

OLiNFORM

Ausgabe 2020



Vorwort

Es kam alles anders ...

Zu dieser Überschrift hat mich der Song „Es war ein anderer Sommer, es war ein anderes Jahr ...“ von der Band „Silbermond“ inspiriert. Wir haben etwas erlebt, was wir uns nie hatten vorstellen können und durchleben es noch immer. „Corona“ ist das bedrückende Wort des Jahres, was unser Tun täglich beeinflusste, in allen Lebensbereichen und natürlich auch im Sport. Doch ein bisschen was Gewohntes wollen Bernhard und ich bewahren: Die Herausgabe des OLI.

Natürlich präsentiert sich der Inhalt thematisch anders als in den Heften der letzten Jahre. Der normalerweise prall gefüllte OL-Kalender mit all den Events, über die wir berichten wollten, fand nicht statt. So gab es keine einzige Veranstaltung auf Bundesebene, also keine Deutschen Meisterschaften, Bundesrangliste oder den Jugendländervergleichskampf. Auch internationale Veranstaltungen waren eine Rarität. Aber es gab tatsächlich eine (fast) komplette Bayerncup-Saison mit drei Bayerischen Einzelmeisterschaften. Nur auf die Staffemeisterschaft mussten wir verzichten. Man kann dafür den drei ausrichtenden Vereinen und dem Landesfachausschuss nicht genug Dank und Lob aussprechen für diesen Hauch von Normalität, obwohl alle Veranstaltungen an einem „seidenen Faden“ hingen. So gibt es wenigsten darüber schöne Berichte. Auch die überschaubaren internationalen Veranstaltungen, an denen bayerische Läufer teilnehmen konnten, bringen schöne Farbtupfer ins Heft.

Des Weiteren geht der Blick etwas genauer als sonst auf regionale Läufe, wenngleich auch hier nicht alles stattfand wie geplant. Sie sollten uns anregen, vielleicht gerade auch wegen der Pandemie, die nächstes Jahr nicht schlagartig beendet sein wird, die Zeit zu nutzen, für unsere schöne „kontaktfreie“ Natursportart an der Basis zu werben. Wir berichten zudem über Lehrgänge und die Trainerausbildung, also wichtige Grundlagenarbeit für künftige erfolgreiche Arbeit im OL-Sport.

Schließlich haben wir uns noch etwas ausgedacht: Wenn man aus der Gegenwart nicht soviel berichten kann, hat man mehr Gelegenheit, ein paar Blicke in die Vergangenheit zu werfen. Michael Rödel entführt uns auf den „Knogl“ im Bayerischen Wald, eine der legendären bayerischen OL-Karten, und zieht dabei auf recht unterhaltsame Weise einen interessanten Vergleich zum OL von heute. Ich würde mich freuen, wenn er uns in den nächsten Jahren noch einige „Legenden“ in Erinnerung rufen würde. Mein persönlicher Beitrag unter der Rubrik „Erinnerungen“ befasst sich mit dem „OL in Europa“. Mit diesem Thema möchte ich beispielhaft zeigen, wie man aus Bildern, Karten und Texten Fotobücher gerade in diesen wettkampfarmen Zeiten strukturiert und kurzweilig gestalten kann. Der Artikel mündet in Kostproben aus dem Inhalt des Fotobuches, was man auf Sportreisen mit internationalen Events so alles erleben kann – hoffentlich auch wieder in der nahen Zukunft.

Ich bedanke mich bei allen Autoren, die mit ihren Berichten zum Erstellen des OLI beigetragen haben und die mir ausgesprochen termingerecht ihre Zuarbeit zur Verfügung stellten. Bernhard und ich wünschen euch nun viel Vergnügen bei der Lektüre. Bewahren wir uns zudem die Zuversicht für das nächste Jahr, wenngleich es realistisch gesehen noch keine Rückkehr zur gewohnten Normalität geben wird. Doch versuchen wir alles, um mit OL besser durch die schwierige Zeit zu kommen, denn gerade unsere Sportart ist prädestiniert dafür.

Ralph Meißner



Die OLI-Redaktion
Ralph & Bernhard Meißner

Impressum

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

Redaktion: Ralph Meißner
Satz & Layout: Bernhard Meißner
Titelbild: Bayer. Sprintmeisterschaft
(Foto: Thomas Döhler)

Bankverbindung Förderverein / OLI
Volksbank Raiffeisenbank Dachau
IBAN: DE50 7009 1500 0002 1038 34
BIC: GENODEF1DCLA



In diesem Heft

Landesebene (Bayern)

Landesebene - BM (Mittel) / 1.+2. BC Farchach	4-5
Landesebene - BM (Lang) / 3.+4. BC Selb (Teilnehmerbericht)	6-8
Landesebene - BM (Lang) / 3.+4. BC Selb (Veranstalterbericht)	9-10
BM (Sprint) / 5. BC Brennberg 6. BC, Otterbachtal	11-12
Ergebnisse Bayerncup + Bay. Meisterschaften	12-13
D-Kader Sommertrainingslager Landkreis Regensburg	14-15

Bundesebene (DE)

Sichtungswettkämpfe Bundeskader Regensburg	16
---	----

International

OL auf der Insel Laesoe Dänemark	17
1st Cyprus International Orienteering Festival Zypern	18-20
International - OOCup 2020 Frankreich	21-22
3 Peaks Orienteering Italien	23
O-Festival Tirol Österreich	24-25
Schweizer Mitteldistanz Meisterschaften - Auswertung Schweiz	26-27

Regional (Bayern)

Gaumeisterschaft Coburg Ketschendorf/Buchberg	28
LAOLA Landshut	29
Mountainbike-Orientieren Adlkofen	30
Landshut-Pokal im Trail-O Landshut	31-33
Orientierungslauf per App Coburg	34-35

Erinnerungen

OL-Karten mit Geschichte(n)	36-38
In Europa auf Tour	39-42

Verschiedenes

Trainerausbildung	43-44
Neue O-Sport-Homepage	45
Virtuelle Trail-O-Events	46
Kuchen-Königin Gertrud Liebl	47
Gedanken von M. Rödel	48

Förderverein OL Bayern berichtet

Corona-Hilfen FöV OL Bayern	49
Wolpi-Pokal	50
Neuwahlen 2021	51

„Initialzündung“ in die OL-Saison 2020 in München

Es sollte ein internationales OL-Festival werden, wie dies auch vielversprechend auf einer wohlgestalteten Webseite des OC München angekündigt wurde. Die Vorbereitungen auf den Alpen-Adria-Cup zu Gast in München mit einem attraktiven 4-tägigen Programm im Mai waren weit fortgeschritten – bis Corona dem Event ein vorzeitiges Ende bereite- te. Die Läufe sollten im Olympia- park (Staffel), im Olympischen Dorf (Sprint) und im Waldgelände bei Starnberg stattfinden. Parallel waren die Läufe über die Mittel- und Lang- distanz als Bayerische Meisterschaft bzw. Bayerncupläufe mit separaten Wertungen geplant. Es wäre sicher ein tolles Event geworden.

tanz und ein Bayerncuplauf auf der Langdistanz sollten stattfinden. Aber unter Auflagen der Behörden und des Bayerischen Turnverbandes, was dazu führte, dass es wie gewohnt eine Ausschreibung pro Lauf über 2 Seiten gab, aber dazu ein 5-seitiges Hygienekonzept. Und so war zwar in der Organisation einiges anders als gewohnt, der Kaffee- und Kuchen- stand entfiel ebenso wie die Sieger- ehrung. Aber der OL selbst zwischen Start und Ziel blieb das, was uns schon immer an dieser Sportart fas- zinierte.

Da ich weit weg von den bayerischen OL-Vereinen wohne und somit keine Trainingsläufe nutzen konnte, war

rona-Krise stattfand, empfand ich wie ein Geschenk. So eine Zeit ohne Wettkampf war ja auch völlig un- gewohnt. Umso mehr gilt der Dank dem Gesamtleiter Teo Yordanov und seinem Team des OC München, dass sie sich in dieser schwierigen Situation an die Organisation her- anwagten und damit ein positives Signal aussandten, dass die bayeri- sche OL-Saison 2020 noch nicht in Gänze abgeschrieben werden sollte. Was wir damals noch nicht wussten aber hofften, wurde dann tatsäch- lich im Herbst vollendet: In Bayern wurden alle drei Einzelmeisterschaf- ten und insgesamt 6 Bayerncupläu- fe veranstaltet – statistisch gesehen eine fast normale Saison.



Umso mehr gilt dem OC München der ganze Respekt, dass man nach dem Ende der behördlich verord- neten Zwangspause sehr schnell wieder die Initiative ergriff, um im Juli zumindest auf bayerischer Lan- desebene den Startschuss in die Saison auszulösen. Die Bayerischen Meisterschaften auf der Mitteldis-

es für mich der erste Kartenkontakt seit mehreren Monaten. Entspre- chend war das desaströse Ergebnis am Samstag. Am Tag darauf lief es auf einmal prächtig und das unver- gleichliche Gefühl zielstrebig mit Karte und Kompass durch den Wald zu laufen war wieder zurück. Dass diese Veranstaltung inmitten der Co-

Zunächst erwartete uns langjährige OL'er Altbekanntes: die OL-Karte „Wadlhausergräben“. Mich persön- lich begleitete das Gelände durch das gesamte OL-Leben. Die Namen der Karten wechselten – das Gelän- de blieb. Was heute wahrscheinlich die meisten Teilnehmer gar nicht wissen: Die erste Karte stammt aus

dem Jahr 1972 !!! Sie wurde anlässlich der Olympi- schen Spiele erstellt, wo meines Wissens unter anderem der OL in einem Projekt „Demonstrationssportarten“ präsentiert wurde. Die Karte hieß nüchtern „Karte über das Gelände südöstlich von Starnberg“, und wurde von einem schwedischen Aufnahmeteam, wo auch der le- gendäre P.O. Bengtsson mitwirkte, erstellt. Sie war im damals üblichen Maßstab 1:15000, hatte fast DIN A 3 - Größe und entsprach der damaligen IOF-Norm, die sich natürlich inzwischen signifikant weiterentwickelt hat. In Bayern war der OL zu dieser Zeit noch im kleinsten Entwicklungsstadium und wir liefen auf topographischen Schwarz-Weiß-Karten. Doch wir nutzten das „schwedische Geschenk“ zuneh- mend vor allem bei Lehrgängen, die in der Sportschule Grünwald stattfanden, die später vom Neubau der Sportschule Oberhaching abgelöst wurde.

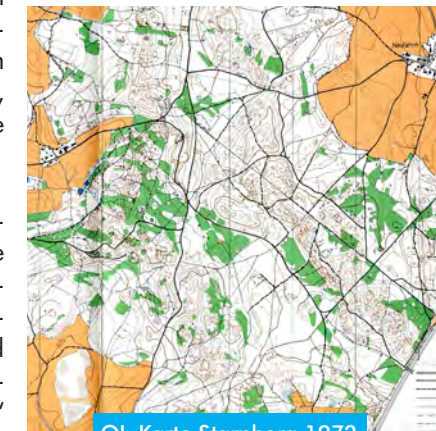
1978 entstand dann aus dem nördli- chen Geländeteil die erste „bayerische Variante“ mit der Karte „Buchhof“, im- mer noch im Maßstab 1:15000, auf- genommen von Jörg Roche, Dirk und Jens Hartmann. Ein „großer Wurf“ ge- lang dann 1995 mit der „Schatzgrube“ (auch 1:15000) im DIN A 3 – Format, wozu der Wahl-Münchner Pavel Ditrych seine Kontakte zu tschechischen Freunden nutzte. Die- ses umfassende Kartenwerk kann man durchaus zu den legendären bayerischen OL-Karten zählen und sie war sicher die entscheidende Grundlage für die folgenden Karten „Wadlhausergräben“ (ab 2001) mit den unter- schiedlichen Teilausschnitten, dann auch im nun übli- chen Maßstab 1:10000, einhergehend mit der Digita- lisierung der Kartenwelt. Und in dieser Phase gründete dann die Münchner OL-Gruppe des TSV Grünwald den OL-Verein OC München. Um diesen Rückblick zu veran- schaulichen, fließen Kartenausschnitte in diesen Bericht ein. Gefühlt bin ich in diesem Wald bereits mehr als 10 Mal wettkampfmäßig gelaufen. Aber ich hatte dabei nie das Gefühl, das Gelände bereits zu kennen. Es erfor- derte immer wieder die volle Konzentration aufgrund der Feinheiten, vor allem mit der Höhenstruktur einer Endmoränenland- schaft. Da konnte keine Langeweile aufkommen – und auch kein „Heim- vorteil“.



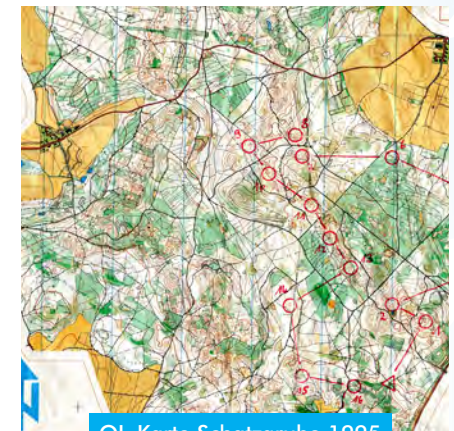
Zurück in der Gegen- wart und mit Blick in die Zukunft ergaben sich dann für mich zwei Fragen an den Vorsitzenden des OC München, Teo Yordanov, zu der auffällig intensiven Nutzung der aktuellen Karte.

Frage 1: Obwohl es im Raum München eine Vielzahl von Karten - auch mit anspruchsvollen Geländen - gibt, hat der OC München in den letzten Jahren das Gelände „Wadlhausergräben“ für Veranstaltungen auf Landes- ebene besonders häufig genutzt. Welche Gründe gab es dafür?

Teo: Sehr gute Frage. Der Hauptgrund ist, dass wir in anderen Gebieten kleinere Umstände / Probleme mit den Jägern haben. Des Weiteren sind ein paar der loka- len Leute sehr kooperativ und stellen auch ihre privaten Wiesen und Waldstücke zur Verfügung. Die Einheimi-



OL-Karte Starnberg 1972



OL-Karte Schatzgrube 1995

schen freuen sich auch darüber selbst teilzunehmen. Das Gelände hier ist auch einzigartig, anspruchsvoll und vor allem sehr groß.

Frage 2: Gibt es Planungen, künftig wieder verstärkt auch andere Gelände für größere Veranstaltungen zu nutzen, zum Beispiel südöstlich von München, wo lange Zeit Familie Greiner engagiert war?

Teo: Das Hauptproblem von den Geländen südöstlich von München sind die nicht kooperativen Jäger. Außer- dem sind die lokalen Einwohner auch nicht mehr so ko- operativ wie vor 5-10 Jahren. Aber ja, in zwei Jahren planen wir für den Alpen-Adria-Cup ein komplett neu- es Gelände - noch nie für OL genutzt - aufzunehmen, wenn die Genehmigung von den Bayerischen Staats- forsten, Jäger und lokalen Einwohner klappt.

