieder auf Nr. 49, die ich nun aber endlich gleich fand. Auch wenn es eigentlich nicht mehr wirklich nötig war, hatte ich dann zum Schluss sogar noch mal Kraft für einen kleinen Endspurt.

Und obwohl geschafft, glücklich und zufrieden, fand ich es auch zugleich ein wenig schade, dass das großartige Erlebnis nun auch schon wieder zu Ende war.“

Tausend Füße auf Platz 2



Die H18-Staffel läuft ein: Platz drei.

Fotos: DJK Adler Bottrop



Wie jedes Jahr am JJLVK war die Stimmung am Abend prächtig.



Nach monatelanger Vorbereitung, dem Kauf von vier „kleinen“ Bayernflaggen und einem -angemessen großen- Bierfass, machten wir uns am Mitte März auf zum JJLVK nach Bottrop. Sieben Stunden Busfahrt lagen vor uns. Angekommen, verbreiteten wir mit unseren Flaggen bayerische Stimmung bei einem Nachlauf durch die Stadt.

Nach dem Aufbau unseres Zeltes auf der Zielwiese am Samstag machten wir uns hochmotiviert an die Erkundung des westfälischen Geländes: „Typisches Bolzer-Gelände“. Lange Strecken, eine Menge Posten, viel Grün und keine Höhenmeter. Trotz diesem, für uns Bayern untypischen Geländes, errangen wir mit dem 2. Platz in der D12 (Emily), dem 3. Platz in der D16 (Isabel), dem 3. Platz in der D18 (Helena), dem 1. Platz in der H14 (Ric) und dem 3. Platz in der H16 (Tobias), fünf Podestplätze. Dadurch kamen wir nach Tag eins mit 225 Punkten auf den zweiten Platz.

Bei der Siegerehrung überzeugten wir mit einer lautstarken Aufführung des bayerischen Tausendfüßlers! Die Hessen wie immer fröhlich vom Mars, ein niedersächsischer Haarlem Shake und ein selbst umgedichtetes Lied „Deutschland“ von den Prinzen aus Westfalen. Dank unseres sportlichen Erfolges konnten wir danach unsere Wette einer Biertaufe mit Uwe Weid einlösen.

Frisch ausgeschlafen mussten sich die Betreuer am nächsten Morgen beeilen, um rechtzeitig zu ihrem Massenstart zu kommen. Im Betreuerlauf konnte sich Julian Nürnberger als bester bayrischer Läufer auf dem 17. Platz behaupten und unserem Jugendfachwart Benny Forkel um mehr als eine Minute davonlaufen. Eine Stunde später gingen die Startläufer der Staffeln mit tatkräftiger Unterstützung des gesamten bayerischen Teams ins Rennen. Besonders hervorzuheben ist das Duell Bayern vs. Hessen in der H20 auf der Schlusschlaufe, bei der Korbinian Lehner durch eine längere Gabelung gegen Bojan Blumenstein Zeit verliert und in einem gigantischen Zielsprint gegen den Westfalen Arvid Jasper auf den 5. Platz zurückfällt. Einen Sieg gab es in der H16 (Quirin, Tobias, Lukas), einen 2. Platz der D18 (Isabel, Hannah, Helena) und einen 3. Platz in der H18 (Daniel, Fabian, Wolfram). Dadurch blieben wir mit 369 Punkten auf dem zweiten Platz in der Gesamtwertung. Mit diesem Ergebnis überholte der bayrische Tausendfüßler Niedersachsen in der ewigen Bestenliste, womit wir nun auf Platz vier stehen. Wir freuen uns aufs nächstes Jahr, wo wir wieder voll angreifen werden!

Von Marei Lehner und Fabian Janischowsky



Der JLVK wird auch im letzten Jahr mit Platz zwei zum Erfolg für Bayern. Grund dafür ist nicht zuletzt die akribische Vorbereitung im Vorfeld beim jährlichen Frühjahrslehrgang, bei dem nicht weniger als sechs Einheiten an einem Wochenende absolviert werden. Von Walter Körner

Mit 40 Jugendlichen und Schülern war fast der komplette bayerische Orientierungslauf-Nachwuchs am ersten März-Wochenende nach Bernhardswald angereist, um am diesjährigen Frühjahrslehrgang teilzunehmen.

Ungewöhnlich früh fand das traditionelle Warm-Up-Treffen statt, der Grund: Der extrem frühe Termin des JLVKs bereits 14 Tage später in Bottrop (Artikel auf Seite 9). Dementsprechend umfassend und straff war auch der Trainingsplan für den Lehrgang.

Dabei wurden auch die Ziele für die jungen Läufer formuliert: Das Ergebnis vom letzten JLVK, Gesamtzweiter und Sieger der Jugendwertung, sollte wiederholt werden.

Landestrainer Uwe Weid (TV Coburg-Neuses) konnte bei der Durchführung der Trainingseinheiten mit Klemens Janischowsky, Valerio Casanova und Erich Nürnberger (SV Burgweinting), Thomas Scheler, Jugendfachwart Benny Forkel (TV 1894 Coburg-Neuses) und Florian Kersch (SV Mietraching) auf viele neue ausgebildete B- bzw. C-Trainer zurückgreifen. Außerdem dabei: OL-Landesfachwart Alfons Ebneith, Birgit Spangenberg (beide TSV Bernhardswald), Milena Grifoni (SV Burgweinting) und Angelika Weid (TV 1894 Coburg-Neuses).

Das Training beim Frühjahrslehrgang beginnt traditionell bereits am Freitag Abend: Ein Nacht-OL-Sprint unter schwierigen Bedingungen im Park- und Waldgelände von Bernhardswald. Technisch anspruchsvoll war der Lauf deshalb, weil im Postenraum zusätzlich falsche OL-Posten aufgestellt wurden. Es war ständige Konzentration gefragt. Wie erwartet, gab es trotzdem viele Fehlstempel.

Der Samstag begann mit einer lockeren Laufeinheit noch vor dem Frühstück. Danach ging es in die „Forstmühle“, wo ein Staffelftraining anstand. Der Modus: Nach einem Massenstart musste jeder zweimal unmittelbar gegen einen Kontrahenten laufen. Nach einer kurzen Mittagspause nahmen alle an der Winterlaufserie der OLG Regensburg teil. Die Schwierigkeit hier: Zwei der drei Bahnen hatten entweder eine reduzierte Karte mit nur Höhenlinien und Steinen oder es fehlten die Wege. Am Abend dann die vierte Einheit an diesem Tag: Koordinationübungen in der Halle. Drei Teilnehmer starteten anschließend noch einen gut 13 Kilometer langen Lauf ins benachbarte Wenzelbach und zurück.

Der Sonntag begann nach einer kleinen Aufwärmeinheit mit einem Konditionstest in unmittelbarer Nähe der Sporthalle. Als letzte Trainingseinheit war Feinorientierung im „Felsenparadies“ bei Süßenbach geplant, aber die Verletzungsgefahr wäre durch die vielen vereisten Felsen zu groß gewesen. Als Ersatz dafür gingen die Teilnehmer in Gruppen mit je einem Trainer zum lockeren Querlaufen ins Waldgelände. Nach dem gemeinsamen Mittagessen zog OL-Landesfachwart Alfons Ebneith ein positives Fazit: „Wir haben einen tollen Lehrgang erleben dürfen und viel Spaß miteinander gehabt. Auch den Trainern gebührt ein Lob für die tolle Vorbereitung. Mit einem solchen Nachwuchs und den engagierten Trainern braucht uns um die Zukunft des OL in Bayern nicht bange zu sein. Ich bin stolz auf unseren Kader!“

Das Schlusswort sprach der Landestrainer Uwe Weid: „Wir sind für gut vorbereitet, wir brauchen alles nur noch nach Hause laufen!“

Drei mal Lange macht drei Mal Gold

Wohl selten hat es das gegeben: Drei Geschwister holen an einer Meisterschaft drei goldene Medaillen - in der Elite! Geklappt hat das für Maria, Sebastian und Korbinian Lange bei den Bayerischen Staffelmeisterschaften in Kehlheim am Anfang der Saison. Perfekt wird das Familienergebnis noch durch Mama Petra, die sich (mit Schwägerin Karin Vogl) Silber in der D35 holt. Julia Penzkofer erlief sich zusammen mit Maria Lange die Medaille in der Damen-Elite.



Foto: Petra Lange

Die OLG Regensburg nutzte die Staffelmeisterschaften als Testlauf für die Deutschen Titelkämpfe später im Jahr. Vor allem die Auswertung stand im Fokus des „Testlaufs“. Bei viel besserem Wetter als befürchtet starteten 77 Staffeln in den sehr grünen und mit Schneisen bespickten Geländeabschnitt im Bereich des Frauenhäusls bei Kehlheim. Kurze Bahnen und nicht allzu viele Höhenmeter, so kam echtes Staffelfelling und viel Gegnerkontakt auf. Die anspruchsvollen Bahnen von Patrik Indola bescherten dem SV Mietraching die Geschwistermedaillen und der OLG Regensburg gleich fünf Meistertitel: In der D14 gewannen Amelie Nürnberger und Emily Grübel, in der D15-18 gab es weitere Geschwister-Medaillen für Mareike und Isabelle Seeger.

Bei den Herren bis 14 Jahren stand ein gemischtes Team am Ende ganz oben: Leonie Amann und Riccardo Casanova. Einen Doppelsieg gab es in der H18 mit Tobi Spangenberg und Lukas Janischowsky vor Quirin und Korbinian Lehner und auch Klemens Janischowsky und Dieter Lexen ließen sich in der H45 sehr gerne die Goldmedaille umhängen. Auch in den Kategorien, die nicht als Meisterschaftsklassen zählen, der D und H12 standen mit Katrin und Jasmin Hertel sowie Konstantin Kraus und Severin Lehner Regensburger ganz oben. Die weiteren Titel gingen nach Neuses (H35: Uwe Weid und Thomas Scheler) und Deggendorf (D35: Christiane Geiger und Susan Kurth und D45: Silvia Seidl und Ingrid Hufnagel).

