

OLiNFORM

Ausgabe 2019



Vorwort

Eigentlich hatte ich nie vor, Redakteur des OL-inform zu werden, und Bernhard nicht Ersteller des Druckformats. Doch nachdem zum letzten Jahresende unser langjähriger Redakteur Fabian Scheler seine engagierte Arbeit beendete, entstand eine Vakanz, die nicht anders zu schließen war. Als Vorsitzender des Fördervereins OL Bayern sehe ich mich in der Verpflichtung, dass alle Mitglieder des Fördervereins für ihren Beitrag jedes Jahr das OLI erhalten. Außerdem sehe ich darin eine „Visitenkarte“ des Bayerischen OLs und eine schöne Erinnerung in Form eines Jahresrückblicks für alle interessierten OL'er. Und so hoffen Bernhard und ich, dass wir euch mit dem Heft in neuem Layout weiterhin viel Freude bereiten.



Als erstes kann ich den vielen Autoren ein dickes Lob und Dankeschön aussprechen. Seit Jahren ist es nicht mehr so problemlos gelungen, die Berichte wie im Redaktionsplan vorgesehen, unaufgefordert im vorgesehenen Zeitraum zu bekommen. Ich ziehe den Hut und sage nur: So kann es weitergehen! Denn das OLI lebt von der verlässlichen Mitarbeit der freiwilligen Autoren.

Inhaltlich werden wieder OL-Erlebnisse nebst vielen Ergebnissen auf Landes- und Bundesebene, von regionalen Aktivitäten und internationalen Events präsentiert. Garniert wird die Lektüre von zwei sehr interessanten Besonderheiten. Wir erleben zum einen die Bayerischen Meisterschaften aus der unterschiedlichen Sicht eines Technischen Delegierten, eines Ergebnisanalytikers und eines aktiven OL-Familienvaters und Vereinsjugendbetreu-

ers. Zum anderen sind je einen Bericht von der Junioren-WM, Trail-O-WM und Senioren-Masters zu lesen, wo uns die bayerischen Teilnehmer aus drei Generationen einen tiefen Einblick in ihre Vorbereitungen, mentale Verfassung und Emotionen gewähren. Die Parallelitäten sind verblüffend, aber eigentlich doch nicht so überraschend.

Ein besonderer Leckerbissen ist auch der ausführliche und geschichtsträchtige Bericht über den 24-Stunden-OL. Letztlich tragen aber alle Beiträge unserer vielen Autoren dazu bei, dass dieses OLI wieder ein schöner Rückblick auf die OL-Saison wurde.

So wünschen wir euch nun viel Vergnügen mit dem OLI 2019.

Ralph und Bernhard Meißner

Impressum

Herausgeber: Förderverein OL-Bayern e.V.
www.foerderverein-ol.bayern

Redaktion: Ralph Meißner
Satz & Layout: Bernhard Meißner
Titelbild: Siegreiche H14-Staffel beim JLVK
(Veikko Baath)

Bankverbindung Förderverein / OLI
Volksbank Raiffeisenbank Dachau
IBAN: DE50 7009 1500 0002 1038 34
BIC: GENODEF1DCA



In diesem Heft

Landesebene (Bayern)

Neuer Landesfachausschuss	4-5
BM (Mittel) / 1-2. BC Mietraching	6-8
BM (Sprint) / 3. BC Bamberg 4. BC Seßlach	9-10
BM (Staffel) Starnberg 5. BC Schiltberg	11
BM (Lang) / 6.-7. BC Adlkofen	12-13

Bundesebene (DE)

Jugend- und Juniorenländervergleichskampf Nittenau/Wald	14-15
DM (Sprint) Annaberg-Buchholz	16
DM (Mittel) Walddrehna	17
DM (Lang) Bad Freienwalde	18
DM (Staffel) / DBK (Mannschaft) Altenau	19
DM (Ultralang) Ohorn	20
24-Stunden-OL Trockenborn-Wolfersdorf	20-22

International

Senioren-WM Lettland	22-23
Junioren-WM Dänemark	24-25
Trail-O-WM Portugal	26-27
Alpen-Adria-Cup Kroatien	28
ARGE ALP Graubünden, Schweiz	29
Kadermaßnahme Schweden/Norwegen	30
O-Ringen 5-Tage-OL Schweden	31
City-OL Maastricht Niederlande	32-33
Prague Easter Tschechien	34-35

Regional (Bayern)

Bezirksmeisterschaft Niederbayern Deggendorf	36
Bezirksmeisterschaft Oberfranken Bamberg	36
Bezirksmeisterschaft Oberpfalz Nittendorf	37
Gaumeisterschaft Coburg	37
Winter-OL-Serie Coburg	38
Trail-O & Mountainbike-OL Adlkofen	39

Förderverein OL Bayern

Schul-OL in Bayern	40
Ehemaligen-Treffen	41
Wolpi-Pokal	42
Der Förderverein	43

Eine Ära ging im Landesfachausschuss zu Ende - ein schwieriger Neuanfang folgte

Alfons Ebnet und Ralph Körner hinterlassen „große Spuren“

Eine Ära ging im Landesfachausschuss zu Ende - ein schwieriger Neuanfang folgte. Alfons Ebnet und Ralph Körner hinterlassen „große Spuren“. Landesfachwart Alfons Ebnet und der stellvertretende Landesfachwart Ralph Körner beendeten nach zwölf langen Jahren ihre immens erfolgreiche ehrenamtliche Tätigkeit anlässlich der am 27. Januar 2019 stattgefundenen Tagung des Landesfachausschusses. Die bayerischen Orientierungsläufer verloren damit in diesen Funktionen ein Erfolgsduo, das seine Aufgaben weit über das normale Maß hinaus erfüllte. Bisweilen konnte man sogar den Eindruck haben, sie würden OL beruflich organisieren.

Alfons knüpfte Kontakte auf allen Ebenen und hatte im Bayerischen Turnverband, wo er zeitweise sogar Vizepräsident war, einen hohen Bekanntheitsgrad und Stellenwert an der Seite seines Freundes BTV-Präsident Dr. Alfons Hölzl. Was ihn besonders charakterisiert, ist seine Bereitschaft, sich für nichts zu schade zu sein. Das bedeutet, dass er nicht nur Führungsfunktionen wahrnahm, sondern im Grunde genommen in allen Bereichen Basisarbeit verrichtete wie Kartenaufnahmen, Bahnlegertätigkeiten, Organisator und Unterrichtender bei Lehrgängen, Ausrichter von Schul-OL's usw.; man könnte die Aufzählung beliebig fortsetzen. Eigentlich gab es nichts, was er nicht tat. Und weil ihm das

noch nicht ausreichte, leitete er neben dem OL auch noch turnerische Großveranstaltungen und als Vorsitzender seines Heimatvereins TSV Bernhardswald auch noch den Neubau eines Vereinsheims, wo er an Ort und Stelle wiederum den ersten Landesleistungstützpunkt OL gründete. Das alles hat dem OL in Bayern enorme Impulse und Fortschritte gebracht. An seiner Seite arbeitete mit einem vergleichbaren riesigen Engagement Ralph Körner, ebenfalls ein OL-Enthusiast. Er ist ein organisatorisches Multitalent, der mit einer nicht zu überbietenden Präzision in den Bereichen Koordination und Publikation von Wettkämpfen für das Funktionieren des bayerischen Ori-



Ehrung Alfons Ebnet und Ralph Körner

entierungslaufs ein Garant war. So konnte beispielsweise die Aktualität der bayerischen Webseite nie besser sein. Bisweilen konnte man den Eindruck haben, er wäre täglich 24 Stunden für die Sportart OL ansprechbar, sowohl als aktiver Läufer als auch in seinen vielen Funktionen, die bis in die Bundesebene und internationale Organisationen reichen. Regional ist er zudem der Gründer und Vorsitzende des OLV Landshut, der schon in wenigen Jahren zu einem erfolgreichen, renommierten OL-Verein wurde.

Ein Neuanfang auf Raten

Bei den anschließenden Neuwahlen des Landesfachausschusses stand die bange Frage im Raum, ob sich im letzten Moment nicht doch noch ein Nachfolger für Alfons Ebnet für das Amt des Landesfachwartes, sowie für die Position als Stellvertreter finden lassen würde. Leider war dies nicht der Fall, so dass die wichtigste Position im bayerischen OL-Sport zunächst nicht besetzt werden konnte. Erfreulicher verlief hingegen die Wahl der übrigen Mitarbeiter für die Ressorts im LFA:

Wettkampf- und Kampfrichterwesen:

Fabian Janischowsky

Lehre und Bildung:

Alfons Ebnet

Öffentlichkeitsarbeit:

Thomas Döhler

Leistungs- und Nachwuchsförderung:

Daniel Janischowsky

Landestrainer:

Uwe Weid

Kartenwesen, Umwelt und Naturschutz:

Stephan Schneuwly

Beauftragte für Schul-Orientierungslauf:

Ulrike Neidiger-Pohl

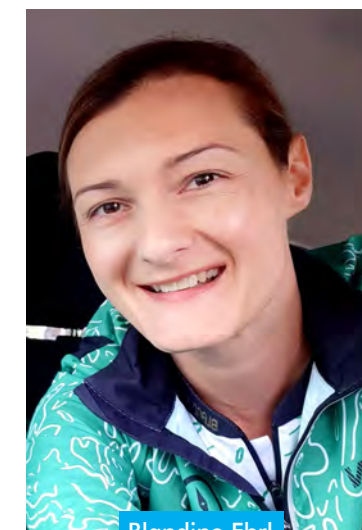
Die beiden Letztgenannten wollen ihre jeweiligen Aufgabenfelder im Team mit weiteren Mitstreitern gestalten. So wird beispielsweise Thomas Döhler das bayerische OL-Karten-Archiv pflegen und betreuen.

Landesjugendfachwartin: Ines Schikora wurde beim Bayerischen Jugendturntag später gewählt.

Einstimmig im Amt bestätigt wurden wiederum die weiteren zu besetzenden Positionen außerhalb des Landesfachausschusses. So liegen der **ARGE ALP OL** bei Valerio Casanova und der **Alpen-Adria-Cup** bei Ralph Körner als jeweiligem Mannschaftsführer weiterhin in bewährten Händen. Als Mitglieder des **Trainerrats** wurden Klemens Janischowsky, Roland Vogl, Katrin Lorenz-Baath, Thomas Scheler und Valerio Casanova bestätigt.

Ein neues Führungs-Duo kommt: Blandine Ehrl und Michael Rödel

Es bedurfte so mancher Gespräche, Emails und Telefonate, bis aus dem Kreis der OL'er die vakanten Funktionen im Juli 2019 wieder besetzt wurden. Blandine Ehrl und Michael Rödel übernahmen kommissarisch die Ämter Landesfachwartin OL bzw. stellvertretender Landesfachwart OL. Die kommissarische Bestellung ist in der Zwischenzeit auch vom Präsidium des Bayerischen Turnverbandes bestätigt worden. Damit ist der LFA OL wieder komplett besetzt und der nächste Finanzhaushalt gesichert. Bei der nächsten Jahrestagung OL Anfang des Jahres 2020 müssen dann die beiden Positionen ordentlich gewählt werden. Es bleibt zu hoffen, dass sich Blandine und Michael nach einem halben Jahr Erfahrung zur Wahl für die nächsten drei Jahre stellen. Beide sind erfahrene Orientierungsläufer, die schon seit ihrer Jugend die Sportart OL betrieben. Sie gehörten seinerzeit dem D-Kader an und waren auch in der Folge weiterhin präsent, soweit es Ausbildung, Beruf und Familie zuließen.



Blandine Ehrl



Michael Rödel

Wer sie persönlich kennt, weiß, dass sie Führungsqualitäten mitbringen und ihre sympathische Art des Auftretens sollte von den übrigen OL'ern vor allem mit viel Unterstützung und einem „pfléglichen Umgang“ erwidert werden. Es ist heute - nicht nur beim OL - schwierig geworden, ehrenamtliche Funktionen zu besetzen und so bleibt zu wünschen, dass der bayerische OL für die laufende Wahlperiode von weiteren Vakanzen verschont bleibt.

Text: Ralph Meißner

Bilder: Ralph Meißner, Blandine Ehrl, Bilderarchiv FAOL/BTV

Anstrengender Bayerncup-Auftakt beim SV Mietraching

BM Mitteldistanz aus dem Blickwinkel eines Technischen Delegierten (TD)

„Ah Sigi, du läufst heut nicht, ach so, du bist im Schiedsgericht oder, oder du bist der T-Dingsda, der TD, genau der TD, oder?“ Nach dem mir diese Frage mindestens einmal pro Wettkampf als TD gestellt wurde und ich mich des Eindrucks nicht verwehren kann, dass ein größeres Häuflein unserer Orientierer zwar um dessen Dasein weiß, aber nicht genau sagen könnte, was der TD denn nun wirklich macht, schreibe ich den Bericht über diese Veranstaltung mal aus der TD-Perspektive.

Die Tätigkeit beginnt mit der Frage des Ausrichters, so im günstigsten Fall fünf Monate vor dem Wettkampf, ob ich denn nicht den TD machen möge. Nach einigem Abwägen, dass man just gerade zu dem Lauf selber

gern gelaufen wäre und nach dem intensiven Nachfragen des Ausrichters, dass sonst auch nur Absagen kämen, gewinnt meist das vereinsübergreifende Engagement für den Bayerischen OL und man sagt zu. Ist der Gesamtleiter fix mit seinem Ausschreibungsentwurf, kommt der auch zeitgerecht zur Vorlage zum TD. Meist passt dieser eh, nur Details wie z. B. Entfernungen, Zielschluss und dergleichen gehören nochmals durchgedacht. Nach der Freigabe durch den TD wandert die Ausschreibung zum Verantwortlichen für Wettkampfwesen und da sollte sie dann auch 3 Monate vor der Veranstaltung ankommen, sonst gibt's eine Nachfrage, wo die den bleibt. Also: Ausschreibung auf der TD-Checkliste abgehakt. Natürlich fragt der TD beim Gesamtleiter, ob die Grundstückseigentümer, in dem Fall auch die Bayerischen Staatsforsten, sowie Privatwaldeigentümer, Jagdpächter evtl. die Naturschutzbehörde informiert, ggf. ihre Erlaubnis erteilt haben, nach, siehe auch unsere HP: Rubrik OL und Umwelt: Also: auf der TD-Checkliste abgehakt.

Nachdem der Bahnleger nun seinen Entwurf mit allen Bahnen für alle Kategorien fertig hat und man diese als TD mit den Bahnlängen der WKB abgeglichen hat, kommt meist ein Verbesserungsvorschlag für eine oder mehrere Bahnen sowie Postenstandorte. Oder es kommt keiner, weil der Bahnleger die perfekte Bahn gelegt hat. Ob dem dann auch so ist, wird sich im Wettkampf noch zeigen ...

Nun je nach Schneelage des Bayerischen Waldes macht man sich auf zum Kontrollieren der Postenstandorte. Im Fall der Bay. Meisterschaft Mittel war ich an einem sonnigen und warmen Frühlingstag am Karsamstag nach Rohrmünz gefahren. Ich kannte das WKZ-Umfeld von einer Wandertour im letzten Oktober und konnte mich noch an einen sehr steilen Aufstieg zum Dreitannenriegel

erinnern. Also auf der Checkliste WKZ, Parkplatz abgehakt. Dann mach ich mich Mal auf dem Weg zum Start, so wie es die Läufer dann vier Wochen später machen werden, bei schönstem Frühlingssonnenschein. Vorbei am stillen Ziel mit Naturquellwasser und Gedenktafel, weiter Richtung Start. Auf diesem Weg lagen bereits seitlich einige Postenstandorte, also steil hoch und steil runter vom Weg und wieder zurück bis zum Start.

Dieser passte sowohl zum Kartenbild als auch zu meiner Vorstellung, abgehakt. Dann geht's tiefer in den Wald hinein. Manchmal ist das Suchen der kurzen Vormarkierungsbänder mit den Codenummern schon sehr sportlich, in meinem Fall entsprach es den um einen

Tag vorgezogenen Ostereiersuchen. So, und dann stand ich im vermutlich „norwegischen“ Teil der Bahn. Halboffenes Gebiet mit starkem Bodenbewuchs, Steinen, erkennbaren oder gefühlt erkennbaren Schneisen, Verjüngungskomplexen und einen tollen Ausblick ins Tal, bei strahlendem Sonnenschein. Den

ersten „norwegischen“ Posten, den ich totsicher anorientiert hatte, fand ich erst beim Rückmarsch, als ich drei weitere „norwegische“ Vormarkierungen fand. Wie sich im Wettkampf später rausstellte, hatten die Läufer bei diesem Posten weniger Probleme als ich, da hing dann auch ein Schirm am Stein. Es ging immer höher und für so manche Posten brauchte ich 15 Minuten bis ich die mit Restschnee belagerten Mulden fand. Diese sahen dann beim Wettkampf teilweise nicht so tief und prägnant aus, als vier Wochen vorher mit noch unterdrückter Bodenvegetation und dem Schnee in ihnen. Das sieht halt im Vorfrühling noch anders aus. Auch das ist eine wertvolle Erfahrung für Bahnleger und TD. Kurz unterhalb des Dreitannenriegels, an der Nordseite des Berges, erwartete mich dann noch ein üppiges, einen halben Meter tiefes Schneefeld, bei dem ich hoffte, dass sich jenes bis zum Wettkampftag auflösen möge. Und weil der Tag so schön war, leistete ich mir noch einen Abstecher auf den Gipfel, welcher als Routenwahloption mit zugehörigem Wanderweg auf einer längeren Passage durchaus eine starke Alternative zur Querroute für die Kategorien jenseits der 4,5 LKM darstellte. Herrlicher

Ausblick bei immer noch strahlendem Sonnenschein und milden Temperaturen luden zur kurzen Gipfelrast ein. Aber dann ging's wieder runter, steil bergab, kurz nochmal an einer Senke vorbei, die ich beim Hochlaufen schon Mal kontrollierte, und... wo war die wieder? Ja, es wird nicht einfach werden hier. Nach guten drei Stunden waren alle Postenstandorte gefunden, als solche auch vertretbar und genehmigt. Vor allem die Schülerposten mit dazugehöriger Bahn müssen absolut sicher sein. Also Postenstandorte abgehakt. Zuhause machte ich mich nochmals über die Bahnlegung drüber. Wenn man mal im Wald war, hat die fiktive Bahnlegung ein Gesicht. Man kennt jeden Posten, jedes Objekt, bei manchem muss die Postenbeschreibung noch geändert oder ergänzt werden, aber man kann sich als Läufer in den Wettkampf eindenken. Dabei wird die Bahnlänge und die vermutlichen Siegerzeiten nochmals hinterfragt. Bei der HE waren wir bei gut über den 10% der möglichen Toleranz für diese Bahnlänge. Dazu dieses steile und schwierige Gelände. Nach Rücksprache mit Roland kürzte dieser die Bahn auf die 6,5 LKM, da ich ansonsten eine Siegerzeit von nicht unter knapp 40 min. erwartet hätte. Überrascht wurden wir aber dann am Wettkampftag. Nachdem zwei weitere Bahnen optimiert waren: – Bahnlegung und Postenbeschreibung, abgehakt. Zwei Wochen Ruhe, dann beginnt die heiße Phase: Anmeldeschluss mit Kontrolle der Startberechtigung. Was mach' ma' denn, wenn so oder so? Oder wann ist absolute Deadline wegen Startrecht, was sagt Fabian vom Landesfachausschuss? Können wir am Wettkampftag

noch eine Onlineabfrage im DTB-Turnportales durchführen? Nach einigem Mailverkehr ist der Fahrplan gefunden und wir sind alle gespannt. Mit der Frage der Freigabe für den Kartendruck geht es weiter, auch erledigt. Es ist der Mittwoch vor dem Wettkampf, Frage zur Freigabe der Startliste, gecheckt, es werden alle Läufer ohne Startrecht vorerst auf a.K. gesetzt und unmittelbar nach dem Wettkampf wird noch eine Onlineabfrage gestartet, dann kommen die Läufer mit gültigem Startrecht wieder in die Wertung. Wir sind uns alle einig, das ist ein Kasperltheater und man muss für die Zukunft die Deadline vorher setzen. Da es in diesem Fall die Premiere mit den neuen Jahresmarken ist, müssen wir so verfahren, da einige Läufer ihre Startzulassung auch auf Grund des doch gewöhnungsbedürftigen Handlings, erst auf den letzten Drücker bekommen hatten. Also Startliste abgehakt. Alles Gut, nur der Blick auf die Wettervorhersage lässt die Hoffnung im Keim ersticken...

Wettkampftag, Samstag 10.30 Uhr, ich bin in Rohrmünz, die WKZ Zelte stehen schon, quirliges Treiben des Ausrichters allerorten, aber mit Dauerregen. Die ersten weitgereisten Läufer trudeln ein und holen sich einen heißen Kaffee bei Temperaturen von unter 10 Grad. Da blitzt die Sonne auf einmal durch die Wolkendecke, ein Lichtblick. Gegen Mittag kommen die Postensetzer zurück und ich frag ob alles klar ging. Ein Baum ist über eine Schneise gefallen und hat die Sicht auf diese behindert. Blöd nur, dass dies für die Schülerbahn relevant ist und wir entschließen uns 3 kleine Trassierbänder an den Schneisenbeginn zu hängen, um die Kinder darauf aufmerksam zu machen. War halt auch nicht geplant, dass der Baum noch umfällt. Mittlerweile ist es 12.30 Uhr; ich fahre mit Startchef Peter Lange hoch zum stillen Ziel und beginne ab hier meinen Postenkontrollgang. Pünktlich fängt es wieder an zu regnen. Ich hab so 15 Posten durch, alles passt, also mach ich mich auf den Weg zum Start. Es ist 23 min. vor Nullzeit. Die Überraschung: das Startzelt ist gut 100 m weiter oberhalb der geplanten Stelle. Es sind nun zum Startschirm anstelle der in der Ausschreibung benannten 150m lediglich 22,37 m. Auf Nachfrage bekomme ich die Info, man musste weiter hoch wo sich die Straße verbreitert, da ein Waldbesitzer evtl. heute entgegen der Absprache doch noch mit seinem Schlepper und Rückewagen die Forststraße hoch müsse um Holz abzutransportieren. Da wäre die Straße an der geplanten Stelle zu schmal gewesen und man hätte mit laufendem Startprozedere das Fahrzeug irgendwie vorbei lotsen müssen. Das wäre alles sehr schlecht gewesen. Da ist es das kleinere Übel, dass der Startpunkt halt dann näher an der Kartenaufnahme ist, als geplant. OL ist auch hier wieder sehr komplex. Gut, also den Start als solches nochmals durchgecheckt, die Karten kontrolliert, die Postenbeschreibungen durchgesehen, Löschen, Prüfen, Haftungsausschluss der BaySF, Startliste hängt, Uhr tickt und piepst. Alles läuft, auch der Regen. Nullzeit, die ersten Läufer treten aus dem Startzelt und kämpfen sich die Hänge hoch, Regen, Nebel fällt ein. Ich denke an den Karsamstag mit Sonnenschein, wie halt gleich alles anders wäre als bei Regen. Aber jeder von uns aktiven Läufern weiß, dass spätestens nach einer Minute Wettkampf der Regen egal ist.