Der OC München konnte dieses Mal 200 Sportler be- grüßen, darunter auch Teilnehmer aus Österreich, Dä- nemark und Berlin. Und alle konnten sich zur ersten „Gala“ der Saison auch noch über ideales Laufwetter freuen. Mit Sophie Kraus und Korbinian Lehner gewan- nen zwei Regensburger die Eliteklassen bei der Baye- rischen Mitteldistanz-Meisterschaft. Sophie konnte sich am nächsten Tag auf der Bayerncup-Langdistanz gegen ihre Konkurrentinnen noch einmal behaupten, wäh- rend dieses Mal Korbinian dem Zweiten des Vortages und Vereinskollegen Philipp Schwarck den Vortritt lassen musste. Die Medaillengewinner aller Kategorien werden in einer gesonderten Übersicht dieses Heftes aufgeführt.

Text und Bilder: Ralph Meißner

Orientierungslauf im Märchenwald

Nachdem ich dieses Jahr das OL Training sträflich schleifen und aus diesem Grund schon den 1. und 2. Bayerncup sausen hab lassen, habe ich mich sehr optimistisch für den 3. und 4. Bayerncup bei Selb angemeldet. Die Vorfreude auf meinen heiß ersehnten Bayerncup-Start in der D 55- bekam für ein paar Tage einen Dämpfer, da es hieß, dass vielleicht doch wieder alles wegen Corona abgesagt werden muss. Tschechien wurde ein paar Tage zuvor offiziell als Risikogebiet erklärt. Und der Lauf war größtenteils auf tschechischen Waldgebiet geplant.

Ganz knapp vor der Veranstaltung konnten die Organisatoren vom TV Coburg-Neuses jedoch aufatmen. Die Vororganisation war nicht umsonst. Sie hatten offensichtlich die Behörde gut informiert, wie Orientierungslauf funktioniert und so hat das örtliche Gesundheitsamt schriftlich bestätigt, dass der OL stattfinden darf. Gutes Amt! Hat erkannt, dass die Ansteckungsgefahr mit einem erkrankten Tschechen draußen im großen Wald wirklich sehr, sehr unwahrscheinlich ist. (Anmerkung der Redaktion: Stefan Kirsch schildert uns im anschließenden Beitrag, wie es hinter den Kulissen wirklich war.)

So konnte ich meine Anreise nach „östlich von Selb“ planen. Google Maps zeigte 219 km und 2 Stunden 19 Minuten für die Strecke an. Noch ein zeitlicher Puffer für unvermutete Staus, Baustellen und eigenes Verfahren eingeplant und schon ging's für mich Samstagvormittag los. Gut, dass ich in den Infos der Veranstalter gelesen habe, dass die Strecke zum OL NICHT beschilbert ist. So machte ich mir keine allzu großen Sorgen, als die Straße zu einem Sträßchen und immer enger und kleiner wurde.... Kein OL Schild weit und breit.... Ich fahre ans Ende der Welt ... Nein! Ich bin genau richtig! Schon taucht das vertraute Bild von vielen geparkten Autos und das Gewusel von sich vorbereitenden OLern am Waldrand auf. Eine freundliche Parkplatzeinweiserin weist mir einen freien Parkplatz zu. (Anmerkung der Redaktion: Gaufachwartin Johanna Knauer). Und schon fühle ich mich gut aufgehoben. Es ist einfach schön, wieder (fast) alle bayrischen OLer auf einem Haufen zu sehen!

Das Wetter ist herrlich! Nicht zu kalt und nicht zu heiß. Genau richtig von den Organisatoren bestellt! Zum Start sind es ca. 10 Minuten zu gehen. Der Weg ist zu meiner Freude gut mit Bändchen ausgeschildert. Ich

bin immer wieder angenehm überrascht, wie professionell die Vereine einen Bayerncup abwickeln. Das Hygienekonzept wird strikt eingehalten. Desinfektionsmittel steht am Start bereit. Alles läuft wie am Schnürchen.

Nun ist auch mein Start zum zur BayM Lang erfolgt. Ich habe eine große OL-Karte in der Hand und versuche mich zu orientieren. Vor allem damit, zu allererst das Startsymbol darauf zu finden. Ah, ziemlich weit oben auf der Karte ist es ja! Und wo muss ich dann hin? Einnorden nicht vergessen und ab zum ersten Posten. Der ist gleich gefunden und weiter geht's an einem schönen tschechischen Grenzschild vorbei zu Posten 2. Der Wald ist sehr schön zu belaufen. Viel Hochwald, keine Dornen, dafür viel Moos und Heidelbeeren. Leider piekst mich bei jedem Schritt ein Dorn in einen meiner Zehen, der sich noch vom letzten Lauf heimlich in den Socken ein gewaschen oder im Schuh versteckt hat. Kennt ihr das? Aber nun muss ich da durch.

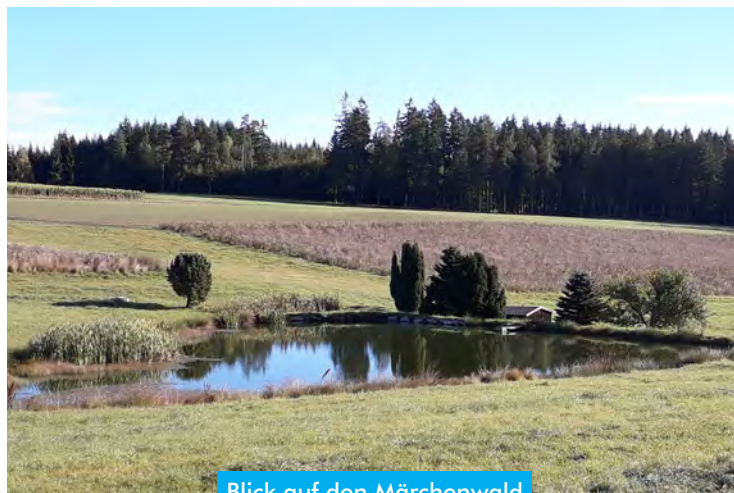
Der Posten 3 fuchst mich. Viele Steine sind auf der Karte eingezeichnet und eine Nase im Geländeprofil. Hopp-la! Ich stehe ja schon darauf. Das sind ja große Felsen! Aber wo ist der Posten? Der MUSS doch hier sein. Ich bin sicher genau richtig. Also runter von den steilen Felsen. Bin ich froh um meine Spikes an meinen betagten OL Schuhen! Unten ist der Posten auch nicht zu sehen. Also wieder rauf und rum um die Felsen – und endlich: da ist er ja, der Posten!

So geht mein Lauf im ruhigen, aber sicheren Tempo weiter. Bis mir meine Routenwahl auf der Karte mit vielen kleinen blauen Linien ein breiteres Sumpfgebiet zu überqueren vorgibt. Da bin ich ja mal gespannt, ob ich da einigermaßen gut durchkomme! Pfatsch! Und schon kommt das vertraute Gefühl des kalten Pfützenwassers, das sich langsam aber sicher erst durch den OL-Schuh,

dann durch den OL-Socken bis auf meinen Fuß vorarbeitet. Das gehört zu einem richtigen OL einfach dazu. Hab ich halt wieder nasse Füße. Hoffentlich machen das meine Jahre alten OL-Schuhe noch mit!

Dabei ist es mir noch gut ergangen mit meiner Routenwahl! Wie ich im Gespräch mit einer OL-Kollegin nach dem Lauf erfahren habe, ist die bis übers Knie im Sumpf stecken geblieben. Sie hatte Glück ihren Fuß MIT Schuh daran wieder daraus befreien zu können.

Das gehört zu einem richtigen OL einfach dazu. Hab ich halt wieder nasse Füße.



Blick auf den Märchenwald

Meine OL-Schuhe mussten bei diesem Lauf viel aushalten. Manche Postenstandorte machten dem Kartennamen alle Ehre. Drei Löcher! Genau! Da unten steht mein Posten! Muss ich wirklich da runter? Ja klar. Und dann natürlich auch wieder rauf.

An anderer Stelle ging meine Route über einen Weg. Passt. Aber dann, ein steiler Wall nach oben! Links und rechts kein flacher Aufstieg möglich. Also rauf mit meinen alten OL-Schuhen. Ich hoffe meine Schuhe halten durch! Danke Sportvogel für die gute Qualität der Schuhe. Aber einen kleinen Riss haben sie schon...

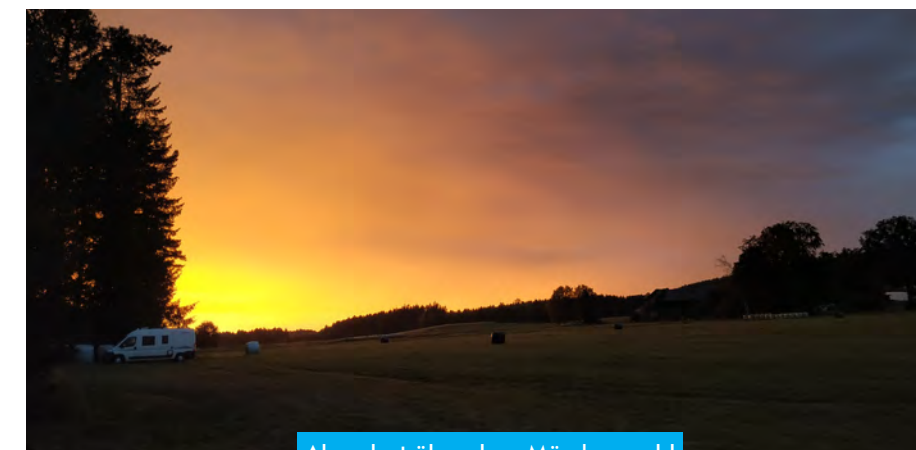
Alles in allem war es ein sehr schöner OL durch einen sehr schönen Wald. Ich kann die spontane Aussage einer OL-Kollegin nur unterstreichen: jetzt weiß sie, warum in Tschechien immer die Märchenfilme gedreht wurden. Die haben einen so schönen Wald!

Ich finde es immer wieder herrlich den letzten Posten zu erblicken. Diesmal sogar mit Fotograf Ralph Meißner dahinter. Mir kommt in den Sinn, dass ich ihm unbedingt noch nachträglich zum Geburtstag gratulieren wollte. Das hat mich so aus dem Konzept gebracht, dass ich beinahe den beflaggten Weg zum Zielsprint übersehen und meinen Lauf über die Straße zum Ziel beendet hätte. (Anmerkung des Redakteurs: Ich war fassungslos, wie Angelika am Ende des Laufes – sichtlich müde - daran denken konnte und mir die Gratulation zurief. Die Verwirrung folgte prompt.)

Auch immer wieder schön im Ziel zu hören, dass ich mir keinen Fehlstempel geleistet habe. Meine Zeit war, wie erwartet, nicht die Beste. Der Lauf hat mir trotzdem sehr viel Spaß gemacht!

Die meisten OLer reisen nach dem Lauf wieder ab, um die Nacht zu Hause oder in ihren gebuchten Unterkünften zu verbringen. Ich nutze die Möglichkeit, die die Straßenverkehrsordnung für müde Autofahrer bereit hält. Ich bin nicht mehr zur Weiterfahrt fähig und muss mich dringend ausruhen, um meine Fahrtüchtigkeit wieder herzustellen. Ich bleibe die Nacht an Ort und Stelle und verbringe sie in meinem rollenden Hotelzimmer: unseren neuen VW Bus, der dafür bestens ausgestattet ist. Äußerst OL-freundlich begann es erst abends zu regnen. Es zeigte sich ein herrlicher Regenbogen, dann ein sensationelles Abendleuchten.

Die Nacht verlief sehr ruhig und erholsam.



Abendrot über dem Märchenwald

Guten Morgen „Märchenwald“ bei Selb! Schon wuselt es Sonntag morgens hier wieder vor lauter Organisatoren und OLern. Nachdem sich der Nebel verzogen hat, scheint wieder die Sonne. Perfekt! Die freundliche Parkplatzeinweiserin fragt mich, wie es mir so ergangen ist. Sehr aufmerksam! Auf dem heute etwas längeren Weg zum Start ein kurzer Stopp in der Warteschlange vor dem Dixi-Klo. Dort ergeben sich immer schöne, interessante Gespräche.

Am heutigen Sonntag zum 4. BC Mittel ist die OL-Karte um die Hälfte kleiner und deshalb auch handlicher. Leider halten mich die Posten 2 bis 4 extrem auf. Ich kreuze und kreise hin und her und ärgere mich über den Zeitverlust, den ich damit verursache. Außerdem versuche ich mich durch das aufkommende „Das-gibt's-doch-nicht-wo-ist-er-denn!!“ Gefühl nicht zu sehr zermürben zu lassen. Mit einer Bestzeit wird das heute wieder nichts. Der Posten 4 ist genau da wo er sein soll. Ich habe einfach das Ende des Weges im Gelände nicht erkannt.

Fazit: mit OL-Training wird beim nächsten OL-Lauf alles besser. Außerdem habe ich mir neue OL-Schuhe geleistet! Danke an Sportvogel, dass er da ist, wenn man ihn braucht. Es ist doch immer wieder schön, nach dem OL gleich „OL-Shoppen“ zu gehen. Vielen Dank an den TV Coburg-Neuses für dieses schöne OL Wochenenderlebnis!

Bericht: Angelika Schöps

Bilder: Ralph Meißner und Angelika Schöps



Angelika Schöps am Grenzstein

„Stolpersteine“ auf dem Weg zu einer tollen Veranstaltung

Schon oft hat der TVN OL-Meisterschaften organisiert, zuletzt im vergangenen Jahr die Sprintdistanz in Seßlach oder 2017 die Staffel am Callenberg. Für 2020 sollte wieder mal die Königsdisziplin auf dem Programm stehen: die Einzelmeisterschaft auf der Langdistanz. Aber gleich mehrfach wurden die Organisatoren vor besondere Herausforderungen gestellt, die es zu bewältigen galt. Hier die interessanten Hintergrundinformationen zum Wettkampf aus der Sicht des Leiters Stefan Kirsch.

„Wenn man in Wunsiedel wohnt und für den TVN Wettkämpfe organisiert, ist das immer mit besonderem Aufwand verbunden. Gut, dass der langjährige Lauffreund Stephan Krämer gleich um die Ecke in Mitterteich wohnt und dazu ein ausgewiesener Spezialist für Orientierungslauf auf allen Ebenen ist. Gemeinsam hatten wir schon einige OL-Veranstaltungen gestemmt, zuletzt 2016 die Bayerischen Sprintmeisterschaften in Marktredwitz. So war klar, dass es irgendwann wieder eine neue Herausforderung geben sollte.“

Die Karte:

In dieser Zeit sprach uns Karel Pilar, ein Lauffreund aus Asch in Tschechien an, der eine neue OL-Karte erstellen wollte. Da ein Teilbereich des Geländes grenzübergreifend nach Bayern reichte, bat er um Hilfe für die notwendigen Genehmigungen des Staatsforstes. Wir unterstützten ihn und nutzten 2017 die Gelegenheit, am ersten Lauf des KCT Asch dort direkt an der bayerischen Grenze teilzunehmen. Dabei war sofort klar: Der Wald hat enorm viel Potenzial, ist anspruchsvoll, vielfältig und sollte unbedingt auch für eine bayerische OL-Veranstaltung genutzt werden! Die Ascher erklärten sich sofort bereit, uns die Karte zur Verfügung zu stellen.

Der Termin:

Geplant war eine Bewerbung für die BEM lang 2019. Zunächst gab es auch eine Zusage der Verantwortlichen beim Fachausschuss OL für Bayern. Bei einer Zusammenkunft der Vereinsvertreter für die Veranstaltungen des Jahres stellte sich dann heraus, dass es einen weiteren Interessenten für die Ausrichtung der Meisterschaft gab. Nach Diskussionen zogen wir unsere Bewerbung zurück und fokussierten uns auf 2020.