Am Sonntag ging es bei trübem Wetter nach Wald im Wald. Der Mitteldistanzlauf im Gelände, „Rock on the Rocks“ um den Kolmberg war der 1. Bayerncup 2013. Das in weiten Teilen gut belaubbare Gelände mit schönen Steinen und Felsformationen erfreute alle 170 Starter und machte dem Namen der Karte alle Ehre. Die Infrastruktur des SSV Rossbach-Wald mit seinem tollen Vereinsheim und die Betreuung mit Kaffee und Kuchen sowie Grillwürstchen war natürlich genial, die Duschen und der bestens beheizte Gastraum erfreuten sich hoher Beliebtheit und waren stets stark frequentiert. In allen Jugendkategorien außer der H 14 (Jonas Dötsch, TV Coburg-Neuses) und der D 18 (Helena Bastian, SV Mietraching) gab es Siege

für die OLG Regensburg. Jasmin und Katrin Hertel gewannen die D12 und D14, Konstantin Kraus gewann die H12 und Quirin Lehner die H16 vor Tobi Spangenberg. In der H18 holte Fabian Janischowsky den 1. Platz, Korbinian Lehner wurde zweiter. In den Eliteklassen siegten Johanna Murer von den Terlaner Orientierungsläufern vor Maria Lange (SV Mietraching) und Britta Meißner (TV Coburg-Neuses). Bei den Herren begann Teodor Yordanov (TSV Grünwald) seinen bayrischen Triumphzug 2013 mit einem Sieg vor Ralph Körner (OLV Landshut) und Harald Hermanrud (OWH Copenhagen).

Mit Material von Alfons Ebneith

Coburg grüßt dreifach

Erstmals richtete 2013 ein Verein drei bayerische Wettkämpfe in einem Jahr aus. Der TV Coburg-Neuses war im vergangenen Jahr Gastgeber des 2. Bayerncups, der Bayerischen Sprintmeisterschaft und den Titelkämpfen um die Langdistanz.

Den Auftakt machte der Langdistanz-Bayerncup im „Sauloch“ Anfang Juni. Starker Regen und heftige Gewitter genau um 14 Uhr machten die anspruchsvollen Bahnen im sumpfigen Gelände umso schwerer. „Extrem hart und vielleicht schon zu lange“, beschrieb Karin Vogl kurz nach dem Zieleinlauf die Strecken. Da die Bahnlängen aber schon im

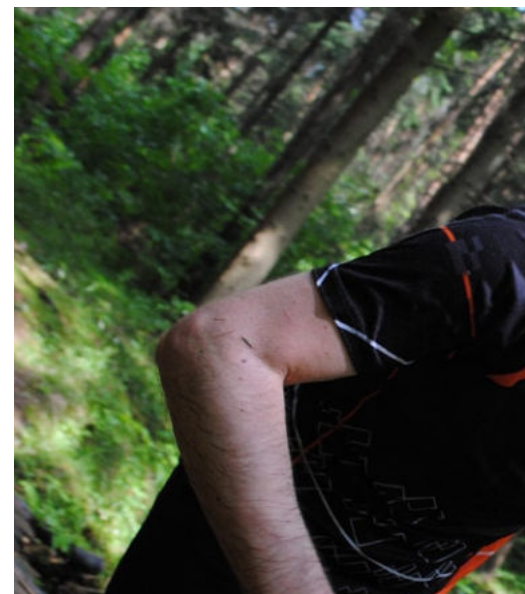
untersten Bereich der von den WKB vorgeschriebenen Längen war, blieb den Läufern nichts anderes übrig, als zu beißen und zu kämpfen.

Für die Elite war ein Kartenwechsel auf der Wiese am Pfandfinderheim vorgesehen, danach ging es noch einmal auf ein schweres Teilstück. Einer fühlte sich damit wie immer pudelwohl: Teo Yordanov (TSV Grünwald). Der beste bayerische Läufer im abgelaufenen Jahr zeigte auch im Sauloch, das in Bayern der Sieg in der Herren-Elite nur über ihn gehen kann. Nach einer Stunde und zwölf Minuten betrug der Vorsprung auf Ralph Körner (OLV Landshut) und Yves Laske (SV TU Illmenau) am Ende mehr als sieben

Minuten. Bei den Damen ging es derweil enger zu: Anna Biller (SV Mietraching) blieb mit knapp 64 Minuten eine knappe Minute vor Britta Meißner (TV Coburg-Neuses) und weitere zwei Minuten vor Anna Schöps (OLV Landshut).

Am nächsten Tag Teil 2 der Neuseser Organisationsspiele: Die Bayerischen Sprintmeisterschaften in der Coburger Innenstadt. Auch hier wieder entscheidend: das Wetter. Wegen starken Regens musste der zweite Durchgang in der gepflasterten Innenstadt nach hinten geschoben werden, konnte aber regulär durchgeführt werden.

Das Highlight wartete aber am Vormittag. Am Ende jeder Strecke, die vor allem



Impressionen aus drei Wettkämpfen im Coburger Raum. Michael Rödel hatte mit seinen Siegen in der H35 gut lachen (oben mitte), gen



durch den Coburger Stadtpark, dem Hofgarten, ging, war ein Labyrinth aufgebaut. Jede Bahn hatte hier noch bis zu vier weitere Posten vor den Augen der Zuschauer zu absolvieren, bevor man zum Zielsprint auf dem Marktplatz ansetzen durfte. Viele positive Rückmeldungen nach dem Lauf lassen auf weitere ähnliche Formate beim urbanen Sprint-OL hoffen. So stehen den Organisatoren viele Türen offen, den Stadt-OL weiterhin attraktiver zu machen. Elite-Sieger blieben mit Teo Yordanov und Anna Biller die Gleichen wie am Vortag, auch die Zweiten waren die Selben. Nur Maria Lange (SV Mietraching) und Fabian Scheler (TV Coburg-Neuses) schoben sich neu mit aufs Podest und

verdrängten Anna Schöps und Yves Laske damit nach hinten. Teil 3 der TVN-Wettkämpfe dann im Herbst: Die bayerischen Meisterschaften über die Langdistanz. Mitte September war dabei ungewöhnlich früh in der Saison für das letzte BC-Wochenende. Mit Start durch einen Kanal unter der Autobahn durch und anschließend langen und steilen Bahnen im Coburger Bausenberg bot der TV Coburg-Neuses auch hier wieder ein Highlight. Auch hier siegte bei den Herren Teo Yordanov, der sich damit alle bayerischen Titel inklusive der BC-Gesamtwertung sicherte. Bei den Damen gewann Maria Lange vor Britta Meißner und Julia Penz-

kofer (SV Mietraching). Thomas Scheler, maßgeblich für alle drei Veranstaltungen plus den Deutschland-Kader-Lehrgang (siehe Meldungen Seite 3) verantwortlich, musste sich am Ende der Saison aber mal zwei OL-freie Wochen gönnen. Schließlich schlauchen OL-Wettkämpfe immer. Das wird aber jeder wissen, der schonmal ein OL-Wochenende organisiert hat. Ob das Modell mit drei Wettkämpfen pro Saison für einen Verein auch in der Zukunft zum Einsatz kommen wird, hängt wohl stark von der Motivationsbereitschaft aller bayerischen OL-Vereine ab.

Von Fabian Scheler



Fotos: Christian Vetter, Georg Biller jun. & Fabian Scheler

genauso wie Martina Huth im Sprint gegen die junge Konkurrenz. Oben rechts das Labyrinth am Coburger Marktplatz.



Grünwald-Doppel vor der Sommerpause

Katrin Lorenz-Baath und Teodor Yordanov räumten an einem Wochenende gleich zweimal ab: Beide ließen es sich nicht nehmen, sowohl den Samstag im Schongau als auch den Sonntag im Winzer zu gewinnen. Von Walter Körner.

Noch vor der Sommerpause fanden im Schongau die Bayerischen Meisterschaften über die Mitteldistanz statt. Mit Blick auf die Alpen war am 13. Juli am Lech-Ufer alles für einen perfekten Wettkampf angerichtet. Da aber viele andere Reisewillige auch gen Süden wollten, standen einige Wettkämpfer im Stau, weswegen der Start um eine halbe Stunde verschoben wurde.

Die aktualisierte OL-Karte „Berlachberg“ diente dem Ausrichter TSV Grünwald mit Gesamtleiter HaJo Riehl als Grundlage für den Wettkampf. Das Wettkampfgelände am westlichen Lech-Ufer war anspruchsvoll: Im ersten Teil der Strecken war es leicht hügelig und gut belaufbar, aber im zweiten Teil folgte ein ruppiger Bereich: Ein bisweilen sehr steilem Hang hinunter zum Lech, der fein gegliedert war und Felsen sowie Steine enthielt, forderte alles ab.

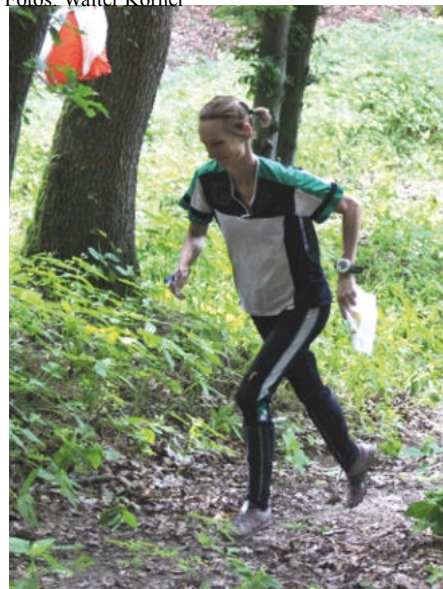
Die 14 Titel verteilten sich am Ende auf sieben Vereine. Vier mal OLG Regensburg, drei Mal SV Mietraching und zwei Mal TV Coburg-Neuses und TSV Grünwald. Das ist die Bilanz der „OL-Hochburgen“. Landshut, Osterhofen und der SV Baiersdorf komplettierten mit jeweils einem Sieg das Tableau.

Wieder herausragend war Teodor Yordanov vom TSV Grünwald. In Bayern konnte ihm dieses Jahr niemand das Wasser reichen, er holte sich auch den Elite-Sieg über die Mitteldistanz. Auch keine große Überraschung war der Sieg von Katrin Lorenz-Baath, die es den jungen Damen in Abwesenheit



Die beiden Doppel-Elitesieger in Action. Der TSV Grünwald räumte gut ab.