Siegfried Liebl - Skeptischer Blick des TD

Für die jedoch sehr durch Regen gehandicapten Brillenträger sieht's wieder anders aus, aber wenn du im Wettkampfmodus bist, dann funktionierst du, außer der Posten kommt nicht, wenn er doch kommen sollte....

o.k. der Start läuft. Nach 30 min. mach ich mich auf den Weg Richtung stilles Ziel. Immer wieder kommen mir Läufer auf dem Weg zum Start entgegen mit der Frage: „Is es no weit“. Am Ziel angekommen stürmen die ersten Athleten der H12 Richtung Ziel die Forststraße hinab. Auch hier scheint alles zu laufen. Ich beobachte ein paar Minuten und mach mich weiter auf den Weg zum WKZ. Dort mal schauen, ob das Auslesen funktioniert. Auch die Direktübertragung der Ergebnisse auf den Großbildschirm unter dem regensicheren Zelt klappt reibungslos. Georg Biller jun. hat seinen Job voll im Griff. Der bange Blick fällt auf die Zeiten der einzelnen Kategorien. Oh, alles im Lot, bei Siegerzeiten von 30 – 40 min. für die Mitteldistanz müsste die Bahnlänge und Schwierigkeit doch passen. Als die HE dann eintrudelt war ich doch recht überrascht, dass Riccardo Casanova mit 32 min. deutlich schneller war, als ich die Siegerzeit mit ca. 35 – 37 min. erwartet hätte. Ist gut in Form der Junge. Fabian kommt ins Ziel und wir gehen die Läufer mit a.K. Status nochmals durch. Es kommen jetzt fast alle in die Wertung und sind glücklich. Dann frag ich halt so einige Läufer, wie sie denn den Lauf, die Bahn und die Karte erlebt hätten. Dabei ist mir nichts Unanständiges ans Ohr gekommen. Na, dann müsste es doch gepasst haben. Frage mal wieder an Georg: wie viele fehlende Läufer? Es werden immer weniger und man kann dann langsam zur Siegerehrung kommen. Da beginnt es wie aus Kübeln zu schütten und die Tropfen, die sich den Weg durch das Zeltdach bahnen, werden immer mehr. Als sich dann Forstdirektor Jürgen Völkl von den Bay. Staatsforsten mit den Preisen für die Sieger, dieses Jahr eine Eibe (Nadelbaum) im Ulmenholzkasten gepflanzt, einfindet, lässt der Regen nach. Doch findet die Siegerehrung im Zelt statt, was aber der guten Stimmung keinen Abbruch tut. Oler sind halt Natursportler und hart im Nehmen. Nach der Siegerehrung bei der erfreulicherweise doch noch ein ganzer Haufen Läufer durchgehalten hat, geht's aber zügig nach Hause oder ins Quartier. Morgen ist schließlich der Bayerncup Langdistanzlauf. Auch ich pack meine paar Sachen und bin froh, dass alles so gut gelaufen ist. Kein Protest, Kein Unfall, Keine Diskussionen über Karte, Bahn, Gelände, kein Fall fürs Schiedsgericht. TD-Job für heut abgehakt, nur der Regen hält tapfer durch.

Es ist Sonntag früh und der Regen hat nachgelassen. Heute bin ich Läufer, mein Freund Stefan Hötzing ist jetzt der TD. Man geht dann schon entspannter an die

Sache und hat nur den eigenen Lauf vor sich. Gut warmgelaufen kommen wir oben in Untergrub (müsste eigentlich ja schon Obergrub heißen) an. Alles was man als Veranstalter für den Wettkampf braucht wurde gestern im Regen in Rohrmünz abgebaut und hier in Untergrub wieder hingestellt ... Bei den Strecken gab es Diskussionen um Mindestentfernung zwischen den Posten und um den Teil mit dem Micro OL. Nun ich war froh, dass ich am Samstag der TD war und nicht heute. Wenngleich dies aber auch nicht die Zustimmung aller Läufer bekam, mir hat's gefallen ... Mit TD-Erfahrung wird man toleranter gegenüber vermeintlichen Fehlern in der Organisation, Bahnlegung, Karte und dergleichen dem



Stützen des Ausrichters - Maria Lange und Georg Biller jun.

Ausrichter gegenüber, wenn man dies selber alles schon mal gemacht hat. Eine wie gesagt wertvolle Erfahrung. Daher mein Aufruf an alle verantwortungsvollen Läufer, sollte sie einmal gefragt werden, ob sie denn den TD machen wollen, macht es einfach und sucht nicht nach Ausreden. Macht es.

Text: Siegfried Liebl
(Titel und letzter Abschnitt von der Redaktion gekürzt)

Bilder: <https://www.flickr.com/photos/ol-bayern/albums>

Langdistanz mit Routenwahlen und ein richtig schneller Sprint

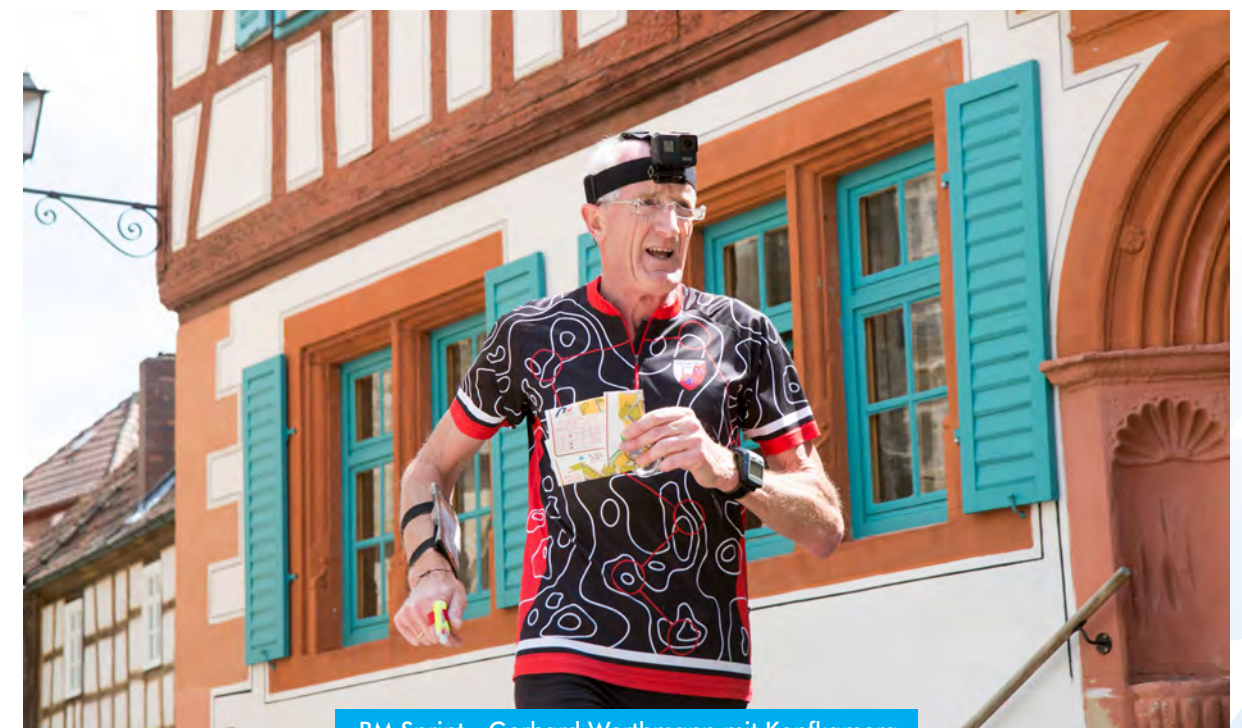
Interessante Laufanalysen zum BC-Wochenende beim TV Coburg-Neuses

Nur noch zwölf der 42 Bayerncups, die die bayerischen Orientierer seit 2014 ausgelaufen haben, fanden nördlich von Regensburg statt. Eine Kennzahl, an der abzulesen ist, dass der Orientierungslauf im Norden Bayerns nicht gerade seine besten Zeiten feiert. Man könnte in Analogie zu Asterix witzeln, dass (fast) nur noch der TV Coburg-Neuses die Kraft hat, sich gegen die Krise zu stemmen. Denn: die Neuseser haben seit 2014 neun dieser zwölf Nord-Bayerncups ausgerichtet (die anderen drei der MTV Bamberg), und nebenbei auch noch zwei Staffelleisterschaften.

Dass das TVN-Team gewillt und fähig ist, Zeichen gegen die Krise des OL in der Region zu setzen, zeigte schon das Resultat der bestens besetzten Mittel-Meisterschaften in Mietraching. Allein in den Schülerkategorien brachte man drei Siege (Daniel Cionoiu, Klara Holzhaus, Anton Tatzel) mit nach Hause. Nun rüstete sich der TVN zwei Wochen später als Ausrichter eines Lang-Bayerncups auf der Bamberger Karte „Michelsberger Wald“ und der Sprint-BM in der herrlichen, aber sehr kleinen Altstadt Seßlach.

bination aber an Reiz zu verlieren. Denn 2019 konnten acht Läufer beide Rennen an Wochenende gewinnen – das waren nicht weniger als 2018. Einen so großen Unterschied scheint es also nicht zu machen, ob nun Sprint und Mittel oder Sprint und Lang gekoppelt sind. Prominentester Doppelsieger war übrigens Teodor Yordanov, der 2019 beide Rennen in der Herren-Elite gewann.

Schaut man sich das genauer an, wirkt der Abstand zwischen Sprint- und Lang-OL in der Tat gar nicht mehr so groß. Lang-Bahnleger Jan Schmidt hatte sich Mühe gegeben, in den steilen und dicht bewachsenen „Michelsberger Wald“ eine wirklich klassische Langdistanz zu legen. In einem relativ kleinen Laufgebiet kam er mit verhältnismäßig wenigen Kontrollposten pro Bahn aus und stellte die Läufer immer wieder vor Routenwahlentscheidungen. Während solche „großen Routenwahlen“ auf der Mitteldistanz kaum eine Rolle spielen, können sie auf Lang- wie Sprintdistanz über Sieg und Niederlage entscheiden. So diskutierten Läuferinnen und Läufer aller Klassen sowohl am Samstag als auch am Sonntag über Routen. Beim Sprint mussten die Herren kurz vor dem Ziel des zweiten Laufs noch die Entscheidung tref-



BM Sprint - Gerhard Werthmann mit Kopfkamera

Die Kombination aus Lang- und Sprint-Bayerncup an einem Wochenende hat auf den ersten Blick einen ganz besonderen Reiz, weil es jene beiden OL-Disziplinen vereint, die am weitesten auseinanderliegen. Zieht man den Vergleich zum Vorjahr, als der Sprint mit einem Mitteldistanz-Bayerncup gekoppelt war, droht diese Kom-

fen, ob sie den vermeintlich direkteren Weg durch die verwinkelte Altstadt oder den Weg um die Stadtmauer nehmen wollten. Der war zwar auf den ersten Blick länger, aber „barrierefrei“ und schließlich offenbar schneller.

Die Entscheidungen bei den Damen sind spannender als bei den Herren

Dass laufstarke Orientierer nicht nur im Sprint, sondern an beiden Tagen Vorteile hatten, darüber waren sich fast alle Beobachter einig. Spannender als die Herren machten es derweil die Damen. Am Samstag hatte Kristin Ritzenthaler die Nase vorn, lag aber erst im letzten Drittel ihres Laufs in Front. Die für den OC München startende Mitteldistanz-Meisterin Dianora Heraschenko führte lange, hatte am Ende aber um sechs Sekunden das Nachsehen. Auch hier war eine lange Postenkombination vorentscheidend: An Posten vier lag Mareike Seeger vorne; sie verlor dann aber fast 50 Sekunden auf die Münchnerin und damit dauerhaft den Anschluss. Am Ende reichte es nur zu Rang drei.

BM Lang Damen Elite

	4	5	10	Ziel
Ritzenthaler	11:35	20:24	37:24	50:46
Heraschenko	11:47	19:09	37:24	50:52
Seeger M.	11:34	19:44	40:08	53:47

Am Sonntag spielte Seeger ihre Schnelligkeit aus und drehte den Spieß um: Im ersten Lauf lag sie deutlich vorne, Ritzenthaler lief hinterher und war nach einem großen Fehler kurz vor dem Ziel lediglich Dritte. Den zweiten Lauf gewann zwar die Ex-Junioren-Weltmeisterin, aber nur knapp vor Gesamtsiegerin Seeger. Maria Lange, die schon als Schülerin die Deggendorfer Sprint-OL dominierte, war nach dem ersten Lauf überraschend Zweite und sicherte sich am Ende Bronze.



Sieger Bayerische Meisterschaft

Janischowsky kratzt an Yordanovs Thron

Bei den Herren war die Langdistanz ein Langweiler, mangels Konkurrenz für Oldie Yordanov. Auf der Sprintdistanz forderte ihn zumindest Lukas Janischowsky heraus, der nach dem Lauf am Morgen nur zehn Sekunden Rückstand hatte. Völlig überraschend rangierte der jun-

ge Bamberger Timo Lubas auf drei, im Sekunden-Rennen mit den Vetter-Brüdern aus Neuses. Im zweiten Lauf griff Janischowsky tatsächlich an, quittierte den ersten Posten fünf Sekunden eher als der gebürtige Bulgare und hatte am siebten Posten schon jene zehn Sekunden herausgeholt – Gleichstand in der Gesamtwertung. Danach aber lief der junge Regensburger keine einzige Bestzeit mehr, während Yordanov eine Postenkombination nach der anderen gewann. Das Rennen war entschieden.

Bronze sicherte sich Sebastian Vetter mit sieben Sekunden vor seinem Bruder Benjamin und Timo Lubas. Das sind Abstände, bei denen die Verwendung eines berüh-

BM Sprint Herren Elite - Lauf 2

	1	7	9	12	Ziel
Yordanov	1:16	5:21	7:07	10:32	12:05
Janischowsky	1:11	5:11	6:59	10:42	12:27

rungslosen Chips entscheidend sein kann wie auch zum Beispiel beim Sieg von Daniel Heininger (OC München) in H -35, drei Sekunden vor Ronny Natho mit einem „alten“ Chip. Das war sicher die große Überraschung an einem Tag voller Favoritensiege.

Ein Sprint-OL neuer Prägung?

Dass die Laufzeiten etwas kürzer ausfielen als bei Sprint-OL üblich, war auch dem Umstand geschuldet, dass das mittelalterliche Städtchen Seßlach mit seiner durchgehend erhaltenen Stadtmauer ein wirklich winziges Städtchen ist. Im ersten Lauf nutzte Bahnleger Wolfram Pohl vor allem Schul- und Schulsportgelände sowie den Graben vor der Stadtmauer, erst im zweiten Lauf tatsächlich die Gassen. Vielleicht konnte er aber damit auch einen Trend setzen: Die Auswertung zeigt ja, dass der OL aufpassen muss, dass der „Sprint“ am Ende mehr ist als eine „kurze Langdistanz“. Bei richtig kurzen und extrem schnellen Läufen wären jedenfalls wirklich andere Läufertypen gefragt als auf der Langstrecke.

Im launischen Mai des Jahres 2019 hatten die Organisatoren das verdiente Glück mit dem Wetter. Einige wenige Regentropfen verschafften den Läufern auf der Langdistanz am Samstag etwas Abkühlung, am Sonntag strahlte die Sonne über Seßlach. Sie sorgte für Meisterschaftswetter und bildete die passende Kulisse für die Fotos von Christian Vetter, dessen Retrospektive auf die Läufe erneut das gewohnte Highlight wurde.

Text: Michael Rödel
Bilder: Christian Vetter

Abwechslungsreiches oberbayerisches OL-Wochenende

Staffellauf um die Windräder mit Wolkenbrüchen beim OC München

Im Juli war es wieder soweit und die bayerischen Vereinsstaffeln gingen in Mörlbach bei Berg am Starnberger See auf der Karte „Wadlhäuser Gräben“ an den Start. In drei Massenstarts wurden innerhalb von zehn Minuten am Samstagnachmittag die 76 Zweierstaffeln ins Rennen um die Titel losgeschickt. Das Gelände war schon aus dem Vorjahr vom BayernCup Mittel- und Langdistanz bekannt und wartete wieder mit kniffliger (Klein-)Routenwahl im fein kuperten Gelände um die vier Windräder auf. So war es vor allem wichtig, bei den eher kurzen Staffeln beim Gegnerkontakt einen ruhigen Kopf zu bewahren und sich im Eifer des Gefechts nicht ablenken zu lassen.

Das etwas unstete Wetter wartete zum Glück bis nach dem Start, bis sich immer wieder teils kräftige Regenschauer über das Gelände schoben, um die wenigsten Läufer trocken aus dem Wald zu entlassen. Die Ergebnisliste zeigt ein spannendes Rennen mit teils sehr knappen Entscheidungen. Der Sieg in der Damen-Elite ging an das Tochter-Mutter Team Kayla und Kristin Ritzenthaler vom TSV Jetzendorf. Die Silbermedaille sicherten sich Ines Schikora und Sophie Kraus von der OLG Regensburg, die mit 8 Sekunden Vorsprung Julia Penzkofer und Maria Lange vom SV Mietrachung auf den Bronzerang verwiesen. Zeitschnellste wäre eigentlich bei den Damen mit zwei Sekunden Vorsprung das Duo Blandine Ehrl vom OL Forstern und Dianora Heraschenko vom OC München gewesen. Aber leider gibt es derzeit im Deutschen Orientierungssport kein Zweitstartrecht, so dass das Duo nur außer Konkurrenz mitlaufen konnte. In der Herrenelite gingen die Plätze eins und zwei an die OLG Regensburg. Dabei setzten sich mit einem Vorsprung von drei Minuten Philipp Schwark und Julian Nürnberger gegen ihre Vereinskollegen Lukas Janischowsky und Valtteri Kolehmainen durch. Drittplatzierte waren Christoph Körner und Alexander Hergert vom OLV Landshut.

Aus Sicht der Ausrichter können wir sagen: es hat wieder viel Spaß gemacht, einen bayerischen Lauf zu organisieren und so viele bayerische Läufer in die Nähe des Starnberger Sees zu locken. Da die Situation im Münchner Umland in Bezug auf das Betreten der Wälder oft sehr schwierig ist, sind wir sehr froh, in Mörlbach auf positive Resonanz zu stoßen. Wir durften wieder das Wettkampf-

zentrum auf der Wiese einer sehr kooperativen Familie aus dem Ort einrichten und waren herzlich willkommen. Die Neugier der Familienmitglieder reicht sogar so weit, dass sie, wie auch letztes Jahr, selber eine Runde durch den Wald auf einer offenen Bahn gedreht haben, als Team „Mörlbach Power“. Das Fazit der Familie: „Es ist spannend, den eigenen Wald mal von einer anderen Seite zu sehen. Und die Orientierungsläufer sind ein sehr angenehmes Publikum bei der Veranstaltung“. Es ist für unseren Sport sehr wichtig, für Außenstehende ein gutes und realistisches Bild von unserem Sport zu vermitteln, damit wir nicht als Rowdies wahrgenommen werden, die den Wald verwüsten und nichts mit der umliegenden Bevölkerung zu tun haben will. Vielen Dank an alle, die sich etwas Zeit genommen haben, den OL Newbies unseren Sport zu erklären und ihnen ein bisschen Spaß daran zu vermitteln.

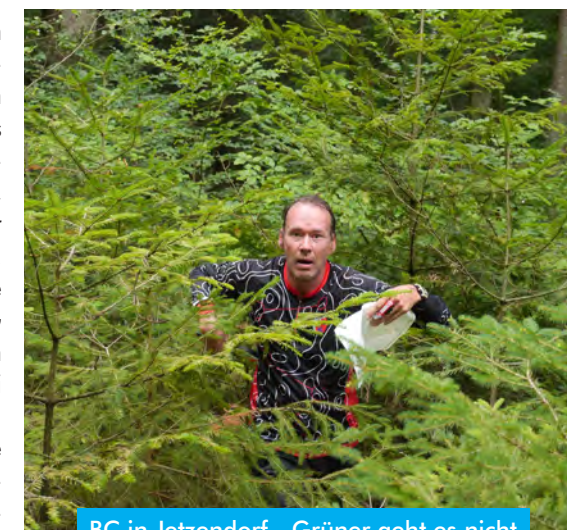
Kampf im Grünen, aber sonnig in Schiltberg

Am Sonntag erwartete 163 Teilnehmer ein angenehmer sonniger Tag beim Bayerncuplauf in Schiltberg. Da die OL-Abteilung des TSV Jetzendorf längst ein Team geworden ist, das man mit den Prädikaten „jung, erfolgreich, kompetent“ versehen kann, war die souveräne

Organisationsleistung keine Überraschung mehr. Man fühlte sich wohl auf der Zielwiese mit guter Versorgung. Weniger Wohlfühl kam auf den Bahnen in den üppigen Grünzonen auf, wie es auf dem Bild nicht treffender dargestellt werden kann. Damit soll aber mehr die größte Herausforderung bei diesem Lauf ausgedrückt sein und weniger eine Kritik. Jedenfalls kommt es in so einem Gelände sehr darauf an, dass der Bahnleger das nötige Geschick aufweist, faire Posten zu setzen. Mir bleibt der Lauf als „kurz und heftig“ auf den teils ruppigen Teilstrecken in Erinnerung.

Ich war letztlich froh, wieder im Ziel zu sein und mir meine Belohnung beim Kaffee- und Kuchenstand abzuholen. Ähnlich beschlossen auch die anderen Teilnehmer ein insgesamt gelungenes OL-Wochenende in Oberbayern.

Text: Helga Wagner / Thomas Döhler (München) und Ralph Meißner (Schiltberg)
Bild: Archiv BTV-FAOL



BC in Jetzendorf - Grüner geht es nicht

Rundum eine runde Sache beim Saisonfinale in Adlkofen

Stefan Hötzing lässt uns an seinen persönlichen Gedanken teilhaben

Als ich in der Ausschreibung zur Bayerischen Meisterschaft Langdistanz zum ersten Mal den Kartennamen „KAMPFRAIN“ vom Wettkampfgelände gelesen habe, dachte ich an nichts Gutes. Wer schon öfters mal an IsarCup-Läufen teilgenommen hat, der hat mit Sicherheit schon den einen oder anderen Kampf mit Brombeersträuchern führen müssen. Auf Google Maps wurde das Gelände gleich begutachtet. Ins Auge gestochen ist mir gleich die fast runde Form vom Waldgelände mit der großen Lichtung im Zentrum. Aha, dachte ich mir, die Form erinnert mich eher an einen Donut. Und das wird unsere „Wettkampfarena“ im September sein!

Zwei Wochen vor Wettkampf erinnert mich der Kalender, dass ich pünktlich die Meldungen machen muss. Zum Glück gibt es WhatsApp. Eine kurze Info an die Mitglieder der OL Gruppe, wer teilnimmt. Nochmal nachfragen, da nicht alle antworten. Oft kein Wunder, da man zu jeder Tageszeit mit Infos auf dem Handy überhäuft wird und das Wichtigste dann manchmal verloren geht.

Die Teilnehmer unseres Vereins stehen nun fest. Jetzt muss nur noch die Hürde genommen werden mit der Anmeldung über das Anmeldeportal OManager, welches mir bis heute nicht vertraut ist. Dies wäre nun auch geschafft und nun fiebert man dem Wettkampf entgegen.