Die tschechische Forstverwaltung erlaubt grundsätzlich eine Durchführung zwischen April und Ende September. Der Termin wurde in Abstimmung mit den geplanten Bundes- und weiteren bayerischen Wettkampfwochenenden auf Mitte September 2020 festgelegt. Die Genehmigungen der Tschechen und des bayerischen Forstbetriebs waren erteilt. Die Stadt Selb hatte die Sporthalle für das Massenquartier reserviert.



Die Organisatoren Stephan Krämer und Stefan Kirsch und TD Dieter Oechler

Im August 2019 dann plötzlich die Information: Auf Bundesebene wurde der Termin für den Jugend- und Junioren-Ländervergleichskampf, der zunächst nicht stattfinden sollte, auf „unser“ Wochenende terminiert. Die bayerischen jungen Oler hätten entscheiden müssen, wo sie starten. Die Ausrichter des JLVK waren nicht bereit zu einer Verschiebung nach vorne oder hinten. Zum zweiten Mal also Umplanen. Sind die tschechischen Forstbehörden für eine Ausnahmegenehmigung Anfang Oktober zu gewinnen? Unsere Lauffreunde aus Asch waren hilfreich. Ist die Sporthalle am gewünschten Termin frei? Nur durch einen Ringtausch mit anderen Vereinen ist auch das geglückt! Bis hierhin also alles im grünen Bereich.

Corona:

Mitte März 2020 kam der Schlag mit der ganz großen Keule. Corona legte das öffentliche Leben lahm. Alle OL-Wettkämpfe in Deutschland wurden nach und nach auf unbestimmte Zeit verschoben oder gleich abgesagt.

Schnell war klar, dass auch die BEM des TVN am seidenen Faden hängt. Die Vorbereitung wurde auf Eis gelegt. Nur bei einer Bewältigung der Krise würde das Laufwochenende stattfinden können. Sollte die Vorarbeit der letzten Jahre umsonst gewesen sein?

Ende Mai keimte dann Hoffnung auf: Der Deutsche Turnbund erstellte ein Hygienekonzept zur Durchführung von OL-Veranstaltungen. Das Konzept wurde auf bayerischer Ebene adaptiert und genehmigt. Für die Organisatoren von Wettkämpfen bedeutete die Umsetzung einen besonderen Aufwand. Der OC München stellte sich den Herausforderungen und führte im Juli kurzfristig die Mittelstreckenmeisterschaften durch. Für uns hieß das: Es geht vielleicht doch!

Das Hygienekonzept wurde von uns an die aktuelle Situation angepasst und genehmigt. Die Forstbehörden erteilten Fahrgenehmigungen. Die Sporthalle für die jetzt nicht erlaubten Massenquartiere und Duschmöglichkeiten konnte storniert werden. Stephan Krämer begann in einem Kraftakt mit der Aktualisierung der inzwischen drei Jahre alten Karte und entwarf die Bahnen in enger Abstimmung mit Dieter Oechler, dem Technischen Delegierten. Mitte September war alles fertig für das erste Oktoberwochenende.

Die letzte Krise:

Zehn Tage vor den geplanten Wettkämpfen wird der Kreis Eger in Tschechien zum Risikogebiet erklärt. Das Betreten des Laufgebietes nach dem Start auf deutschem Boden wäre für die über 150 gemeldeten Teilnehmer möglich gewesen. Aber nach Rückkehr, d.h. Erreichen des Zieles in Bayern, würden die Quarantäneregeln in Kraft treten! Sofort melden sich die ersten Oler und wollen ihre Anmeldungen stornieren. Muss die Meisterschaft doch noch abgesagt werden?



Auslesestation

Wir als Organisatoren oder der TVN als Ausrichter der Wettkämpfe können keine Entscheidung fällen. Dies obliegt dem Bayerischen Turnverband als Veranstalter. Die Hygieneverordnung des Freistaates lässt eine Hintertür

offen: Mit einer Ausnahmegenehmigung der zuständigen Gesundheitsbehörde würde der BTV die Freigabe erteilen. In den nächsten Tagen arbeiten wir mit Fabian Janischowsky vom Fachausschuss OL und dem Landratsamt Wunsiedel eng zusammen. Nur vier Tage vor der Meisterschaft kommt die Genehmigung und Veranstaltungsfreigabe!

Die Wettkämpfe:

Petrus ist uns wohlgesonnen. An beiden Tagen bestes Laufwetter. Letzte Schwierigkeiten wie der Ausfall des EDV-Spezialisten im Verein lassen sich kompensieren. Von allen Seiten erreicht uns positives Feedback. Supertolles Laufgelände, herausfordernde Bahnen, eine würdige Meisterschaft im Orientierungslauf auf der Langdistanz! Auch der Lauf zur bayerischen Rangliste am Folgetag läuft optimal.

P.S.: Ohne den Einsatz von Thomas Scheler und Angelika Weid vom TVN mit ihrem gesamten Team hätten wir es nicht geschafft: Danke!

Text: Stefan Kirsch
Fotos: Ralph Meißner

Gerade noch geschafft

Kraftakt zum Finale in Regensburg

Um es vorwegzunehmen, die OLG hat einen gelungenen Kraftakt absolviert. Es ist schon eine Herausforderung in Corona-Zeiten mit umfangreichem Hygienekonzept an einem Tag zwei Wettkampfformate zu organisieren und dann auch ohne Panne durchzuziehen. Aber sie haben's gepackt.

So, und nun der Reihe nach. Es ist Sonntag früh am Morgen, halb neun rum, als wir am Parkplatz in Brennbach eingewiesen werden und es ist recht frisch, eigentlich richtig kalt, so 5 Grad rum. Hier war ich noch nie und ich hab schon Respekt vor dem Sprintgelände. Was ich so auf der Karte finde, die für eine ROLT-Lauf 2017 verwendet wurde, ist anspruchsvoll. Wald mit vielen Felsen, Burgruine, überwiegend steil, dann urbanes Gelände und ein bisschen Park ist auch noch dabei, von allem etwas. Also geh ich mal zum WKZ um mich zu orientieren. Es ist alles übersichtlich und ich kenn mich schnell aus. Daher wieder zurück zum Auto um Menschenansammlungen zu vermeiden. Man hat ja gelernt in diesen Zeiten.

Während des Gehens kurze Begrüßung und Ratsch mit altbekannten Läuferkollegen, Freunden, alles auf Distanz, alles Corona konform, alles blöd, aber es hilft nix. Lieber so, als gar kein OL.

Nach dem Weg zum Start ist man ideal aufgewärmt und nach ein paar Minuten geht's auch schon los. Nur die nette OLG-Helferin an der vorderen Startbox friert erbärmlich in ihrer leichten Jacke. Es zieht gewaltig hier und ich bin froh, dass ich starten kann. Die Objekte kommen schneller als erwartet, ist ja auch ein 4.000er Maßstab, aber ich finde mich gut zurecht und am 3. Posten hab ich schon zwei Kollegen vor mir aufgelaufen. Es geht aus dem Minifelsenparadies hoch zur Ruine und hier verschenke ich eine halbe Minute durch falsche Routenwahl, aber sonst komme ich in dem Burgareal gut zurecht und es geht zurück durch den Ort. Den Posten 56 „einspringende Mauerecke“ interpretiere ich falsch und laufe in das Kirchenareal. Zu spät bemerkt, dass der Posten aber an der Außenmauer und dort einspringend ist. Wieder eine halbe Minute vergeht. Im Nachgang erfahre ich, dass ich nicht der einzige Interpret dieser Situation war.... Dann geht es über ein parkähnliches Gelände zum Ziel, welches in der Nähe des WKZ liegt. Ich bin also für meine Begriffe gut durchgekommen und lande auf dem vierten Platz. Auch gut. Frau Liebl kanns üblicherweise besser und macht den ersten Platz. Auch gut.

Jetzt haben wir alle ein paar Stunden Zeit und können über die Sprintmeisterschaft reden. Alles auf Distanz. Wie ich so höre und in Erfahrung bringe, hat es fast

allen sehr gut gefallen. Was einerseits an dem sehr abwechslungsreichem Gelände und andererseits auch an der gelungenen Bahnkonzeption lag.

Das Wetter hält und es wird fast doppelt so warm wie am frühen Morgen, also immerhin schon neun Grad, als wir ins Otterbachtal verlegen. Hier waren wir bereits zwei oder drei Mal und das Gelände hat mir immer gefallen. Das WKZ liegt romantisch im tiefen Talkessel des Otterbaches am Gasthaus, nur der Start ist wieder überhöht. Mit der Zeit vergeht auch die Zeit des Wartens. Das war meines Erachtens das einzige Unangenehme an diesem Wettkampftag. Aber die Sonne ließ sich blicken und ich habe Demut gelernt in diesen Zeiten. Meine Startzeit rückt näher und ich mache mich auf den Weg hoch zum Start. Hier ist auch alles übersichtlich und die innere Anspannung steigt, wie immer, wenn Bayerncup im Programm ist.

Kurz nachdem der letzte Startpiepser ertönt, hab ich mich schnell in die Karte eingelesen und erwische sogar die schnellste Route zum Posten eins. Leider wiederholt sich dieses „Malheur“ nicht. Der Wald ist überwiegend gut belaufbar und meist übersichtlich. Dies verhindert jedoch nicht, dass ich auf einem längeren Schlag zu Posten vier um 30 Grad zu weit westlich abkomme und so stehe ich vor dem mäßig breiten Otterbach und sehe meine letzte Chance nur quer durch den



6. BC, Otterbachtal



BM Sprint & 5. BC, Brennbach

Bach. Überraschend ist die Wassertemperatur kälter als erwartet und ich bin froh, dass ich sofort wieder einen steilen Hang hochkeuchen darf.

Den übernächsten Posten gehe ich zu hoch an und der kostet mich dann auch noch eine Minute, wie sich später herausstellt. Der Rest der Mitteldistanzbahn läuft ohne Schwierigkeiten und nach 42 Minuten findet mein SI-Chip den Zielstempel direkt im Gartenareal des Gasthofes. Ich atme durch und analysiere kurz die Bahn, bis sich meine nassen Füße melden und ich schleunigst die Klamotten wechsle.

Da das Otterbachtal zwar wildromantisch ist, jedoch der Datenempfang über das Smartphone anstelle Romantik eher MB benötigt, gestaltet sich die Erkundung der eigenen Platzierung etwas schwierig.

Nur Frau Liebl hat auch heute alles richtig gemacht und wieder gewonnen, was sich in einem konventionell geführten Dialog mit den anderen Damen ergibt. Aber das ist jetzt eh nicht so wichtig; das kann man dann zu Hause eh in Ruhe nachlesen. Langsam verabschieden sich die Läufer mit der Hoffnung, im nächsten Jahr wieder mit weniger Einschränkungen und dafür mehr Planungssicherheit an den Start gehen zu können. Nur ein kleines Grüppchen von einigen Vereinsabgeordneten harrt aus, bis Fabian die Gesamtbayern-Cup Wertung ausgerechnet hat. Die Pokale können somit an die Anwesenden direkt mitgegeben werden, was die Logistik erleichtert. Natürlich gibt es auch hier keine Siegerehrung und keinen Applaus. Aber wir waren froh und dankbar, dabei sein zu dürfen.

Und was bleibt? Die Erinnerung an ein verrücktes OL-Jahr mit vielen Absagen, neu entwickelten Hygienekonzepten, für deren Erschaffer an dieser Stelle nochmals

gedankt wird, weil es ohne diese Konzepte sicher keinen Wettkampf gegeben hätte. Es gab aber auch ein zähes Aufbäumen gegen die gefühlte Allmacht des Virus sich auch unseren Sport zu rauben. Und es gab mutige Veranstalter, die sich getraut haben. Es ist alles Gut gegangen. Wollen wir hoffen nicht nur im Sport.



So schließt der Verfasser mit dem fast schon zum Alltag geworden Spruch, der aber trotzdem nichts an Wertigkeit verloren hat: „Bleibt's gesund“.