Fotos: Walter Körner



der Mietrachinger Starterinnen damit noch einmal zeigte. Dies bedeutete auch zwei Elite-Titel für den ausrichtenden TSV Grünwald. Als besonderes Angebot hatte sich Organisator HaJo Riehl den Live-WM-Service ausgedacht. Auf einem Bildschirm lief die parallel stattfindende Staffelentscheidung der Elite-WM aus dem finnischen Vuokatti. In gemütlicher Runde wurde dabei gefachsimpelt und die Zeit bis zur Siegerehrung überbrückt.

Kalk dominierte den zweiten Tag dieses Bayerncup-Wochenendes. Der TV Osterhofen hatte zum 5. Bayerncup nach Flintsbach geladen, Start und Ziel waren am Kalkmuseum. Wie immer lief die Organisation von Sigi und seinem Team tadellos, auch das Gelände versprach spannende Wettkämpfe.

Viele Höhenmeter, fein kupierte Details, die eine Karte im Maßstab 1:7500 nötig machten und unzählige Gruben und Täler, geschaffen durch den Kalkbau, forderten den Läufern vor der Sommerpause alles ab.

In den beiden Eliteklassen gab es auf dem Ergebnistableau keine Neuigkeiten: Katrin Lorenz-Baath und Teo Yordanov standen auch heute wieder ganz oben auf dem Podest.

Auch Philipp Schwarck in der H 13-14, Fabian Janischowsky in der H 17-18, Dirk Hartmann in der H 45 und Martina Huth in der D 55 konnten ihre Siege vom Vortag wiederholen. Erfolgreichster Verein beim 5. Bayerncup war erneut die OLG Regensburg, die insgesamt sechsmal erfolgreich war, davon alleine fünfmal im Nachwuchsbereich.

Regensburg regiert die Rangliste

Mit dem siebten Lauf in Lichtenfels endete der Bayerncup 2013. Neben dem dreifachen Ausrichter TV Coburg-Neuses boten die OLG Regensburg, der TSV Grünwald, der TV Osterhofen und die TSG Creidnitz die Läufe an. 223 Läufer nahmen insgesamt teil.

Das bedeutete zwar ein Läufer weniger als im vergangenen Jahr, dennoch konnte der Aufwärtstrend bei den Teilnehmerzahlen damit bestätigt werden. 200 Läufer waren es beispielsweise im Jahr 2010, 206 im Jahr darauf. Nun also 223, die meisten Läufer davon kamen aus der Domstadt Regensburg.

Kaum verwunderlich, dass sich die OLG damit auch mit großem Vorsprung den Bayernpokal sicherte. Fast doppelt so viele Punkte wie der Zweitplatzierte TV Coburg-Neuses und der Gesamtsieg in allen Kategorien (Jugend, Hauptklassen, Senioren) untermauern die starke Arbeit von Alfons

& Co. Dritter im Gesamtklassement wurde der TSV Grünwald. Die stellten mit Teodor Yordanov nun zum zweiten Mal in Folge auch den Sieger der Herren-Eliteklasse. Bei den Damen siegte Maria Lange vom SV Mietraching.

Von Fabian Scheler



Foto: Walter Köhner

Die Bayerncup-Sieger 2013 von links nach rechts:

Fabian Janischowsky (H18), Philipp Schwarck (H 14, beide OLG Regensburg), Helena Bastian (D18, SV Mietraching), Katrin Hertel (D 14, OLG Regensburg), Ralph Meißner (H 55, TV Coburg-Neuses), Maria Lange (DE, SV Mietraching), Teodor Yordanov (HE, TSV Grünwald), Jasmin Hertel (D14, OLG Regensburg), Martina Huth (D55, TV Coburg-Neuses), Susan Kurth (D35, OLA TSV Deggendorf), Getrud Liebl (D45, TV Osterhofen), Tobias Spangenberg (H16, OLG Regensburg), Michael Rödel (H35, TV Ketschendorf).

Es fehlen: Till Holland (H12), Dieter Öchler (H65, beide TV Coburg-Neuses) und Dirk Hartmann (H45, SV Mietraching).

Elf Bayern müsst ihr sein

Der gleichzeitige Termin mit der DM Lang im Saarland und die lange Anreise nach Pécs im Süden von Ungarn mit über acht Stunden waren die schwierigen Voraussetzungen für unser Team dieses Jahr. Dass am Ende doch elf Bayern die Fahrt nach Ungarn und den Kampf um Punkte aufnahmen, war sehr erfreulich.

Donnerstag:

Anreise

Nach drei kurzfristigen Absagen binnen 24 Stunden wurde die Fahrplanung über Nacht noch einmal umgeschmissen: aus zwei Kleinbussen wurde einer, Björn stellte sein Auto zur Verfügung und los ging

die Reise. In Ungarn erwartete uns ein luxuriöses „Massenquartier“ in einem Sportcamp: Zimmer mit Betten, warme Duschen, alles in einem guten Zustand, perfekt!

Freitag: Staffel – Ernüchterung und Kampfgeist

Bestes Wetter erwartete uns im Zielgelände der Racz-Pferdefarm nahe Orfű. Wir Bayern mit zwei Herrenelite-, einer Damenelite- und einer Rahmen-Staffel am Start. Der Vorfreude auf ein tolles Gelände und der Stolz über die geniale und höchste Fahnenmast-Konstruktion „Marke Eigenbau“ folgte erst einmal die Ernüchterung über das eigene Abschneiden beim Staffelfrennen. Zahlreiche Karstdolinen waren nicht jedermanns Ding heute. So erwischte Damen-Startläuferin Susan Kurth einen rabenschwarzen Tag, übergab mit einem Riesenrückstand an Britta Meißner und auch Schlussläuferin Violeta Feliciano konnte mit einem guten Lauf nicht verhindern, dass die Staffel nur auf Rang neun ins Ziel kam.

Die erste Herrenstaffel machte es zwar etwas besser, doch nach Fehlern von Josef Fenzl jun. und mir konnte Schlussläufer Teodor Yordanov die Staffel „nur“ noch auf Platz fünf nach vorne laufen. Das Highlight des Tages lieferte jedoch Björn Kramer als Schlussläufer der zweiten Elitestaffel: Im Kampf um die sprichwörtliche „goldene Ananas“ rang er in einem packenden Finish die Staffel Zala 2 nieder und sicherte so den vorletzten Platz.

Samstag: Drei Wettkämpfe an einem Tag

Bei der Mitteldistanz im gleichen Gelände wie die Staffel kamen die Bayern bereits deutlich besser zurecht. Die Folge: Wir verbesserten uns in der Länderwertung vom sechsten auf den fünften Platz. Die besten Einzelergebnisse für Ba-

uern holten die beiden Münchner Eliteläufer Teodor Yordanov und Violeta Feliciano mit zwei vierten Plätzen beim Weltranglistenlauf.

Am Nachmittag ging es in die historische Altstadt von Pécs. Dort versuchten sich alle Bayern zunächst einmal am ange-

botenen Trail-O. Als einziger Bayer mit Trail-O-Erfahrung gewann ich etwas überraschend den Wettkampf. Nach der obligatorischen Pasta Party wartete noch ein Nachtsprint durch die Gassen und Parks von Pécs auf die Teilnehmer. Interessante Postenverbindungen machten den Lauf zu einem Erlebnis, die bayerischen Elitedamen konnten durch Violeta Feliciano auf Rang zwei und Britta Meißner auf Platz drei gleich zwei Stockerlplätze abstauben.



Foto: Ralph Körner

Die elf Bayern, die die Reise nach Ungarn antraten.

Sonntag: Venezianischen Angriff abgewehrt

Zur Langdistanz kamen zusätzlich zu den Feinorientierung-Herausforderungen der Vortage nun auch noch die Lösung kniffliger Routenwahlprobleme hinzu.

Für die beste bayerische Platzierung sorgte völlig überraschend Norbert Deixler, der in der H 35 von einem „Kroatien-Express“ profitierte und geradezu sensationell Zweiter wurde. Violeta schaffte es in der Damenelite als Dritte diesmal aufs Podium, während Teo in der Herrenelite als Fünfter erneut ein starkes Ergebnis ablieferte. Doch auch die übrigen Bayern liefen fast ausschließlich noch besser als am Vortag, so dass der Angriff von Veneto auf den fünften Platz nicht nur abgewehrt, sondern der Vorsprung sogar verdoppelt werden konnte. Nach vorne war freilich nichts mehr machbar. Zu stark waren die erstmals siegreichen Slowenen (229 Punkte), sowie die knapp zusammen liegenden Teams aus Kroatien (200), Baranya (198) und der Steiermark (193) besetzt, als dass wir da hätten was ausrichten können.

Ausblick: Es wird anspruchsvoll!

Im diesem Jahr wartet dann ein wahres Schmankerl auf die Alpen-Adria-Teilnehmer: im Juni 2014 in Piana del Cansiglio wird Veneto Ausrichter sein und hat für die Veranstaltung eine Woche vor der Weltmeisterschaft ein überaus anspruchsvolles, WM-relevantes Gelände angekündigt, bei dem alleine schon jeder ein Sieger sein soll, der mit allen Posten ins Ziel kommt. Wir dürfen gespannt sein. Und bis dahin bringen wir es auch Teo bei, mal freiwillig fürs Team abzuspülen oder abzutrocknen...

Von Ralph Körner

Sonne, Sand und Schmerzen

Tobi Spangenberg durfte im Februar mit dem Bundeskader nach Portugal zum Portugal-O-Meeting reisen. Nicht weniger als 13 Trainingseinheiten mit 71 Kilometern Luftlinie und 675 Minuten Laufzeit warteten im portugiesischen Frühjahr. Neben einer Knieverletzung erlebte er aber auch viele spannende Momente, die er hier erzählt:

„Regensburg-Dresden-Berlin- Lissabon. So viel zur Anreise. Dafür bei Sonne und gefühlten 20 Grad in Portugal ausstieg.

Nach einem geruhsamen Stadtbummel begann die etwas ausgedehnte (Irr-) Fahrt nach Idanha-a-Nova. Aber erst nachdem die eingesperrten Läufer im Bus mit viel Mühe befreit wurden (bei der alten Karre klemmte die Tür).

Am nächsten Tag ging`s bei strahlendem Sonnenschein zum ersten Lauf der POM 2013, gleich eine gediegene Langdistanz. In dem schwierigen, halboffenen Gelände mit vielen Stein-

formationen verpeilte ich leider gleich meinen ersten Posten, konnte mich aber dann langsam in die Karte einlesen und den Lauf mit einer vernünftigen Zeit beenden, zufrieden war ich aber eher weniger.