Eine Woche noch, gespannt verfolgt man die gut gepflegte Homepage vom OLV Landshut mit den neusten Infos und wartet neugierig auf die Startliste. Endlich geht's los zum Wettkampf. Zum Glück ist die Anreise kurz für uns. Auf der Autobahn kommen mir dann Gedanken wie „wann war eigentlich mein letzter Wettkampf?“ Zwei Monte schon wie-

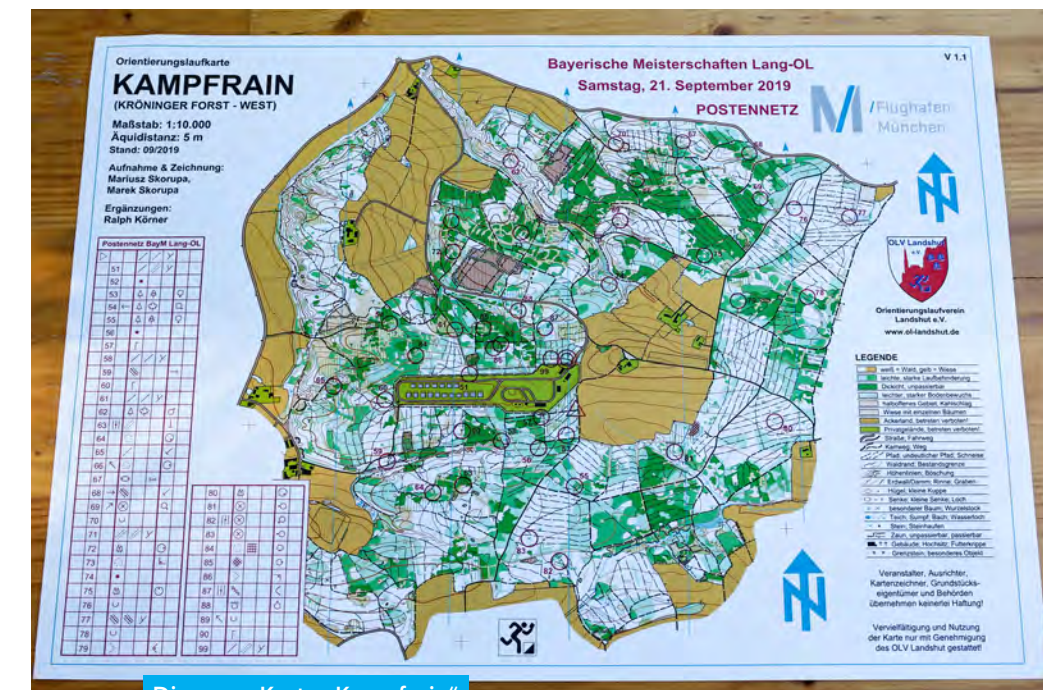
der her, naja wird schon gut gehen. Gut angekommen vernimmt man gleich, dass ein Postenobjekt nicht mehr vorhanden ist. Ein Hochsitz wurde abgebaut, kann ja passieren, lustig ist es aber irgendwie schon. Für den OLV Landshut kein Problem. Man baut einfach einen provisorischen Hochsitz aus Postenständern und hängt die Info am Postenstandort aus. Dann ab ins Wettkampzentrum um die Startgelder zu bezahlen. Das WKZ Team ist gut vorbereitet und wickelt dies gekonnt ab.

Wir suchen uns ein sonniges Plätzchen am WKZ um die letzten Sonnenstrahlen vom Spätsommer zu genießen. Der Gesamtleiter macht uns aber gleich klar, dass der Platz hier für die Siegerehrung gedacht ist und wir diesen dann räumen müssen. Ok, konnten wir ja nicht wissen, war auch nicht abgespermt, ist ja auch kein Problem für uns. Alles ist zentral gelegen beim WKZ, ein ideales Gelände um hier den Wettkampf abzuwickeln, sehr gut ausgewählt. Ich mache mich fertig für den Wettkampf und marschiere zum Start. Und schon geht es auch los. 20 Posten auf 7,3 Kilometer und 200 Höhenmeter. Erster Posten sicher angegangen. Passt, es läuft.... dachte ich mir, zweiter Posten im leichten Grün vorbeigelaufen. Oje, doch wieder si-

Für den OLV Landshut kein Problem. Man baut einfach einen provisorischen Hochsitz aus Postenständern

chere Variante gewählt zum dritten Posten, obwohl es quer kürzer gewesen wäre. Schön langsam komme ich in den Wettkampf hinein. Die Bahnlegung ist gut gelungen, auch am Sonntag. Es ist ein Wechsel aus Hochwald und Dickichtflächen. Durch das dichte Wegenetz bleibt einem das Querlaufen meistens erspart. Die gefürchteten Dornen bleiben bis jetzt aus, hoffentlich bleibt es so. Probleme gibt es nur an Postenstandorten in den diffusen Bereichen, wo keine klaren Vegetations-

grenzen vorhanden sind. Für den Kartenzeichner auch schwierig zu kartographieren. Hier braucht man dann auch ein wenig Glück, dass man den rot-weißen Schirm durch das Grün gleich sieht oder man hört das Piepsen einer Station, wenn zufällig jemand stempelt. Auf dem Weg zu Posten sechs komme ich mit meinem Vereinskollegen Robert zusammen. Die Postenverbindung auf Sieben machen wir gemeinsam



Die neue Karte „Kampfrain“

durch den großen Kahlschlag. Anschließend geht's dann wieder alleine weiter, da eine längere Rennstrecke auf Wegen ansteht. Robert war mein einziger Gegnerkontakt, ansonsten drehe ich alleine meine „Runde“.

Nach der dreiviertelten Strecke kommt der große Hammer über mich. Die Kräfte lassen nach und es geht nur noch im Schneckentempo weiter bei Steigungen und im ruppigen Gelände. Man kommt dann schon ins Zweifeln, hätte ich doch im Winter Krafttraining gemacht...

Das hilft nichts, die letzten paar Pos-

ten werde ich doch wohl auch noch schaffen. Kämpfen ist angesagt, leichter gesagt, als gelaufen. Mit letzter Kraft schleppe ich mich ins Ziel. Der Blick geht zum ersten Mal auf die Uhr. 77 Minuten, das war wohl nix, war mein erster Gedanke und las meinen SI-Chip aus, wenigsten alle Posten. Die Erfrischungsstation war gleich nebenan. Flüssigkeit auftanken war angesagt. Anschließend einen Blick auf die Schnellwertung. Nur zwei Läufer im Ziel, obwohl sechs Läufer vor mir gestartet sind, komisch. Egal, Lukács Vilhelm vom OLV Landshut und ich hängen aus und Vilhelm hat mir schon mal 6 Minuten abgenommen! Der hat wohl seinen Heimvorteil ausgenutzt, dachte ich mir, da werden bestimmt noch einige an mir vorbeiziehen.

Mal schauen, ob Vereinskollegen schon im Ziel sind. Meine Tochter hängt aus, aber was sehe ich da, aufgegeben. Da predige ich doch immer im Training, wir geben nicht auf. Auch die Konkurrenz hat mit dem Gelände, der Bahn oder dem Wetter zu kämpfen. Und da steht sie auch schon vor mir. Was war los, fragte ich. Ich bin gestürzt und beide Knie sind offen. Da kamen mir gleich die Gedanken vom letzten Jahr hoch. Beim Arge Alp war sie auch gestürzt und hatte eine größere offene Wunde und das eine Woche vor dem Schüleraustausch auf die französische Insel Reunion. Und heuer fast wieder das gleiche, wieder ein Sturz und das drei Wochen vor dem Schüleraustausch in die USA.

Ich muss mich erst mal auf meinen Platz setzen und was essen. Ich habe Hunger, der Lauf war ganz schön kräfteraubend. Langsam fordert der Lauf seinen Tribut. Die Muskeln schmerzen und kleine Krämpfe machen sich bemerkbar. Ich sollte doch mehr trainieren, denke ich mir. Nachdem ich mich wieder einigermaßen erholt habe, wird die Routenwahl nochmal in Ruhe durchgegangen und im Gespräch mit anderen Teilnehmern kommen dann auch Routenwahlfehler auf. Naja, man hätte ja schon schneller sein können. Aber so geht's ja jedem und einen fehlerfreien Lauf gibt es ja nicht. Dann sagen mir meine Vereinskollegen, dass es bei mir auch nicht schlecht lief. Wieso, sagte ich, das war nicht mein Lauf heute. Du bist doch bis jetzt Dritter. Echt sagte ich. Irgendwie werde ich unruhig. Aber es ist noch nicht das Endergebnis. Die Nervosität steigt auf einmal an, vielleicht geht noch was und dann sagt eine Vereinskollegin, du bist Dritter, es sind alle in deiner Kategorie da. Wow, das hätte ich nicht gedacht, eine Medaille – nach diesem Lauf! Gleich zum Verpflegungsstand, eine

Gleich zum Verpflegungsstand, eine Flasche Bier muss her!

Flasche Bier muss her! Leider nur alkoholfreies Bier. Wer sagt denn, dass Sportler keinen Alkohol trinken. Egal, das verdirbt mir heute nicht die Laune.

Endlich ist es soweit, die Siegerehrung wird angekündigt. Ralph begrüßt alle Anwesenden, ebenso die Bürgermeisterin von Adlkofen und unsere neue Landesfachwartin Blandine Ehrl, die ebenfalls ein kurzes Grußwort spricht. Großes Lob ging vom Hauptverantwortlichen auch an den Technischen Delegierten Julian Nürnberger, der eine gute Arbeit geleistet hat und an beiden Tagen diese Funktion übernommen hat. Die Geehrten bekommen schöne Preise, was auch nicht überall der Fall ist. Ich freue mich über meine Medaille und gutgelaunt geht es auf die Heimreise.

Am nächsten Tag gings dann früh los für uns. Die Muskeln schmerzten noch vom Vortag, zum Glück „nur“ eine Mitteldistanz. Meine Tochter fährt trotz offenen Knien mit und möchte die Runde zumindest abgehen; freut mich der Einsatz. Start und Ziel waren am Sonntag vertauscht. Die Bahnen gehen diesmal weiter in den flacheren südwestlichen Waldbereich. Wie auch am Tag zuvor sind einige Postenstandorte im leichten und mittleren Grünbereich, die manchmal gesucht werden müssen. Glück für diejenigen, wenn gerade jemand vom Posten wegläuft und er den Vorteil nutzen kann. Leider hatte ich beim Posten 8, der im Grünbereich war, kein Glück und schon war es passiert. Ein Läufer aus meiner Kategorie, der vier Minuten hinter mir gestartet war, hat mich aufgelesen. Gemeinsam ging es dann weiter und die letzten Posten wurden rasch gefunden. Im Ziel angelangt, sagt ich zu ihm, dass ich Probleme beim Posten 6 hatte. Da meinte er entsetzt, den habe ich nicht, da bin ich vorbeigelaufen. Glück gehabt, dachte ich mir und am Ende hatte ich die zweitbeste Laufzeit. Auch meine Tochter holte den zweiten Platz, obwohl sie nur die Runde abgehen wollte. Naja, manchmal ist langsamer besser und man macht weniger Fehler!

Ein großes Lob geht an den Veranstalter für die perfekte Organisation. Nur ein kleiner Fehler ist am Samstag unterlaufen und dies vom Chef höchst persönlich bei einer Beschriftung einer Startbox. Deshalb liebe Orientierungsläufer, immer beim Weglaufen kontrollieren, ob man auch die richtige Bahn in der Hand hat! Ein Lob geht auch an den angebotenen Kinder-OL mit Betreuung. Dieses Angebot sieht man auch nicht bei jeder Veranstaltung. Die Bewirtung war sehr empfehlenswert und gut besucht mit einer tollen Auswahl an Kuchen. Aus meiner Sicht war es eine rundum gelungene Veranstaltung mit schönem Ausgang für mich und ich freue mich auf den nächsten Wettkampf im „KAMPFRAIN“.

Text: Stefan Hötzing
Bilder: <https://www.flickr.com/photos/ol-bayern/albums>

Bayern als Gastgeber in Nittenau mit harten Gelände- und Wetterbedingungen

2. Platz der Junioren und 3. Platz der Jugend beim Ländervergleichskampf

Nicht zu 100 Prozent ausnutzen konnten die bayerischen Nachwuchsorientierungsläufer ihren Heimvorteil in den Wäldern nördlich von Regensburg. Bayern erreichte hinter Sachsen und Niedersachsen den Bronzerang.

Nach 2010 war Bayern am letzten Aprilwochenende wieder Gastgeber des Jugend- und Juniorenländervergleichskampfes der Landesturnverbände. Die OLG Regensburg hatte als ausrichtender Verein mit dem Laufgebiet der Karte „Rock on the Rocks“ ein besonders anspruchsvolles Laufgebiet gewählt, welches für den Einzellauf am Samstag und dem Staffeltwettbewerb am Sonntag beste Voraussetzungen bot. Hänge, Fels- und Steininformationen und der plötzliche Wetterumschwung von fast 30 Grad an den Tagen vor dem JLVK zu einstelligen Werten am Laufwochenende forderten die Nachwuchsläufer erheblich.

Bei den Einzelläufen konnte Bayern mit Juliane Burgmair in D 12, Jack Hay in H 12 und Riccardo Casanova in H 20 drei Siege in den Einzelkategorien holen. Mit Ole Magnus Baath (2. in H 14) und Jasmin Hertel (3. in D 18) konnten noch zwei weitere Läufer der Bayern auf die Podestplätze laufen. Das insgesamt gute Abschneiden des Teams machte bei einem nur geringen Abstand von sieben Punkten auf die zweitplatzierten Niedersachsen bei den Bayern Hoffnung, bei den Staffeltwettbewerben ein paar Punkte gutzumachen und dann in der Gesamtwertung die Niedersachsen noch zu überholen.

Die Abendveranstaltung in der Regentalhalle Nittenau wurde von den Präsentationen der Landesverbände zu einer unterhaltensamen Sache und erhielt eine besondere Würdigung durch den Besuch des Präsidenten des Deutschen Turnbundes Alfons Hölzl, der derzeit auch noch Vorsitzender des gastgebenden Turnverbandes BTV ist.

Bei nur noch 5 Grad über Null starteten die Staffeln am Sonntag um 09:30 Uhr für die Herren und zehn Minuten später für die Damen. In der Besetzung Jakob Oechler, Daniel Cionoiu und Ole Magnus Baath konnte sich die H14-Staffel mit über acht Minuten Vorsprung den Sieg sichern. Besonders spannend machte es H20-Schlussläufer Riccardo Casanova, der als dritter Läufer für die auf Rang drei liegenden Läufer nach Philipp Schwarck

und Timon Lorenz mit einem Abstand von über 13 Minuten zur führenden Staffel aus Sachsen in den Wald ging. Die von den Funkposten übertragenen Zwischenzeiten übermittelten neue Bestzeiten auf die Zielwiese und so konnte Riccardo in einem unglaublichen Schlusspurt den Tagessieg für die Bayern mit einem Vorsprung von zwei Sekunden vor der Staffel Sachsen 1 holen. Die drei Läuferinnen der D20-Staffel, Jasmin Hertel, Sophie Kraus und Marei Lehner belegten den Silberrang mit knapp sieben Minuten Rückstand auf die auch hier siegreichen Sachsen. Lena Baath, Laura Faltejsková und Juliane Burgmair sicherten sich in D 12 hinter Sachsen und Thüringen einen dritten Rang.



Jubel bei der siegreichen H20-Staffel

In der Gesamtwertung waren die Sachsen nicht zu schlagen. Mit fast 200 Punkten Vorsprung gewannen sie vor Niedersachsen und den drittplatzierten Bayern. Auch bei der Jugend wurde Bayern hinter Sachsen und Niedersachsen Dritter, bei den Junioren fehlten als Zweitplatzierter gerade einmal vier Punkte auf Sachsen, das damit auch den Juniorenpokal vom bayerischen Team zurückeroberte.

Text und Bilder: Thomas Döhler

Mein erster JLVK - und das noch an meinem Geburtstag!

Vom 26. April 2019 bis zum 28. April 2019 fand mein erster JLVK in Nittenau statt. Obwohl ich am 27. April Geburtstag habe, war für mich sofort klar, dass ich da mitmachen möchte. Um 19.15 Uhr am Freitag war dann die Abfahrt aus Hainsacker. Ich weiß nicht, ob wir wirklich so zu spät waren (Treffpunkt in Nittenau war eigentlich um 20:00 Uhr), aber als wir ankamen, waren die beiden Räume der Mittagsbetreuung, in denen wir untergebracht waren, schon so voll, dass wir nicht mal mehr unsere Isomatten richtig ausbreiten konnten. Dann sagte jemand, dass man auch im Gang übernachten könnte, wenn es einem in den Räumen zu eng würde, woraufhin wir, Sarah (Krämer), Miriam (Ahlbrecht) und ich unser Nachtlager im Gang aufschlugen. Kurze Zeit später gesellte sich dann auch Tobias (Bittner) zu uns, dem es in den Räumen dann doch zu eng wurde. Später fand eine Besprechung statt, wie der weitere Plan aussehen würde. Anschließend an die Besprechung konnten wir uns Karten aus dem Jahr 2016 ansehen und uns schonmal ein kleines Bild vom Gelände machen. Nachtruhe war eigentlich um 23:00 Uhr, aber wir blieben bis 24:00 Uhr auf, um heimlich in meinen Geburtstag hinein zu feiern. Sarah und Miriam hatten sogar extra Geschenke mitgebracht und Kuchen gebacken!

Am nächsten Tag gab es um 7:00 Uhr Frühstück und komischerweise fiel mir das Aufstehen nicht mal schwer. Die Fahrt hin zur Zielwiese war nochmal etwas abenteuerlich, da unser Fahrer Daniel (Janischowsky) zum ersten Mal das neue Auto seiner Familie gefahren ist (leider saßen wir mit drin) und er unbedingt den Spurenerkennungssensor testen musste (woraufhin wir zweimal fast im Graben gelandet waren. Anmerkung von Daniel: „Ich hatte alles unter Kontrolle!“ Auch die Beschleunigung und fast die Höchstgeschwindigkeit blieben nicht ungetestet.

Beim Lauf schaffte ich es diesmal nicht Sarah zu treffen, da meine Startzeit (10:13 Uhr) zwei Stunden vor Sarahs war (12:13 Uhr). Der Lauf an sich lief für mich eigentlich ganz gut. Ich wurde trotz steinigem und felsigem Gelände 15te von 46. Bei Sarah und Miriam lief es leider nicht so gut, denn sie hatten beide einen Fehlstempel. Auch ich musste bei den beiden Posten, die jeweils eine von ihnen nicht hatte, länger suchen. Aber für mich war es schon ein ganz besonderes Gefühl beim Zielsprint so angefeuert zu werden! Danach liefen bzw. gingen wir bei Hanna Schatten. Abschließend konnte man beim Trail-O mitmachen, einer Art OL für Lauf faule, wo man bei jeder Station 3-4 Posten im Wald sieht und man entscheiden muss, welcher mit dem auf der Karte übereinstimmt... was auch sehr lehrreich war. Am Abend fand dann die Siegerehrung statt, bei der wir unsere drei Tagessieger bejubeln konnten. Jack in H12, Juliane in D12 und Ric in H20. Traditionell verkleidete sich wieder jedes Bundesland; wir im Anzug und Kleid. Anschließend wurde die Gesamtwertung verkündet, bei der Bayern auf Platz 3 war. Danach fand eine Disco statt, die für mich einer der wunderbarsten Geburtstags-Abschlüsse war, die ich bis jetzt hatte. Am Sonntag bei der Staffel musste – äh ich meine natürlich durfte – ich D14 laufen. Dort war ich zwar die Schnellste aus Bayern, aber meine Staffel wurde trotzdem Letzte. Sarah und Miriam, die mit Fina (Baath) eine Staffel bildeten, waren diesmal besser als am Vortag. Auch bei Tobias lief es gut und er war wirklich schnell, nur leider hatte er einen

Fehlstempel, da er sich noch an den neuen SI-AIR-Chip gewöhnen muss. Leider wurde damit auch gleich seine ganze Staffel disqualifiziert. Als alle im Ziel waren, bauten wir unsere Zelte ab und gingen zum Vereinsheim, wo es eigentlich erst Essen geben sollte und dann die Siegerehrung. Aber wir standen eine halbe Stunde im Regen und haben auf das Essen gewartet und als die Siegerehrung war, hatten wir immer noch nichts bekommen. Bei den D12 wurden Juliane, Lena und Laura Dritte. In der endgültigen Gesamtwertung reichte es für den LTV Bayern trotzdem nur für Platz 3.



Die Autorin Anne Pühl

Als wir nach Hause fuhren hatte ich persönlich, und ich denke die anderen auch, viele neue Erfahrungen gesammelt und viel Spaß gehabt. Und auch jetzt im Nachhinein bereue ich es nicht an meinem Geburtstag mitgemacht zu haben!

Text: Anne Pühl

Deutsche Meisterschaft über die Sprintdistanz erstmals mit Sprintstaffeln

4 Medaillen an bayerische Läufer in Annaberg-Buchholz

Über das Pfingstwochenende veranstaltete der SV Langefeld im sächsischen Erzgebirge ein 3-tägiges OL-Event mit Bundesranglistenläufen über die Mitteldistanz und verkürzte Langdistanz. Höhepunkt aber waren die Deutschen Meisterschaften über die Sprintdistanz in der ehemaligen Bergbau-Stadt Annaberg-Buchholz. Bei sonnigem Wetter ging es zunächst in die Qualifikationsläufe und später in die Finalläufe mit Start und Ziel rund um einen Schulkomplex in der Innenstadt. Was allen Teilnehmern in Erinnerung bleiben wird, sind die steilen Anstiege in verschiedenen Passagen, die von einem schnellen Sprint-Tempo nicht mehr viel zuließen, sowie die der sehr verkehrsruhigen Straßen und Gassen. Sind Letztere die sichtbaren Zeichen der Abwanderungen aus der Region?

Die herausragenden Ergebnisse aus bayerischer Sicht spiegeln sich vor allem mit dem Gewinn von vier Medaillen wider. Besonders Elite-Läufer/-innen der OLG Regensburg konnten glänzen. Bei den Damen sprintete Mareike Seeger auf Platz 2, ebenso wie bei den Herren Riccardo Casanova. Beide lagen jeweils ca. 30 Sekunden hinter den Siegern. Das sind schon herausragende Erfolge, was die Beiden hier bei einer nationalen Meisterschaft in den Elitekategorien erreichten. Theodor Yordanov vom OC München komplettierte das sehr gute Ergebnis mit Rang 5. Damit daraus noch eine dritte Silbermedaille wurde, sorgten Mareike und Riccardo zusammen mit ihren Staffelpartnern Timon Lorenz und Isabel Seeger in der Sprint-Mixed-Staffel, die publikumswirksam mit Start- und Zielbereich zentral auf dem Marktplatz organisiert wurde. Es war die erste Deutsche Meisterschaft für Sprintstaffeln überhaupt, als die Teams

ab 18 Uhr in zwei Wellen an den Start gingen. Auch hier hatte ich den Eindruck, dass die Stadt ohne die Läufer nahezu menschenleer war. Die OLG Regensburg verpasste den Titel nur um 15 Sekunden hinter dem USV Jena, verteidigte aber den 2. Platz mit 20 Sekunden Vorsprung auf den USV TU Dresden. Eine enge Geschichte unter 24 Staffeln!



Zieleinlauf Timon Lorenz

Doch eine weitere „bayerische Medaille“ ging bei den Einzelrennen an eine Nachwuchsläuferin. Lara Geiger vom SV Mietraching konnte sich in der Kategorie D 14 über Bronze freuen. Einen guten 4. Platz errang David Burgmair (OLG Regensburg) in H 14. Gleiches erreichte die Staffel der OLG in der D/H 16 in der Besetzung Katarina Kraus, Jakob Unger, Yannick Lieblich und Juliane Burgmair. In den Rahmenklassen D 12 und H 12 lassen junge Läufer/-innen mit tollen Leistungen für die Zukunft hoffen: Juliane Burgmair und Tobias Bittner (beide Regensburg) wurden Zweite und Lena Baath (TSV Jetzendorf) lief den 3. Rang.