Text: Siegfried Liebl
Bilder: Archiv BTV FAOL

Ergebnisse

Bayerncup & Bayerische Meisterschaften 2020

	Sprintdistanz 18.10., Brennberg	Mitteldistanz 18.6., Starnberg	Langdistanz 3.10., Selb	Staffel entfiel in 2020	Bayerncup beste 4 Läufe aus 6
D 12	1. Antonia Krämer <i>OLG Regensburg</i> 2. Fina Baath <i>TSV Jetzendorf</i> 3. Lena Baath <i>TSV Jetzendorf</i>	Ida Bohl <i>TV 1894 Coburg-Neuses</i> Jara Lauer <i>OLG Regensburg</i> Lena Baath <i>TSV Jetzendorf</i>	Ida Bohl <i>TV 1894 Coburg-Neuses</i> Lena Baath <i>TSV Jetzendorf</i> Antonia Krämer <i>OLG Regensburg</i>		Ida Bohl <i>TV 1894 Coburg-Neuses</i> Jara Lauer <i>OLG Regensburg</i> Fina Baath <i>TSV Jetzendorf</i>
D 14	1. Juliane Burgmair <i>OLG Regensburg</i> 2. Sarah Ahlbrecht <i>OLG Regensburg</i> 3. Vanessa Schöps <i>OLV Landshut</i>	Laura Faltejisková <i>SV Mietraching</i> Sarah Ahlbrecht <i>OLG Regensburg</i> Juliane Burgmair <i>OLG Regensburg</i>	Juliane Burgmair <i>OLG Regensburg</i> Anne Pühl <i>OLG Regensburg</i> Sarah Ahlbrecht <i>OLG Regensburg</i>		Juliane Burgmair <i>OLG Regensburg</i> Anne Pühl <i>OLG Regensburg</i> Sarah Ahlbrecht <i>OLG Regensburg</i>
D 16	1. Verena Hötzing <i>TSV Natterberg</i> 2. Katharina Kraus <i>OLG Regensburg</i> 3. Lara Geiger <i>SV Mietraching</i>	Verena Hötzing <i>TSV Natterberg</i> Karla Döhler <i>SV Pechbrunn-Groschl.</i> Katharina Kraus <i>OLG Regensburg</i>	Verena Hötzing <i>TSV Natterberg</i> Lara Geiger <i>SV Mietraching</i> Josephine Streichert <i>MTV Bamberg</i>		Verena Hötzing <i>TSV Natterberg</i> Lara Geiger <i>SV Mietraching</i> Katharina Kraus <i>OLG Regensburg</i>
D 18	1. Kamila Richtrova <i>SV Mietraching</i> 2. Jasmin Hertel <i>OLG Regensburg</i> 3. Sarah Schöps <i>OLV Landshut</i>	Jasmin Hertel <i>OLG Regensburg</i> Sarah Schöps <i>OLV Landshut</i>	Kayla Ritzenthaler <i>TSV Jetzendorf</i> Jasmin Hertel <i>OLG Regensburg</i>		Jasmin Hertel <i>OLG Regensburg</i> Sarah Schöps <i>OLV Landshut</i> Richtrova/Ritzenthaler <i>SV Mietr./TSV Jetzendorf.</i>
D 19 E	1. Kristin Ritzenthaler <i>TSV Jetzendorf</i> 2. Mareike Seeger <i>OLG Regensburg</i> 3. Isabel Seeger <i>OLG Regensburg</i>	Sophie Kraus <i>OLG Regensburg</i> Anna Schöps <i>OLV Landshut</i> Veronika Engl <i>TSV Natterberg</i>	Kristin Ritzenthaler <i>TSV Jetzendorf</i> Dianora Herashchenko <i>OC München</i> Sophie Kraus <i>OLG Regensburg</i>		Kristin Ritzenthaler <i>TSV Jetzendorf</i> Sophie Kraus <i>OLG Regensburg</i> Dianora Herashchenko <i>OC München</i>
D 35	1. Susan Kurth <i>OLA TSV Deggendorf</i> 2. Jana Faltejisková <i>SV Mietraching</i> 3. Blandine Ehrl <i>OL Forstern</i>	Kristin Ritzenthaler <i>TSV Jetzendorf</i> Blandine Ehrl <i>OL Forstern</i> Bettina Deixler-Thier <i>OC München</i>	Anna Enborg <i>OC München</i> Blandine Ehrl <i>OL Forstern</i> Susan Kurth <i>OLA TSV Deggendorf</i>		Blandine Ehrl <i>OL Forstern</i> Anna Enborg <i>OC München</i> Jana Faltejisková <i>SV Mietraching</i>
D 45	1. Gertrud Liebl <i>TV Osterhofen</i> 2. Ute Döhler <i>SV Pechbrunn-Groschl.</i> 3. Maud Barthelemy <i>OC München</i>	Ute Döhler <i>SV Pechbrunn-Groschl.</i> Gertrud Liebl <i>TV Osterhofen</i> Jana Ropertz <i>OLV Landshut</i>	Christiane Geiger <i>OLA TSV Deggendorf</i> Milena Grifoni <i>OLG Regensburg</i> Ute Döhler <i>SV Pechbrunn-Groschl.</i>		Christiane Geiger <i>OLA TSV Deggendorf</i> Gertrud Liebl <i>TV Osterhofen</i> Ute Döhler <i>SV Pechbrunn</i>
D 55	1. Silvia Seidl <i>OLA TSV Deggendorf</i> 2. Iris Bauer <i>TV Osterhofen</i> 3. Andrea Schultze <i>OLV Landshut</i>	Petra Weber <i>OLG Regensburg</i> Iris Bauer <i>TV Osterhofen</i> Silvia Seidl <i>OLA TSV Deggendorf</i>	Petra Weber <i>OLG Regensburg</i> Iris Bauer <i>TV Osterhofen</i> Silvia Seidl <i>OLA TSV Deggendorf</i>		Petra Weber <i>OLG Regensburg</i> Iris Bauer <i>TV Osterhofen</i> Silvia Seidl <i>OLA TSV Deggendorf</i>
D 65	1. A. Weid/G. Kolloch <i>TV 1894 Co-Neu/OC M</i> 2. 3. Irma Schwarzkopf <i>TV 1894 Coburg-Neuses</i>	Irma Schwarzkopf <i>TV 1894 Coburg-Neuses</i> Gerda Kolloch <i>OC München</i> Angelika Weid <i>TV 1894 Coburg-Neuses</i>	Irma Schwarzkopf <i>TV 1894 Coburg-Neuses</i> Gerda Kolloch <i>OC München</i>		Irma Schwarzkopf <i>TV 1894 Coburg-Neuses</i> Angelika Weid <i>TV 1894 Coburg-Neuses</i> Gerda Kolloch <i>OC München</i>

	Sprintdistanz 18.10., Brennberg	Mitteldistanz 18.6., Starnberg	Langdistanz 3.10., Selb	Staffel entfiel in 2020	Bayerncup beste 4 Läufe aus 6
H 12	1. Lukas Oechler <i>OLV Landshut</i> 2. Moritz Oechler <i>OLV Landshut</i> 3. Valentin Schram <i>TSV Jetzendorf</i>	Lukas Oechler <i>OLV Landshut</i> Laurin Ahlbrecht <i>OLG Regensburg</i> Moritz Oechler <i>OLV Landshut</i>	Moritz Oechler <i>OLV Landshut</i> Laurin Ahlbrecht <i>OLG Regensburg</i> Simon Zinner <i>OLG Regensburg</i>		Lukas Oechler <i>OLV Landshut</i> Moritz Oechler <i>OLV Landshut</i> Laurin Ahlbrecht <i>OLG Regensburg</i>
H 14	1. Jack Hay <i>OC München</i> 2. Johannes Trapp <i>OLG Regensburg</i> 3. Bastian Danninger <i>OC München</i>	Marcel Montes <i>TSV Jetzendorf</i> Emil Bohl <i>TV 1894 Coburg-Neuses</i> Tobias Bittner <i>OLG Regensburg</i>	Jack Hay <i>OC München</i> Tobias Bittner <i>OLG Regensburg</i> Emil Bohl <i>TV 1894 Coburg-Neuses</i>		Jack Hay <i>OC München</i> Marcel Montes <i>TSV Jetzendorf</i> Tobias Bittner <i>OLG Regensburg</i>
H 16	1. Anton Tatzel <i>TV 1894 Coburg-Neuses</i> 2. Jakob Unger <i>OLG Regensburg</i> 3. Ole Magnus Baath <i>TSV Jetzendorf</i>	Ole Baath <i>TSV Jetzendorf</i> Jakob Oechler <i>OLV Landshut</i> Yannik Lieblich <i>OLG Regensburg</i>	Ole Magnus Baath <i>TSV Jetzendorf</i> Jakob Oechler <i>OLV Landshut</i> Anton Tatzel <i>TV 1894 Coburg-Neuses</i>		Ole Magnus Baath <i>TSV Jetzendorf</i> Daniel Cionoiu <i>TV 1894 Coburg-Neuses</i> Anton Tatzel <i>TV 1894 Coburg-Neuses</i>
H 18	1. Konstantin Kraus <i>OLG Regensburg</i> 2. Jonas Friebe <i>OLA TSV Deggendorf</i>	Konstantin Kraus <i>OLG Regensburg</i> Jonas Friebe <i>OLA TSV Deggendorf</i>	Jonas Friebe <i>OLA TSV Deggendorf</i> Konstantin Kraus <i>OLG Regensburg</i>		Konstantin Kraus <i>OLG Regensburg</i> Jonas Friebe <i>OLA TSV Deggendorf</i>
H 19 E	1. Riccardo Casanova <i>OLG Regensburg</i> 2. Philipp Schwarck <i>OLG Regensburg</i> 3. Timon Lorenz <i>OLG Regensburg</i>	Korbinian Lehner <i>OLG Regensburg</i> Philipp Schwarck <i>OLG Regensburg</i> Quirin Lehner <i>OLG Regensburg</i>	Philipp Schwarck <i>OLG Regensburg</i> Tihomir Despetovic <i>OC München</i> Valteri Kolehmainen <i>OLG Regensburg</i>		Philipp Schwarck <i>OLG Regensburg</i> Timon Lorenz <i>OLG Regensburg</i> Korbinian Lehner <i>OLG Regensburg</i>
H 35	1. Ronny Natho <i>OC München</i> 2. Uwe Weid <i>OLV Landshut</i> 3. Andreas Enborg <i>OC München</i>	Uwe Weid <i>OLV Landshut</i> Ralph Körner <i>OLV Landshut</i> Arist Kozhevnikov <i>OC München</i>	Ronny Natho <i>OC München</i> Uwe Weid <i>OLV Landshut</i> Andreas Enborg <i>OC München</i>		Uwe Weid <i>OLV Landshut</i> Ronny Natho <i>OC München</i> Andreas Enborg <i>OC München</i>
H 45	1. Vilhelm Lukács <i>OLV Landshut</i> 2. Peter Weinig <i>OC München</i> 3. Klemens Janischowsky <i>OLG Regensburg</i>	Vilhelm Lukács <i>OLV Landshut</i> Stefan Hötzing <i>TSV Natterberg</i> Peter Weinig <i>OC München</i>	Sergey Cherniavsky <i>OC München</i> Peter Weinig <i>OC München</i> Vilhelm Lukács <i>OLV Landshut</i>		Vilhelm Lukács <i>OLV Landshut</i> Peter Weinig <i>OC München</i> Sergey Cherniavsky <i>OC München</i>
H 55	1. Veikko Baath <i>TSV Jetzendorf</i> 2. Thomas Scheler <i>TV 1894 Coburg-Neuses</i> 3. Dieter Lexen <i>OLG Regensburg</i>	Thomas Scheler <i>TV 1894 Coburg-Neuses</i> Veikko Baath <i>TSV Jetzendorf</i> Ari Kolehmainen <i>OC München</i>	Veikko Baath <i>TSV Jetzendorf</i> Dieter Lexen <i>OLG Regensburg</i> Clemens Hartung <i>OLG Regensburg</i>		Thomas Scheler <i>TV 1894 Coburg-Neuses</i> Veikko Baath <i>TSV Jetzendorf</i> Dieter Lexen <i>OLG Regensburg</i>
H 65	1. Gerhard Werthmann <i>OLV Landshut</i> 2. Ralph Meißner <i>TV 1894 Coburg-Neuses</i> 3. Arndt Werthmann <i>OLV Landshut</i>	Gerhard Werthmann <i>OLV Landshut</i> Dieter Oechler <i>TV 1894 Coburg-Neuses</i> Arndt Werthmann <i>OLV Landshut</i>	Gerhard Werthmann <i>OLV Landshut</i> Jürgen Schwanitz <i>OLA TSV Deggendorf</i> Arndt Werthmann <i>OLV Landshut</i>		Gerhard Werthmann <i>OLV Landshut</i> Jürgen Schwanitz <i>OLA TSV Deggendorf</i> Arndt Werthmann <i>OLV Landshut</i>
H 75	1. Viktor Jarkov <i>OLG Regensburg</i> 2. Örjan Silfvergard <i>OC München</i> 3.	Viktor Jarkov <i>OLG Regensburg</i> Georg Reischl <i>TV Osterhofen</i> Rudolf Lorenz <i>OLA TSV Deggendorf</i>	Örjan Silfvergard <i>OC München</i> Viktor Jarkov <i>OLG Regensburg</i> Georg Reischl <i>TV Osterhofen</i>		Viktor Jarkov <i>OLG Regensburg</i> Örjan Silfvergard <i>OC München</i> Georg Reischl <i>TV Osterhofen</i>

D-Kader Sommertrainingslager

Von Sprintstaffeln, essbarem Kompass und Brennesseln ohne Ende

Eigentlich war für das D-Kader-Trainingslager 2020 eine Woche in Tschechien mit Mehrtage-OL geplant. Doch Corona machte uns einen Strich durch die Rechnung. Nach der frühzeitigen Absage dieser Veranstaltung hat Hauptorganisator Daniel dann Wettkämpfe in Frankreich und Belgien ins Auge gefasst, wobei auch hier aufgrund der Corona Pandemie eine lange Planungsunsicherheit herrschte. Also fanden wir uns in der ersten Sommerferienwoche am Campingplatz in Pienhofen (Landkreis Regensburg) ein, um auf heimischem Gelände abwechslungsreiches Training und alternative Aktivitäten zu absolvieren.

Nachdem die meisten Teilnehmer bereits am Sonntagabend angekommen waren, wurde der Abend gleich mit Zeltaufbau, einem Nacht-OL auf der Karte Kochholz und natürlich leckerem Abendessen gut genutzt. Nach dem Aufwachen gab es, wie für D-Kader-Maßnahmen üblich, während des gesamten Trainingslager pünktlich um 7:30 Uhr Morgensport. Als Besonderheit in diesem Jahr erwarteten uns im täglichen Wechsel kleine Lauf- und Schwimmereinheiten im ziemlich kühlen Wasser der Naab.

Am Montag standen danach zwei technisch anspruchsvolle Trainingseinheiten auf der Karte „Penker Tal“ auf dem Plan. Vormittags konnten wir unsere Fähigkeiten im Isohypsen-OL unter Beweis stellen, nachmittags liefen wir einen Linien-OL und die Rückreise zum Campingplatz erfolgte schwimmend durch den Fluss. Gleich am nächsten Trainingstag fand ein Kanu-OL als Highlight der Woche statt. Hierbei paddelten wir in Dreierteams die 14 km lange Strecke von Kallmünz nach Penk und machten kleine Zwischenstopps mit OL-Bahnen. Nach dem vor allem für die Armmuskeln anstrengenden Kanu-OL hielt Ric einen interessanten Vortrag über die mentale Komponente im Orientierungslauf, welche neben dem technischen und physischen Training essentiell ist, um sich auf einen Wettkampf optimal vorbereiten zu können.

Auch der Mittwochmorgen begann wie gewohnt mit dem Morgensport um 7:30 Uhr. Nach dem Frühstück ging es dann erneut in das direkt neben dem Campingplatz gelegene Kochholz. Dort konnten wir unsere Höchstgeschwindigkeit im Wald mithilfe von mehreren Steigerungsläufen in unterschiedlichen Vegetationsarten und Geländesteigungen austesten. Auf diese intensive Einheit folgte eine extensive Schleppstaffel zu zweit im

Waldetzenberger Wald. Am Abend gab es dann noch ein Theorietraining, bei dem jeder Einzelne eine Mitteldistanz für die eigene Kategorie legen sollte. Viele stellten dabei fest, dass man bei der Organisation eines OLs ganz schön viel Zeit in anspruchsvolle Bahnen stecken muss.

Für Donnerstag stand eine Sprintstaffel in Regensburg auf dem Plan, auf die sich alle schon freuten. Also fuhren wir zum RT-Gelände auf der Donauinsel. Wie es sich für einen richtigen Wettkampf gehört, wurde eine Startuhr aufgebaut und die Läufer wärmten sich vorbildlich für die bereits 10 Minuten nach Ankunft startende „Sprintstaffel“ auf. Der erste Lauf der Sprintstaffel bestand für die D/H 14 aus einer Strecke von exakt 1500m, während die Läufer der D/H 16, D/H 18 und D/H 20 genau 3000m so schnell wie möglich absolvieren mussten.



Kanu-OL



Nacht-OL

Gelaufen wurde ausschließlich und ohne Posten auf der 400m Bahn des RT Geländes. Nach einer kurzen Verschnaufpause erwartete uns ein 400m Test, bei dem wir mehrere 400m lange Strecken absolvierten, wobei man sich einige Posten auf Karten von 4 unterschiedlichen Geländetypen merken und diese dann am Ende einer Strecke auf einer leeren Karte einzeichnen musste. Nach dieser intensiven „Sprintstaffel“ auf der Donauinsel besuchten wir die Beerenmeile nahe Lorenzen, stärkten uns mit Pizza und Beeren-Smoothies und sammelten dort leckere Him-, Brom-, und Heidel-

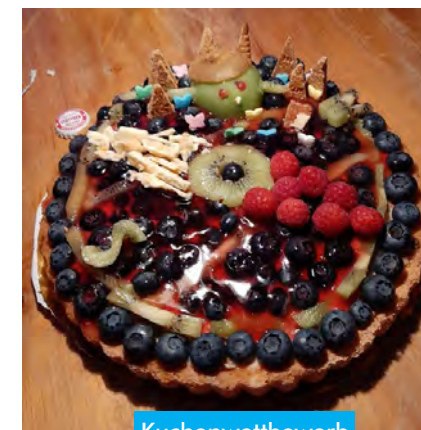
beeren. Die Rekordmenge waren über 4kg, sodass es ab dann zu fast jeder Mahlzeit Beeren gab.