Beim nächtlichen Stadtsprint noch am selben Tag kam ich schon besser zurecht – Sprint ist ja meine wahre Stärke – und erreichte einen 6. Platz trotz einer Knieverletzung, die ich mir bei dem Lauf zuzog. Mit dem lädierten Knie konnte ich bei den nächsten beiden Läufen nicht wirklich Wettkampf laufen. Das ging ja wirklich schon gut los, andere traf es aber auch. Ein Sprint ganz besonderer Art wartete auf uns am 3.Tag in Monsanto auf einer 1:3000 Karte. Ein kleines portugiesisches Bergdorf lag idyllisch unterhalb einer Burg mit riesigen Stein- und Felsformationen. In dem verwinkelten, steil am Hang liegenden Dorf ging es mit den vielen Läufern richtig hektisch zu. Nicht nehmen ließ ich es mir, meine Bahn zumindest abzugehen, bei 1,1 km mit 130 Höhenmetern hätte mein Knie sonst richtig gejubelt!!

Den 4.Lauf konnte ich ganz zufriedenstellend absolvieren und ich war mit meinem 9. Platz zufrieden. Als Belohnung

durften wir zum Leitlinien-OL, Höhenlinien-OL und Orientieren in die Sanddünen von Leira: Sand in den OL-Schuhen kann ganz schön wehtun! Erschwert durch kleine orangen Stoffwimpel statt Postenschirmen. Als Ausgleich nach der langen Trainingseinheit stürzten wir uns völlig

übermütig mit unseren zerkratzten, verschrammten Beinen und mit Blasen an den Füßen in den eiskalten Atlantik. In dem gefühlten drei Grad kaltem Wasser mit drei Meter hohen Wellen spürte man auch die schmerzenden Beine kaum noch!

Absolutes orientierungstechnisches Highlight war der Trainingslauf auf der runden Karte mit einer Bahn ohne Start und Ziel, der ohne Kompass und für die Älteren auch ohne Nordlinien zu absolvieren war. Nach anfänglichen Schwierigkeiten – erst am dritten Posten merkte ich, dass irgendwas nicht mehr passte und fing wieder von vorne an – konnte ich meine Bahn doch

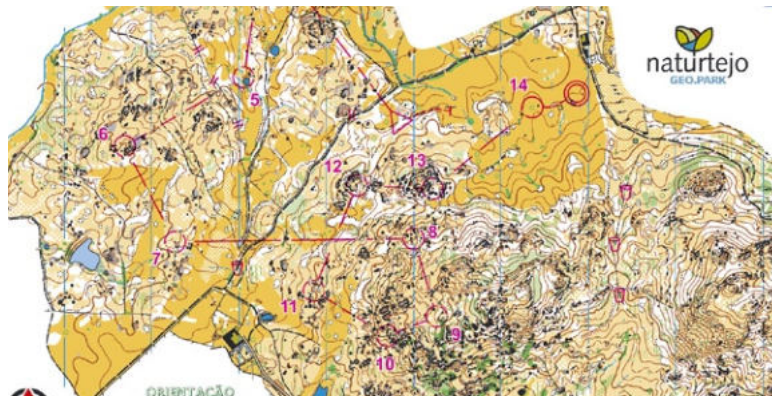
erstaunlich gut ablaufen. Nicht ersparen konnte ich den Teilnehmern des Trainingslagers, hauptsächlich Sachsen, den mehrfachen Anblick meines Bayern Trikots – dieses zu Tragen war natürlich Ehrensache!

Auf dem täglichen Programm stand auch gemeinsames Einkaufen und Kochen, die Einzelgespräche mit den Spitzläufern und die Diskussionen über die jeweilige Routenwahl – langweilig wurde es wirklich nie!

Am letzten Tag lief ich wegen meiner späten Startzeit in der H18 statt in der H16, weil man nicht solange auf mich warten wollte (wenn die gewusst hätten ...) Leider vergnügte ich mich eine Stunde und 47 Minuten auf der Bahn – mein Kompass wollte einfach nicht so wie ich wollte - und kam damit auch als letzter der Truppe ins Ziel. Aber: „Aus Fehlern lernt man am meisten“, wie der Lateiner zu sagen pflegt. Es war eine spannende und lehrreiche Zeit und ein außergewöhnliches Abenteuer für mich. Ich wurde gut aufgenommen und habe mich sehr wohl gefühlt.

Danke Jan und Thoto, ich würd`s sofort wieder tun!“

Von Tobias Spangenberg



Das Gelände auf der Karte und in echt mit vielen Suchenden.



Fotos: Veranstalter.

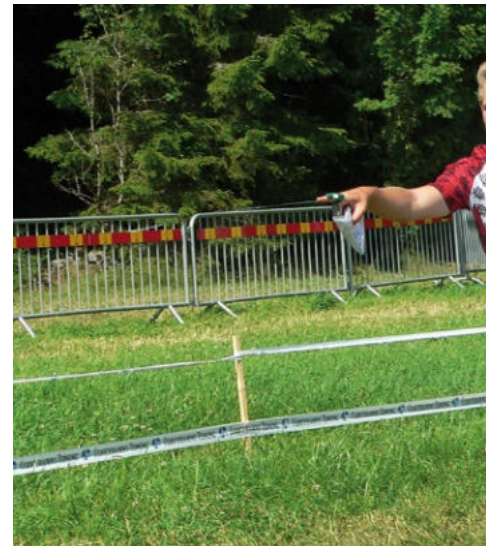


Unser jährliches Sommertrainingslager führte uns 2013 für knappe zwei Wochen nach Schweden. Für viele war es der erste Kontakt mit skandinavischem Gelände, deshalb wurde das Hauptaugenmerk bei den Trainingseinheiten auf die O-technische Komponente gelegt und zunächst im langsamen Lauftempo die Strecken absolviert. Dadurch lagen die meisten Zeiten weit über dem 10er Schnitt, der Lerneffekt war aber umso größer. Zu der OL-Einheit kam jeden Morgen das Warm-Up hinzu, was aus 20 Minuten Laufen und 10 Minuten Gymnastik vor dem Frühstück bestand.

Alle Trainingseinheiten wurden von den OK Skoksfalken organisiert, zweimal durften wir auch beim Vereinstraining mitmachen. Dieses brachte manche von uns schon beim Aufwärmen an die Grenze der Leistungsfähigkeit. Bei den zwei sehr schnellen O-Einheiten lag der Startpunkt etwas entfernt vom Treffpunkt, dies wurde natürlich von den Schweden als Warmlaufrunde genutzt. Und ehrlich gesagt: Deren Aufwärmtempo entsprach in etwa mein Wettkampf-Tempo. So waren wir alle schon ziemlich am Schwitzen bevor das Training überhaupt richtig losging. Zusätzlich nahmen wir an drei Wettkämpfen teil, die uns alle orientierungstechnisch sehr forderten und am Ende des Trainingslagers auch konditionell nochmal alles abverlangten.



Fotos: Georg Biller jun.



Egal ob Abenteuer-Toiletten, Kanufahren, Schlamm-Rugby oder die bei Roland Vogl immer aufregenden Trainingsläufe: Im SV Mietr

Doch viel aufregender ist das Rahmenprogramm in unseren Trainingslagern. Als neue Disziplin durften wir in diesem Jahr den Supermarkt-OL kennenlernen. Dazu wurde der erste Großeinkauf im schwedischen Lidl genutzt. In zwei Teams aufgeteilt, musste die Einkaufsliste geschickt auf alle aufgeteilt werden um dann im Staffelmodus alle Lebensmittel schnell zur Kasse zu bringen. Zum Glück waren nicht allzu viele andere Personen im Lidl, da mir das Laufen durch den Supermarkt doch recht peinlich war. Aber wie immer: Spaß für alle, auch wenn die Einkaufsliste von beiden Teams nicht ganz korrekt erfüllt wurde.

Ein weiteres Highlight war die gemeinsame Kajaktour zwischen den vielen kleinen Inseln vor der schwedischen Küste.

Anfangs fühlten sich einige noch etwas unwohl in den wackligen Kajaks, doch nach ein paar Minuten Üben in Ufernähe, konnte die Reise starten. Weiter draußen im Meer nahmen die Wellen etwas zu und die Arme wurden schon leicht müde, so dass wir einen ersten Stopp auf einer felsigen Insel einlegten. Auf dem Rückweg und kurz vor unserem nächsten Badestopp auf der nächsten Insel, erwischte es den ersten: Tobi konnte eine Welle nicht mehr ausgleichen und kenterte. Schnell schaffte er es jedoch wieder über Wasser zu kommen, nur das Kajak vom Wasser auszupumpen dauerte etwas länger.

Als wir nach Stunden auf dem Wasser den Anlegeplatz in Sicht hatten, wurde Hannah unkonzentriert und ging als zweite baden. Bei ihr dauerte es länger bis sie sich aus dem Kajak befreite und über Wasser kam. Nachdem wir wieder festen Boden unter den Füßen hatten, merkten wir die Erschöpfung in den Armen doch deutlich.

Worauf sich alle am meisten gefreut haben, war wahrscheinlich das Schlammfußball. Nachdem schon einige 2006 im Schweden-Trainingslager die besondere Sportart kennenlernen durften, waren alle heiß drauf es selbst auszuprobieren.

Mit den Mitgliedern von OK Skoksfalken trafen wir uns auf einem alten, mittlerweile zugewachsenen See. Das Spielfeld war anfangs wenig ersichtlich, da es sich um hohes Gras mit vereinzelt Gestrüpp handelte. Nach ein paar Minuten Fußball war das Gras aber zusammengetrampelt und der Boden wurde immer tiefer und sumpfiger. Auch die Klamotten wurden immer nasser und schwerer, sprich: Es war einfach richtig richtig anstrengend. Und das bereits nach kurzer Zeit.

Es hatte zwar wenig mit einem normalen Fußballspiel zu tun, doch es machte riesigen Spaß. Am Ende gewannen die Schweden mit 10:9. Nach einer kurzen Pause wechselten wir die Sportart und gingen zum Schlammrugby über. Wer bis dahin noch trocken geblieben ist, wurde spätestens jetzt komplett nass.