Das beste Seniorenergebnis ging ebenfalls nach Regensburg: Platz 5 in der H/D 45 mit Valerio Casanova, Milena Griffoni und Klemens Janischowsky. Bei der zusätzlich stattfindenden Siegerehrung für die Gesamtwertung Deutsche Parktour 2018 gab es noch einen Repräsentanten aus dem Freistaat. Ralph Meißner vom TV Coburg-Neuses wurde für den 2. Platz in der H 65 ausgezeichnet.

Text: Ralph Meißner
Bilder: Webseite SV Langefeld



Siegerehrung Mixed Staffel

„Kiefernmeer, Sandmeer, nix mehr!“

5 Medaillen bei der DM Mittel in Walddrehna

OK, sagten sich die unermüdlichen Meisterschaftsfahrer, fahren wir mal wieder nach Brandenburg: „Kiefernmeer, Sandmeer, nix mehr!“ so lautete der Spruch, als man damals in die DDR-Armee NVA nach Meck-Pom oder Brandenburg eingezogen wurde. Aber das ist schon über 35 Jahre her. Inzwischen wurden die besten Gelände zum OL herausgepickt und die haben es dann doch in sich. Zum einen die sehr offenen Waldstücke, die ein unglaubliches Tempo zuließen, wenn es denn die Körper der Oler zuließen. Dann wieder doch recht steile, knackige 5-Linien-Anstiege und einige Grünvegetation, die das Tempo wieder drosselten.



Es war einfach und schwer und andersherum und dann wieder umgekehrt. Und wie es nicht anders zu erwarten war, waren fast immer die vorne, die immer vorne sind, auch schon vor 35 Jahren. :-). Nur die Elite und einige Herren-Kategorien kamen unter einen 7-Minuten-Luftlinien-Schnitt und man darf getrost sagen: Das war meisterschaftswürdig!

Eine wunderschöne Waldbühne mit steil ansteigendem Zuschauerraum bot WKZ-Ambiente und sorgte auch

während der schon am Nachmittag durchgeführten Siegerehrung für eine gute Stimmung. Die Abendgestaltung erinnerte dann doch eher an den dritten Teil des oben zitierten Spruchs. Kaum Einkehrmöglichkeiten ließen dann manche Oler neidisch auf die Gas- oder Benzin-Kocher ihrer Konkurrenten blicken. Aber verhungert ist wohl keiner, denn am nächsten Morgen ging es im gleichen Gelände auf eine Langdistanz. Es wurde schneller und auch das hatte seinen Reiz. Denn es gab auch einige Routenwahlen und die Entscheidung, nahe der Luftlinie zu bleiben oder doch auf die nur etwas schnellere Wegvariante auszuweichen, galt es oft zu treffen.

Insgesamt eine schöne gelungene OL-Veranstaltung im nordwestlichsten Zipfel des Spreewalds, der, wie ich lernen durfte, sich auch westlich der BAB A9 ausdehnt! Gelungen war die Veranstaltung auf jeden Fall auch für die vier bayerischen Medaillengewinner. Gold holte sich einmal mehr unser unverwundliche Senior des TV Osterhofen Georg Reischl (H 85). Des weiteren gingen weitere 4 Bronzemedailen gleich verteilt an jüngere und ältere Semester: D18 Kayla Ritzenthaler (TSV Jetzendorf), D20 Sophie Kraus (OLG Regensburg), D70 Geli Weid (TV Coburg Neuses) und H80 Rudi Lorenz (OLA TSV Deggendorf). Urkunden sicherten sich mit 4. Plätzen Jakob Oechler (H14 / OLV Landshut), Timon Lorenz (H20 / OLG Regensburg), Ronny Natho (H35 / OC München), Jürgen Schwanitz (H70 / OLA TSV Deggendorf); 5. Platz Juliane Burgmair (D 12 / OLG Regensburg), 6. Plätze Marei Lehner (D20 / OLG Regensburg), Blandine Ehrl (D35 / OL Forstern), Philipp Schwarck (H20 / OLG Regensburg).



Fröhliche Medaillengewinner

Text und Bilder: Veikko Baath

Hoch im Norden und tief im Osten zur DM Langdistanz!

5 Medaillen nach Bayern

Roland und ich fahren seit mindestens 25 Jahren zur DM Klassik. Es ist immer unser Abschluss der Lauf- und Verkaufssaison. Dieses Jahr waren wir wieder mal 9 Stunden am Freitag unterwegs nach Bad Freienwalde. Das liegt ca. 30 km von der polnischen Grenze entfernt auf der Höhe von Berlin. Uff!



Das Gelände war überraschend hügelig, was das Herz von Roland immer höher schlagen lässt. Auf der Hinfahrt zum Wettkampfgelände war es brettleben. Aber der Naturpark, in dem der Wettkampf stattfand, war mit einem schönen Höhenprofil durchzogen. In der H50 hieß das für Roland: 7,9 km mit 400 Hm. Die Karte und Bahnlegung wurde von Jürgen Ziesche gefertigt. Das wussten wir bereits seit Juli, da wir ihm beim Bahnlegen in einem Gasthaus in Lokve, Slowenien kurz über die Schulter blicken durften. Es hat Roland aber nichts gebracht.

Es fehlten die besten Läufer und Läuferinnen nicht nur der Damen und Herrenelite, da in der Schweiz 3 Weltcupläufe zeitgleich stattfanden, sondern auch der Nachwuchsklassen D/H 18 und D/H20, die am JEC in Frankreich teilnahmen. Das ist wirklich eine unglückliche Planung, die überdacht werden sollte. Allen voran nutzte Sophie Kraus von der OLG Regensburg die Gunst der Stunde und wurde Deutsche Meisterin bei den Juniorinnen. In H14 standen mit Ole Magnus Baath (TSV Jetzendorf) auf dem zweiten und Jakob Oechler (OLV Landshut) auf dem dritten Platz gleich

zwei Bayern auf dem Siegereck. Des Weiteren erkämpfte sich Jasmin Hertel (Regensburg) in der D18 die Silbermedaille. Die bayerischen OLG, die Medaillen erreicht haben, seht ihr auf dem Bild. Es fehlt Juliane Burgmair, weil in der Kategorie D12 keine Deutsche Meisterschaft ausgetragen wird. Natürlich war es trotzdem eine super Leistung. Auch nicht auf dem Foto ist Jürgen Schwanitz, der den 2. Platz in der H70 erreicht hat. Herzlichen Glückwunsch allen zusammen!

Die Stimmung war unserer Meinung nach sehr verhalten. Vielleicht sind wir mittlerweile zu viel im Süden unterwegs, wo die Mentalität etwas ausgelassener ist. Auf alle Fälle verstehen es unsere österreichischen Nachbarn, den Sport in der Öffentlichkeit besser in Szene zu setzen. Dort sieht das Zielgelände nicht nur attraktiver aus, mittlerweile kommt zu den Staatsmeisterschaften der Eli-

te regelmäßig der ORF. Der Aufbau im Ziel bei der Deutschen Meisterschaft entspricht der einer niederbayerischen Meisterschaft.

Der Deutschlandcup brachte am Sonntag wenig Überraschendes: Das Gelände war das gleiche vom Vortag und der MTV Seesen hat vor zwei Dresdner Vereinen gewonnen. Die Hoffnung, dass ein bayerischer Verein sich beim Deutschlandcup unter die ersten drei schiebt, habe ich noch nicht aufgegeben. Der SV Mietraching hat es jahrelang ohne Erfolg versucht; die OLG Regensburg war bisher am knappsten an einer Medaille dran. Der beste bayerische Verein lag dieses Mal mit der OLG Regensburg auf dem 18. Platz. Traurig ist, dass sonst kein bayerischer Verein eine Staffel an den Start bringen konnte. Und warum? Die DM war für viele bayerische OLG zu hoch im Norden und zu tief im Osten ...

Text: Karin Vogl
Bilder: Archiv BTV FAOL,
dm2019.ihwalex.de



Die bayerischen Medaillengewinner

Bronze für den TSV Jetzendorf im ruppigen Harz



Massenstart bei den Dt. Staffelmeisterschaften

Deutschen Staffelmeisterschaften

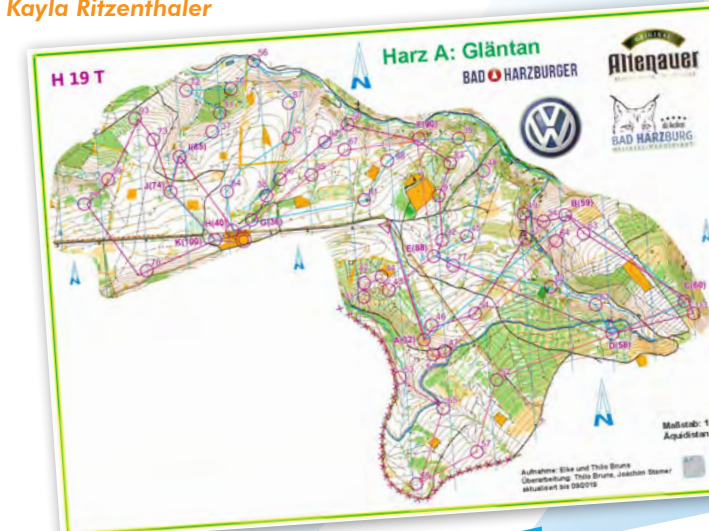
Der MTK Bad Harzburg lud die deutschen Orientierungsläufer mit dem so genannten Teamwochenende ein weiteres Mal zu einer hochkarätigen Veranstaltung in das Mittelgebirge ein. Das Wettkampfgelände bei Altenau hatte leider unter den beiden trockenen Sommern 2018 und 2019 und starkem Borkenkäferbefall sehr gelitten, so dass bis kurz vor dem Start noch Änderungen an der Karte notwendig waren. Neben den harzbekannten steilen Hängen sorgte das ruppige und schlecht belaufbare Gelände für eine besondere Herausforderung an die Läufer.

Bei den deutschen Teamwettkämpfen gilt beim Startrecht eine 55%-Regelung, dies bedeutet, dass 55% der Teammitglieder ein gültiges Startrecht für den meldenden Verein haben müssen, der weitere Läufer kann dann ein Startrecht für einen anderen Verein haben. Von dieser Regelung profitierte die Damenstaffel des TSV Jetzendorf. Nachdem eine der Läuferinnen des Vereins ihre Teilnahme absagen musste, konnte Blandine Ehrl vom OL Forstern die Jetzendorfer Katrin Lorenz-Baath und Iris Kirchfeld als „Ersatz“ unterstützen. Es sollte sich lohnen, denn das Damentrio sicherte sich in der D105 souverän den dritten Rang mit deutlichem Vorsprung. Knapp an einer Medaille vorbei schrammte das Jetzendorfer Jungenteam mit Leo Ritzenhaller, Marcel Montes und Ole Magnus Baath, die gerade einmal 16 Sekunden Rückstand auf die drittplatzierte Dresdner Staffel hatten.

Deutsche Bestenkämpfe Mannschafts-OL

Bei den Deutschen Bestenkämpfen im Mannschafts-OL im etwas Richtung Osten verschobenen Wettkampfgelände konnten sich die H19-Läufer Riccardo Casanova, Quirin Lehner und Philipp Schwarck von der OLG Regensburg den sechsten Platz sichern, nachdem sie diesen am Vortag noch um 10 Sekunden verpasst hatten. Um einen Platz verbessern konnte sich das H14-Team vom TSV Jetzendorf Leo Ritzenhaller, Marcel Montes und Ole Magnus Baath mit dem dritten Rang. Katrin Lorenz-Baath, Iris Kirchfeld und Blandine Ehrl bestätigten ihre Leistung vom Vortag und konnte durch eine gut abgestimmte Bahnaufteilung wieder den dritten Rang in D105 nach Jetzendorf holen.

Text: Thomas Döhler
Bild: Kayla Ritzenhaller



Sechs bayerische Medaillen über die Ultralangdistanz

Nachdem sich für die Deutschen Bestenkämpfe des DTB über die Ultralangdistanz keine Ausrichter gefunden hatten, konnte der Deutsche Orientierungssport-Verband (DOSV) mit dem Post SV Dresden letztlich noch einen Ausrichter finden und damit die Veranstaltung retten. Nachdem die DOSV-Verantwortlichen sich entschlossen hatten, den Wettkampf als Deutsche Meisterschaften auszuschreiben, erfuhr die längste OL-Disziplin eine unerwartete Aufwertung. In Ohorn rund 30 Kilometer östlich von Dresden wurde den rund 400 Teilnehmer bei relativ kühlen Temperaturen ein durch viel Bruchholz im Gelände und natürlich durch die Bahnlängen von bis zu 21 km physisch sehr anspruchsvoller Wettkampf geboten. Von der kleinen

Abordnung der 22 bayerischen Teilnehmern schafften es gleich sechs Läufer aufs Podium ihrer Kategorien. Auch wenn es keinen Deutschen Meister aus Bayern zu bejubeln gab, freuten sich Philipp Schwarck (OLG Regensburg) in H 19-20, Ronny Natho (OC München) in H 40, Kristin Hagen-Ritzenthaler (TSV Jetzendorf) in D 45 und Milena Grifoni (OLG Regensburg) in D 50 jeweils über Silber, sowie Gerhard Werthmann (OLV Landshut) in H 65 und Jürgen Schwanitz (OLA TSV Deggendorf) in H 70 jeweils über Bronze.

Textausschnitt: Ralph Körner

24 Stunden in den ehrwürdigen Wälder von Trockenborn-Wolfersdorf

Und was ist eine „Mottobahn“?

Anmarsch: Noch herrscht beschauliche Ruhe über dem kleinen Ort Trockenborn-Wolfersdorf. Doch urplötzlich sprießen wie aus dem Nichts unzählige kleine bunte Hügel aus der Wiese. So geschehen anlässlich des 22. Internationalen Thüringer 24-Stunden-Orientierungslaufes vom 31.05.-02.06.2019, veranstaltet wie immer durch den USV Jena. Bereits zum zweiten Mal neben 2011 wurde das kleine Örtchen Trockenborn-Wolfersdorf auch wegen der optimalen OL-Infrastruktur und der bereits vorhandenen Kontakte zum Austragungsort des 24h OL Laufes gewählt. Strahlender Sonnenschein und warme Temperaturen begleiteten die Teilnehmer während der drei Tage. Am frühen Nachmittag des ersten Tages reisten bereits viele der 964 OL-Teilnehmer an. Dabei war die erste Herausforderung zu meistern: Es ging einen Kilometer durch den Wald und steiles Gelände hinab, vom Parkplatz zum Veranstaltungsgelände und das mit voller Campingausrüstung und den Dingen, die man als Sportler für den 24h Lauf benötigt. Eigentlich die richtige Einstimmung für einen OL-

Starter, der es an sich ja gewohnt ist, steile Hänge im Laufschrift zu erklimmen. Wohl dem, der sich im Vorfeld einen Bollerwagen besorgen konnte oder mit einem Wohnmobil angereist war, denn diese konnten quasi direkt auf dem Gelände abgestellt werden. Hatte man auf dem Gelände „seinen Verein“ bzw. den zugewiesenen Zeltplatz gefunden, galt es die Zelte und Schlafstätten aufzubauen. Überall war hektische Betriebsamkeit zu beobachten.

Lagebesprechung: Erste Lagebesprechungen wurden in den Teams durchgeführt: Passte die Läuferreihenfolge noch? Wer läuft welche Route, wer ist der Startläufer, wer möchte einfachere Bahnen laufen? Die Bahnkärtchen mussten ja verteilt bzw. geplant werden. Am Abend traf man sich auf dem Wettkampfareal, wo der Bürgermeister von Trockenborn-Wolfersdorf zusammen mit dem Gesamtorganisator

Sören Lösch die Veranstaltung eröffneten. Traditionsgemäß spielt am ersten Abend eine Band. Die „Black-out“ heizte den Sportlern so richtig ein und sorgte für gute Stimmung. Bei vielen Läufern gab es im Festzelt ein großes Hallo. Man begegnete bekannten Gesichtern, traf Freunde, die man schon lange nicht mehr gesehen hatte und tauschte OL-Neuigkeiten aus. Sportler aus 21 Ländern nahmen am Lauf teil. Das macht den 24h Lauf so reizvoll. Die Veranstaltung hat Flair!

Manch einer hat es am nächsten Tag beim Laufen wohl bereut, so lange gefeiert zu haben und womöglich ein Bierchen zu viel erwischt zu haben. Bereits ab 7 Uhr herrschte am nächsten Morgen reges Treiben auf dem Zeltplatz. Frühstück musste vorbereitet werden, die flotten Vereinstrikots wurden übergestreift und es ging zum Wettkampfbereich, wo der USV Jena noch einmal den Ablauf der Staffeln aufzeigte und das Wechseln der Staffeln vorführte.

Startschuss: Pünktlich um 9 Uhr

Diskussionen führte. Viel Zustimmung gab es für das neue Konzept der Bahnen. Diese wurden nur mehr in e (easy) und d (difficult) unterteilt. Die Bahnen waren im Vergleich zu den letzten Jahren diesmal allesamt kürzer, was dazu führte, dass es mehr Bahnen gab und damit mehr Staffelwechsel. Der Staffel-Spessfaktor stieg damit gewaltig. Die Staffeln hatten viel mehr Möglichkeiten zu taktieren. Das Ziel, dass die schnellsten Staffeln alle Bahnen innerhalb 24h laufen können, wur-

ches Jagdgebiet gewesen. So gab es schon zu Beginn des 16. Jahrhunderts in Wolfersdorf ein fürstliches Jagdhaus. Auf dessen Ruinen wurde später das Schloss „Fröhliche Wiederkunft“ in Wolfersdorf errichtet. Die herzoglichen Grabstätten zwischen Trockenborn und Wolfersdorf laden zur Erkundung ein...“ Ein Beispiel für eine Mottobahn TH1 - Ein weiter Weg, in langer Knechtschaft: „Die Staffeln, die wie gewohnt eine halbstündige und schwerere Herausforderung am Anfang genießen



Zeltstadt mit Festival-Feeling

war es dann soweit. Der Startschuss fiel! Die Startläufer der einzelnen Staffeln machten sich auf den Weg. Im Gegensatz zu den vorhergehenden 24h OL-Läufen teilten sich die Läufer am Massenstart nach gerader und ungerader Startnummer auf. Die eine Hälfte lief die Mottobahn TH1 und die andere Gruppe die Bahn TH3, die in entgegengesetzter Richtung verlief. Eine interessante, neue Variante, die aber in Läuferkreisen doch zu

de erreicht. Immerhin vier Staffeln haben dies geschafft. Der 24h Lauf hat laut Sören Lösch den Vorteil, dass es sich um keine Meisterschaft handelt und dadurch Änderungen auch einfach mal ausprobiert werden können. Insgesamt wurden 60 Bahnen gelegt und es wurden sage und schreibe 7000 Karten für die Orientierungsläufer gedruckt.

Mottobahnen: Die sechs tollen Mottobahnen wurden diesmal an den Anfang gesetzt. Alle Läufer sollten vom Anfang an vom OL-Feeling gepackt werden und die schönsten Strecken genießen dürfen. Gratulation an den Bahnverantwortlichen und Bahnleger Karsten Lehmann, der sich die Mottobahnen ausgedacht und sehr viel Herzblut eingesteckt hat. So lag es für Karsten nahe, das Thema der Mottobahnen auch ein wenig geschichtlich einzubetten, wie er es beschrieben hat: „Das Waldgebiet ist seit hundert Jahren königliches und fürstli-

dürfen, starten auf dieser 5 km langen Strecke. Die erlauchten Damen und Herren hätten wohl ein sehr anstrengendes Leben führen müssen, wenn da nicht die Arbeitskraft des gemeinen Volkes zur Verfügung gestanden hätte. So werdet ihr auf diesem weiten Weg so einige Orte im Wald erkunden, zu denen das gemeine Volk in langer Knechtschaft wahrscheinlich weite Wege zurücklegte.“ Weitere Bahnen waren z.B.: „TH2 - Jagt ihr euch im Jagdrevier“ oder „TH3 - Kaiserlich und Königlich, kurz und knackig“. Alle Mottobahnen wurden mit so einem interessanten geschichtlichen Abriss bedacht und manch ein OLER fühlte sich in die Zeit der Fürsten und Adligen zurückversetzt.

Wettkampfzeit: Während die einen im Wald ihre Bahnen drehten, erkundeten diejenigen, die gerade nicht an der Reihe waren, das WKZ. Hier gab es allerhand OL-Utensilien zu erwerben. Am meisten war bei der Hitze wohl der Erfrischungsstand frequentiert, wie auch der Eierkuchenstand mit den traditionell sehr schmackhaften Pfannkuchen. Es soll sogar Staffelteams gegeben haben,





Siegerehrung 24-Stunden-OL

die das Motto ausgegeben haben, wer in der Staffel einen Fehlstempel verursacht, der muss eine Runde Eierkuchen spendieren. Eine leckere Sache! Andere stürzten sich nach ihren Läufen vergnüglich in das kühle Nass des „Herzog Ernst Waldbades“.

Läufe: Neben dem 24h Lauf gab es noch den 12h Lauf, den 6h Kinder- und Jugendlauf und einen Bambinilauf. Diese kurze Orientierungsrunde mit 9 Posten streckte sich auf 1,2 km einmal um das Gelände und manch einer beobachtete, wie die Kleinsten mit strahlenden Augen ihre Posten suchten. Eine sehr schöne Idee der Veranstalter, auch für die Allerkleinsten einen Schnupperlauf anzubieten. Die Läufer der Kinderstaffel hatten es nach 6h geschafft. Bei der 12h Staffel war um 21 Uhr Schluss und manch einer war insgeheim froh, nicht bei der 24h Staffel gestartet zu sein und die OL Klamotten gegen den Schlafanzug tauschen zu können. Nach den Tagbahnen ging es bei den 24h Staffeln auf die beiden Dämmerungsbahnen und anschließend auf die Nachtbahnen. In den Wäldern ringsumher sah man verein-

zelt die Leuchtkegel der strahlungsstarken Kopflampen der Athleten, auf der Suche nach dem nächsten Posten. Ganz schön gespenstisch sah das aus.

Endspurt: Am Sonntag um 9 Uhr morgens war dann auch Schluss für die 24h Staffel. Nicht weniger als vier Staffeln haben alle 45 Wechsel geschafft. Unter tosendem Applaus wurden die jeweils Erstplatzierten auf der Bühne im vollen Festzelt gefeiert. Auch die Teilnehmer mit den fantasievollsten Kostümen wurden bedacht, wie auch die Blues Brothers, die dieses Jahr wieder mit von der Partie waren, in ihren schwarzen Anzügen und Hüten. Manch einem ist da schon nur beim Hinschauen der Schweiß von der Stirn gelaufen. So urplötzlich die kleinen bunten Nomaden - Hügelchen am Freitag aufgebaut waren, so schnell sind sie nach der Siegerehrung wieder verschwunden. Die Heuschrecken und Käfer hatten ihre Wiesen zurück.

Text und Bilder: Werner Dünzinger

Einmal Weltmeister werden - mit 85 Jahren

Georg Reischl schildert seine Vorbereitung und den Wettkampfverlauf

Einmal Weltmeister werden! Das war mein lang gehegter Wunsch. Und spätestens seit der Senioren-WM 2014 in Brasilien, bei der ich die Silbermedaille errang, wusste ich, dass das ein realistisches Ziel ist. So fasste ich im Dezember 2018 den Entschluss, es heuer in Lettland erneut zu versuchen. Mit der Anmeldung am Jahreswechsel begann ich auch mit der systematischen Vorbereitung: Dreimal wöchentlich Lauftrai-

ning, dazwischen immer wieder mal flottes Nordic Walking, Radfahren und regelmäßig Fitness-Gymnastik. Dazu kam das Kartenstudium. Die Ausrichter hatten dazu alte Karten ins Netz gestellt, die einen Vorgesmack auf die vorgesehenen Laufgebiete ermöglichten.