Nach einer kurzen Rückfahrt zum



Abkühlung in der Naab

Campingplatz machten wir uns bereits wieder auf den Weg zum nächsten Training, einem Kuchen-OL. Hierfür wurden drei Teams gleicher Stärke gebildet, die einen Score-OL meistern mussten. Die Besonderheit war jedoch, dass an einigen Posten anstatt der für den Score-OL üblichen Punktezetteln Gutscheine für Kuchenzutaten wie Tortenboden, Puddingcreme, Brombeeren, Kiwis und Sternedekor eingesammelt werden konnten. Nach einem gemeinsamen schnellen Posteneinsammeln und dem Abendessen war es die Aufgabe jedes Teams, aus den gesammelten Zutaten einen Kuchen



Kuchenwettbewerb

zubereiten, welcher dann von der Jury (Daniel und Geli) nach den Kriterien Aussehen, Kreativität und Geschmack bewertet wurde. Am Freitagvormittag ging es nach

dem bereits um 6:30 Uhr stattgefundenen Frühschwimmen für den bayerischen D-Kader nach Nabburg ins BayernLab. Dieses ist eine Einrichtung der bayerischen Vermessungsverwaltung, die sich mit Themen rund um Digitalisierung befasst und viele Mitmachstationen anbietet. So konnten wir in einem Sandkasten Höhenlinien selbstständig verändern und verschiedene 3D-Drucker anschauen. Außerdem gab es eine Stadtrallye entlang der historischen Stadtmauer, wobei man einiges über Nabburg und seine Geschichte lernen konnte. Nach einem kleinen Picknick an der Naab stand ein weiteres Training, ein Kompassblindflug in Ihrlerstein auf dem Plan. Wir bekamen eine komplett weiße Karte, auf welcher nur die roten Postenkreise verbunden waren, sowie eine Postenbeschreibung, um zu wissen, nach welchen Objekten man suchen sollte. Es stellte sich heraus, dass das Waldgebiet keineswegs so weiß wie die Karte war, sondern zahlreiche Grün 3 Stufen mit Brennesseln, Brombeeren und Unterholz bereithielt. Dadurch starteten bereits am ersten Posten Suchaktionen in größeren Gruppen, sodass sich der Lauf insgesamt eher extensiv gestaltete. Um den bereits sehr anstrengenden Tag zu beenden folgte ein Nacht-OL auf der Wolfsegger Karte „Dürrloch“ mit Massenstart aller Teilnehmer. Hierbei standen einige Posten in felsigen Gebieten, sodass gute Feinorientierung im Dunkeln gefragt war. Manche Läufer konnten auf ihrer Bahn auch einen Posten an der Dürrlochhöhle anlaufen.

Nachdem der Samstagvormittag zur Regeneration und einer kleinen Dehnrunde genutzt wurde, ging es nachmittags nach Nittendorf, um dort Massenstarts zu trainieren. Bei sehr schwülem Wetter erwarteten uns mehrere kurze Bahnen mit sehr eng stehenden Versatzposten. Somit musste man hochkonzentriert laufen. Den letzten Abend ließen wir nach dem Volleyballspiel „Klein gegen Groß“ und einer Besprechung mit einem Lagerfeuer und gegrillten Marshmallows ausklingen.

Als Abschluss des diesjährigen Sommertrainingslagers gab es am Sonntag einen Jagdstart im Koch-

holz, bei dem alle D-Kadermitglieder nach Leistungsstärke zeitversetzt an den Start gingen. Auch hier waren die OL-Bahnen gegabelt, um reines Nachlaufen zu verhindern. Die Startliste war so gut aufgestellt, dass es zu unglaublich viel Gegenkontakt im Wald kam und letztlich alle innerhalb kurzer Abstände im Ziel ankamen. Anstatt einer Dusche sprangen wir gemeinsam in voller Laufmontur in die Naab, bevor es dann ans Abbauen der Zelte ging. Es folgte noch ein letztes Mittagessen und eine Einzelbesprechung jedes Kadermitglieds mit Daniel, wo persönliche Stärken und Schwächen herausgearbeitet wurden, sowie Strategien, um diese zu verbessern und im Wettkampf richtig anzuwenden. Nachdem wir die ganze Woche bestes Sommerwetter genießen durften, überraschte uns kurz vor der Abreise ein Gewitter mit Starkregen und flutete den Zeltplatz, welchen wir glücklicherweise bereits aufgeräumt hatten.



In Gelis Womo ist für jeden Platz

Ein großes Dankeschön geht an unseren bayerischen Landestrainer Uwe und an Daniel, die dieses sehr gelungene Sommertrainingslager für den D-Kader organisiert haben. Danke auch an alle Betreuer, welche im ständigen Einsatz fürs Postensetzen und -sammeln, Schattenlaufen, Kinderhüten und Autofahren waren, sowie besonders an Geli, die wie immer mit leckerem Essen dafür gesorgt hat, dass keiner verhungern musste!

Text: Konstantin und Sophie Kraus
Bilder: Angelika Weid

Germanys Next Top Oler 2021

Sichtungswettkämpfe Bundeskader bei Regensburg

Kurz nach Beginn des neuen Schuljahres fand am 19. und 20. September erstmals wieder ein bundesweiter OL-Wettkampf in der Gemeinde Wald im bayerischen Vorwald statt. Da alle vorigen deutschlandweiten Wettkämpfe aufgrund von Corona-Beschränkungen abgesagt werden mussten, bot dieses Wochenende eine gute Möglichkeit zur aktuellen Statusbestimmung im physischen und technischen Bereich.

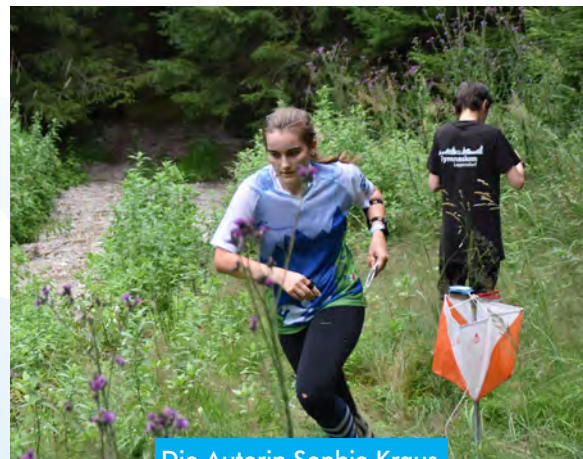
Zudem waren die von der OLG Regensburg ausgerichtete Mittel- und Langdistanz als Sichtungswettkämpfe für den Bundeskader 2021, sowie als Nominierungskriterien für einen Länderkampf der Jugend und Junioren ausgeschrieben. Letzterer wird Ende Oktober in der Schweiz stattfinden und ersetzt die entfallende Europameisterschaft. (Anmerkung der Redaktion: Leider entfiel auch diese Veranstaltung.) Somit reisten sowohl Jugend- und Junioren, als auch Eliteläufer aus ganz Deutschland an, um sich durch gute Leistungen zu empfehlen.

eine Mitteldistanz im Gelände „Felsenparadies“ nahe Süssenbach. Nach einem etwas längeren Anmarsch war vom Start weg exaktes Orientieren im steinigen Gebiet gefordert. Zudem hat Bahnleger Valtteri Kolehmainen mit zahlreichen Richtungswechseln, sowie variierenden Postenabständen dafür gesorgt, dass die Läufer konzentriert bleiben und neben klassischen „größeren“ auch viele Mikro-Routenwahlen lösen mussten. Im Ziel warteten bereits hygienekonform PET-Wasserflaschen zur Erfrischung, und nach kurzem Auslaufen zum WKZ am Sportplatz des 1.FC Wald-Süssenbach konnten erste Zwischenzeiten verglichen und die Bahnen nachbesprochen werden.

In der Kategorie H14 konnten sich drei bayrische Läufer auf dem Podest platzieren. Hier gewann Jakob Oechler vor Ole Baath und Jack Hay. Aufs Treppchen schafften es auch Riccardo Casanova, der in der Juniorenkategorie H20 siegte, sowie Juliane Burgmair mit Platz 3 in der Kategorie D14.

verlieren, und dann aber in Postennähe mit der nötigen Genauigkeit den richtigen Felsen anzulaufen.

Auch bei der Langdistanz war das komplette H14-Podium von Bayern besetzt, denn es siegte Ole Baath vor Jakob Oechler und Jack Hay. Seinen Sieg vom Vortag wiederholte Riccardo Casanova und Sophie Kraus konnte bei den Juniorinnen D20 den 3. Rang erreichen. Mit zwei 4. Plätzen an den



Die Autorin Sophie Kraus

Die Athleten starteten in den Kategorien D/H 14 bis D/H Elite und durch hervorragend gelegte Bahnen in den steilen Hängen mit teils ruppigem Untergrund wurde nicht nur ihre Orientierungsfähigkeit, sondern auch die läuferische Verfassung auf die Probe gestellt.

Am Samstag erwartete die Läufer

Der Sonntagmorgen startete vor allem für die Postensetzer der OLG Regensburg sehr früh. Nach und nach erreichten auch die Teilnehmer, welche die Nacht entweder in einer Pension, im Wohnmobil oder zu Hause verbracht hatten, das Wettkampfbüro und machten sich mit einer Warm-up-Karte auf den Weg zum Start.

Die Langdistanz fand bei sonnigem Wetter auf der Karte „Rocks on the Rocks“, welche bereits für den JLVK 2019 genutzt worden war, statt. Auch hier verlangten die Bahnen, welche Fabian Janischowsky gelegt hatte, den Teilnehmern einiges ab. So musste ständig die Geschwindigkeit angepasst werden, um auf längeren Passagen nicht zu viel Zeit zu

beiden Tagen machte außerdem Philipp Schwarck in der Herren Elite auf sich aufmerksam.

Ein großer Dank geht an das Organisationsteam der OLG Regensburg um Alfons Ebner, Valtteri Kolehmainen und Klemens Janischowsky, welches den deutschen Orientierungsläufers hochwertige Wettkämpfe präsentierte und für einen reibungslosen Ablauf unter Beachtung der Hygienevorgaben sorgte. Somit konnten sich zumindest die Jugend-, Junioren- und Eliteläufer nach langer Corona-Pause auf Bundesebene messen und vielleicht sehen wir ja den ein oder anderen bayerischen Orientierungsläufer im Bundeskader 2021.

Text: Sophie Kraus und Ines Schikora
Bilder: Peter Balzerowiak
Kartenausschnitte: OLG Regensburg

Die „Braunen Kringel“ auf den OL-Karten der Insel Laesoe

Schon im Januar hatten wir uns für heuer den 3-Tage-OL vom 14. – 16. Juli 2020 auf der Insel Laesoe ganz im Norden Dänemarks als OL-Event herausgesucht, um daran einen Urlaub in Dänemark anzuhängen. Immer wieder schauten wir banges Herzens in den letzten Wochen und Monaten auf die Homepage des Veranstalters, ob dort „abgesagt“ stehen würde. Doch nichts dergleichen. Im Gegenteil: Ende Juni gab es ein Hygienekonzept (Abstand halten, reichlich Desinfektionsmittel, nur zwei Starter pro Minute, Postenbeschreibungen vorher selber ausdrucken) auf der Homepage und die ca. 500 Teilnehmer wurden vereinsweise in halbstündige Startzeitfenster eingeteilt.

Neben den Hygieneinformationen gab es eine ganze Menge weitere Inputs aus den technischen Hinweisen. Zum Beispiel wurde explizit auf die mindestens fünf verschiedenen Möglichkeiten verwiesen, wie Weidezäune passiert werden können und die Bedienungsanleitungen für das Öffnen von nur schwerkraftgetriebenen oder (interessanter) die Hub-Drück-Hebelmechanismen der grünen und roten Tore gleich mitgeliefert.



Schön viele braune Kringel

Eine Mittel- und zwei Langdistanzen warteten auf uns. Mit der kleinen Autofähre kamen wir nach Laesoe und hatten dort eine sehr „hyggelige“ Ferienwohnung. Kurz vor der Abfahrt hatten wir uns noch 2 Falträder gekauft, die wir nun im Kofferraum dabei hatten und die jeden Tag ihren Dienst taten. Mit ihnen fuhren wir die jeweils ca. 4 km zu den verschiedenen Starts, immer schön an der Autoschlange vorbei. Parkplätze mussten wir auch

geln: Senken, Hügel, Höhenlinien ... Warum sind auf meiner Karte schon wieder (wie letztes Jahr in Oringen) so viele braune „Kringel“? Besonders am 2. Tag überwog die Farbe Braun komplett auf meiner Karte. Dies hatte dann auch zur Folge, dass ich nach langem Suchen nicht – wie gedacht – bei meinem 10. Posten herauskam, sondern beim 12. Da ich bis dahin aber schon 1 ½ Stunden unterwegs gewesen war, wollte ich nicht noch einmal umkehren, sondern begab mich dann – mit fehlenden Posten – zum Ziel.

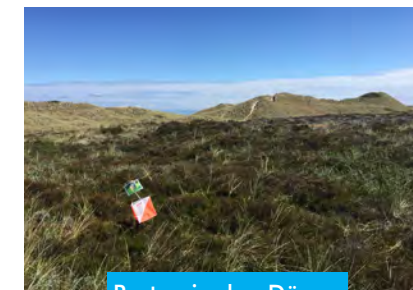
Klemens meinte natürlich, dass wir dringend „braune Kringel“ üben müssten und erspürte gleich an unserem nächsten Urlaubsort in Ribe ein Festpostennetz in einer Dünenlandschaft. Juhu, so durfte ich auch nach den 3 Tagen in Laesoe noch weiterüben, weil ich es doch anscheinend sehr nötig hatte...

Ergänzung von Klemens: „Der überwiegend offene Kiefernwald, von gelegentlichen Dickichten und mit einigen kleinen, aber feinen unbewachsenen Dünen durchzogen, ermöglichte ein schönes Lauftempo. Man durfte nur sehr aufpassen,

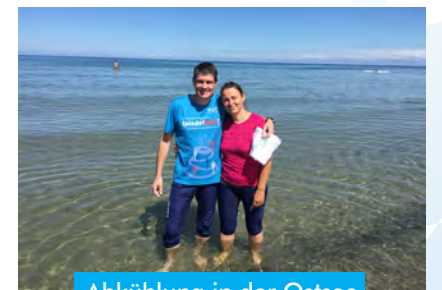
die Hilfshöhenlinien richtig zuzuordnen bei einer Äquidistanz von 2,5m. Und wenn alles so schön klappt, ist irgendwann die Konzentration flöten bei Posten 13, was zu einem neuen Parallelfehlerstypus führt. Nach mehrjähriger OL Tätigkeit kam man schon bei falschen Steinformationen, Dickichten, Zäunen, Häusern, Senken oder auch Sümpfen heraus, aber in den falschen Wald nach einer schönen Düne abzubiegen, ist mir bislang noch nicht gelungen. Es gibt immer ein erstes Mal...“



Postenbewacher?



Posten in den Dünen



Abkühlung in der Ostsee

nicht lange suchen, die gab es für die Räder direkt neben dem kleinen WKZ.