Der Grund war recht offensichtlich: Man wurde von den Gegnern von den Füßen gerissen, und unter einem Haufen aus Menschen immer weiter in den Sumpf gedrückt. Die kurzen Sprints mit dem Ball, bis wieder Endstation beim Gegner war, und die Versuche den anstürmenden Gegner zu Boden zu reißen, waren einfach nur kraftraubend und wahnsinnig lustig. Dabei entdeckte einer von uns sein wahres Talent: Peter riss alle die auf ihn zukamen mit einer Bewegung zu Boden und ließ sie erst wieder los, wenn der Ball in unseren Reihen war. Dank ihm konnten wir einen knappen 10:9 Sieg über die Schweden feiern und die Niederlage vom Fußball ausgleichen. Ich kann nur sagen: Schlammfußball und -Rugby ist ein riesen Spaß, den ihr selbst erleben müsst wenn ihr wieder mal in Skandinavien seid. Zum Abschluss noch ein besonderes „Schmankerl“, das uns am letzten Wettkampfwochenende erwartete. Die besondere Art der Sanitäranlagen: Ein Bereich von 2x2m mit einer Plane umrahmt und darin vier Klobrillen mit Müllsack drunter. Das bedeutet Händchenhalten und Blickkontakt mit den anderen drei Klogängern war durchaus möglich.

Der Grund war recht offensichtlich: Man wurde von den Gegnern von den Füßen gerissen, und unter einem Haufen aus Menschen immer weiter in den Sumpf gedrückt. Die kurzen Sprints mit dem Ball, bis wieder Endstation beim Gegner war, und die Versuche den anstürmenden Gegner zu Boden zu reißen, waren einfach nur kraftraubend und wahnsinnig lustig. Dabei entdeckte einer von uns sein wahres Talent: Peter riss alle die auf ihn zukamen mit einer Bewegung zu Boden und ließ sie erst wieder los, wenn der Ball in unseren Reihen war. Dank ihm konnten wir einen knappen 10:9 Sieg über die Schweden feiern und die Niederlage vom Fußball ausgleichen. Ich kann nur sagen: Schlammfußball und -Rugby ist ein riesen Spaß, den ihr selbst erleben müsst wenn ihr wieder mal in Skandinavien seid. Zum Abschluss noch ein besonderes „Schmankerl“, das uns am letzten Wettkampfwochenende erwartete. Die besondere Art der Sanitäranlagen: Ein Bereich von 2x2m mit einer Plane umrahmt und darin vier Klobrillen mit Müllsack drunter. Das bedeutet Händchenhalten und Blickkontakt mit den anderen drei Klogängern war durchaus möglich.

Von Maria Lange

Schwedischer Schlamm

Warum das Rahmenprogramm in einem Mietrachinger Trainingslager meistens spannender ist als die Wettkämpfe selbst.



Mietraching-Trainingslager wird es nie langweilig. Dieses Jahr ging es nach Schweden zum Partnerverein OK Skoksfalken.

Britta als 007

Saisonstart à la France an Ostern und purer Genuß in Belgien.

„Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute liegt so nah ...“, wegen diesem Motto entschieden sich Britta und ich zu Ostern für den 3-Tage-OL im Elsass. Muss ja nicht immer die Edelvariante Portugal O-Meeting sein. Dass uns in Frankreich eine Veranstaltung mit großer Teilnehmerzahl (1449 Läufer aus 17 Nationen) und eine Top-Organisation erwarten würde, war für uns nicht überraschend. Doch wo waren die Deutschen? Nur 23 Läufer fanden den Weg über die nahe liegende Grenze. Dabei erwartete uns am Rande der Vogesen ein interessantes, forderndes und steiles Gelände mit vielen Details. Auch die Streckenlängen gestalteten sich für uns lohnenswert: D 21E mit 9,1km / 440 Hm / 25 Posten oder H 60 mit 5,9km, 280 Hm, 19 Posten. Mein ursprünglicher Gedanke, in der H 60 wäre ich physisch nicht ausgelastet, erwies sich als gegenstandslos. Ansonsten gab es wieder für jeden ein nettes Präsent vom Veranstalter und einen Schokoladenhasen am Oster-sonntag. Nur eine Sache war dieses Mal anders als in vorhergehenden Jahren: Keine Spur von Frühling, nur wenige Grad über Null, aber wenigstens trocken – und kein Wintersport im Schnee wie zeitgleich beim 3-Tage-OL in Tschechien.

Stattdessen genossen wir die herrlichen Fachwerkstädtchen Riquewihir und Ribeuville mit ihren malerischen Gassen und den Störchen auf den Dächern, die gewaltige Klosteranlage „Mont Sainte Odile“ hoch über dem Rheintal, sowie das täglich frische Baguette, Elsässer Flammkuchen und andere Köstlichkeiten. Wir waren angekommen in der Saison 2013.

Pfingsten führte uns der Weg mit 585 Teilnehmern aus 21 Nationen zum 3-Tage-Lauf nach Genk im flandrischen Belgien. Zur Abwechslung erwartete uns hier natürlich ein flacheres Gelän-



Das macht es auch für Bayern interessant: hochwertiges belgisches Bier.

de, mit oft schwer identifizierbaren Bestandsgrenzen, Löchern und Wurzeln, sowie interessante, sandige Heideflächen. Wer glaubt, dass in Belgien vergleichsweise technisch banales Orientieren angesagt ist, irrt sich gewaltig. Vielfach quert man in hohem Lauftempo feinkupierte Abschnitte mit zahlreichen Hügeln, Senken und Rinnen und muss sich auf das Höchste konzentrieren. Bemerkenswert war zudem die hohe Postenanzahl auf den verschiedenen Bahnen, bis zu 27 Posten in der H 60 ! Die Postenbeschreibung war für meine Schablone schlicht zu lang. Die Witterung bot alles von bedeckt und trocken (Tag 1) über strahlenden Sonnenschein (Tag 2) und Regen (Tag 3). Herausragendes Erlebnis war für uns die 2.Etappe, die bei bestem Wetter und damit bester Stimmung auf holländischem Boden stattfand. Es war angerichtet für den World Ranking Lauf, bei dem Britta ihre beste Leistung der drei Tage präsentierte. Platz 9 und vor allem ihre bislang zweitbeste Worldranking-Punktzahl im Kreise einiger Topathletinnen waren die Belohnung. Da schmeckte mir das belgische Bier, das auf der Zielwiese

traditionell in mehreren Sorten frisch aus dem Zapfhahn angeboten wird und allgemein reichlich Zuspruch auslöst, gleich noch besser. Bayerische OL'er würden sich wohl fühlen, wenn sie denn kämen! Schmunzelnd resümierten wir über den Vorfall am Start, wo die Polar-Armbanduhr von Britta beschlagnahmt wurde, weil darin ein GPS-Gerät verborgen sein könnte. Nachmittags gönnten wir uns noch eine unterhalt-same Besichtigungstour in der Hauptstadt Brüssel mit dem Weltkulturerbe „Grand Place“, einem der schönsten Plätze Europas mit dem Rathaus und prächtigen Zunfthäusern an allen Seiten. Die Fahrt zum „Atomium“ rundete den Stadtbesuch ab.

Da Britta sich mit dem 7.Platz in der Gesamtwertung auch für den Jagdstart qualifizierte, erwartete sie ein weiteres Souvenir. Sie erhielt für die 3.Etappe eine neue Startnummer: DE 007. Die Jagd der „Agentin“ konnte beginnen - und endete wieder auf dem 7.Rang. Schön war's und wir können Belgien als OL-Land – auch aus unseren früheren Erfahrungen – immer wieder weiterempfehlen.

Ralph Meißner



OL in der zweithöchsten Stadt Europas

Teil 2 der Meißnerschen Familienreise: Ein Sommer-OL in Briançon mit traumhaftem Wetter, toller Kulisse und einem Gesamtsieg von Britta. „Herz, was willst du mehr?“

Urlaubsstimmung und viel Flair erhofften wir uns (Britta, Karin und Ralph) Ende Juli in Frankreich – und so entschieden wir uns für die Briançonnais-Tour in den französischen Seeralpen. Es reizte uns, bei diesem 3-Tage-Event die Kombination aus Mittel- und Langdistanz und einem Stadtsprint vor großer landschaftlicher Kulisse erleben zu dürfen. Unsere Erwartungen sollten sogar noch übertroffen werden, als wir zusammen mit 650 Teilnehmern aus 21 Nationen (wir waren die einzigen Deutschen!) den Zentralort Briançon erreichten, der zweithöchst gelegenen Stadt in Europa in 1320 Metern Höhe, mit einer wunderschönen Altstadt am Fuße einer riesigen Zitadelle. Und alle Tage Sonne pur!

Am ersten Tag hielt der Veranstalter hoch über der Stadt ein Steilhanggelände für die Mitteldistanz bereit, das in seinem Schlussteil aufgrund früherer militärischer Nutzung durch unzählige Wege und Spuren in halboffenem Gelände das Orientieren erschwerte. Das Zielgelände lag malerisch auf einem Bergplateau zwischen Festungsanlagen und Blick auf den westlich gelegenen Nationalpark. Für das Sahnehäubchen an diesem Tag sorgte Britta, die mit 30 Sekunden vor der Russin Julia Bolshakova den Tagessieg in der D 21 errang und nebenbei mit dem gewonnenen Blaubeerkuchen, einer Spezialität aus der Region, für die Beilage zum Kaffee sorgte.

Die zweite Etappe fand als Stadtsprint in den schmalen Gassen und auf vielen krummen Treppen in der Altstadt von Briançon, sowie zwischen romantischen Gemäuern der mächtigen Zitadelle statt. Der durchaus anspruchsvolle Lauf, mit dem viele Läufer nicht besonders gut zurecht kamen, mündete nach dem unteren Stadttor weiter Hang abwärts in

einen Stadtpark mit Gebirgsbach und Teichen. Genussvoll schweifte der Blick vom Ziel empor zur befestigten Altstadt hoch über dem Parkgelände. Britta lieferte sich wieder einen harten Kampf mit der Konkurrenz und erreichte hinter zwei Französinnen und nur 20 Sekunden Abstand den dritten Podestplatz und baute dabei ihren Vorsprung auf die Konkurrentinnen insgesamt deutlich aus. Für mich inzwischen nicht mehr überraschend wurde der Stadtsprint mit dem 4. Rang nur 21 Sekunden am Podest vorbei zum besten Etappenergebnis.