So machten wir uns – meine Frau, Ralph Körner und ich – Anfang Juli auf die Flugreise nach Riga, in die

Hauptstadt Lettlands. Dort hatte Gert Schmidtke, Magdeburg, als Organisator einer Gruppenreise für über 30 Teilnehmer aus ganz Deutschland im Zentrum der Stadt ein kleines Hotel reserviert. Von hier aus fuhren wir gemeinsam im Bus zu den einzelnen Wettkampfstätten. Denn nun ging es Schlag auf Schlag: Ein Sprint-Musterlauf am Rande Rigas, wiederum am Stadtrand der Sprint-Qualif-Lauf, bei dem

es um den Einzug ins A-Finale ging, und das Sprint-Finale in der verwinkelten Altstadt Rigas. Mit meinem 7. Platz unter 37 Teilnehmern in M 85 war ich nicht zufrieden. Aber nun kamen ja die Wettkämpfe im Wald; da sollte es besser werden.

Jetzt ging es in die ehemalige Dünenlandschaft an der Ostseeküste. Zuerst wieder ein „Model-OL“. Diese erste Begegnung mit dem Wettkampfgelände war noch problemlos. Nur das im Sandboden z. T. sehr „verwaschene“ Wegenetz bereitete an manchen Stellen Schwierigkeiten. Der einzige Qualilauflauf gleichzeitig für die Mittel- und Langdistanz fand in einem viel feiner gegliederten Kiefernwald statt. Es ging ständig auf und ab, die Karte war voller Höhenlinien (Äquidistanz 2,5 m), eine Zuordnung schien schwierig. Spontan entschied ich mich für einen konsequenten Kompasslauf, bei dem ich bestmöglich auf die Distanz und vereinzelte Wege als Auffanglinien achtete. Und ich kam ohne Suchaktionen durch und landete unter den diesmal 38 Läufern zu meiner eigenen Überraschung auf dem 2. Platz.

Das gab Selbstvertrauen für das Mitteldistanz-Finale, das ebenfalls in einem fein kupierten, gut belaubten Kiefernwald stattfand. Die Bahndaten lauteten: 2,0 km, 24 Höhenmeter, 9 Posten. Ich blieb bei meiner Taktik: Verhaltener, möglichst genauer Kompasslauf und z. T. die Laufschritte zählen; die

Posten waren ja nicht weiter als 200 m auseinander. Ich war als Vorletzter gestartet. Am 1. Posten blickte ich noch zurück, ob nicht der schnelle letzte Starter schon zu sehen ist. Gott sei Dank, nein! Und dann hatte ich ihn vergessen. Ich musste mich ja voll und ganz auf die Bahn vor mir konzentrieren. Und ich kam wieder ohne Fehler durch. Kaum im Ziel kam auch am Ergebnis-Monitor schon die Anzeige: Erster und Weltmeister in M 85 Georg Reischl, Germany. Aber stimmte das auch, was hier zu lesen war? Als dann die ersten Gratulanten kamen, fiel die Anspannung ab. Mein Traum hatte sich erfüllt. Ich war einfach nur glücklich. Auch Ralph hatte an diesem Tag sein be-

sonderes Erfolgserlebnis. Nach der Wald-Qualifikation war er in M 35 in der B-Gruppe gelandet. Hier erreichte er im B-Finale den 5. Platz und durfte damit in die A-Gruppe aufsteigen und im Lang-A-Finale starten.

Bei dieser letzten Entscheidung in einem verhältnismäßig flachen Küstenwald nördlich von Riga startete ich nach den vorausgegangenen Erfolgen als Letzter. Das erwies sich aber am Ende als Nachteil. Nach einem 1,5 km langen Anmarsch auf tiefem Sand unmittelbar am Ostseestrand war ich am Start schon ungewohnt müde. Ich konnte niemand einholen und so war ich sehr lange allein unterwegs. Beim langen „Schlag“ einen Hang hinauf zum 1. Posten hatte ich die Wahl zwischen einem tief-sandigen Weg oder hohen Heidelbeersträuchern. Ich versuchte beides, aber kam nicht recht voran. Endlich ging es bergab zu Posten 2 und 3. Aber dann kam wieder eine Strecke wie zu Beginn den langen Hang hinauf zu Posten 4, 5 und 6. Wenigstens war der Pfad hier hinauf sandfrei. Aber ich war immer noch ein „Einzelkämpfer“ und das machte mich nicht schneller. Und so blieb es bis ins Ziel. Das ernüchternde Ergebnis: Ein 6. Platz zum Abschluss. Aber auch ein Weltmeistertitel ist keine Erfolgsgarantie für den

nächsten Lauf und die Konkurrenten können es eben auch!

Mein Rückblick auf diese „World Masters Orienteering Championships“ kann nur positiv ausfallen. Ziel war ja eine Goldmedaille, und die habe ich gewonnen. Diese WM mit über 3700 Teilnehmern – rund 80 % aus Skandinavien – war eine Mammutveranstaltung. Die Ausrichter haben diese Herausforderung organisatorisch bestens gemeistert – bis auf ein Hoftor beim Sprintfinale in Riga. Das Tor war entgegen der Vereinbarung mit der Besitzerin und entgegen der Darstellung auf der Karte nicht geöffnet, sondern geschlossen. So mussten nach Pro-

testen von betroffenen Läufern viele Kategorien annulliert werden. Das betraf auch „unseren“ Helmut Conrad, den Sieger in H 75. Er hat sich aber durch den Sieg im Langfinale seine verdiente Goldmedaille doch noch geholt.



Weltmeister Georg Reischl

Lettland war für mich und die meisten der 80 Teilnehmer aus Deutschland bis zur WM ein unbeschriebenes Blatt. Trotz der täglichen OL-Veranstaltungen blieb noch Zeit, eine Stadtführung im sehenswerten Riga mitzumachen, den 25 km langen Ostseestrand von Riga zu besuchen und auf den Fahrten zu den Wettkämpfen einen Eindruck von den zahlreichen ausgedehnten Wäldern und Seen des Landes zu gewinnen.

Text: Georg Reischl

Bilder: Georg Reischl, Ralph Körner

(Ergänzung der Redaktion: Kristin Ritzenthaler vom TSV Jetzendorf absolvierte ein sehr starkes Rennen und lief auf Rang zwei ins Ziel. Dass sie sich nicht Vizeweltmeisterin nennen darf und auch keine Medaille erhielt, beruht auf einer Entscheidung der Jury wegen des besagten verschlossenen Tores, die unter den Teilnehmern aufgrund der geringen Beeinträchtigung des Rennens umstritten war.)

„Tagebuch“ von Riccardo Casanova auf der Junioren-WM (JWOC)

Gefühle, Fokussierung, Emotionen ...

Noch zwei Tage

Sie kam unaufhaltsam näher. Erst der letzte Long-run, dann die letzten Bahn-Intervalle, schließlich das letzte OL- Training und schon saßen Timon Lorenz und ich im Zug, um zu den Juniorenweltmeisterschaften nach Silkeborg, Dänemark zu reisen. Unseren ersten Juniorenweltmeisterschaften überhaupt. Das Gefühl, was ich verspürte, war zum einen freudige Erwartung; immerhin habe ich die letzten Monate speziell auf diese Wettkämpfe hintrainiert. Andererseits etwas Nervosität, immerhin habe ich die letzten Monate SPEZIELL auf DIESE Wettkämpfe hintrainiert. Außerdem sind es bei weitem die wichtigsten Läufe, an denen ich bis zu diesem Zeitpunkt teilgenommen habe.

Der erste Wettkampftag (Sprint)

Gestern sind wir mit dem Team noch bei der Eröffnungsfeier gewesen und haben an den letzten beiden „Model-Events“ (Kurze Kartentrainings um mit dem Gelände vertraut zu werden) teilgenommen. Beeindruckend war dabei vor allem die schiere Anzahl von Athleten und vertretenen Ländern. Nachdem wir ein paar internationale Freunde kennengelernt haben, konnte es ja losgehen, oder? Aber die Anspannung an diesem Morgen beim Frühstück war bei allen Teams förmlich greifbar. Ich versuchte mich zu beruhigen, und ein bisschen Konzentration als Vorbereitung auf den Wettkampf aufzubauen. „Fokus Ric, die Vorbereitung war ja gut gewesen“. Im März waren Timon und ich schon mal hier gewesen und haben über drei Wochen zusammen mit dem Bundeskader, dem tschechischen Team und Athleten aus einem halben Dutzend Ländern in wettkampfrelevantem Gelände trainiert. Auch physisch, technisch und mental war ich in Topform. Aber trotz des Wissens, dass ich an meiner Vorbereitung nichts mehr ändern konnte, verlief jede Minute so unendlich langsam, während ich versuchte mich einfach auf den Wettkampf zu konzentrieren.

Dann endlich, 50 Minuten vor meinem Start, konnte ich mit dem Aufwärmen anfangen. „Puhh, ich hatte noch nie für so lange Zeit einen so hohen Puls gehabt, ohne mich überhaupt zu bewegen“. Noch 20 min nochmal den Plan durchgehen: „Erstens möglichst früh eine Übersicht über den Wettkampf zu erlangen, zweitens bei den

Routenwahlen bewusst auf Sperren achten, drittens trotz der Größe der Veranstaltung und den Leuten, die dich in den Straßen und beim Sichtposten befanden, Konzentration bewahren. Fokus, Ric! Fokus!“ Noch 10 Minuten! Einen letzten Schluck Wasser trinken und mit dem Coach reden: „Bleib ruhig, das ist deine erste JWOC; versuch vor allem dich zu beruhigen und es zu genießen“. In den Vorstart rein, die letzte Steigerung, Chip löschen, Chip checken, ersten Posten der Postenbeschreibung durchgehen, und schon waren es nur noch 15 Sekunden bis zu meinem Start. „Fokus, Fokus, Fokus!“. 5,4,3,2,1 und los.

Der Sprintwettkampf

Posten 1 und Posten 2 sind kurze Verbindungen, welche man entschlossen ausführen muss. Aber ich bin noch nicht ganz in der Karte drin und verliere wertvolle Sekunden, und dann ganze 15 Sekunden bei einem Routenwahlfehler zur 4. Allerdings hatte ich die längere Verbindung genutzt, um etwas vorplanen zu können und schaffe es so, bis zum 8. Posten saubere Zwischenzeiten zu laufen. Danach war ich jedoch im Zwiespalt und investierte viel Zeit für die Routenwahl zur 12, wodurch ich enge Durchgänge zum 9. und 11. Posten verpasste. Der lange Schlag zur 12 war allerdings nicht optimal (+10 sec).

Im darauffolgenden galt es im halboffenen Wohngebiet mit schief zueinander stehenden Wegen abwechselnd kurze und lange Verbindungen sauber abzulaufen (13-17). Aber immer wieder übersah ich kleine Gassen und verlor wertvolle Zeit, wie zum Beispiel auf dem Weg zum Sichtposten 17. Zu dem Zeitpunkt war ich auf dem 34. Platz und brauchte eine gute Schluss-

runde, um noch vorne mitlaufen zu können. Die Energie, welche ich bei der Sichtstrecke durch das Anfeuern tanken konnte, versuchte ich direkt in ein höheres Tempo zu stecken, aber gleichzeitig trotz wachsender Müdigkeit die Konzentration auf die Bahn zu wahren. Eine sehr entschlossene Ausführung einer guten Routenwahl zum 18. Posten brachte mich auf den 28. Rang. Drei weitere gute Routenwahlen um Sperren herum, bei denen ich alles gab - „auf geht's Ric, gib bei den letzten Posten nochmal alles“ - brachten mich beim 21. Posten auf den 24. Rang. Um schließlich bis zum Ziel noch 5 Plätze herauszulaufen, davon einen im Zielsprint auf einen starken 19. Rang. Im Ziel waren es dann ge-

mischte Gefühle. Einerseits ist ein 19. Platz für mein erstes JWOC-Rennen nicht schlecht, andererseits hatte ich bei der Schlussrunde, bei der ich nur eine Sekunde auf den Sieger verloren habe, gesehen was möglich wäre. Aber ich freue mich schon 2020 wieder an den Start zu gehen, um es erneut zu probieren. Timon lief auf einen guten 50. Platz unter 171 gestarteten Läufern. „Es war gut, und ich habe mich gut vorbereitet gefühlt, aber bei so einem Starterfeld wird eben jeder Zeitverlust bestraft. Beispielweise heißen 10 Sekunden mehr oder weniger 12 Plätze nach vorne oder nach hinten zu rutschen.“

Ergebnisse Sprint

1. Aston Key (AUS) ~ 12:20
2. Samuel Pihlstrom (SWE) ~ 12:33
3. Guilhem Elias (FRA) ~ 12:34
- ...
19. Riccardo Casanova (GER) ~ 13:02
50. Timon Lorenz (GER) ~ 13:39

Lang- und Mitteldistanz

Die folgenden Tage waren ähnlich eindrucksvoll. Nicht nur die Wettkämpfe an sich, sondern auch alles drumherum. So war die JWOC Langdistanz eine der anstrengendsten Wettkämpfe überhaupt, mit 10 km und 600 Hm, nach einem von Aufregung geprägten viel zu schnellen Start. Dieser führte dazu, dass ich mich die letzten Posten ins Ziel schleppte; Timon ging es ähnlich.

Die Mitteldistanz mit Qualifikation und Start mitten in der Arena beim

Ergebnisse Lang

1. Kasper Fosser (NOR) ~ 1:02:19
2. Elias Jonsson (NOR) ~ 1:05:28
3. Aston Key (AUS) ~ 1:07:49
- ...
38. Cedrik Klein (GER) ~ 1:16:03
45. Riccardo Casanova (GER) ~ 1:17:24
- Dnf. Timon Lorenz (GER)

Finaltag mit Staffeln

Am letzten Tag fand dann schließlich mit der Staffel eines der Highlights statt. Bei so hohem Tempo bei ständigem Gegnerkontakt mit den besten Athleten der Welt zu laufen, ist eine unglaubliche Erfahrung, die das gesamte Feeling der JWOC-Woche unterstreicht. Wir tauschten anschließend unsere T-Shirts mit Läufern aus Schweden, Schweiz und Australien; etwas traurig, dass die Woche sich dem Ende zuneigte, aber unglaublich froh, mitgemacht haben zu dürfen. Dabei waren nicht nur die OLs die Highlights, sondern auch alle

Ergebnisse Mittel A-Finale

1. Kasper Fosser (NOR) ~ 25:03
2. Guilhem Elias (FRA) ~ 26:12
3. Lukas Liland (NOR) ~ 26:37
- ...
43. Riccardo Casanova (Ger) ~ 32:28

Ergebnisse Staffel

1. Norwegen 1 ~ 1:30:52
2. Schweden 2 ~ 1:33:01
3. Frankreich 1 ~ 1:34:15
- ...
10. Deutschland 1 ~ 1:41:57 (14. Platz unbereinigt)
- ...
- Deutschland 2 ~ 1:56:47 (37. Platz unbereinigt)



Eindrückliche Erlebnisse in Dänemark

Finale, zeigte mir, dass ich noch lernen muss mich zu beruhigen, wenn der Speaker dich eine Minute vor deinen Start groß ankündigt.

Menschen drumherum. Die Athleten, ihre Professionalität, aber gleichzeitig auch ihre Offenheit. Wir lernten neue Leute kennen, die aus komplett anderen Kulturen kommen, erfuhren wie man in Ägypten oder Südafrika OL macht, liefen gegen Läufer aus Brasilien, Japan und Kanada und feierten am Ende mit allen zusammen bei der JWOC Party nach einer kompletten Woche Wettkämpfe. Und was für eine Woche!

Danke an alle - von den Trainern bis zu den Organisatoren und den Freiwilligen vor Ort.

Text und Bilder: Riccardo Casanova

„Zero – Bravo – Echo – Zero – Foxtrot!“

Ralph Körner berichtet von seiner ersten WM

Mit diesen Worten beendete ich die achte und letzte Station des TempO-Finales bei den Trail-O-Weltmeisterschaften in Portugal. Der Applaus der Zuschauer signalisierte mir, dass ich zumindest bei dieser Station alle fünf Aufgaben korrekt gelöst hatte. Ich war zufrieden und geschafft zugleich. Zufrieden, weil eine erfolgreiche WM-Woche hinter mir lag. Geschafft, weil es – obwohl beim Trail-O ja nicht gelaufen wird – die knapp 40 Grad, der wenige Schatten entlang der Strecke und die vielen Höhenmeter, die es zwischen den Stationen im Finale zurückzulegen galt, durchaus in sich hatten – nicht zu vergessen das überaus hohe Konzentrationslevel, das es für einen erfolgreichen Trail-O-Wettkampf permanent zu halten gilt. Aber der Reihe nach!

Das „Unternehmen Portugal“ begann einige Monate zuvor mit der Nominierung für die Nationalauswahl. Diese war – obwohl ich in diesem Jahr bislang noch keinen Trail-O absolviert hatte – letztlich nur eine Formsache, da ich von meinen guten Platzierungen bei der letztjährigen Europameisterschaft und der soliden Weltranglistenposition zehren konnte. Nach der EM 2018 in der Slowakei war dies mein zweiter internationaler Einsatz bei einer großen Meisterschaft im Präzisionsorientieren, zugleich meine erste Weltmeisterschaft. Mit mir bildeten die erfahrenste deutsche Präzisionsorientiererin Anne Straube und Trail-O-„Neuling“ Bjarne Friedrichs das deutsche Team. Das Ziel waren mindestens gute Einzelplatzierungen unter den Top 30 und ein Diplomplatz (Top 6) in der Staffel.

Wir reisten bereits ein paar Tage vor WM-Beginn nach Portugal und nahmen noch an den Europacup-Wettbewerben nahe Penamacor teil, die in ähnlichem Gelände (offenes Terrain mit Olivenbäumen und Korkeichen, sowie zahlreichen Steinen, Felsen und Höhenformationen) stattfanden und nicht nur von uns als ideale Vorbereitung genutzt wurden ... Die WM startete zunächst mit dem Model-Event für den ersten PreO-Wettbewerb in Idanha-a-Nova. Hier war ich zu kritisch, was die Zero-Antworten betraf. Bei zwei korrekt stehenden Posten, die in meinen Augen nicht exakt genug gesetzt waren, gab ich fälschlich die Z-Antwort. Leider zog ich für die erste der beiden PreO-Etappen daraus nicht die richtigen Schlüsse: bei vier der 28 Posten passierte mir genau das Gleiche wie tags zuvor beim Model-Event. Mit vier Fehlern rangierte ich nur auf einem unbefriedigenden 44. Platz, der Weg zu den Spitzenplätzen war dadurch faktisch schon nicht mehr möglich. Also galt es, durch ein gutes Ergebnis beim zweiten PreO-Tag in Relva Schadensbegrenzung zu betreiben. Ein fehlerfreies zweites Model-Event brachte mir das nötige Selbstvertrauen zurück. Der Wettkampf lief diesmal deutlich besser, doch auch hier hatte ich bei den 29 Posten am Ende zwei – durchaus ärgerliche – Fehler zu beklagen. Doch kaum jemand kam an diesem Tag fehlerfrei über

die Bahn. Somit konnte ich mich mit Tagesplatz 26 noch auf den 30. Gesamtplatz nach vorne schieben – ein verhältnismäßiges Ergebnis nach dem verkorksten ersten Tag. Für eine kleine Sensation aus deutscher Sicht sorgte Bjarne mit Diplomplatz vier, nur einen Fehler von den Medaillen entfernt.

Cidral war dann der Schauplatz der Staffelentscheidung, bei der wir uns nach EM-Rang fünf im Vorjahr einiges vorgenommen hatten, wo aber beim Trail-O stets in beide Richtungen alles drin ist. Für Deutschland startete Anne, ich war an Position zwei gesetzt und Bjarne sollte nach seinen erfolgreichen Vorleistungen den Schluss machen. Jeder Starter musste aus einem Postenetz von 30 Posten zehn Stück lösen. Die ersten beiden hatten also die Wahl, der dritte musste lösen, was übrig blieb. Nach kleinen Unsicherheiten mit Geländeobjekten am Vortag wählte ich für mich vor allem Fels- und Steinposten und überließ die Posten, bei denen ich mir nicht sicher war, Bjarne als Schlussstarter. Eine richtige Taktik, wie sich am Ende herausstellte. Sowohl Bjarne als auch ich lösten die eigenen zehn Posten allesamt korrekt. Leider hatte Anne zu Beginn aber einen Fehler gemacht und uns damit 60 Strafsekunden beschert. Mit je einem Fehler von Anne und mir bei der abschließenden TempO-Station und damit je weiteren 30 Strafsekunden lagen wir vor der finalen TempO-Runde der Schlussathleten auf Rang fünf mit geringen Abständen nach vorne und hinten. Alles war noch drin. Doch nicht nur Bjarne behielt die Nerven und war schnell und fehlerfrei, sondern auch die meisten Konkurrenten unmittelbar vor und hinter uns. Somit blieb es am Ende beim 5. Rang, mit dem wir das EM-Ergebnis vom Vorjahr bestätigen und erneut das Diplom holen konnten. Dass zu Bronze nur 28 Sekunden und damit weniger als ein Fehler fehlten, war das einzige, was unsere Laune etwas trübte. Aber es kommen ja in den nächsten Jahren noch weitere Staffeltwettbewerbe...

Den Abschluss der Titelkämpfe bildete die TempO-Entscheidung, an der für Deutschland nur noch Bjarne und ich teilnahmen. Zunächst war das Ziel für uns beide, uns in der Qualifikation am Vormittag in Cidral unter den Top 18 des jeweiligen Vorlaufes zu platzieren und damit für das Finale am Nachmittag zu qualifizieren – etwas, was schon seit Jahren keinem deutschen Athleten mehr gelungen war. Diesmal wollte ich deutlich konzentrierter zu Werke gehen als bei der EM 2018, wo ich mit sieben Fehlern in der Qualifikation krachend gescheitert und im Finale nur Zuschauer gewesen war. Sechs Stationen à fünf Aufgaben standen zwischen uns Athleten und dem Finale. Die ersten beiden Stationen liefen sehr gut und flüssig, ich hatte ein sicheres Gefühl. Doch dann wurde ich von Station zu Station unsicherer, da sehr viele Z-Ant-

worten (also kein Posten an der richtigen Stelle) unter meinen Lösungen waren und mich fragte, ob das wirklich richtig sein könnte. Bei Station fünf dann der gefühlte „Super-GAU“: ich konnte im Gelände keine Objekte von meinem Kartenausschnitt erkennen und gab fünf Mal Zero als Antwort. Konnte das richtig sein? Station sechs lief zwar wieder besser, aber 18 von 30 Antworten als Zero kam mir sehr seltsam vor. Doch im Ziel beim Austausch mit den anderen Athleten zeigte sich, dass tatsächlich sehr viele Z-Antworten korrekt waren. Die ersten Vergleiche deuteten auf ein knappes Rennen für mich um den Finaleinzug hin. Schnell wusste ich, dass ich mir trotz meines unguten Gefühls nur drei Fehler geleistet hatte (davon zwei bei der oben erwähnten Station fünf) – letztlich zufriedenstellend. Leider funktionierten die Live-Ergebnisse nicht wie geplant, so dass über eine Stunde banges Warten angesagt war. Als schließlich die Ergebnisse erschienen, traute ich meinen Augen nicht: ich war exakt auf Platz 18 – mit 1,5 Sekunden (!) Vorsprung auf den 19. Platz. Dass auf diesem kein Geringerer als der amtierende Weltmeister und Titelverteidiger aus Finnland stand, den ich soeben aus dem Finale „gekickt“ hatte, war unfassbar! Ziel erreicht! Finale! Auch Bjarne schaffte es – er allerdings souverän, ohne zittern zu müssen, als Vorlauf-Achter.