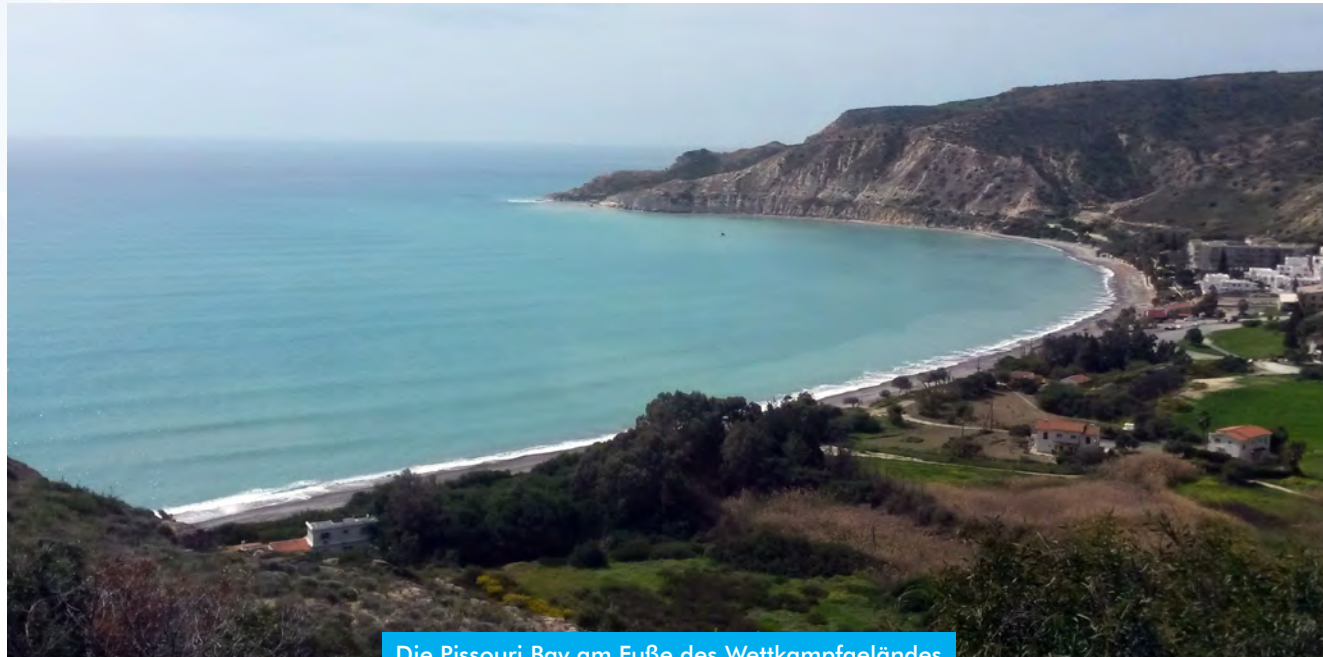
Das Gelände hieß „Klitplantage“ und beinhaltete einerseits offenes Waldgebiet mit einigen Wegen, aber auch Düngelände mit meinen „geliebten“ braunen Kringeln.

Noch ein Tipp: In Dänemark gibt es jede Menge öffentliche Festpostennetze. Zu finden sind sie unter www.find-vej.dk. Es gibt nicht nur Fuß OL Karten; in Kopenhagen findet sich z.B. auch ein Kanu OL Postennetz darunter.

Text und Bilder: Petra Janischowsky

Fifty Shades of Bondu

Erlebnis „1st Cyprus International Orienteering Festival“ in Zypern vor der heraufziehenden Pandemie



Die Pissouri Bay am Fuße des Wettkampfgeländes

Was gibt es Schöneres als die OL-Saison bereits im März im sonnigen Süden zu eröffnen? Nach Malta 2019 richtete sich der Fokus für dieses Jahr auf den internationalen 5-Tage-OL „1st Cyprus International Orienteering Festival“ (CIOF) auf Zypern in der zweiten Märzwoche. Eine tolle Gelegenheit, wieder ein weiteres Land der „OL-Ländersammlung“ hinzuzufügen. Mehrere potentielle Interessenten sagten dann doch ab, so dass am Ende nur Tihomir „Despa“ Despetovic und ich übrigblieben.

Der Informationsgehalt und die Aktualisierungsrate der Veranstaltungshomepage waren sehr überschaubar, aber was wir an Informationen hatten, sah gut aus. Interessante Gelände, eine tolle Location am Meer, Frühlingsklima. Auch die Mailkommunikation mit den Veranstaltern im Vorfeld funktionierte immerhin. Diana Bridger, die Koordinatorin, machte einen etwas verpeilten, aber sehr liebenswürdigen Eindruck.

Dann war da noch eine kleine Unsicherheit mit so einem Virus, das in China seinen Ausgangspunkt ge-

nommen hatte und seit Ende Februar verstärkt auch in Europa auftrat. Aber sowohl die Veranstaltung als auch die Flüge waren weiterhin terminiert, alles stand auf grün. Bei der Einreise nach Zypern – Fallzahl auf der ganzen Insel: 3 – wurde uns am Flughafen in Larnaka Fieber gemessen und wir erhielten einen Infoflyer zu COVID-19. Ansonsten war von Corona (noch) nichts zu bemerken. Also, Mietauto geschnappt (wegen Rechtsverkehr und südeuropäischer Fahrweise der Verkehrsteilnehmer entschieden wir uns für Automatik – sehr gute Wahl!) und ab gen Westen. Die Wettbewerbe fanden allesamt rund um Pissouri und Limassol, im griechisch-geprägten unabhängigen Südtel der geteilten Insel statt, alles nicht weit entfernt vom Meer. Despa war zuständig für die touristische Planung. Als Zwischenstopp während der mehrstündigen Fahrt hatte er noch einen Besuch des Stavrovouni-Klosters geplant, malerisch auf einer Felsnadel gelegen. Leider war aus Vorsicht vor Corona der Eintritt nicht mehr möglich, aber auch die Außenansicht und die Fotos über das weite Land waren den kleinen Abstecher wert.

Da im von den Organisatoren angebotenen Club-Hotel leider kein Platz mehr frei war, hatte ich für uns ein anderes Quartier gesucht. Der Name des „Hill View Hotels“ in Pissouri war Programm: ein toller Ausblick über Land, Küste und Meer vom Frühstücks-Panoramaraum aus, ein Pool, ruhige Lage. Alles bestens.

Beim Abstecher ins nahegelegene Org-Büro der erste Schock: die neuen Corona-Regeln der zypri-schen Regierung untersagen ab sofort Sportveranstaltungen. Das Aus für den Mehrtage-OL? Zum Glück nicht: da alle Teilnehmer bereits angereist waren, untereinander bereits Kontakt hatten und sonst quasi kein Kontakt mit Einheimischen bestand (es waren keine Oler aus Zypern am Start) entschieden sich die Organisatoren, nach dem Motto „they have to find us first“, die Veranstaltung „unter dem Radar“ durch-zuziehen – nur die in einem Berg-dorf vorgesehene Sprint-OL-Etappe musste gestrichen werden. Die vier Mitteldistanz-Etappen im Gelände konnten ausgetragen werden. Nur wurden natürlich die Ergebnisse nicht online veröffentlicht und die

Teilnehmer gebeten, keine Infos in den sozialen Medien zu posten. Um es vorweg zu nehmen: es funktionierte alles bestens, es gab keine Infektionen.

Nun freuten wir uns auf die vier anstehenden Etappen. Die Geländebe-schreibung verhieß halboffenes Ge-lände mit Buschwerk und Dickichten, sowie hie und da „Bondu vegetation“. Da hier Google Translate an seine Grenzen stieß, mussten wir uns über-raschen, was dieses Bondu denn sein würde. Aber unser Tipp war mal, ir-gendetwas Stacheliges, das nur im Sü-den wächst....

Zur ersten Etappe – eine von zweien auf dem Höhenrücken von Melanda oberhalb von Pissouri, fast direkt am Meer und mit tollem Ausblick über die türkis-blaue Pissouri Bay, erwartete uns und die knapp 200 Teilnehmer strahlender Sonnenschein. Der OL war durchaus ziemlich anspruchsvoll, was am ständigen Vegetationswechsel und nicht zuletzt dem Bondu – eine Art Buschwerk ... mit Dornen (Yes!) – der das Vorwärtkommen hie und da erschwerte, aber als „open bondu“ nicht allzu dicht stand. Trotz zweier etwas falsch gesetzter Posten war es ein schöner OL, der Lust machte auf mehr.

Den Nachmittag nutzten wir für das von Despa ausgearbeitete Sightseeing-Programm Richtung Westen: auf dem Programm standen das Agios Neophytos Kloster nahe Paphos, die antiken Königsgräber von Nea Paphos, der archäologische Park von Paphos mit weiteren griechischen und römischen Ruinen, sowie als Tagesabschluss der Sonnenuntergang am Felsen der Aphrodite am Meer nur ein paar Kilometer von unserer Unter-kunft entfernt.

Die zweite Etappe im gleichen Gelände fand dann schon bei bewölktem Himmel statt. Diesmal waren alle Posten korrekt gesetzt, was die OL-Freude gegenüber dem Vortag noch deutlich erhöhte. Es war einfach eine Freude, durch das an-spruchsvolle Gelände zu navigieren. Nach dem Lauf fing es leider an zu reg-nen. Wir entschieden uns, das geplante Sightseeing-Programm – das Amphi-theater und die Ruinen von Kourion – trotzdem zu starten und durchzuziehen. Leider zwang uns zunehmender Regen und starker Wind dann aber, die anti-ken Ruinen im Schnelldurchlauf zu be-sichtigen und früher als geplant zurück ins Quartier zu fahren. Am Abend fanden wir wie am Vortag ein schönes einheimisches Restaurant im Ortskern von Pissouri mit leckerem lokalen Essen.

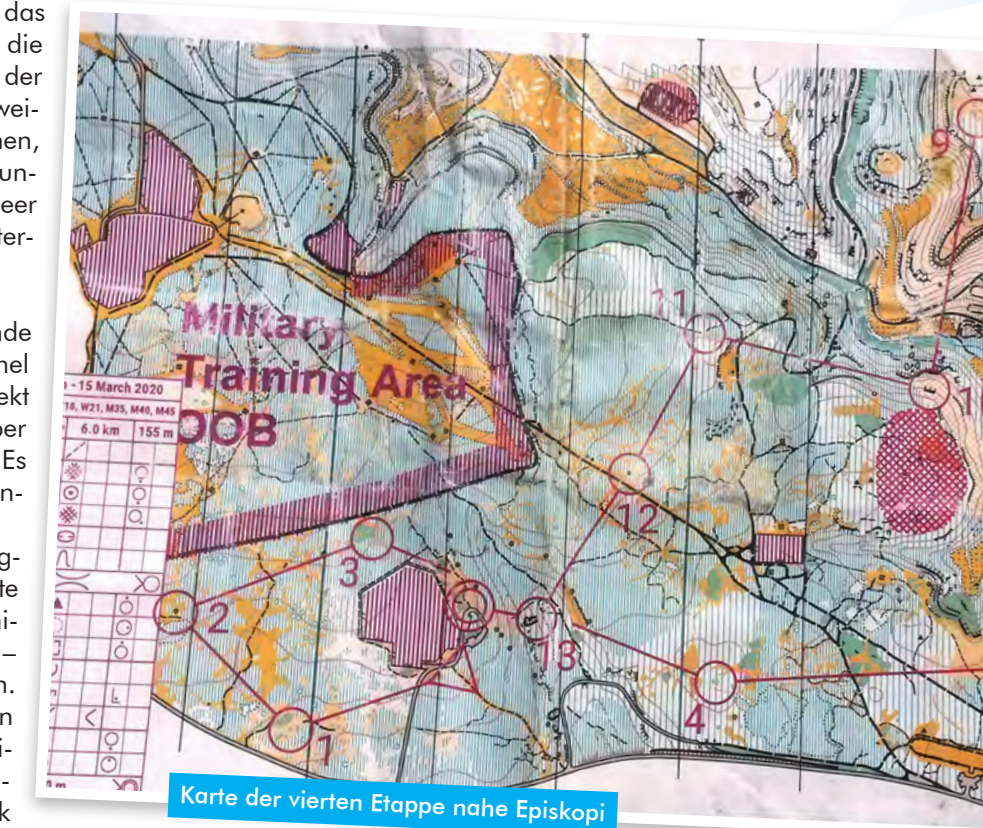


Der Autor Ralph Körner im Kampf gegen Bondu und die Höhenmeter

Der nächste Tag war durch die ausgefallene dritte Etappe nun ein Ruhetag, den wir zum ganztägigen Sight-seeing in und um Limassol nutzten. Erfreulicherweise hatte sich das Wetter wieder beruhigt und war heiter bis wol-kig. Bei der Ankunft an der Sehenswür-digkeit, der Burg von Kolossi, erwartete uns eine schlechte Nachricht: auf An-weisung der Regierung waren mit dem heutigen Tag alle Sehenswürdigkeiten Zyperns wegen der Ausbreitung des Coronavirus geschlossen. Gut, dass wir am Vortag trotz Regenwetters noch Kourion besucht hatten. So verbrachten wir den Tag am Yachthafen, der schön gestalteten Promenade, im Stadtpark und in der mittelalterlichen Altstadt von Pissouri – Eis und leckeres Essen inbe-griffen.

Die dritte Etappe wurde unweit des im-posanten Kouris-Staudamms im Hinterland von Limas-sol ausgetragen. Wechselnde halboffene Vegetation, zahlreiche Böschungen, Felswände und Steinmauern, sowie natürlich wieder „open Bondu“ kennzeichneten das interessante und nicht ganz einfache Terrain.

Das Sightseeingziel für diesen Tag war eine Wanderung durch die Avacas-Schlucht ganz im Westen der Insel. Nach einer abenteuerlichen Fahrt über Feldwege durch gebirgiges Hinterland – die Durchquerung von Wasser-läufen mit dem Auto inbegriffen – kamen wir



Karte der vierten Etappe nahe Episkopi

am Eingang der Schlucht an und machten uns auf den Weg. Selbiger war jedoch nicht so ganz trivial. Immer wieder kreuzte der Pfad den einiges an Wasser füh-

renden Bach inmitten der schmalen Schlucht, umgeben von Felswänden. Mir wurde es irgendwann zu unsicher und ich entschied mich, umzudrehen. Despa wollte noch bis zum Ende der Schlucht weitergehen und dann nachkommen. Ich nutzte die Zeit für ein paar schöne Schnappschüsse der malerischen Natur, die sich bei frühlingshaftem Sonnenschein besonders schön präsentierte. Leider kam Despa mit einer Hiobsbotschaft wieder am Auto an: bei einem Sprung über eine Bachdurchquerung war er ausgerutscht, in den Bach gefallen und hatte sich das Handgelenk verstaucht. Zumindest konnten wir noch den Sonnenuntergang am Malerischen „White River Beach“ mit seinen weißen Felsen genießen, dann war der Tag leider gelaufen.