Auch der dritte Tag wartete mit einem Highlight auf uns. In der Skiregion von Montgenèvre (1860 Meter) startete der Lauf in über 2000 Metern Höhe zu einer Alpinetappe. Felsige Hänge, durchquert von Skipisten und Mountainbike-Pfaden, führten uns am Ende mitten vor die Restaurant- und Shoppingmeile von Montgenèvre. Dazu wieder strahlend blauer Himmel umrahmt von Dreitausendern – Herz, was willst du mehr? Beim Damen-Finale war die oben genannte Russin wieder top – aber Britta noch eine Minute schneller. Damit sicherte sie sich den Tagessieg und gewann zugleich mit einer ausgesprochen konstanten Leistung souverän die Briançonnais-Tour in ihrer Kategorie. Meine Bergeretappe mit Rang sieben bewerte ich als recht ordentlich.

Den Abend beschlossen wir in einem gemütlichen Restaurant in den Gassen von Briançon glücklich und zufrieden, dass wir uns diese schöne Sportreise gegönnt haben. Am nächsten Tag genossen wir noch die atemberaubenden Ausichten auf der Passstraße des Col du Galibier (2642 m), ehe wir über die Schweiz die Heimreise fortsetzten.

Von Ralph Meißner



Fotos: Jürgen Schwanitz

Sechs Medaillen für Jürgen Schwanitz

„Failte go Béal Feirste“ - „Willkommen in Belfast“ - Die Hauptstadt Nordirlands begrüßte in Gälisch als vorzüglicher Ausrichter und Gastgeber der 15. World Police & Fire Games (WPFG). Über 7000 Sportlerinnen und Sportler von Polizei, Feuerwehr, Zoll, Justiz und Rettungsdiensten aus fast 100 Ländern waren gekommen, um in über 55 Sportarten die neuen Sieger zu ermitteln.

Nach 2011 in New York wurden diese zehntägigen Wettkämpfe zum dritten Mal in Europa ausgetragen und das in einer Stadt, die noch in jüngster Vergangenheit von terroristischen Unruhen rivalisierender Gruppen gekennzeichnet war. Aber: Stadt war ruhig und die Organisatoren in perfekter gastfreundlicher Laune, dazu das sommerliche Wetter - bei täglichen kurzen Schauern. Nordirland zeigte sich von seiner schönsten Seite.

An diesen Weltspielen, die im zweijährigen Rhythmus weltweit ausgetragen werden, nahm der Mettener Jürgen Schwanitz (OLA TSV Deggendorf) bereits zum siebten Mal im Orientierungslauf und im Biathlon teil.

Erstmals war aufgrund der erhöhten Nachfrage das Programm für den OL auf drei Wettkämpfe erweitert worden, zumal auch hierfür exquisite Organisatoren zur Verfügung standen.

Es begann mit einem Kurzbahn-City-OL in Belfast kreuz und quer durch den Fußgängerbereich, der bis in die entlegensten Hinterhöfe führte sowie in Bereiche, die vor kurzem noch nur nach Ausweiskontrolle an Checkpoints passiert

werden konnten - die Zeiten wandeln sich allmählich! Trotz eines kleinen Patzers bei einer Rolltreppe im ersten Stock eines Kaufhauses gelang dem Niederbayern ein weitgehend fehlerfreier und dazu recht flotter Lauf. So konnte er seine Konkurrenz in der Kategorie H 60 in Schach halten und sich als erster Sieger in die neueröffnete Ergebnisliste dieser Disziplin eintragen.

Für den zweiten OL-Wettbewerb über die Mitteldistanz, der ebenfalls erstmals bei den WPFG ausgetragen wurde, hatten die Organisatoren einen detailreichen Stadtpark, vergleichbar mit dem Deggendorfer Himmelreichgelände, mit vielen Gräben und knackigen Anstiegen ausgewählt. Mit einem derartigen Typ von Terrain wohl vertraut und als Letzter seiner Kategorie gestartet, lief Jürgen Schwanitz mit einem konzentrierten Rennen und routiniertem Orientierungsgeschick allmählich seine Konkurrenten nacheinander auf. Auch diesmal hatte er Krafteinteilung und Nerven sicher im Griff, so daß er am Ende erneut für seine engagierte Leistung mit der Goldmedaille belohnt wurde.

Den krönenden OL-Abschluß bildete der klassische Wettkampf über die Langdistanz, der in den Mourne Mountains bei Newcastle im Südosten Nordirlands ausgetragen wurde. Der erste Teil der vorgegebenen OL-Bahn führte über steinigtes offenes Hanggelände, welches extrem schwierig zu orientieren war, zumal die 18 Kontrollposten über 5,5 Kilometer bei über 200 Höhenmetern sehr fein gesetzt waren. Im zweiten Teil war ein tief eingeschnittenes Waldhänge-

lände mit dichtem Unterholz zu bewältigen, in dem die dortigen Kontrollposten ebenfalls ein hohes Maß an situativer Routenwahl und gediegener Feinorientierung erforderten. Aber auch in dieser Disziplin verwies der Titelverteidiger erneut stabile Physis und Orientierergeschick ohne entscheidende Schwächen. Er errang damit zum sechsten Mal in Folge die Goldmedaille in seiner Kategorie und ist damit seit 2003 im OL bei den WPFG weiterhin ungeschlagen.

Zwischenzeitlich hatte Schwanitz noch einen „Abstecher“ zur Biathlonkonkurrenz gemacht, die ebenfalls an der Südostküste in einem Trainingszentrum der britischen Armee in Ballykinler durchgeführt wurde. Dieser Biathlon umfaßte eine Laufeinlage von dreimal eine Meile (gesamt: 4,8 Kilometer) und dazwischen zwei Schießeinlagen à 12 Schuß mit Pistole (9mm) auf eine Figurenscheibe in 25 Metern Entfernung. Der Laufkurs führte durch ein Dünengelände und entlang am Strand in kräftezehrendem Sand. Bei recht

hohem Lauftempo mit einer durchaus passablen Schießleistung gelang Schwanitz in seiner Alterskategorie H 60 ein ansprechender Wettkampf, der ihm bei knappen Rückständen mit der Bronzemedaille in der Einzelwertung belohnt wurde. Erneut aufs Stockerl durfte er dann noch einmal in der Teamwertung mit seinem männlichen Partner Frank Meister (Brandenburg), mit dem er in der Kategorie H 50+ ebenfalls den dritten Platz und eine weitere Bronzemedaille gewann. Und mit seiner weiblichen Partnerin, der US-Amerikanerin Su Lan Peebles (San Francisco), erlief er sich im Mixed 50+ sogar die Silbermedaille, nur wenige Sekunden hinter dem Siegerteam.

Mit einer bewegenden Schlußfeier gingen die Weltspiele 2013 zu Ende; die amerikanische Hauptstadt Washington D.C. lädt im August 2015 als nächster Gastgeber erneut die besten WPFG-Sportler der Welt zur Teilnahme ein.

Von Jürgen Schwanitz

Zum Nivut im heiligen Land



Orientierungslauf wird im Ausland nicht überall mit dem englischen Wort „Orienteering“ bezeichnet. Nivut heißt dieser Sport in Israel, wo im Februar die Offenen Landesmeisterschaften mit über 500 Teilnehmern ausgetragen wurden. Für den Niederbayer Jürgen Schwanitz war es OL im 26. Land und erstmals auf asiatischem Boden.

Die Wettkämpfe setzten sich aus zwei Langdistanzrennen in unterschiedlichem Terrain zusammen, deren Zeiten zur Gesamtwertung addiert wurden. Das erste Wettkampfgebiet lag nahe der Mittelmeerküste bei Caesarea in einem relativ flachen, aber unübersichtlichen und kräftezehrenden Sanddünengebiet, das von ausgedehntem übermannshohen Stechginsterbewuchs überwuchert war. Noch frisch vom

Skilanglauftraining kam der Niederbayer mit der einheimischen und internationalen Konkurrenz in seiner Kategorie H 60 gut zurecht, sodass er die erste Tageswertung mit Rang sieben und Kontakt zur Spitzengruppe abschließen konnte. Am Sabbath-Samstag wurde unweit davon die zweite Etappe in den Hängen nahe den Golanhöhen auf über 900 m ausgetragen, wobei die steilen Felspassagen mit einem recht offenen Baumbestand zusätzliche Anforderungen an Kondition und Feinorientierung stellten. Bei etwas niedrigeren Temperaturen gelang Schwanitz die zweitschnellste Laufzeit, mit der er sich auf Rang vier der Gesamtwertung verbesserte.

Nach Abschluß der Wettkämpfe, die traditionell mit dem Absingen der Hatikvah (Nationalhymne) beendet wurden, ging es im Jordantal auf der Westbank entlang dem über 100 Kilometer langem Metallzaun zu Jordanien noch in den Süden mit einem Zwischenstopp in der Ruinenmetropole Bet‘Shean aus der Römerzeit. Am nächsten Tag schlossen sich daran noch ein frühmorgentlicher Aufstieg auf die bizarre Felsenfestung Masada an, um dort oben den Sonnenaufgang über dem Toten Meer zu erleben. Beeindruckend! Genauso wie die sechstündige Individualführung durch die Altstadt von Jerusalem zu den heiligen Stätten und eine Tour durch das abendliche Tel Aviv, wo man ausgiebig das Purim-Fest feierte. All dies hatten die gastfreundlichen israelischen OL-Sportkameraden mit viel Einfühlungsvermögen arrangiert, es blieben viele bewegende Eindrücke von Land und Leuten sowie anspruchsvolle OL-Wettkämpfen auf hohem Niveau und in abwechslungsreichem Terrain.

Von Jürgen Schwanitz

Karstig trifft garstig

Normalerweise ist der Frühjahrstrip nach Slowenien ein willkommener Abstecher in warme Gefilde. Wie gesagt: Normalerweise. Dieses Mal war es ein bisschen anders. Top-Gelände, starke Konkurrenz und ein dichtes Kulturprogramm hatten die angereisten bayerischen Läufer aber trotzdem.