Also hieß es Finale statt Zuschauen. Glücksgefühle pur, aber spätestens als wir in der Quarantäne saßen und auf unseren Aufruf warteten, galt es, wieder die Konzentration zu finden für einen soliden Wettkampf. Da ich gerade so ins Finale „gerutscht“ war, startete ich als erster der 36 Athleten, war der Außenseiter schlechthin und hatte eigentlich nichts zu verlieren. „Nicht mehr als vier Fehler machen, nicht Letzter werden und vielleicht Top 30“ hatte ich mir selbst als Ziel gesteckt. Mit rund 30 Minuten Verzögerung – in der brütenden Hitze trotz Schatten in der Quarantänezone eine gefühlte Ewigkeit – ging es dann los. Ich wurde aufgerufen und vom ersten Kampfrichter zur ersten Station eskortiert. Das Panorama war atemberaubend: der Wettkampf startete direkt am Fuße des imposanten Bergkegels von Monsanto mit der gleichnamigen Ortschaft, wo wir während der Wettkampfwoche unser Quartier hatten, auf halber Höhe und der Felsenburg und den gigantischen Stein- und Geröllformationen auf dem Gipfel. Doch nun galt es, die Umgebung auszublenden und mich so gut es geht auf die anstehenden Aufgaben zu konzentrieren. Ganz ehrlich war ich schon lange nicht mehr vor einem Wettkampf so nervös gewesen. Doch als es losging und ich eine Station nach der anderen löste, war die Anspannung verflogen. Ich versuchte, mir vor dem Antworten ausreichend Zeit zu lassen und lieber noch einmal zu verifizieren, bevor ich mich für eine Lösung entschied. Die Devise war, möglichst viele Fehler – und somit jeweils 30 Strafsekunden – zu vermeiden. Station um Station ging es entlang einer steilen Asphaltstraße bergan. Während zu Beginn vor allem Olivenbäume und Korkeichen, verdorrte Wiesen und feine Höhenformationen die Stationen prägten, wurden von Station zu Station die

Steine und Felsen größer und zahlreicher.

Die letzten beiden Stationen fanden unter den interessierten Blicken der Zuschauer – Betreuer und ausgeschiedene Athleten – statt. Da ich der erste Starter war, hatte ich die maximale Aufmerksamkeit der Zuschauer, konnte diese aber ganz gut ausblenden und bis zum Schluss fokussiert weitermachen, bis ich mich vom letzten Stuhl erhob und ich den anfangs bereits geschilderten wohlthuenden Applaus hörte. Ich hatte insgesamt kein schlechtes Gefühl, was mir die Zuschauer mit Blick auf die Online-Liveresultate auch bestätigten: nur vier Fehler bei den 40 Aufgaben – erstes Ziel erreicht. Schnell stand fest, dass ich auch die übrigen Ziele erreichen würde. Nach 15 Athleten war ich Achter und hatte damit bereits sieben Kontrahenten hinter mir gelassen. Am Ende wurde es Platz 24 und damit ein Rang im zweiten Drittel – mehr als ich mir vorher zugetraut hatte. Dass Bjarne einmal mehr ein Topresultat ablieferte und sagenhafter Achter wurde – erneut nur einen Fehler von den Medaillen entfernt – sorgte endgültig für tolle Stimmung im kleinen deutschen Team.



Gute Stimmung beim deutschen Team

Mit dem Bankett, wo wir einmal mehr viele internationale Trail-O-Kontakte knüpfen konnten, ging eine anstrengende, aber auch abwechslungsreiche, schöne und erfolgreiche WM-Woche in Portugal zu Ende. Wir haben es erneut geschafft, mit unseren Ergebnissen aufhorchen zu lassen, so dass Deutschland immer mehr als ernst zu nehmender Gegner um vordere Platzierungen im Trail-O wahrgenommen wird. Auch ich möchte weiter meinen Teil dazu beitragen, „am Ball bleiben“ und versuchen, die erreichten Ergebnisse noch einmal zu toppen. Die nächsten Gelegenheiten bieten sich im kommenden Jahr mit den Europameisterschaften in Finnland im Mai und den Weltmeisterschaften in Hong Kong im November/Dezember. Zur Verstärkung der deutschen Auswahl werden dabei stets gute, präzise Orientierer gesucht, die sich idealerweise bereits bei Trail-O-Wettbewerben positiv empfehlen konnten. Also wer Interesse hat, auf geht's zum Präzisionsorientieren!

Text und Bild: Ralph Körner

Das Luftholen vor dem Sprung ...

Kleines Alpen-Adria-Team Bayern überzeugt in Kroatien mit Rang 5 und zahlreichen Top-Plätzen



Das Team Bayern beim Alpen-Adria-Cup

Schnell war klar, dass Bayern in diesem Jahr kein Wort um die Vergabe der Podestplätze beim Alpen-Adria-Cup würde mitreden können. Vor allem aufgrund der Terminüberschneidung mit dem DM-Sprint-Wochenende im Erzgebirge fehlten zahlreiche Leistungsträger, doch auch die lange Anreise in den Osten Kroatiens von rund acht Stunden schreckte einige potentielle Teilnehmer aus Bayern ab. So machte sich in diesem Jahr am Pfingstweekende nur ein kleines bayerisches Team von 16 Läuferinnen und Läufern auf nach Našice und Jankovac in der Region Slawonien, drei der vier Jugendkategorien konnten dabei überhaupt nicht besetzt werden. Dass am Ende jedoch Platz fünf unter den zehn vertretenen Regionen herausrang und das Team nicht weniger als fünf Podestplätze – darunter drei Siege – einfahren konnte, ist geradezu sensationell.

Bei hochsommerlichen Temperaturen jenseits der 30-Grad-Marke war die Stimmung im Bayernteam von Anfang an hervorragend. Beim

Staffellauf zum Auftakt konnte sich das MW35-Trio Ralph Körner, Anna Enborg und Andreas Enborg den Sieg sichern, das W21-Team mit Linda Indola, Marei Lehner und Maria Lange gewann die Silbermedaille. Obwohl Bayern keine MW18-Staffel stellen konnte, war das Team in der Zwischenwertung sensationell Dritter. Über die Mitteldistanz im gut belaubten, grobgliebrigen Karstgelände düpierte Maria Lange die gesamte Konkurrenz und gewann Gold in der Damenelite. Und bei der Langdistanz im gleichen Gelände sicherte sich Anna Enborg in W35 Gold, Maria Lange in der Damenelite Bronze.

Doch auch die zahlreichen weiteren guten Leistungen der anderen Bayern lieferten wichtige Punkte, so dass Bayern am Ende den Cup als Fünfter hinter den siegreichen Slowenen, dem zweitplatzierten Team aus Venedig, den drittplatzierten kroatischen Gastgebern und dem überraschend nur viertplatzierten Seriensieger Steiermark beendete. Das spannende Duell mit dem deutlich größeren Team aus Friaul-Julisch Venetien

entschied Team Bayern knapp für sich. Auch wenn Bayern in diesem Jahr nicht auf das Podium kam, waren es doch schöne Wettkämpfe in einem nicht so bekannten Teil Kroatiens. Vor allem der malerische Naturpark Papuk mit seinen imposanten Wasserfällen hat die Teilnehmer beeindruckt.

Der Blick der Alpen-Adria-OL-Gemeinde richtet sich nun aber bereits gen Bayern. Im nächsten Jahr wird der OC München Ausrichter des Cups sein, gelaufen wird in München und Starnberg. Dann gilt es! Ein Bayernteam in Bestbesetzung in allen Kategorien kann das ganz große Ziel schaffen: den erstmaligen Gesamtsieg beim Alpen-Adria-Cup! Auch den übrigen Teams ist deutlich bewusst, dass sie es im nächsten Jahr mit einem ganz anderen Bayernteam zu tun haben werden als in diesem Jahr. Hoffen wir, dass auf das „Luftholen“ in diesem Jahr dann bei der nächsten Auflage der ganz große Sprung folgt!

Text und Bild: Ralph Körner

Alpensommer, die Dritte

sonniger ARGE ALP OL in Graubünden

Schon in den letzten beiden Jahren waren die Orientierungsläufer der Alpenländer bei ihrem Länderkampf am zweiten Oktoberwochenende von goldenem Spätsommerwetter und warmen Temperaturen verwöhnt worden. Auch in diesem Jahr bei den Wettkämpfen in Savognin im Schweizer Kanton Graubünden war es nicht anders: tolles Wetter, ein atemberaubendes Bergpanorama und fordernde Wettkämpfe kennzeichneten den ARGE ALP OL. Mehr als 600 Orientierer aus zwölf Alpenregionen aus der Schweiz, Italien, Österreich und Deutschland waren nach Graubünden gereist, um wie jedes Jahr um Punkte für ihr Team zu kämpfen, darunter rund 100 Orientierer aus Bayern.



Auch der oberhalb von Salouf ausgetragene Einzellauf hatte es physisch in sich. 200 Höhenmeter auf den zwei Kilometern Anmarsch zum Zielgelände - belohnt durch

eine tolle Aussicht -, 200 Höhenmeter auf dem Weg zum Start, sowie in aller Regel nochmal so viele Höhenmeter auf den anspruchsvollen Bahnen durch den ruppigen Bergwald waren zurückzulegen. Feinkupierte Hangbereiche mit vielen Stein- und Geländeobjekten stellten auch hohe Anforderungen an die Feinnavigation, immer wieder musste zwischen Quer- und Wegrouen entschieden werden. Erneut kamen zumeist die schweizer Orientierungsläufer am besten mit den „heimischen“ Bedingungen zurecht und drückten den Wettbewerben ihren Stempel auf. Dennoch konnten die deutschen Läufer gleich mehrere Medaillen erringen.

Sein erstes ARGE-ALP-Gold überhaupt sicherte sich Riccardo Casanova, der für Bayern die Juniorenkategorie H 20 souverän gewann. Philipp Müller sorgte mit Bronze in der Herrenelite für das einzige Edelmetall für Baden-Württemberg, während Teodor Yordanov in H 35 und Andreas Enborg in H 40 für Bayern jeweils zu Silber liefen. Über Silber konnte sich auch Juliane Burgmaier aus Bayern in D 12 freuen, Kayla Ritzenthaler gewann für das weiß-blaue Team die Bronzemedaille in D 18.

Sowohl in der Regionenwertung der zehn ARGE-ALP-Regionen als auch in der offenen Wertung inklusive der beiden Gastländer (Thurgau und Baden-Württemberg) siegte mit überlegenem Vorsprung das Team aus dem Tessin. Dahinter belegte jeweils die Mannschaft aus St. Gallen den zweiten Platz und Gastgeber Graubünden machte als jeweiliger Dritter den Schweizer Dreifachsieg perfekt. Die Bündner lieferten sich ein packendes Duell mit dem bayerischen Team, das zwar seinen erstmals erungenen dritten Rang aus dem Vorjahr nicht verteidigen konnte, aber in beiden Wertungen starker Vierter wurde und das ebenfalls regelmäßig starke Team aus dem Trentino auf Rang fünf verweisen konnte. Baden-Württemberg belegte in der offenen Länderwertung hinter der anderen Gastregion Thurgau den siebten Platz.

Im kommenden Jahr wird der ARGE ALP Orientierungslauf, der regelmäßig Teil der sportlichen ARGE ALP Spiele mit fünf Sommer- und vier Wintersportarten ist, im Trentino in der Gegend um Folgaria ausgetragen.

Text: Ralph Körner
Bilder: Archiv FAOL BTV, olg-chur.ch

Einweisung vom Teamchef



Staffelübergabe



Siegerehrung mit Alpenpanorama

Bayernkader auf den Spuren der Weltelite in Skandinavien

Ein kurzer Bericht zu einer aufwändigen Trainingsmaßnahme



Der Bayernkader in Skandinavien

Am Donnerstagmittag (06.08.2019) fuhr der Bayernkader mit ca. 20 Athleten und 10 Betreuern in Regensburg gemeinsam los ins Trainingslager nach Schweden. An jenem Abend kamen wir nach Rostock und fuhren von dort aus mit der Nachtfähre nach Schweden. Dort in Trelleborg angekommen ging es direkt nach Landvetter. In diesem Ort, welcher in der Nähe von Göteborg liegt, war unsere Unterkunft in einem schwedischen OL-Vereinsheim. Die Unterkunft lag direkt an einem kartierten Wald und hatte eine Sauna. In der Woche, die wir dort verbrachten, schliefen wir alle zusammen in einer Halle, kochten selber, trainierten zusammen zwei Mal täglich und werteten die Trainingseinheiten gemeinsam aus. Zum Vergnügen

wurde jeden Tag ein Wettkampf zwischen „Klein und Groß“ veranstaltet, den sich abwechselnd die Teams ausgedacht haben, z.B. Dunkelverstecken, Papierfliegerrennen, Hindernisparcours usw. (Gesamtsieger wurden die „Großen“).

Nach der ersten Woche ging es weiter nach Halden in Norwegen zur Weltmeisterschaft im Orientierungslauf. Dort feuerten wir die Athleten und Weltmeister an und nahmen an den Zuschauerläufen teil. Nicht mit einem SI-Chip, wie wir es gewohnt waren, sondern mit einem Emit, welcher um einiges sperriger ist und den ich persönlich nicht vermissen werde. Trotz dem für Skandinavien typisch schweren Gelände schafften es auch dieses Jahr ein

paar Deutsche Läufer in das A-Finale. Übernachtet haben wir in den Klassenzimmern einer Schule. Frühstück wurde für uns von den Veranstaltern vorbereitet und das Abendessen kochten wir wieder selbst. Jeden Abend haben wir ein Tipp-spiel zur WM gemacht. Gesamtgewinner waren Uwe und Katrin. Am freien Tag am Donnerstag sind wir in einen Kletterpark und ans Meer gefahren und obwohl das Wasser kalt war, sind Viele schwimmen gegangen. Am 17.08.2019 haben wir uns dann leider auch schon wieder auf den Weg nach Hause gemacht.

Text: Kayla Ritzenthaler
Bild: Uwe Weid

O-Ringen für Newcomer

Amüsante Erzählung über die größte OL-Veranstaltung der Welt

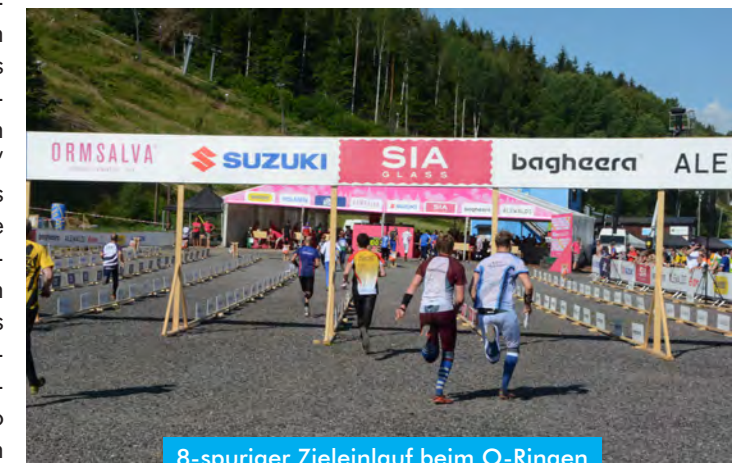
Nachdem Klemens und meine Söhne schon 1-2 mal bei O-Ringen dabei waren, wollte ich heuer auch endlich einmal dieses große Event miterleben. Klemens und ich quartierten uns dazu in einem Hotel in Finspang ein. Doch davor machten wir noch einen Abstecher zum WKZ in Norrköping, um unsere Unterlagen abzuholen. Klemens durfte dort auch gleich selbst den Namen „Janischowsky“ in den Computer eingeben, da es wohl zu schwierig war, ihn zu buchstabieren.

An den ersten beiden Tagen konnten wir direkt von unserem Hotel aus zum Wettkampfgelände laufen, denn es lag in der Nähe der Arena Grosväd am Rande von Finspang. Leicht beunruhigt durch die vielen Erzählungen über das „schwierige, schwedische Gelände“ war ich für die „D 50 Motion“ angemeldet und etwas aufgeregt, als ich in die riesige Arena mit gefühlten hunderttausenden Leuten kam. Klemens verhalf mir erstmal einen Überblick zu gewinnen und zeigte mir, wo ich dann unter „Tork“ in eine der 8 Zieleinlaufbahnen laufen musste. Vor dem Anmarsch zum Start wurde noch mein Outfit gecheckt (keine Beanstandung) und mir nach dem Einlesen des Chips auf einem großen Bildschirm gezeigt, dass ich wirklich „Petra Janischowsky“ bin. Inzwischen war es auch reichlich warm geworden, so dass ich froh war, dass auf dem Weg zum Start etliche Becher Wasser ausgegeben wurden und es unterwegs sogar mehrmals einige Dixies gab. Welch Luxus! Da verging der ca. 2 km lange Anmarsch doch fast wie im Fluge und etliche Schilder wiesen mir idiotensicher den Weg zu meinem „Tork“-Start, den alle mit freier Startzeit hatten.

Dann ging es also los zum ersten Posten; erstmal den Weg entlang, entschied ich mich Petra-typisch für die sichere Variante. Doch leider musste ich mich dann in das gefährliche Terrain begeben, doch immerhin zeigte mir mein Kompass die ungefähre Richtung. Ansonsten hatte ich wenig Anhaltspunkte, denn auf der Karte gab es nur Höhenlinien und sonstige braune Markierungen, wie Kuppe und Nase etc. - alles Sachen, mit denen ich reichlich wenig anzufangen wusste. Die eingezeichneten Sümpfe waren nicht mehr vorhanden, da es doch auch in Schweden recht trocken gewesen war. Naja, irgendwie fand ich den ersten Posten dann doch und schlug mich von einem zum nächsten Posten durch und konnte endlich nach 101 Minuten ins Ziel einlaufen. Und das für 3,5 km ! Aber Hauptsache geschafft! Lakonischer

Kommentar von Sohn 1: „Saubere 28er Pace.“ Weiterer Kommentar von Sohn 2: „Für morgen nehmen wir uns eine Steigerung auf Pace 27 vor.“ Zusatzempfehlung von Sohn 3: „Immer schön Kartenkontakt halten.“ Ich fragte mich schon, wie das denn bitte funktionieren soll, wenn die Hälfte der Kartenzeichnung nur aus braunen Kringeln besteht??

Immerhin wurde es am nächsten Tag im leichten Regen etwas besser, weil es mehr Wege gab und ich brauchte nur die Hälfte der Zeit für ebenfalls 3,5 km. Die Geschwindigkeitsempfehlung des Vortages wurde damit leicht übertroffen und es gab keine weiteren hilfreichen Tipps aus dem fernen Süden. In der Arena war – neben etlichen Sachen zum Essen und Trinken – vieles für Kinder angeboten, von einer „OL-Schule“ über Spielplätze, verschiedene Spielgeräte und einem extra abgesteckten kleinen Waldteil, in dem sich die Kleinsten bei der Postensuche amüsieren konnten. Toll, wie



8-spuriger Zieleinlauf beim O-Ringen

da schon die Jüngsten an den OL herangeführt werden. Und es gab sogar einen extra Kinderwagen-Parkplatz!

Nach dem Ruhetag ging es für den dritten Lauf in die Arena Yxbacken. Dafür mussten wir auf eine große Wiese bei Norrköping fahren und von dort brachten uns Shuttlebusse in die 14 km entfernte Sportstätte. Auch wenn die Busse nur maximal 70 Stundenkilometer fuhren (auch auf der Autobahn!), hatten sie doch

den Vorteil, dass sie wunderbar klimatisiert waren. Als wir um 9 Uhr an der Arena ausstiegen, wurden wir von einer furchtbaren Hitze empfangen, die sich bis mittags noch steigern sollte. Vom Halteplatz aus ging es in der sengenden Sonne nochmal einen Fußmarsch von 20 Minuten bis zur Zielwiese, dann wieder 2 km zum Start, gottseidank mehrheitlich im Wald, dafür mit Anstieg. Als ich dieses Mal nach über 70 Minuten (für wiederum 3,5 km) mit knallrotem Kopf und leichtem Schwindelgefühl am Ziel ankam und minutenlang erschöpft bei 30 Grad auf der Wiese saß, war für mich klar, dass das mein letzter Lauf bei O-Ringen 2019 gewesen war. Immerhin hatte ich 3 von 5 Läufen überstanden und auch noch einiges dazugelernt, was die braunen Kringel betraf -hurra! Zufrieden konnte ich sagen: „O-Ringen, ich war dabei!“

Text und Bilder : Petra Janischowsky

City-OL in den Niederlanden ist immer ein attraktives Angebot

Spaß und Flair im Nachbarland

Als ich im internationalen Terminkalender von „World of O“ las, dass im Oktober in Maastricht ein City-OL stattfindet, wusste ich sofort, dass dies eine lohnenswerte Veranstaltung in der historischen 120000-Einwohner-Stadt sein wird. Und als Britta und ich dorthin aufbrachen, erwartete uns nach regenreichen Tagen ein herrlicher Spätsommertag mit über 20 Grad. Das WKZ befand sich in einer Jugendherberge direkt an der Maas und in Anlehnung an die Altstadt, sowie mit ausreichend Parkplätzen daneben. Start und Ziel lagen nur wenige Meter entfernt und bei freier Startzeitwahl konnte es bei einer guten Beteiligung von 240 Läufer/-innen losgehen.

Es war das Abtauchen in einen historischen Stadtkern mit prächtigen Bürgerhäusern und Kirchen, mittelalterlichen Gebäuden und Mauern, engen Gassen, kleinen Parks, vorbei an einem funktionierenden Mühlrad und wieder hinaus durch ein altes Stadttor. Unsere Streckenlängen betrugen 8,6 km (D 21) und 5,2 km (H 65) und die einzigen Höhenmeter beinhalteten die Treppen auf die Stadtmauern. Leider mussten noch vor dem Lauf einzelne Posten herausgenommen werden, weil Zugänge versperrt waren, ein Problem, das man von Stadtläufen in letzter Zeit immer öfters hört (sogar von der Senioren-WM!). Wiederum optimal war, dass sich das Laufgelände in Maastricht nahezu autofrei präsentierte. Dennoch galt es gut aufzupassen, denn Holland ist wohl

das Land mit der höchsten Dichte an Fahrrädern, und diese sind schnell und geräuschlos. Ein weiterer Überraschungsmoment war für uns, dass um Punkt 12:00 Uhr sonntags plötzlich die Läden öffneten und die Anzahl der Passanten sprunghaft anstieg. Dies bedeutete Behinderungen mit Slalom laufen für die Spätstarter, zu denen wir zum Glück nicht

und einzukehren, um das zu genießen, was wir beim Lauf nur vorbeihuschen sahen. Britta stellte dabei treffend fest, dass hier alles „wie ein Wohnzimmer“ wirkt.