Despas Schmerzen im Handgelenk waren leider am nächsten Morgen schlimmer geworden, so dass er sich entschied, die abschließende vierte Etappe in der zum Vereinigten Königreich gehörenden Gegend nahe Episkopi – dort ist eine der zahlreichen britischen Garnisonen auf der Insel Zypern stationiert – nicht mehr mitzulaufen und stattdessen im Hotel zu bleiben. So machte ich mich alleine auf zum antiken Apollo Hylates Tempel, wo das Wettkampfbüro der Etappe lag. Wie alle Sehenswürdigkeiten war auch diese antike Stätte geschlossen, so dass die OLER den Parkplatz ganz für sich hatten. Auf dieser anspruchsvollsten der vier Etappen lernte ich dann auch die Variante „closed Bondu“ kennen: ein schier undurchdringliches Dickicht aus Buschwerk und Dornen, dessen Umlaufen angesichts kaum vorhandener Wege und direkt hindurch gelegter Postenverbindungen ebenso zu einer Herausforderung wurde wie das Auffinden der Postenschirme auf den kleinen Lichtungen inmitten des dichten Bewuchses. Abgesehen von einer längeren Suchaktion gelang mir der Lauf soweit ganz gut, aber meine Arme und Beine waren derart zerkratzt, dass sie nach einem Aufenthalt in einem SM-Studio aussahen – quasi Fifty Shades of Bondu ;-)

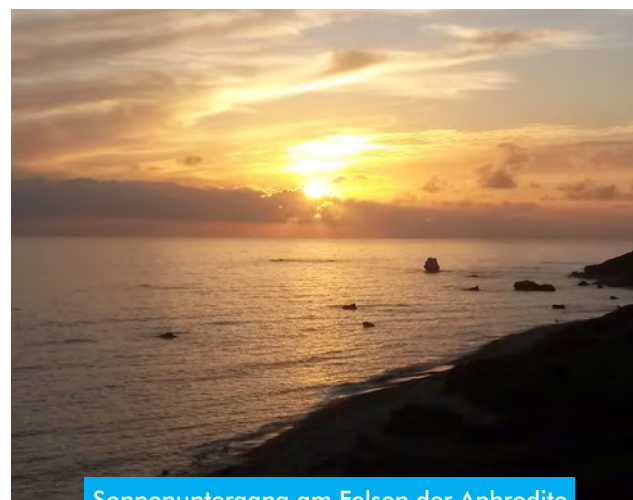
Bei der abschließenden Siegerehrung bei strahlendem Sonnenschein und sommerlichen Temperaturen durfte ich mich bei meiner Premiere in der Altersklasse M40 über den Gesamtsieg freuen. Despa vergab leider durch seinen Startverzicht einen möglichen zweiten Platz in M21. Diana und ihr kleines Organisationsteam erhielten für ihr Premieren-Event zum Abschluss noch großen Applaus von den sehr zufriedenen Teilnehmern.

Auf dem Rückweg machte ich noch kurz beim antiken Stadion von Kourion halt. Leider hatte Despa, der sich in der Apotheke mit Medikamenten und einem Verband eingedeckt hatte, aufgrund seiner Schmerzen keine Motivation für weiteres Sightseeing, so dass ich nochmals alleine loszog zu einer kleinen Wanderung über



Apollo Hylates Tempel beim Zielareal

den Steilklippen von Pissouri und einem weiteren Abstecher zum Sonnenuntergang am Aphrodite-Felsen. Die ganzen Tage über hatten wir die sich zuspitzende Corona-Lage in Europa und der Welt aufmerksam verfolgt. Vor allem in Italien und Spanien, aber auch in Deutschland und anderswo gingen die Fallzahlen durch die Decke. Immer mehr Länder machten dicht, Flug um Flug wurde storniert. Auch Zypern – mittlerweile mit 26 positiven Fällen – verfügte, exakt an unserem Abreisetag 16. März alle Hotels und Restaurants zu schließen. Ab einer Stunde nach unserer geplanten Abflugzeit würde die Einreise nach Zypern für Ausländer nicht mehr zulässig sein. Unser Lufthansa-Flug war am Vorabend zum Online-Check-In bereit, was uns schon einmal beruhigte.



Sonnenuntergang am Felsen der Aphrodite

Am Abreisetag stand auf dem Weg zum Flieger noch ein Abstecher zur Hala Sultan Tekke Moschee direkt am Salzsee von Larnaka in Sichtweite des Flughafens auf dem Programm. Die Moschee selbst war natürlich ebenfalls wegen Corona geschlossen, die umgebende Gartenanlage und der vogelreiche Salzsee luden jedoch noch ein bisschen zum Entspannen im sonnigen Süden vor dem Rückflug ins coronageplagte Deutschland ein. Dass es die letzten „normalen“ Stunden in einer seitdem ziemlich verrückten Welt mit ihren umfangreichen Einschränkungen sein würden, war uns zu diesem Zeitpunkt noch nicht bewusst.

Dennoch waren wir erleichtert, als wir im Flugzeug nach München saßen, da wir es noch vor dem Corona-Lockdown „heraus“ geschafft hatten und nicht wie so viele Touristen zurückgeholt werden mussten. In der Rückschau hatten wir trotz geringer Einschränkungen eine wundervolle Woche im Süden genießen dürfen, die – trotz Despas Verletzung, die er zum Glück bald darauf wieder auskurieren hatte – eine weitere gelungene OL-Reise war und uns einen ersten Eindruck von der wunderschönen Insel Zypern, die auf jeden Fall auch ohne OL eine Reise wert ist, vermittelt hat.

Text: Ralph Körner
Fotos: Ralph Körner u. Veranstalter

OOcup 2020 in Frankreich

5-Tage-Lauf mit 1600 Teilnehmern

Bericht Anton Tatzel: „Mein erster internationaler Mehrtagelauf“

Der diesjährige OOcup wurde vom 11. bis 15. August veranstaltet. Er sollte eigentlich Ende Juli stattfinden, doch wegen der Corona-Pandemie war es zunächst unklar, ob der Wettkampf überhaupt stattfindet. Geli und ich sind schon am Freitag in der Woche davor losgefahren und haben uns mit Uwe, Jakob, Moritz und Lukas am Bodensee getroffen. Von dort sind wir dann immer weiter in Richtung Wettkampfort gefahren und haben auf dem Weg verschiedene Sehenswürdigkeiten besucht. In Lausanne fanden wir durch Zufall einen kleinen OL, der durch einen Park lief. Am Tag vor der ersten Etappe haben wir uns auf einen Parkplatz in der Nähe der Zielwiese mit Gelis Wohnmobil gestellt und dort übernachtet.



Der Autor Anton Tatzel

Zum Start der ersten Etappe ging es über eine Skipiste nach oben auf den Gipfel eines Berges. Das Gelände hatte wenig Wege, war aber offen und größtenteils Wiesenflächen. Mein Lauf funktionierte fast ohne Fehler und trotzdem kam ich bei dieser starken Konkurrenz nur auf Rang 36. So gut wie bei mir lief es aber leider nicht bei Allen. Die zweite Etappe war für mich das technisch schwierigste Gelände; meist offener Hochwald und gut belaufbar, allerdings eine Vielzahl an Hügeln und andere Objekte. Bis auf ein paar Fehler lief es gut und ich bin auf Platz 26 gekommen.

Der dritte Lauf fand im selben Wald statt wie am Vortag, nur war es diesmal in der anderen Hälfte des Gebietes. Das Gelände hatte viele Täler und Hügel. Das Ziel, das

wir uns bei der Besprechung am Vortag gesetzt hatten (nicht mehr als 2 Minuten Fehler) konnte ich zwar nicht erreichen, aber ich wurde trotzdem Vierzehnter. Auf der vierten Etappe erwartete uns die längste und steilste Bahn, auch wenn ich die 195 Höhenmeter kaum mitbekommen habe.



Das Gelände hatte jede Menge Steine, aber auch viele Wege. Obwohl dieser Lauf nicht mein bester war, war er definitiv der schönste für mich. Bis auf einen größeren Fehler, der mich 2 Minuten gekostet hatte, gab es noch zwei bis drei kleinere Zeitverluste und letztendlich kam ich als Achtzehnter ins Ziel.

Der letzte Tag war mein bester Lauf, da ich keinen Fehler gemacht habe und Dreizehnter wurde. Das Gelände war wieder ein offener Hochwald und am Ende Wiese mit kleinen Waldstücken. Es war trotz der Pandemie ein gelungener Wettkampf und die Strecken waren eine Herausforderung, wodurch ich viel gelernt und Erfahrungen gesammelt habe. Ich freue mich über den 16. Gesamtplatz und schon jetzt auf meinen nächsten Mehrtagelauf.

Text: Anton Tatzel
Bilder: TV Coburg-Neuses und Veranstalter

OOcup 2020 in Frankreich

5-Tage-Lauf mit 1600 Teilnehmern

Bericht Ralph Körner: „Lukas Oechler siegt in der M 10“

Mit vier Aktiven war der OLV Landshut beim internationalen 5-Tage-OL „OOcup“ in den französischen Alpen am Start. Mit Lukas Oechler in M 10 stellt der OLV dabei auch einen Gesamtsieger nach den sehr anspruchsvollen und abwechslungsreichen fünf Etappen rund um Nantua im Departement Ain.

Den Auftakt der fünf Wettbewerbe machte eine Mitteldistanz in alpinem Gelände am Col de la Faucille, leider begleitet durch gestohlene und versetzte Posten, was die Annullierung von Teilstrecken notwendig machte, aber der guten Stimmung keinen Abbruch tat. Es folgten zwei Etappen in steinigem, grünen und schwer belaubtem Mittelgebirgs-wäldern bei Les Moussières, bevor das Event mit einer Langdistanz in Le Turet und der finalen Etappe in Crêt Fury in jeweils vergleichbaren anspruchsvollen, karstigen Geländen zu Ende ging. Begleitet wurden die Etappen von sehr heißem, aber ansonsten bestem OL-Wetter, insgesamt waren über 1600 Teilnehmer am Start.

In M 10 war Lukas Oechler bei allen fünf Etappen hellwach und erzielte durchweg starke Ergebnisse. Die zweite Etappe konnte er sogar gewinnen, auf den Etappen eins und fünf wurde er jeweils Zweiter, auf der vierten Etappe Dritter und auf der dritten Etappe Sechster. Am Ende sicherte er sich mit über sechs Minuten Vorsprung auf die Konkurrenz den Gesamtsieg. In M 12 belegte Moritz Oechler am Ende den 13. Gesamtrang. Überzeugen konnte er dabei vor allem auf der zweiten Etappe als Tageszweiter.

Mehrere Spitzenplätze erzielte auch Jakob Oechler in M 14, unter anderem mit Rang zwei auf der vierten Etappe, Platz fünf auf der ersten Etappe und Rang acht auf der zweiten Etappe. In der Gesamtwertung bedeutete dies am Ende den guten neunten Platz. Uwe Weid ging in der Kategorie M 35 an den Start, überzeugte dort mit einem vierten Platz auf der vierten



H10 - Gewinner Lukas Oechler

Etappe, sowie den Tagesplätzen sieben (Etappe 2), acht (Etappe 3), neun (Etappe 5) und zehn (Etappe 1) und konnte sich damit am Ende auf Gesamtrang sechs im Vordergrund platzieren.

Text: Ralph Körner

Bilder: OLV Landshut u. Veranstalter



Drei Zinnen zwischen zwei Wellen

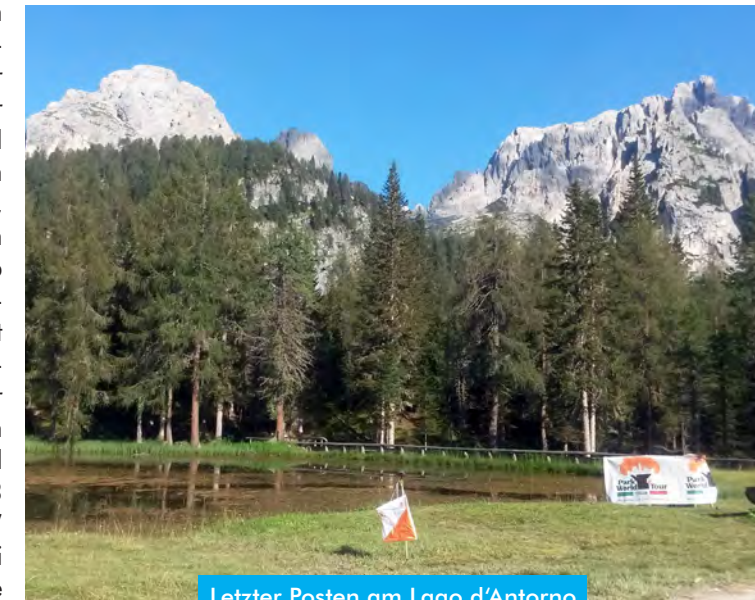
Gelungener Trip in die Dolomiten zum 3-Tage-OL

„3 Peaks Orienteering“ im August 2020

Der Corona-Lockdown der ersten Corona-Welle vom Frühjahr und Frühsommer war gerade vorüber und die Grenzen öffneten sich langsam wieder, da ging mein Blick in den OL-Kalender, ob es nicht doch ein internationales OL-Event gäbe, das den so verkorkten OL-Sommer ein Stück weit retten könnte. Mein Blick fiel auf den 3-Tage-OL „3 Peaks Orienteering“ im Nationalpark Drei Zinnen an der Grenze zwischen Südtirol und dem Veneto. Atemberaubende Berglandschaft und drei Mitteldistanz-Etappen in alpin geprägtem Gelände waren ein attraktives Angebot, das ich gerne annahm. Mit Xin Zhang aus München, die auch auf der Suche nach einem sommerlichen OL-Event war, fand ich auch rasch eine sympathische Begleitung für ein schönes OL-Wochenende. So fuhren wir Anfang August für drei Tage ins sonnige Italien zum OL.

Durch das späte Startzeitfenster am ersten Wettkampftag konnten wir am selben Tag daheim losfahren und sogar noch einen Abstecher hinauf zu den Drei Zinnen inklusive Kurzwanderung in der wundervollen Berglandschaft der Dolomiten genießen.

Die erste Etappe fand mit Start und Ziel am Lago d'Antorno oberhalb des bekannten Misurina-Sees direkt an der Zufahrt zu den Drei Zinnen statt. Ein abwechslungsreicher Langdistanz-Wettkampf mit vielen Höhenmetern und anspruchsvollen Querpassagen in den ruppigen Berghängen, durchsetzt von Almwiesen, wartete auf uns. Ich war mit meinem Lauf in M40 so mittelpäch-



Letzter Posten am Lago d'Antorno

tig zufrieden, Xin war leider mit der W21 ein bisschen überfordert und musste nach rund drei Stunden aufgeben, war aber dennoch frohen Mutes angesichts des tollen Wetters und der schönen Landschaft. Auch unser Quartier – ein uriges Agroturismo mit wundervollem Ausblick über die Berglandschaft – war eine hervorragende Wahl.

Die Etappen zwei und drei wurden beide nahe Valgrande südlich des Sextentals ausgetragen. Flache, diffizile Abschnitte wechselten mit steilen, teils felsigen Berghangpassagen ab.

Auf der zweiten Etappe gelang mir ein nahezu fehlerfreies Rennen und der Tagessieg, Xin schaffte diesmal ihren Lauf und war auch noch motiviert für einen gemeinsamen Kartengang im Gelände mit O-Technik-Schulung nach dem Lauf. Ansonsten verbrachten wir einen gemütlichen Nachmittag und genossen das schöne Wetter und das faszinierende Panorama.

Die letzte Etappe war etwas lauffetonter als am Vortag. Mir gelang nochmals ein guter Lauf, mit dem ich es auf Rang drei der Gesamtwertung in M40 schaffte. Xin hatte sich nach der Technikeinheit vom gestrigen Tag nochmals verbessert und war bei gleicher Streckenlänge deutlich schneller und damit noch glücklicher als am Vortag. Mit einer sonnigen Siegerehrung – coronakonform mit Masken und Abstand – ging ein wundervolles OL-Wochenende zu Ende, bevor wir uns

wieder über den Brenner auf den Heimweg nach Bayern machten.