Die Idee war gut. Richtig gut. Raus aus dem heimischen Winter, über die Alpen ab in den slowenischen Frühling unweit der Adria. Hatte ja schließlich die letzten Jahre immer geklappt. Nur diesmal lief irgendetwas falsch. Das Gelände beim 2-Tage-OL Lipica Open war gewohnt attraktiv und fordernd, die Bahnen wie immer anspruchsvoll und die OL-Karten so präzise wie man sie sich nur wünschen kann. Nur das Wetter spielte nicht mit. Während daheim verbreitet Sonnenschein mit 15 Grad für Frühlingserwachen sorgte, erwischten wir (Thomas, Ralph, Teo, Sigi und Arleta plus Greiners, Vogls und Familie Weinig) in Slowenien zusammen mit den anderen 1000 Teilnehmern drei Tage Dauerregen. Immerhin blieben die Temperaturen noch gerade so zweistellig.

Highlight schon beim Einparken

Interessant war zu Beginn die Gelassenheit der Parkplatzzeiger, die angesichts des vermatschten Parkplatzes die Fahrzeuge erst einwiesen, um sie dann später mit vereinten Kräften wieder hinaus zuschieben. Wie das ging, kann als Video auf der Event-Homepage www.lipicaopen.com angesehen werden.

Sowohl die Langdistanz am Samstag in Kazlje als auch die Mitteldistanz am Sonntag in Povir erfüllten orientierungstechnisch voll und ganz unsere Erwartungen. Im diffizilen Karstgelände waren Kompassgefühl und Feinorientierung gleichermaßen gefordert, am zweiten Tag erschwerte zudem der steinige Karstuntergrund mit nassen, glatten Felsplatten und dazwischen liegenden Felsspalten das Laufen im-

mens. Dass es nicht ganz ungefährlich war, zeigte uns Teo mit seinem Bein-Aua, mit dem er die Hobbychirurgen-Crew aus unserer Gruppe das halbe



Einem schienen all die widriegen Umstände nichts auszumachen.

Foto: Ralph Körner

Wochenende auf Trab hielt. Die Elitekategorie war Lipica-typisch überaus gut besetzt. Über 100 Teilnehmer, darunter die kompletten Nationalmannschaften aus Tschechien und Italien, sowie weitere zahlreiche Spitzenläufer, testeten im Westen Sloweniens ihre Frühjahrsform. Daher war es auch richtig schwer, im starken Feld vorne mitzulaufen. Teo gelang dies immerhin am ersten Tag mit einem 27. Rang, der bei ihm für Glücksgefühle und beste Laune und damit für die ganze Gruppe für viel Spaß und

Kurzweiligkeit sorgte. Aus bayerischer Sicht gab es aber noch einen weiteren Erfolg zu vermelden: der kleine Jack Weinig vom TSV Grünwald gewann am Ende mit väterlicher Unterstützung die Gesamtwertung in der Neulingekategorie. Die Platzierungen von uns anderen ... naja, wir waren auch dabei!

Grotten, Triest und die Adria

Natürlich durfte für unsere Gruppe auch der touristische Teil nicht fehlen. Dank eines energischen Sprints von Thomas Schöps zur Kasse schafften wir es gerade noch, die letzte Führung durch die „Grotta Gigante“ nahe Triest zu erwischen. Die riesige Tropfsteinhöhle beeindruckte uns sehr ... zudem war es trotz 97% Luftfeuchtigkeit trockener als draußen! Auf besonderen Wunsch von Arleta besichtigten wir im Anschluss am Abend auch noch die Altstadt von Triest, atmeten etwas Meerluft und bewunderten das malerische Verschwimmen des Graus der Adria mit dem Grau des neblig-regnerischen Himmels, bevor wir uns in einem Geheimtipp-Restaurant nahe unserem hervorragenden Hostel-Quartier in Ajdovščina ein leckeres Essen schmecken ließen.

Und am Ende hat uns Teo mit dem Grünwald-Bus trotz ein paar unachtsamer Schlenker auf der Autobahn – er war wohl abgelenkt ... ich gebe einfach mal der Beifahrerin die Schuld – wieder sicher nach Hause gebracht. Alles in allem also ein gelungenes Wochenende, das wir nächstes Jahr gerne wiederholen möchten. Dann aber wieder mit Sonne und 20 Grad bitte schön!

Von Ralph Körner

Zwischen Kultur und Straßenhunden

Britta und Ralph Meißner erleben in Rumänien ein Land der Kontraste, der Gegensätze und OL in einer spannenden Region. Ziel im Freilichtmuseum (rechtes Bild) inbegriffen.



Foto: Ralph Meißner

Wie viele OL-Wettbewerbe kann man miteinander kombinieren? In der rumänischen Walachei wurde es demonstriert: Südosteuropäische Meisterschaft und Masters (SEEOC und SEEMOC), Coupe des Pays Latins (Länderkampf), Grand Prix Romania (6-Tage-OL) und vier World Ranking Events für die Eliteklassen!

Das zog in der ersten Septemberwoche ca. 550 Teilnehmer aus 17 Nationen in die Stadt Râmnicu Vâlcea, darunter auch mit uns (Britta und mir) zwei Deutsche.

Unsere Anreise erfolgte per Flug nach Bukarest und mit dem Mietwagen weiter zum 200 Kilometer entfernten Wettkampfort. Dort erwarteten uns eine Lang- und drei Mitteldistanzen, sowie zwei Park-/City-Sprints. Es war uns als Mitteleuropäer klar, dass wir auf ein Land der Kontraste stoßen würden. Natürlich ist auch Rumänien in der EU angekommen, wie die zahllosen vor allem deutschen Firmen- und Ladenketten, der Autoverkehr und der Lebensstil junger Leute zeigten. Dem stehen sichtbare Armut, Pferde- und Ochsenfuhrwerke auf der Straße und massenhaft Polizeipräsenz (auch beim OL) gegenüber. Besonders auffällig und gewöhnungsbedürftig waren aber die zahllosen verwilderten Straßenhunde, von denen man nahezu überall förmlich umzingelt war, von der Terrasse unseres Hotels bis zu den OL-Etappen.

Daneben gab es natürlich am Südrand der Karpaten auch lohnenswerte touristische Ziele. An erster Stelle sei das Städtchen Horezu genannt, das für seine bunten Töpferwaren und das gleichnamige Kloster (UNESCO-Weltkulturerbe) bekannt ist. Letzteres entpuppte sich als eine beeindruckende Stätte der Ruhe und Spiritualität in einer Naturidylle. Ebenfalls interessant war der Besuch des Klosters Conza

am Flussufer in einem Karpatental nördlich des Wettkampzentralortes. Auch der OL-Veranstalter gönnte uns bei der fünften Etappe einen historisch-folkloristischen Höhepunkt, denn das Zielareal lag inmitten eines sehr schönen Freilichtmuseumsdorfes mit vielen, eindrucksvollen Bauernhäusern, einer Kirche und den typischen Ziehbrunnen.

Die beiden Sprints führten uns zum einen durch einen kleinen Kurort mit Ziel im Kurpark und zum anderen in Vâlcea vom vergammelten Stadion, wo wir über 2 Stunden in „Quarantäne“ genommen wurden, zum Stadtzentrum, wo uns im Ziel eine musikalische Folkloregruppe erwartete. Und immer und überall viel Polizei und einige Rudel an Straßenhunden!

Die Waldetappen forderten uns vor allem mit tiefen, vielverzweigten Grabensystemen in Hanglagen. Viel besser als erwartet war die Belaufbarkeit, denn hier wird Fallholz offensichtlich noch gesammelt. Wir zwei Bayern schlugen uns wacker. In der 6-Tage-Wertung erreichte Britta den 6. Platz und ich den 4. Rang.

Meine beste Platzierung gelang wieder einmal im Sprint mit dem 3. Platz. Britta trumpfte besonders stark auf der Langdistanz (9,8km, 400 Hm, Maßstab 1:15:000) auf, was ihr stattliche Weltranglistenpunkte einbrachte, sowie den 11. Rang in einem an diesem Tag besonders großen, leistungsstarken Feld von 24 Läuferinnen (die Teilnehmerzahlen variierten von Tag zu Tag). Insgesamt war es wieder ein besonderes Erlebnis, das die „Sammlung“ der vielen von uns bereits bereisten OL-Länder erweiterte.

Von Ralph Meißner

Quirin für Deutschland

Mit Quirin Lehner war ein Bayer Teilnehmer an den European Youth Championship (EYOC). Davor durfte der Regensburger zusammen mit dem Kaderteam einen dreitägigen Lehrgang absolvieren, der ihm neben viel Erfahrung auch die Erkenntnis brachte: „Die Oler aus den anderen Ländern sind auch ganz cool.“

Trainingslager 21.10 - 24.10

Nachdem alle - trotz etwas komischer - aber wahrscheinlich günstiger Flugverbindungen angekommen waren, machten wir uns auf zum Trainingslager, das circa 200 Kilometer nördlich von Lissabon stattfinden sollte. Am nächsten Tag waren gleich zwei Trainingseinheiten geplant, zu den Trainings wurden uns mehrere O-Techniken vorgestellt und wenn man die gelernten Techniken gleich anwendete, konnte man die Bahn auch erstaunlich gut lösen.

Am Abend ging es dann zum Theorietraining auf die Sprintkarte, die vollständig auf der Homepage der Veranstalter zu finden war. 2005 hatte dort schon mal ein Wettkampf stattgefunden. Wir diskutierten uns durch mehrere Optionen für den Start und vermeintliche Routenwahlen.

Am nächsten Tag war Sprintvorbereitung angesagt: In einer



dem EYOC-Finale ähnlichen Stadt mit verwinkelten Gassen und einer mächtigen Burganlage stellte man fest: „So schwer wird's nicht!“, weil unsere Trainings-Altstadt offensichtlich viel mehr Treppen hatte. Am Nachmittag hatten die, die im Frühjahr noch nicht in Portugal waren, nochmal die Möglichkeit ein letztes Mal vor der Europameisterschaft den portugiesischen Wald auszukosten.

Zwei Tage vor dem EM-Sprint durften wir nochmal auf einer kurzen Bahn in einer ähnlichen - vielleicht nicht ganz so steilen Altstadt - als Generalprobe 100 Prozent geben.

Ich hatte einen sehr guten Lauf, machte so gut wie keine Fehler, und hatte dementsprechend auch eine ganz gute Zeit. Wir blieben noch ein bisschen in der Stadt, da wir noch unser



Fotos: Veranstalter / Quirin Lehner

Party-Outfit beschaffen wollten und wir auch noch auf Loeri warten mussten, die gegen Mittag am Bahnhof ankommen sollte. Da wir einfach keinen geeigneten Klamottenladen fanden, fuhren wir auch schnell wieder zu unserer Unterkunft zurück. Den restlichen Tag konnten wir uns ausruhen und hatten Freizeit. Mal abgesehen von den Einzelgesprächen und der Theorieeinheit über die Langdistanzkarte.