Ich selbst war zuletzt vor zwei Jahren in den Niederlanden zu einem 3-City-OL mit drei Etappen in zwei Tagen. Auch das war ein sehr schönes

Erlebnis, das ich nicht missen möchte und von dem ich hier noch nachträglich berichten will, um ein Gesamtbild von holländischen Stadt-OLs zu vermitteln. Der Reiz daran teilzunehmen, entstand bereits mit dem Blick auf die außergewöhnliche Struktur der malerischen drei Kleinstädte, die in Deutschland kaum jemand kennt, in einer ländlichen Region östlich von Rotterdam. Allesamt sind sie im Grundriss sternförmig angelegt, umschlossen von Deichen, Stadtmauerresten, Stadttore, Flussabschnitte, Kanäle und Hafenbecken. Es handelte sich also um geschichtsträchtige, wehrhafte Stadtanlagen, was auch noch mit einer Vielzahl an alten Kanonen auf und in den Gemäuern dokumentiert wurde. Auch die klassischen Windmühlen neben den schmucken Bürgerhäusern durften nicht fehlen, so dass wir bei herr-

lich sonnigem Wetter ein Holland „aus dem Bilderbuch“ vorfanden.

Die erste Etappe (Mitteldistanz) in Heusden startete an einem Samstag Nachmittag neben einem kleinen Hafenbecken, weiter über eine Hebebrücke und vorbei an einem

Wehrturm, ehe es dann kreuz und quer durch die Stadt und über Deichanlagen ging. Knifflig wurde es vor allem in Wehranlagen, wo die schmalen, verwinkelten Einstiege mit Treppen ziemlich schlecht zu erkennen waren. Dass OL nicht immer ein Sport ohne Körperkontakt ist, musste ich bereits kurz nach dem Start erfahren, als mich ein stürmischer M 21-Läufer an einem Deichhang gegenläufig so heftig rammte, dass die Prellung an meinem linken Oberarm noch tagelang präsent war. Der Lauf endete auf einem idyllischen Platz mit gut besuchten Cafés und einem Pfannkuchenhaus, das wir gerne zur Einkehr nutzten.

Am Abend folgte nach Einbruch der Dunkelheit im Nachbarort Woudrichem ein Nachtsprint. Die besondere Atmosphäre im Halbdunkel eines praktisch verkehrsfreien Ortes mit den bewegten Lichtern aus den Stirnleuchten der Läufer ist immer etwas Besonderes. Das machte selbst mir Spaß, obwohl ich eigentlich kein Nacht-OL-Fan bin und ich kam besser zurecht als ich vorher dachte.



Historische Wehranlagen

Sonntag vormittags startete die Langdistanz-Etappe in der Kleinstadt Gorinchem direkt neben einer Windmühle. Besonderheiten waren hier eine Kanalüberquerung mit mehreren schmalen Stegen und ein Stadtviertel mit besonders vielen kleinen Durchgängen und

begrünten Innenhöfen, was zu sehr genauer Orientierung zwang. Am Ende wurde ich in der Gesamtwertung auch hier Dritter. Die Siegerehrung fand dann in einem Militär-Museum statt – auch nichts Alltägliches. Insgesamt nahmen 110 Läufer an der Veranstaltung teil; eigentlich viel zu wenig für so ein attraktives Angebot. Wir nutzten zudem die Gelegenheit, das in der Nähe befindliche Weltkulturerbe in Kinderdijk-Elshout mit 19 Windmühlen auf engstem Raum, die zur Polderentwässerung in der Epoche vom 17. bis 19. Jahrhundert dienten, zu besichtigen. Ich kann somit den bayerischen OL-Freunden nur empfehlen, einmal OL in Holland zu genießen, wo es übrigens auch Waldetappen gibt, ähnlich wie im benachbarten flandrischen Belgien.

Text und Bilder:
Ralph Meißner



Spannende Stadtarchitektur

Brücken und Kanäle - typisch Holland eben

gehörten. Im Ergebnis erreichte ich in meiner doch relativ stark besetzten Kategorie einen für mich überraschenden 3. Platz; Britta belegte den 12. Rang. Wir ließen es uns natürlich nicht nehmen, anschließend gemütlich durch das schöne und blitzsaubere Maastricht zu bummeln

Prague Easter 2019

Oster-OL im Böhmischem Paradies

Schon in den vergangenen Jahren war es für ein kleines Deggendorfer / Bamberger Team zur Tradition geworden, die Wettkampf-Saison mit der Teilnahme am „Prague Easter“ im tschechischen Sandsteingebirge ca. 90 km nordöstlich von Prag einzuläuten. Nun ja, in diesem Jahr war es durch das sehr spät fallende Ostern nicht wirklich ein Saisonanstieg, aber angesichts des doch recht anspruchsvollen Geländes war es durchaus vorteilhaft, schon den einen oder anderen Wettkampf absolviert zu haben. Los ging's am Karfreitag für Udo, Christian, Jonas und mir trotz der gut 4-stündigen Anreise recht entspannt, da die Organisatoren unseren Wunsch nach späten Startzeiten am ersten Tag berücksichtigt hatten. Bei einem internationalen Starterfeld mit mehr als 1.600 Läufern sicher nicht selbstverständlich. Anders als in den vergangenen Jahren befand sich das Wettkampfbüro für alle drei Tage am selben Ort, nur wenige Minuten Autofahrt südwestlich von Česká Lípa. Da aber die erste Etappe auf einer etwas entfernteren Karte stattfand, war ein Bus-Shuttle zum Start eingerichtet worden. Für uns ein Novum, das aber Dank der sehr kurzen Abfahrtsintervalle keine Schwierigkeit für das rechtzeitige Erscheinen am Start darstellte.

Die Karte der ersten Etappe war uns zwar schon aus vorangegangenen Jahren bekannt, doch dieses Mal führten die Bahnen in einen ganz anderen Bereich und damit auch in neues Gelände. So gab es hier gut belaufbare Abschnitte auf der Hochfläche, aber auch die typischen, tief eingeschnittenen und von Felswänden gesäumten Täler fehlten nicht. Und hier brachten einige Postenstandorte, bzw. der kürzeste Weg dorthin, nicht ganz so schwindelfreie Läufer wie mich ordentlich ins Schwitzen. Auch waren Ortskenntnisse eindeutig von Vorteil, wie sich an einem sehr steilen und mit Felsen durchsetzten Hang, den es hinunterzusteigen galt, zeigte. Ein halbwegs sicherer Abstieg zwischen den Felsen war im manns-hohen Fichtenaufwuchs kaum auszumachen. Erst durch einen älteren Herrn, der sich offensichtlich auskannte und ohne abzu-bremsen den Hang hinunter verschwand, entdeckte ich einen winzigen, steilen aber sicheren Pfad hinunter.



Jonas Friebe im tschechischen Fichtenwald

Insgesamt war es ein schöner Wettkampfauftritt in abwechslungsreichem Gelände, wenn auch so mancher Posten unnötigerweise in ziemlich grünen Bereichen versteckt war.

Das frühlingswarmen und sonnigen Wetter vom Freitag setzte sich auch am Samstag fort, also hieß es erst einmal, einen noch nicht belegten schattigen Platz neben einem der vorhandenen Zelte zu ergattern. Nur zu viert hatten wir kein eigenes Teamzelt mitgebracht und die Variante vom Vortag, das Auto als Schattenspender zu nutzen, wollte keiner wiederholen, denn die Parkplatz-Wiese war aufgrund der Trockenheit so staubig wie ein Sandkasten. Die Karte der zweiten Etappe grenzte unmittelbar an das Wettkampfbüro; der Start war diesmal also zu Fuß erreichbar. Bei einer 2 km langen Strecke hieß es aber auch heute genug Zeit einzuplanen, zumal explizit auf einen „schwierigen“ Anmarsch hingewiesen wurde. Warum, zeigte sich gleich hinter dem Wettkampfbüro, wo es erst einmal steil und weglos in ein tiefes Tal hinunter ging und auf der anderen Seite ebenso wieder hinaus. Immerhin hatten wir so schon mal einen ersten Einblick, welches Gelände uns erwartete und das Aufwärmen vor dem Start war auch schon erledigt.

Nach der verkürzten Distanz am ersten Tag stand heute eine Langdistanz auf dem Programm, die vor allem durch Höhenmeter geprägt war. So ging es gleich zu Beginn in ein strukturreiches Talssystem in dem Feinorientierung zwischen vielen kleinen Felsformationen gefragt war. Danach wurde mit einigen langen Schlägen die halbe Karte überquert, kleine Bachtäler, verwinkelte Hänge und schöne Routenwahlmöglichkeiten inklusive. Am Schluss hieß es dann noch einmal alle Kräfte zu mobilisieren: die letzten, eigentlich dicht zusammen liegenden Posten waren in einem weiteren kleinen Talssystem schön auf die verschiedenen Hänge mit knackigen Anstiegen verteilt. Die erhoffte Erholung im Ziel musste dann aber noch etwas warten: für die kürzeren Bahnen wie



Das Team aus Bamberg und Deggendorf beim Prague Easter

meiner gab heute ein anderes Ziel als für die langen Bahnen, die direkt im WKZ ankamen. Und so befanden wir uns auf halbem Wege zum Start, sodass wir auch noch einmal das tief eingeschnittene Tal von Hinweg durchklettern durften. Am Nachmittag blieb noch Zeit für einen Ausflug und so unternahmen wir eine kleine Wanderung entlang eines nahegelegenen Sees zu einer historischen Steinbrücke und einem idyllischen gelegenen Wasserfall.

Die dritte Etappe am Ostersonntag führte über die unmittelbar östlich angrenzende Karte, welche die Läufer der langen Bahnen schon gestern auf dem Schlusstück kennengelernt hatten. Durch die Nähe zum Wettkampfbüro war auch der Weg zum Start nur kurz. Für allgemeines Erstaunen und Belustigung sorgte hier eine offensichtlich aufgescheuchte Wildsau, die im Schweinsgalopp über den Acker und zwischen den zum Start gehenden Läufern hindurch ins gegenüberliegende Gebüsch preschte. Obwohl so nahe an der Karte vom Vortag, überraschte diese Etappe mit ganz anderem Gelände: gleich zu Beginn ging es auf einen kleinen Hügel, der zwar nicht allzu steil, dafür aber sehr fein strukturiert war und es hohe Konzentration erforderte, im Wirrwarr aus Steinen, Mulden und kleinen Felsen nicht die Richtung zu verlieren. Im Anschluss folgte ein schönes Mosaik aus Wiesen, gut belaufbarem Wald aber auch dichtem Grün und Kahlschlagflächen, das mit einem Netz aus Wegen, Bächen und Gräben und nur mäßig steilen Hängen interessante Routenwahlmöglichkeiten

bot. Über einen Großteil dieser Strecke lief ich fast ständig in Sichtkontakt mit einer Konkurrentin, mit immer wieder wechselnder Führung. Ein ordentlicher Ansporn und so wurde es für mich dann auch zum gelungensten Lauf dieses Wochenendes.

Mit der geplanten frühzeitigen Abreise mussten wir uns dann aber doch etwas gedulden, da Christian erst als einer der letzten auf eine lange Bahn gestartet war. Dass die Startzeiten gerade für die längsten Bahnen ans Ende gelegt wurden, sodass für viele Läufer beim Erreichen des Ziels auch die Verpflegungsstände schon geschlossen hatten, war für uns alle etwas unverständlich. Das war aber eigentlich auch der einzige Kritikpunkt bei einer ansonsten wirklich gut organisierten Veranstaltung. Alles in allem war es ein schönes Wettkampfwochenende in interessantem Gelände und bei bestem Wetter, das durchaus Lust auf eine Wiederholung gemacht hat.

Text: Anne Schneider
Bilder: Anne Schneider, obkotlarka.cz



Niederbayerische Meisterschaft

Schmetterlinge im Stadthallenpark

Im April fand die Niederbayerische Meisterschaft im Orientierungslauf in Deggendorf statt. Der SV Mietraching hat sich als Ausrichter das schöne Donaugelände mit abwechslungsreichen Parkanlagen und dem Hochschulgelände ausgesucht. Die Läufer durften das zur Landesgartenschau 2014 neu gestaltete Gelände mit vielen kleinen Details bei strahlendem Sonnenschein genießen. Die ca. 100 Läufer mussten auf den Bahnen der verkürzten Mitteldistanz nicht nur ihr Tempo hochhalten, wie es typisch für ein offenes Sprintgelände ist, sondern auch immer im Blick behalten, wie der nächste Posten anzu-
laufen ist. Dies war vor allem bei der längsten Bahn mit knapp 5 km Luftlinie und 34 Posten nicht immer leicht. Die Bahnleger Maria und Korbinian Lange hatten viele Schmetterlinge und Schleifen eingebaut, um so ständig die Läufer orientierungstechnisch zu fordern. Offene Parkanlagen entlang der Donau wechselten sich mit vielen



Zukünftige
Medaillenhoffnung?

verzweigten Wegen zwischen Blumenbeeten und großen Spielplätzen ab. Einen Kontrast dazu bot der Campus der Technischen Hochschule mit den vielen versetzten Gebäuden und Durchgängen. Zudem erschwerte eine Eisenbahnlinie und ein unpassierbarer Bach quer durch die Karte die Routenwahl.

In den einzelnen Kategorien gab es einige spannende Entscheidungen, doch nicht jeder konnte die Konzentration bei hohem Lauftempo aufrecht-
erhalten. So gab es auch einige vergessene oder falsche Posten, die so manchem Läufer eine Medaille kostete. Trotz der Anstrengung sah man im Ziel überwiegend zufriedene Gesichter und der Nachwuchs dürfte sich zudem über einen verführten Schokoladen-Osterhasen freuen.

Text: Maria Lange
Bild: Petra Lange

Bezirksmeisterschaft Oberpfalz



Hitze in der „Räuberhöhle“

Bei extremen Temperaturen fanden in der Räuberhöhle die Oberpfälzer Bezirksmeisterschaften im Orientierungslauf statt. Neben einem anspruchsvollen Gelände mit vielen Höhenmetern, Felsformationen und Unterbewuchs waren die Temperaturen noch eine besondere Herausforderung. Der trockene Boden lies im Wald bei Nittendorf Staubwölkchen aufsteigen, die trotz der vielen Schweißtropfen aufgrund der großen Hitze nicht gebändigt werden konnten. Die Läufer benötigten dadurch alle etwas längere Zeiten auf ihren Strecken, als es die Bahnangaben bei Länge und Höhe im Vorfeld erwarten ließen.

Riccardo Casanova, der kurz danach zur Junioren Weltmeisterschaft fuhr, gewann die Herren 19 für den SV Burgweinting, Marei Lehner vom TSV Bernhardswald holte sich den Bezirkstitel bei den Damen 19. Bezirksfachwart Thomas Döhler dankte der OLG Regensburg für die Durchführung der Meisterschaft im Rahmen der Regensburg OL-Tour. Diese bot auch dieses Jahr sechs Mal die Möglichkeit im Raum Regensburg an einem OL teilzunehmen.

Text: Thomas Döhler

Gaumeisterschaft Coburg & eine neue Gaufachwartin

Johanna Knauer übernimmt von Günter Rödel

Unter der Gesamtleitung der neuen Gaufachwartin im Orientierungslauf, Johanna Knauer, besser bekannt unter ihrem früheren Nachnamen Scheler (vor der Heirat), richtete die OL-Abteilung des TV Coburg-Neuses die diesjährigen regionalen Meisterschaften aus. Damit hat der Turngau eine kompetente, äußerst erfahrene und erfolgreiche Orientierungsläuferin als Mitarbeiterin gewonnen, die das Amt vom sehr verdienten, langjährig tätigen Günter Rödel übernahm.

Wolfram Pohl verstand es knifflige Bahnen in den Callenberger Forst zu legen. So gab es je nach Altersklasse 4 verschieden lange Strecken zwischen 2 und 5 Kilometer Luftlinie. Start und Ziel war unterhalb des Schlosses Callenberg. Routenwahl war wie so oft entscheidend, denn auf den Direkttrouten verbargen sich oft mehr Höhenmeter als auf den Umlauftrouten, die über die Wege führten. Und so nutzten viele ihre Chance, regional erfolgreich zu sein.

In der Klasse H 12 gewann Robin Tippelt vom TV Ketschendorf vor Fynn Böhme TV Coburg-Neuses.

Bei den Mädchen in der Klasse D12 gewann Ida Bohl. In der Klasse H14 wurde Emil Bohl Gaumeister. Klara Holzhaus gewann die Klasse D14, gefolgt von ihrer Schwester Luise, die den 2. Platz belegte. In der Klasse D18 siegte Antonia Jacobi, in der H18 holte sich Anton Tatzel die Goldmedaille, Silber gewann Daniel Cionoiu, alle vorigen TV Neuses. Die

Herren-Elite war fest in Ketschendorfer Hand. Hier gewann Alexander Tippelt vor Tobias Geiger und Christian Martin. In der H35 holte sich Björn Kramer von der TSG Creidlitz den Gaumeistertitel. Die Damen-Elite gewann die Gaufachwartin Johanna Knauer vor ihrer Vereinskameradin Sigrun Haaf, beide TVN. In der Damen 35 siegte Katja Böhme, die D45 gewann Carolin Tramontana, zweite wurde hier Anja Jacobi, alle TV Neuses. Die am stärksten besetzte Laufklasse war die D55, hier wurde Martina Huth Gaumeisterin vor Irma Schwarzkopf, dritte wurde Ulrike Neidiger-Pohl vor Ruth Bock und Gabi Dötsch alle TVN, den 6. Platz errang Kerstin Kircher TV Ketschendorf. Bei den Männern in der H55 und H65 war wieder der TV Neuses am Drücker. Es gewann Stefan Kirsch vor Anndré Böhme und Roland Huth. In der H65 gewann Herbert Hülss.

Text: Johanna Knauer,
Ralph Meißner
Bild: Angelika Weid



Gaufachwartin Johanna Knauer

Bezirksmeisterschaft Oberfranken

Wenige Teilnehmer in interessantem Laufgebiet

Im Juli 2019 veranstaltete der MTV Bamberg zum 6. Mal die Bezirksmeisterschaft Oberfranken. Als Laufgebiet hatten wir uns für den Michelsberger Wald entschieden. Es ist das mit Abstand interessanteste Bamberger Laufgebiet mit einer von Dieter Oechler aufgenommenen und aus Anlass des diesjährigen Bayerncups gerade wieder aktualisierten Karte.

Start und Ziel lag beim Bamberger Wohngebiet „Wildensorg“. Wegen Forstarbeiten in den letzten Jahren ist die Belaufbarkeit in diesem Kartenteil bedingt durch viel Totholz insbesondere auf den Schneisen nicht so einfach. Während die langen Bahnen davon nicht so stark betroffen waren, traf das bei den mittleren Bahnlängen umso mehr zu. Als sich nach dem Lauf mehrere Starterin-

nen der älteren Damenklassen, die genau auf diesen Bahnen unterwegs waren, beim Bahnleger bedankten, war ich doch einigermaßen überrascht. Nicht wegen der von Roger Helling traditionell guten Bahnlegung, sondern wegen des ruppigen Geländes hatte ich anderes erwartet, denn beim Postensetzen hatte ich so meine Probleme damit.

Die Veranstaltung fand bei schönem Sommerwetter statt. Vielleicht war es etwas zu warm, auch wenn es nicht mehr die ganz große Hitze des Junis war. Etwas enttäuscht waren wir über die Teilnehmerzahl. Mit 22 Startern (ohne mittelfränkische Rahmenläufer) war es die mit Abstand geringste Beteiligung für eine vom MTV Bamberg durchgeführte Bezirksmeisterschaft. In den Jahren 2007 und 2013 hatten wir

jeweils 43 Starter, 2014, 2016 und 2017 waren es immerhin noch 34 oder 35 Teilnehmer von Vereinen des Turnbezirkes. Die meisten Aktiven kamen vom TV Coburg-Neuses, der 12 Bezirksmeister stellte. Der MTV Bamberg war nur mit 2 OLern am Start, die Beide ihre Altersklassen gewannen. Der TV Ketschendorf startete mit 4 Läufern, wobei die 2 Schüler die Rahmenklasse Schüler B für sich entschieden. Irgendwie war der Termin scheinbar ungünstig, allein von Bamberger Läufern waren 4 OLer durch Familienfeierlichkeiten verhindert. Michael Fiedler als Bezirksfachwart zog trotzdem ein positives Fazit, da es trotz der geringen Teilnehmerzahl eine gelungene Veranstaltung war.

Text: Heinz Peter Simon



Coburger OL'er ermitteln ihre Winterlaufserien-Sieger

Seit einigen Jahren veranstaltet der TV Coburg-Neuses eine Winterlaufserie für die oberfränkischen Orientierungsläufer. Diese konnten in den insgesamt vier Wertungsläufen zeigen, wie sich das Training der Wintermonate ausgewirkt hat. Bereits im Dezember des vergangenen Jahres fand der erste Lauf im Rahmen der Wintersonnwendfeier des TV Coburg-Neuses an der dortigen Turnhalle statt. Dabei ging es für die Orientierungsläufer in der Dunkelheit des Abends nur mit einer Stirnlampe ausgestattet auf die drei unterschiedlich langen und schwierigen Strecken im Ortsteil Neuses, aber auch rund um den Goldbergsee. Das Orientieren in der Dunkelheit war dabei für viele eine Herausforderung. Für den zweiten Wertungslauf trafen sich die Läufer im Januar im Ortsteil Scheuerfeld, um ihr Orientierungsvermögen diesmal bei Tageslicht aber mit Starkregen unter Beweis zu stellen.

Der TV Coburg-Neuses lud die Orientierungsläufer im Februar für den nächsten Wertungslauf nach Dörfles-Esbach ein.

Beim letzten der vier Wertungsläufe kam es schließlich in dem etwas entfernt des Coburger Landes liegenden Rauenstein zu spannenden Positionskämpfen um den Gesamtsieg in den einzelnen Kategorien. Denn die Punktzahlen der besten drei Läufe der Serie wurden letztlich gewertet. Auf den Strecken durch das bergige Ortsgebiet unterhalb der Triniushütte mussten die Läufer ihre Ausdauer und Konzentrationsfähigkeit unter Beweis stellen. Denn sowohl die langen Routenwahlen als auch die verzweigten Straßen und Pfade verlangten den Orientierungsläufers noch einmal viel ab und so blieb es bis zum Ende spannend, wer sich den Gesamtsieg in der jeweiligen Kategorie einholen würde.

Auf der langen Bahn konnte sich bei den Herren letztendlich Alexander Tippelt vom TV Coburg-Ketschendorf den Gesamtsieg einholen, da sein Konkurrent Benjamin Vetter nicht bei allen Wertungsläufen punkten konnte. Bei den Frauen gewann Johanna Scheler, bei den Schülern Anton Tatzel punktgleich mit Daniel Cionoiu und bei den Schülerinnen

Antonia Jacobi (alle TV Neuses) die Siegespokale. Auf der mittleren Bahn konnte sich bei den Frauen Anne Schneider und bei den Herren Heinz-Peter Simon (beide MTV Bamberg) schließlich den Gesamtsieg einholen. In den Schüler-Kategorien auf dieser Strecke konnte Emil Bohl den Gesamtsieg erlaufen, während es die beiden Schülerinnen Luise Holzhaus und Magdalena Schopf (alle TV Neuses) bis zum Ende spannend machten und sich schließlich punktgleich den Pokal teilten. Die kurze Strecke gewann bei den Schülerinnen Josephine Streichert vom MTV Bamberg mit voller Punktzahl vor Ida Bohl und Silvia Fredenhagen (beide TV Neuses). Bei den Schülern konnte Robin Tippelt vom TV Coburg-Ketschendorf den Pokal mit nach Hause nehmen. Michaela Cionoiu (TV Neuses) holte sich bei den Frauen auf der kurzen Strecke den Gesamtsieg.