EYOC 2013: 25. 10 bis 30.10.

Es hieß früh aufstehen, denn nun ging es in Richtung EM. Zweiter - jetzt erfolgreicher - Versuch, ein Party-Outfit zu finden. Bei der Unterkunft angekommen packten wir noch schnell Laufsachen ein und liefen das Modeevent für die Langdistanz. Danach war der Tag auch schon wieder fast vorbei: Abendessen, danach Team-Meeting, gemütliches Chillen im Gemeinschaftsraum mit Billard und schlafen.

Denn am nächsten Tag wurde es ernst: Der erste Wettkampf stand an: der Sprint. Am Vormittag konnten wir noch ein allerletztes Mal in einer Nachbarstadt beim Modeevent den Maßstab checken und uns so mental vorzubereiten, allerdings begann es ziemlich stark zu regnen. Nicht die beste Ausgangslage. Also Sachen zum Trocknen aufhängen, Mittagessen und dann ging es auch schon los zur Fahrt in die mittelalterliche Stadt Obidos.

Da ich in der ersten Startgruppe war, zog ich mich dort schnell um und machte mich warm. Noch ein paar letzte Anweisungen von Trainer und Betreuer Thoto und die Aufregung stieg. „Piep, piep, piep... pieeeeeeeep!!!“ Bum, los geht's! Zum ersten Posten gleich mal die falsche Gasse erwischt, 20 Sekunden eingebüßt. Den Rest des Rennens war ich so gut wie fehlerfrei

unterwegs, vielleicht ein paar Kleinigkeiten als Fehler, aber ansonsten war ich zufrieden. Resultat: 43. Platz, gehört ganz knapp zur oberen Hälfte. Da ich ziemlich am Anfang gestartet bin, konnte ich mir im Ziel Zeit lassen und die restlichen deutschen Läufer nach bayerischer Art ins Ziel anfeuern. Schließlich konnten wir insgesamt auch einige gute bis sehr gute Ergebnisse erzielen: Dorothea Müller toppte mit dem zweiten Platz in der D16 alles, nochmal Glückwunsch von mir! Birte Friedrichs wurde in der gleichen Kategorie 13., Hanna Müller 12. bei den Damen bis 18. Die Jungs konnten nicht ganz so stark abschneiden, bester war Moritz Döllgast mit dem 17. Rang in der H18.

Die Opening Ceremony wurde so abgehalten, dass jede einzelne Nation auf den Marktplatz von Obidos einmarschieren durfte. Am Abend stand wieder gemeinsames Chillen im Gemeinschaftsraum an, einige gingen auch schon früher ins Bett, da der Tag durchaus anstrengend war.

Neuer Tag, neuer Lauf: Langdistanz hieß es heute, eigentlich meine Stärke - eigentlich!

Dort angekommen durften wir uns nochmal kurz die Finish Area anschauen, bevor die Quarantäne schloss. Ich war wieder ziemlich am Anfang dran, mein Aufwärmen und meine Konzentrationsphase verliefen aber nach Plan.

Der Start ins Rennen verlief ziemlich gut, keine Fehler und ich fühlte mich auch noch ziemlich frisch. Beim Sichtposten hatte ich auch noch eine Top 25 Platzierung inne. Dann kam Posten 12 und die sechs Minuten die ich dort verlor, warfen mich direkt auf den 55. Platz zurück. Schade, aber ich habe gelernt, dass bei dieser Leistungsdichte so ein Fehler unver-



zeihlich ist. Wieder waren wir als Team nicht schlecht, bemerkenswert ist, dass Ellen Klüser, eigentlich noch D14 bei den Damen bis 16 mit Platz sieben nur ganz knapp das Diplom verfehlte. Dorothea Müller konnte derweil ihre zweite Silbermedaille erlaufen. Erik Döhler wurde in der H16 8. und verpasste das Diplom um nur sechs Sekunden.

Auch in den 18er Kategorien konnten Moritz Döllgast (14.) und Hanna Müller (15.) wie schon am Vortag eine Top 20 Platzierung erlaufen.

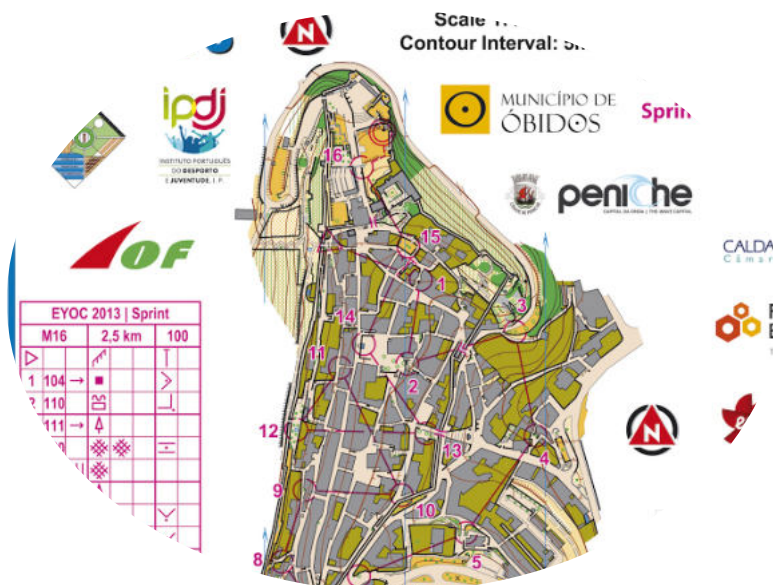
Am Abend wurde bekannt gegeben, in welcher Staffelbesetzung wir laufen sollten. Ich durfte als zweiter Läufer in der H18 ran. Doch zuvor stand noch die EYOC-Party auf dem Plan. Es war ganz gut gelungen, abgesehen von der Kindertrommelgruppe, die die Zuschauer ein bisschen zu lang nervte. Aber auch die Oler aus anderen Ländern sind cool drauf. Die Zeitverschiebung kam uns ganz gelegen, da wir dann noch eine Stunde länger schlafen konnten.

Bei der Staffel kann ich mit meiner Leistung ganz zufrieden sein, wir sind Neunter geworden. Eigentlich wären wir sogar dank eines spektakulären Zielsprints von Moritz Achter gewesen, allerdings hat der Kampfrichter anscheinend ein bisschen geschickt, oder ich weiß auch nicht warum ... auf jeden Fall wurden wir zu Beginn als 5. angesagt, schließlich aber trotzdem „nur“ Rang neun... Naja!

Für die anderen Staffeln aus deutscher Sicht lief es nicht so gut, aber die Gesamtleistung über die ganze JEM des Deutschen Team war positiv. Guten Gewissens konnten wir uns dann in den eiskalten Atlantik werfen. Der restliche Tag war entspannt und wir stiegen mit etwas Schlafmangel in die Autos und fuhren zurück nach Lissabon zum Flughafen.

Es war eine geile Woche. Danke nochmal an alle die dabei waren, vor allem an das Trainerteam, an Thoto, Pepa und Jan.

Von Qurim Lehner



Impressum:

OL Inform — Das Orientierungslauf-Magazin für Bayern
Herausgeber und Verleger: Landesfachausschuss Orientierungslauf im Bayerischen Turnverband
Chefredaktion: Fabian Scheler, Lindenweg 5, 96487 Dörfles-Esbach
Kontakt: ol-inform@ol-bayern.de
Homepage: www.ol-bayern.de/ol-inform

Die Berichte geben nur die Meinung der Autoren wieder, nicht die der Redaktion. Die Redaktion behält es sich vor, Berichte zu kürzen und/oder sinngemäß zu ändern.

Layout: Fabian Scheler
Versand: Angelika Weid
Abopreis: 12 €, Einzelausgabe: 6 €
Druck: DCT GmbH Coburg Auflage: 110 Exemplare

Deutsches Kartenverzeichnis ist online



Seit Anfang Februar ist das neue deutsche Kartenverzeichnis OMaps (www.omaps.de) online. Rund 1000 Karten sind bislang dort gelistet, alleine im Großraum Landshut/Deggendorf/Regensburg gibt es mehr als 170 Einträge, zwischen Nürnberg und Coburg weitere 90 Einträge und in und um München sind es mehr als 50. Sowohl die Fuß-OL als auch Mountainbike-, Ski-, und Trail-O Karten sind gelistet. Da die Karten aus dem WorldofO-Verzeichnis übernommen wurde, fehlen noch viele Karten in der Datenbank, wie das TK auf orientierungslauf.de schreibt.

Neue WKB: Änderungen bei DM Sprint

Seit dem 27. Januar 2014 gelten die neuen bundesweiten WKB. Die wichtigsten Änderungen betreffen die DM Sprint: Auf Antrag des bayerischen Landesverbandes wurden die bisherigen Bestenkämpfe-Kategorien zu Meisterschaftskategorien aufgewertet. Dadurch räumte das TK dem Sprint seine angemessene Bedeutung bei, die er sich durch die konstant hohen Teilnehmerzahlen bei der Deutschen Park Tour mittlerweile erarbeitet hat.

In den nächsten beiden Jahren wird beim Jugend- und Junioren Ländervergleichskampf (JLVK) die Damen und Herren 12 sowohl beim Einzel als auch beim Staffeltwettbewerb mit in die Gesamtwertung einfließen. Der LV Brandenburg hatte dies beantragt. Danach wird erneut evaluiert, ob sich dieser viel und kontrovers diskutierte Schritt auszahlt hat. Weiterhin wurde der empfohlene Termin für den JLVK von April auf Mai/Juni gelegt.

Das Programmheft für Deutsche Meisterschaften muss ab diesem Jahr drei Tage vor dem Wettkampf online zur Verfügung gestellt werden. Ob es dann auch gedruckt wird und an die Vereine verteilt wird, bleibt dem Veranstalter überlassen. Nach der ersten Veröffentlichung dürfen die Programmhefte aber nicht mehr aktualisiert werden, alle Änderungen und Ergänzungen bei den technischen Hinweisen müssen dann mitgeteilt werden.