Text und Bild: Johanna Scheler



Fröhlicher Abschluss der Winterlaufserie

Vielfältige Orientierungssport-Woche des OLV Landshut

Es muss nicht immer (Fuß-)OL sein!

Orientierungslauf (OL), Präzisionsorientieren (Trail-O), Mountainbike-Orientieren (MTB-O) – innerhalb einer Woche organisierte der OLV Landshut Wettbewerbe in drei der vier Orientierungssportarten. Nur Ski-OL fehlte – mangels Schnee Ende Mai.

Zunächst wurde im Landshuter Hofgarten der OL und Trail-O zum World Orienteering Day nachgeholt, nachdem die Veranstaltung wegen Unwetters eine Woche zuvor ausfallen musste. Parallel hatten die Teilnehmer Gelegenheit, beide Orientierungssportarten zu absolvieren, was auch die meisten Starter nutzten. Beim OL hatte Heike Oechler sehr steile Bahnen ins Hofgartengelände gelegt, auf denen die Läufer trotz der Regenschauer gehörig ins Schwitzen kamen. Die Siege gingen beide an die Gastgeber: auf der langen Bahn setzte Christoph Körner die Bestzeit, auf der kurzen Bahn war Moritz Oechler der Schnellste.

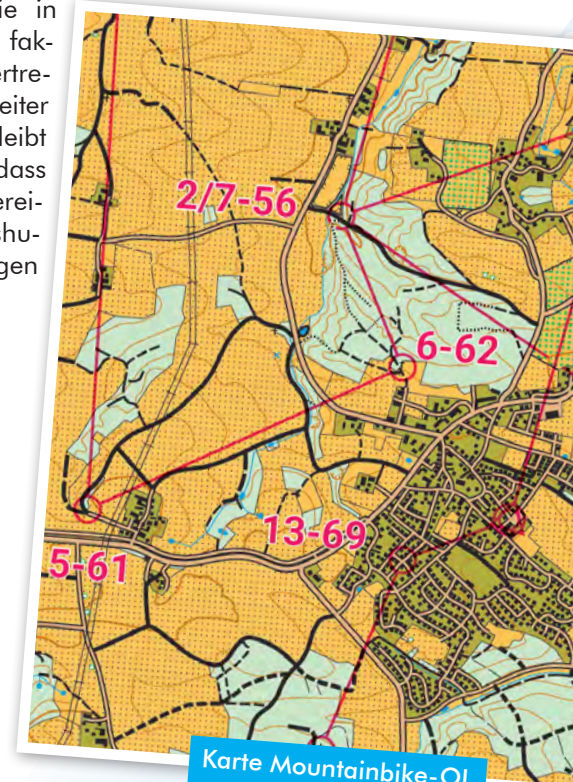


Die Besonderheit an diesem Tag stellte jedoch der von Ralph Körner organisierte Schnupper-Trail-O dar. Der erste seiner Art in Landshut und erst der zweite in Bayern überhaupt – nach dem Schnupper-Trail-O ein paar Wochen zuvor beim JLVK. Sechs PreO-Posten und eine Zeitkontrolle galt es zu absolvieren, der gesamte Wettkampf spielte sich auf einer Länge von nur 300 Metern im Spielplatzbereich des Hofgartens mit einer Karte im Maßstab 1:2000 ab. Dass das Präzisionsorientieren selbst für erfahrene OL-Sportler nicht ganz trivial ist, zeigte sich daran, dass keiner der knapp 30 Teilnehmer fehlerfrei mit voller Punktzahl über die Strecke kam. Dennoch gab es etliche sehr gute Leistungen, vor allem bei der Zeitkontrolle wurden teilweise sehr gute Ergebnisse erzielt. Den Sieg sicherte sich Jakob Oechler.

Zwei Tage später ging es ein paar Kilometer weiter östlich nach Adlkofen, wo Florian Lang die Bahnen für das 2. Adlkofer Mountainbike-Orientieren gelegt hatte. Auf den „Adlkofer Höhen“ warteten interessante Routenwahlen und ein Wechsel aus Asphaltstraßen, Schotterwegen und Mountainbike-Trails auf die Teilnehmer; die Karte hatten den Maßstab 1:20000 und eine Äquidistanz von 10 Metern. Diesmal war das Wetter ideal: Sonne und leichte Bewölkung. Mit knapp 40 Startern wurde die Teilnehmerzahl gegenüber dem Vorjahr um die Hälfte erhöht, ist aber weiterhin noch ausbaufähig. Rund 21 Kilometer Luftlinie und knapp 30 Kilometer Fahrstrecke galt es auf der langen Runde zu absolvieren. Hier waren die MTBO-Spezialisten Jana Faltejsková und Lukáš Faltejský vom SV Mitraching nicht zu schlagen. Auf der kurzen Runde mit 9 Kilometern Luftlinie und rund 11 Kilometern Strecke setzten Ilka Rathje-Kühler (OC München) und Ralph Körner (OLV Landshut) die Bestzeiten, die Kids-Kategorie gewann Jonas Dünzinger (OLV Landshut). Wer die Aufgaben des Trail-O selbst noch lösen möchte, findet auf www.ol-bayern.de/trail-o die PreO-Karte, die Fotos der einzelnen Stationen, die Karten der Zeitkontrolle und die Lösungskarte!

In der Hoffnung weiter steigender Teilnehmerzahlen wird der OLV Landshut auch im kommenden Jahr wieder einen Trail-O (dann mit 15 bis 20 Posten und 1 bis 2 Zeitkontrollen) und ein MTBO-Event im Raum Landshut anbieten, um auch die übrigen Orientierungssportarten, die in Bayern sonst faktisch nicht vertreten sind, weiter zu pflegen. Bleibt zu hoffen, dass andere Vereine dem Landshuter Beispiel folgen werden.

Text und Bilder: Ralph Körner



Karte Mountainbike-OL

Bayerische OL-Vereine engagieren sich in den Schulen

Aber es ginge noch mehr!

Schulwettkämpfe im Orientierungslauf sind Maßnahmen, die neben ihrem pädagogischen Wert den Bekanntheitsgrad der Sportart fördern und Gelegenheit geben, Nachwuchswerbung zu betreiben. Deshalb engagieren sich mehrere bayerische OL-Vereine bereits seit Jahren in ihrer Region und organisieren bemerkenswerte Maßnahmen.

Der TV Coburg-Neuses organisiert bereits seit 20 Jahren unter der Leitung von Angelika Weid für verschiedene Coburger Schulen Orientierungsläufe im Rahmen des Schulunterrichts. Dabei erreichen die Teilnehmerzahlen bis zu 1000 Schülern pro Jahr. Zudem werden diese Maßnahmen auch im Rahmen des World Orienteering Day angeboten. Für den SV Mietrachting organisieren die Familien Lange und Vogl seit mittlerweile 15 Jahren Schul-OLs. Pro Jahr beteiligten sich daran immer 3 bis 5 Schulen mit insgesamt ca. 500 bis 600 Schülern. Der langjährige LFW Alfons Ebneht organisiert seit einigen Jahren für bis zu 12 Schulen in Regensburg und Neumarkt Schulwettkämpfe, so auch im Mai 2019 mit 7 Schulen.

Da es im Regelfall dafür keine Mittel von den Schulen bzw. den Schülern gibt, unterstützte der Förderverein OL Bayern in diesem Jahr die Maßnahmen finanziell quasi als „Impuls-Programm“ für Schul-OLs. Auch für andere Vereine könnte dies ein Ansporn sein.

Unterstützung bietet dazu auch unser OL-Freund Dr. Jörg Roche an, der am Rande des Ehemaligen- und Seniorentreffens folgende Anregung gab: „OL'er haben nach wie vor offene Türen im Kultusministerium (KM) und bei der Bayerischen Landesstelle für den Schulsport (Lapo). Bei Letzterer ist der Chef Mar-

tin Zangerl ein begeisterter OL'er. Wir machen einige Lehrgänge zum Schul-OL, auch Themen wie Inklusion und Integration, Sprache und Sport etc. zusammen. Wenn die OL-Vereine, so wie in Coburg etwa, mitziehen würden, ließe sich landesweit ein gutes Programm gestalten! Das KM kann ich sicher noch dafür begeistern. Es bedürfte aber einer durchdachten Strategie, die auf Langfristigkeit ausgerichtet ist, also etwas Mutiges und Innovatives. Unser Buch Orientierungslauf in der Schule, im Auer-Verlag erschienen, ist ein echter Bestseller. Die ersten Auflagen waren innerhalb von Wochen verkauft. Außer mir sind Martin Zangerl, Ute Arzberger und Angelika Daschiel

aus Traunstein Autoren. Eigentlich müsste man jetzt einen weiteren Band ausarbeiten, z.B. „Schule und Verein“.

Alfons Ebneht hat versucht, im Herbst ein Seminar mit Vereinsvertretern zu diesem Thema zu veranstalten. Leider fanden die Vereine keine Zeit oder kein Interesse. Eine vertane Chance? Vielleicht lässt sich in einem zweiten Versuch doch noch etwas erreichen, z.B. unter der Leitung der Mitarbeiterin „Schule und Verein“ im Landesfachausschuss?

Bericht: Ralph Meißner

Bild: Angelika Weid



„Im Herzen bleibt man immer OL'er“

Ehemaligen- und Seniorentreffen in Hetzenbach

Als ich nach dem Skore-OL in die begeisterten Augen der angereisten ehemaligen Orientierungsläufer blickte und beim Geselligen Abend das intensive Stimmengewirr vernahm, wo sich alle soviel zu erzählen hatten, fiel mir der Satz von Fabian Scheler ein, der mir Ende letzten Jahres schrieb: „Im Herzen bleibt man immer OL'er.“ Und so war das „Ehemaligen- und Senioren-Treffen“, das ich im Namen des Fördervereins OL Bayern nach dreijähriger Pause wieder ausrichtete, ein voller Erfolg. Die meisten aktiven und nicht mehr aktiven OL'er trafen sich am Samstag nachmittags im Lindenhof in Hetzenbach zum Kaffee und Kuchen, bevor man gestärkt nach Süssenbach fuhr, um die eigenen OL-Fähigkeiten im „Felsenparadies“ zu testen. Alfons Ebneht hatte dort dankenswerter Weise ein anspruchsvolles Postennetz gelegt, das nichts für Anfänger gewesen wäre. Aber die „alten Hasen“ durften auch nicht unter ihrem Niveau gefordert werden und schnell war zu erkennen, wie der Ehrgeiz geweckt war. Viele der 29 Teilnehmer ließen es sich nicht nehmen, alle Posten und damit auch die Standorte in der höher gelegenen Felsregion anzulaufen und sie hatten orientierungstechnisch nichts verlernt. Auch Kratzer wurden dabei in Kauf genommen.

Zum gemeinsamen Abendessen wiederum in Hetzenbach wuchs die Teilnehmerzahl sogar auf 34 Seniorenläufer an, darunter unsere Ältesten Willi Nirschl (München) und Paula Weiß (Pfaffenberg). Ich konnte die Grüße von weiteren 24 aktiven und ehemaligen Seniorenläufern überbringen, die aus verschiedenen Gründen nicht teilnehmen konnten und dies sehr bedauerten. Später

nutzte ich die Gelegenheit, Aktuelles über den bayerischen OL zu berichten, wobei wir zu unserer gemeinsamen Freude feststellen konnten, dass es trotz vieler Veränderungen auch immer noch Dinge gibt, die wir vor ca. 30 bis 40 Jahren „erfunden haben“, z.B. den Bayerncup, den Wolpi-Pokal, das OLI, und die Teilnahmen am ARGE-ALP-Cup. Gutes hält sich halt länger! Der Rest des Abends war ein Selbstläufer. Man hatte sich vieles zu erzählen, schaute alte Bilder an und konnte sich auch noch OLI-Exemplare, OL-Kar-

Sportart noch in zwei Verbänden organisiert war. Willi Nirschl vertrat den OL im Deutschen Skiverband, bevor die Zuständigkeit komplett an den Deutschen Turnerbund überging. Auch hier arbeitete er engagiert für die Entwicklung unseres Natursports weiter. Im Fachausschuss OL Bayern übernahm er das neu eingeführte Ressort „Umwelt und Forst“, womit der bayerische OL eine Vorreiterrolle unter den Landesturnverbänden einnahm. Als stellvertretender Leiter der Oberforstdirektion in München war Willi Nirschl fachlich prädestiniert für dieses Ehrenamt und machte sich unschätzbar verdient bei der Zusammenarbeit mit den Forstämtern und Jägern. Er förderte das gegenseitige Verständnis und Vertrauen unter den Waldnutzern und „öffnete dabei Türen“ bei der sportlichen Nutzung der Wälder.

Als Dauerabonnent des OL-Info blieb er bis ins hohe Alter mit dem Ohr am Geschehen. So trat er auch nach der Gründung des Fördervereins OL Bayern 2014 als Mitglied ein. Gerne nahm er an den Ehemaligen- und Seniorentreffen des Fördervereins teil, zuletzt im Mai dieses Jahres, wo er die gesellige Runde am Abend aktiv und humorvoll mitgestaltete. Auch deshalb werden wir Willi besonders gut in Erinnerung behalten. Unser großer Dank gilt aber vor allem seiner wertvollen Lebensleistung für den bayerischen OL.

Text und Bild: Ralph Meißner



Teilnehmer des Ehemaligentreffens

ten und Souvenirs von der Bayerischen O-Tour mitnehmen. Für das Sonntagsprogramm hatte sich dann die Teilnehmerzahl halbiert, was dem Spass keinen Abbruch tat. Bei schönstem Wetter durchstreiften wir mit der City-OL-Karte die Regensburger Altstadt und kehrten in einer italienischen Eisdielen ein, bis man sich nach und nach verabschiedete. Auf vielfachen Wunsch nahm ich als angenehme Verpflichtung mit, dass die Veranstaltung weiterhin im Angebot bleiben soll.

Zum Gedenken

Leider ereilte uns im Herbst die traurige Nachricht, dass unser OL-Pionier Willi Nirschl im Alter von 89 Jahren verstorben ist. Er gehörte Anfang der siebziger Jahre zu den Gründern des OL in Bayern, als die

Der Förderverein OL Bayern

ein wertvoller Bestandteil des bayerischen OLs

Wolpi-Pokal 2019

OL-Gruppe des TSV Natternberg erhält den Wanderpreis

Der Wolpi-Pokal wird bereits seit Anfang der 80er Jahre als „Wanderpreis“ für besondere Verdienste um die Entwicklung des Bayerischen OL's verliehen. Die Vergabe liegt seit 2018 in den Händen des „Förderverein OL Bayern“ im Zusammenwirken mit dem Landesfachwart / der Landesfachwartin OL und dessen / deren Stellvertreter/-in. Anlässlich des ersten Bayerncup-Wochenendes in Mitraching löfnete der Vorsitzende des Fördervereins



Stefan Hötzing mit dem Wolpi-Pokal

Ralph Meißner das gut gehütete Geheimnis des neuen Preisträgers und überreichte die Trophäe an den TSV Natternberg und Stefan Hötzing als Verantwortlichen der OL-Gruppe. Er betonte dabei, dass der Fokus nicht nur auf den „großen“ OL-Vereinen und Abteilungen liegen dürfe. Vielmehr seien auch die weniger mitgliedsstarken Organisationen wichtig für die Basisarbeit mit Jugendläufern, der Durchführung von Veranstaltungen und der allgemeinen Verbreitung des OL's in Bayern. Der TSV Natternberg ist hierbei ein aktuelles Beispiel. Als Belohnung für die gute Arbeit gab es zudem noch eine Förderprämie über 100 Euro.

Die OL-Gruppe des TSV Natternberg wurde 2013 gegründet und leistete bereits in einem verhältnismäßig kurzen Zeitraum bemerkenswert erfolgreiche Jugendarbeit. So wurden schon 2016 bei Bayerischen Meisterschaften Titel und Medaillen errungen. Gleichmaßen gelangen Podestplätze in der Bayerncup-Wertung. Und so ließ der TSV Natternberg mit einem respektablen 5. Platz in der Vereinsjugendwertung der Bayerncups 2016 und 2017 aufhorchen.

Entscheidenden Anteil an dieser Entwicklung hat der Leiter der OL-Gruppe Stefan Hötzing, der schon seit seinen eigenen Jugendjahren beim TV Osterhofen ab 1983 an OL's teilnahm und diesem Sport immer aktiv verbunden blieb. Damit die Entwicklung in Natternberg weiter voran schreitet, hat er als nächstes Projekt die Aufnahme einer OL-Karte eines interessanten Waldgeländes initiiert, die kurz vor der Finalisierung steht. Der „Förderverein OL Bayern“ wird das Projekt finanziell unterstützen.

Text und Bild: Ralph Meißner

Der „Förderverein OL Bayern e.V.“ hat seit 2015 für 27 Maßnahmen Fördermittel in Höhe von mehr als 10.000 Euro zur Verfügung gestellt. Beispiele aus diesem Jahr sind die Finanzierung der Hoodies für den D-Kader, Unterstützung von drei Vereinen zur Durchführung von Schul-OLs und Teilfinanzierung der ersten Wald-OL-Karte für die kleine OL-Gruppe des TSV Natternberg (siehe Foto).

Grundsätzlich ist zunächst jeweils ein Antrag mit einem Formular zu stellen, das von der Webseite des Fördervereins heruntergeladen werden kann. Antragsteller können Gliederungen (FAOL, Vereine, Gaue usw.) bzw. deren Verantwortliche (LFW, LJFW, OL-Abteilungsleiter, OL-Vereinsvorsitzender usw.) oder Einzelpersonen (Jugendläufer bzw. deren Eltern, Eliteläufer) sein. Fördermittel kann es für bestimmte Maßnahmen wie hohe Teilnahmekosten an Wettbewerben oder Trainingslager (z.B. JWOC, EYOC, Alpen-Adria-Länderkampf) oder Beschaffung von Material (SI-Schulset, Material für Schulfeldkämpfe, oder wie oben bereits erwähnt Kader-Bekleidung, Kartenprojekte kleiner Vereine usw.) sein. Es handelt sich normalerweise um Zuschüsse (Teilfinanzierung) unter Berücksichtigung eines Eigenanteils der Antragsteller.



Des Weiteren wurde die Zuständigkeit für die redaktionelle Arbeit und den Vertrieb des OL-inform, sowie die Verleihung des Wolpi-Pokals (erstmalig mit Förderprämie!) vom Landesfachausschuss übernommen. Zudem kann der Förderverein auch als Veranstalter auftreten, wie bei der „Bavarian-O-Tour 2018“ unter Einbeziehung von fünf OL-Vereinen geschehen, was zur Imagesteigerung des Bayerischen Orientierungslaufs beitrug und wertvolle Einnahmen generierte.

Der Verein hat derzeit **86 Mitglieder** und wir würden uns natürlich freuen, wenn sich diese Anzahl noch etwas erhöhen würde. Vielleicht kann die Lektüre dieses Heftes noch einige Nichtmitglieder motivieren, dem Förderverein beizutreten und damit die Solidarität mit der bayerischen OL-Gemeinschaft ausdrücken. Außerdem würden wir uns auch über neue OLI-Abonnenten freuen. Da der Verein natürlich nicht nur auf der Basis von Mitgliedsbeiträgen effektiv arbeiten kann, sind Spenden sehr willkommen.

Bitte betreibt in diesem Sinne Werbung in euren Vereinen, denn das Geld kommt 1:1 dem bayerischen OL zugute.

Weitere Informationen hierzu können der Webseite entnommen werden:

<http://foerderverein-ol.bayern/>



Kartenprojekt des TSV Natternberg - Unterstützt vom Förderverein

Ergebnisse Bayern Cup 2019

DAMEN

Platz	Name	Verein	Punkte
D-12			
1.	Laura Faltejisková	SV Mietraching	381.57
2.	Sarah Ahlbrecht	OLG Regensburg	380.63
3.	Luise Döhler	SV Pechbrunn	378.15
D-14			
1.	Lara Geiger	SV Mietraching	400.00
2.	Juliane Burgmair	OLG Regensburg	387.25
3.	Klara Holzhaus	TV 1894 Coburg-Neuses	367.78
D-16			
1.	Sarah Schöps	OLV Landshut	400.00
2.	Katharina Kraus	OLG Regensburg	382.06
3.	Antonia Jacobi	TV 1894 Coburg-Neuses	354.35
D-18			
1.	Kayla Ritzenthaler	TSV Jetzendorf	400.00
2.	Jasmin Hertel	OLG Regensburg	398.92
3.	Katrin Hertel	OLG Regensburg	353.47
D19-			
1.	Dianora Herashchenko	OC München	398.23
2.	Kristin Hagen-Ritzenthaler	TSV Jetzendorf	388.79
3.	Mareike Seeger	OLG Regensburg	386.04
D35-			
1.	Anna Enborg	OC München	400.00
2.	Blandine Ehrl	OL Forstern	391.84
3.	Jana Faltejisková	SV Mietraching	355.06
D45-			
1.	Gertrud Liebl	TV Osterhofen	391.81
2.	Milena Grifoni	OLG Regensburg	383.57
3.	Petra Weber	OLG Regensburg	353.06
D55-			
1.	Iris Bauer	TV Osterhofen	400.00
2.	Andrea Schultze	OLV Landshut	393.80
3.	Irma Schwarzkopf	TV 1894 Coburg-Neuses	379.75
D65-			
1.	Angelika Weid	TV 1894 Coburg-Neuses	400.00
2.	Gerda Kolloch	OC München	394.86

HERREN

Platz	Name	Verein	Punkte
H-12			
1.	Jack Hay	OC München	400.00
2.	Moritz Oechler	OLV Landshut	381.62
3.	Tobias Bittner	OLG Regensburg	376.45
H-14			
1.	Ole Magnus Baath	TSV Jetzendorf	396.88
2.	Daniel Cionoiu	TV 1894 Coburg-Neuses	388.90
3.	Jakob Oechler	OLV Landshut	372.22
H-16			
1.	Anton Tatzel	TV 1894 Coburg-Neuses	400.00
2.	Yannick Lieblich	OLG Regensburg	378.44
3.	Felix Fischl	SV Mietraching	342.16
H-18			
1.	Konstantin Kraus	OLG Regensburg	400.00
2.	Jonas Friebe	OLA TSV Deggendorf	309.28
3.	Benedikt Lehner	OLG Regensburg	297.97
H19-			
1.	Teodor Yordanov	OC München	400.00
2.	Riccardo Casanova	OLG Regensburg	381.50
3.	Philipp Schwarck	OLG Regensburg	363.21
H35-			
1.	Ronny Natho	OC München	399.81
2.	Andreas Enborg	OC München	393.51
3.	Ralph Körner	OLV Landshut	372.84
H45-			
1.	Uwe Weid	TV 1894 Coburg-Neuses	395.00
2.	Sergey Cherniavsky	OC München	384.06
3.	Peter Weinig	OC München	382.59
H55-			
1.	Helge Zoltner	OLV Landshut	393.31
2.	André Böhme	OLG Regensburg	377.55
3.	Veikko Baath	TSV Jetzendorf	376.52
H65-			
1.	Gerhard Werthmann	OLV Landshut	400.00
2.	Dieter Oechler	TV 1894 Coburg-Neuses	395.10
3.	Ralph Meißner	TV 1894 Coburg-Neuses	367.73
H75-			
1.	Viktor Jarkov	OLG Regensburg	400.00
2.	Georg Reischl	TV Osterhofen	388.72
3.	Rudolf Lorenz	OLA TSV Deggendorf	157.41