Im Nachgang haben wir alles richtig gemacht. Rechtzeitig bevor die zweite Corona-Welle im Herbst Europa erreichte, konnten wir ein tolles OL-Erlebnis genießen, ohne ständig an die Einschränkungen durch COVID-19 erinnert zu werden. Hoffen wir, dass dies auch im nächsten Sommer wieder möglich sein wird.

Text: Ralph Körner

Bilder: Ralph Körner, Xin Zhang

O-Festival Tirol

mit zwei bayerischen Podestplätzen

Dass ich ein Freund von internationalen OL-Events bin, wissen die meisten Leser des OLI aufgrund meiner vielen Berichte der letzten Jahre längst. Und so hatte ich natürlich auch für 2020 ein illustres Programm geplant, das im März im historischen Matera in Süditalien beginnen sollte. Insgesamt hatte ich 5 Veranstaltungen ins Auge gefasst – und ihr ahnt es schon: alle wurden früher oder später abgesagt, zuletzt Belgien Mitte August. In einem „Akt der Verzweiflung“ suchte ich weiter und stieß auf das O-Festival Tirol, einem 3-Tage-OL in Imst. Und dieser fand dann tatsächlich statt.

Ich kam mir vor, wie ein Kind, das zu Weihnachten beschenkt wird. Die Vorteile lagen auf der Hand: Kurze Anfahrtstrecke mit nur einem Grenzübergang, was in diesen Zeiten Risikominimierung bedeutet, und eine schöne Urlaubsgegend, auf die sich auch meine Frau freuen konnte und Gelegenheit zu Wanderaktivitäten im Gebirge gab, denn wir verlängerten den Aufenthalt ein wenig. Endlich wieder OL-Luft schnuppern unter dem dortigen Werbeslogan „Imst – jeden Tag Tirol“, der mir sofort die ARGE-ALP-Meisterschaften 2013 in Erinnerung rief. Damals liefen wir unter winterlichen Bedingungen, denn der erste Schnee war bereits gefallen und machte sich im Laufgelände breit. Jetzt also Ende August im Som-

mer, wobei sich auch dieses Mal das Wetter zumindest bei der 3. Etappe nicht von seiner guten Seite zeigte. Insgesamt trafen sich 240 Teilnehmer, darunter 11 bayerische Läufer. Eigentlich erstaunlich wenige Bayern bei dieser geographischen Nähe und dem schmalen Wettkampfkalender!

Die erste Etappe war ein Sprint in dem kleinen Ort Nassereith auf halber Strecke zwischen Imst und Fernpass bei sonnigem Wetter. Eigentlich erschien der Ort von seiner Struktur her recht übersichtlich. Doch es sollte sich bald zeigen, dass ein kreativer Bahnleger auch da etwas herausholen kann. Zuerst ging es in ein Postennest an den kleinen Nassereither See, der nur die Größe eines Dorfteiches hat. Vier Posten im Umkreis von 40 Metern. Das wurde dem stärksten Läufer in meiner Kategorie zum Verhängnis: Fehlstempel! Damit war die 3-Tage-Wertung bereits am ersten Posten für ihn erledigt. Im weiteren Verlauf erforderte vor allem eine Doppelschleife ordentlich Konzentration hinsichtlich der Postenreihen-

folge und einigen kleinen Durchgängen bei Mauern, Zäunen und einem Gehöft. Etwas übermotiviert nach der langen Corona bedingten

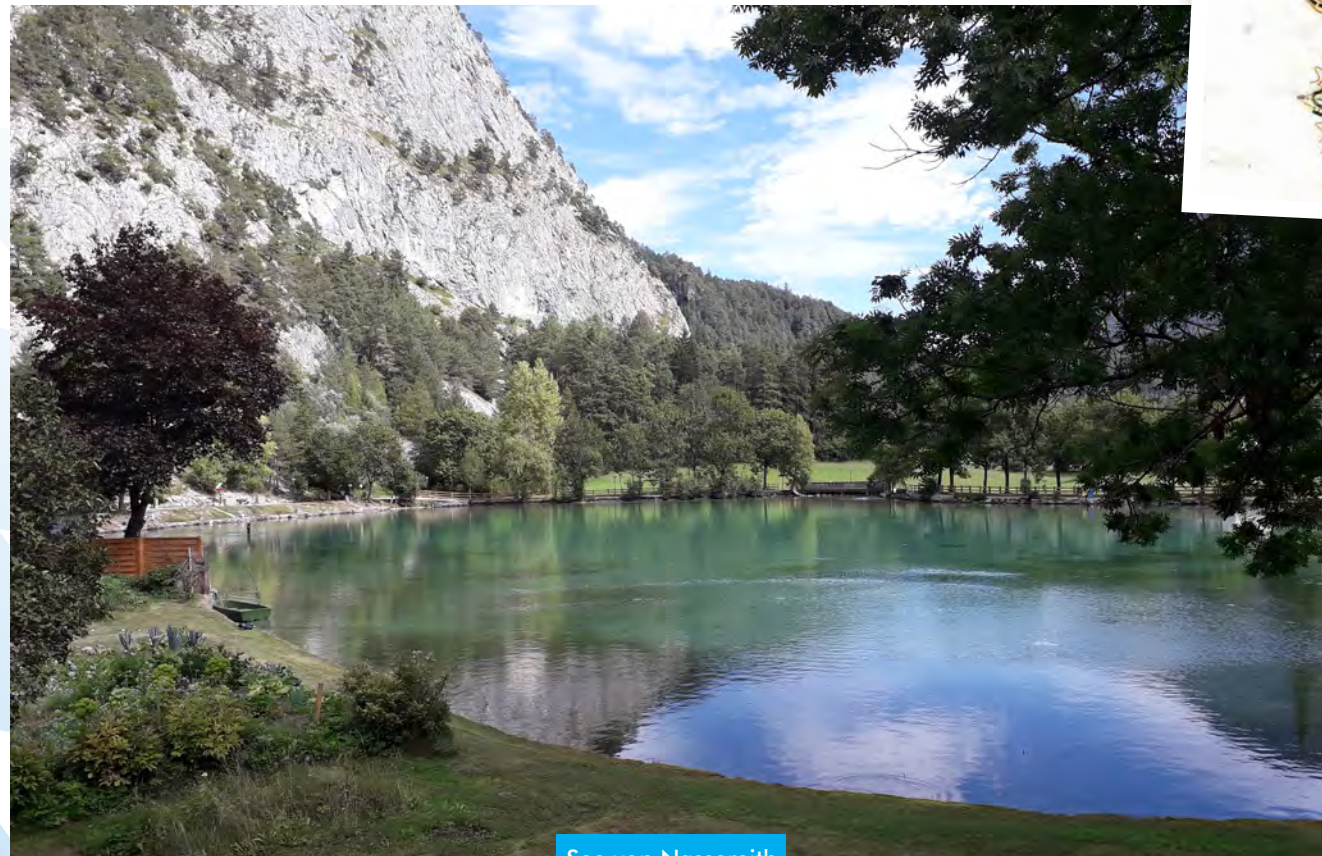
entscheidend, was mir in zwei Postenräumen nicht gut gelang. So landete ich wieder auf Rang 5, schob mich aber auf den 4. Platz in der Gesamtwertung nach vorne. Allerdings ließ der Abstand nach vorne keine Hoffnung auf eine weitere Verbesserung zu.

Das Finale war dann wirklich die Härte. Bei Dauerregen ging es auf die Langstrecke bei Hochimst in ein sehr bergiges und ruppiges Gelände. Da so etwas noch nie meine Spezialität war, konzentrierte ich mich auf ein passables Durchkommen. Der Routenwahl kam dabei auf einigen Teilstrecken eine besondere Bedeutung zu und die Kondition wurde auf eine harte Probe gestellt. In den Postenräumen ersparte ich mir dieses Mal eine größere Sucherei, obwohl die Posten schon recht diffizil gesetzt waren. Am Ende war ich nur froh, relativ gut durchgehalten zu haben, hatte aber angesichts einer Laufzeit von ca. 90 Minuten in der H 60 keine besondere Erwartungshaltung an die Platzierung. Doch was für eine Überraschung! 4. Etappenplatz und – kaum zu glauben – 3. Rang in der Gesamtwertung, also Podestplatz. Die Sportreise hatte nun für mich das „Tüpfelchen auf dem I“ bekommen.

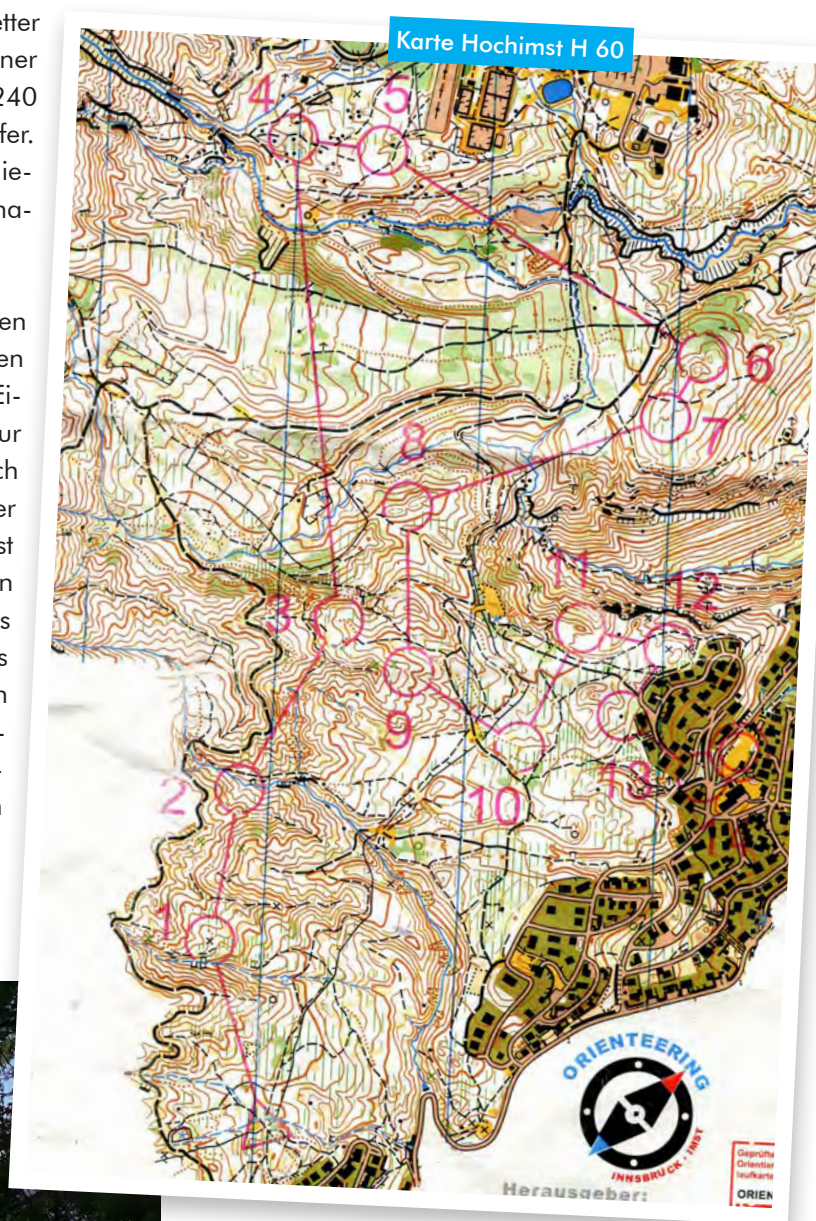
Noch besser machte es Ralph Körner in der M 40, der sicher auch mit höheren Ansprüchen als ich antrat. Er startete mit einem starken zweiten Platz im Sprint mit nur zehn Sekunden Rückstand auf den Sieger in die Wettkampftage. Mit zwei Fehlern über die Mitteldistanz reichte es dort nur zum Tagesplatz vier und in der Gesamtwertung fiel er auf Rang drei zurück. Den widrigen Bedingungen auf der Schlussetappe trotzte er jedoch bestens, lief erneut auf Tagesplatz zwei und eroberte sich damit für ihn unverhofft auch den zweiten Platz in der Gesamtwertung zurück. Wir beide waren damit die einzigen Preisträger aus bayerischer Sicht. Wir erhielten schöne landestypische Produkte als Preise. Peter Weinig vom OC München gelang noch ein sehr guter vierter Platz in der H 40. Andere Bayern liefen zum Teil gar nicht alle Etappen.

Für mich als Liebhaber von internationalen Veranstaltungen war das Jahr in dieser Hinsicht natürlich insgesamt ein Totalausfall. Am Ende war ich nur beim 3-Tage-OL in Imst – aber immerhin! Ohne jedes schlechte Gewissen mit dem eigenen Auto, in einem guten Hotel mit Hygienevorkehrungen, bei einer kontaktlosen Sportart im Freien! Und es hat meiner „Seele“ so gut getan.

Text und Bilder: Ralph Meißner



See von Nassereith



Karte Hochimst H 60

Durststrecke handelte ich mir doch etwas Zeiteinbußen ein. Es hätte besser als ein 5. Platz sein können, aber eigentlich bin ich ja völlig ohne Erwartungen hierher gefahren und es ging nur darum, endlich wieder OL zu laufen.

Am zweiten Tag folgte eine Mitteldistanz im semialpinen Gelände oberhalb von Tarrenz, wo wir noch bei trockenen Verhältnissen über die Runden kamen, knapp bevor der Regen einsetzte. Überwiegend war das Interpretieren des Höhenprofils



Der Autor mit seinem 3. Platz

Sieben Seiten Auswertung nach Schweizer Mitteldistanz Meisterschaften [MOM]

Die Frage, die sich die meisten ambitionierten Athleten stellen, ist: „Wie komme ich in der Ergebnisliste weiter nach vorne?“. (Dachtet ihr es wäre wie man möglichst viel Spaß hat? Pfff...) Glücklicherweise ist diese Frage ziemlich gnädig, da die Antwort relativ offensichtlich ist: „Besser werden!“. Jetzt stellt sich natürlich eine vollkommen neue Frage: „Wie werde ich besser?“. Die Antwort auf diese Frage ist insofern komplexer, als dass es im OL viele Fähigkeiten (läuferisch, technisch, ...) zu verbessern gibt, und viele Arten dies zu tun. Dieser Artikel soll vor allem eine der meiner Meinung nach effektivsten Methoden zur Verbesserung des technischen Verständnisses aufzeigen: Analyse von Wettkämpfen. In diesem Beispiel mein Lauf bei den MOM in der H20.



Was hatte ich mir nicht alles von der Teilnahme an den Schweizer Meisterschaften erhofft. Als Vorbereitung für den später abgesagten Europacup, sollte dieser Wettkampf in sehr steinigem, grünem, unebenem Gelände, vor allem die Wettkampfroutine trainieren und aufzeigen, wie weit ich von der internationalen Spitze entfernt bin. Folgende Graphiken zeigen meine Split-Zeiten und meinen Rennverlauf, verglichen zum Sieger. Das Ergebnis waren fast fünf Minuten Rückstand bei Posten zwei und 11:52 min am Ende des Rennens, aber auch ein sehr starker mittlerer Abschnitt.

Um das Meiste vom Wettkampf auszuschöpfen, ist es wichtig, den Lauf im Detail zu analysieren. Von den

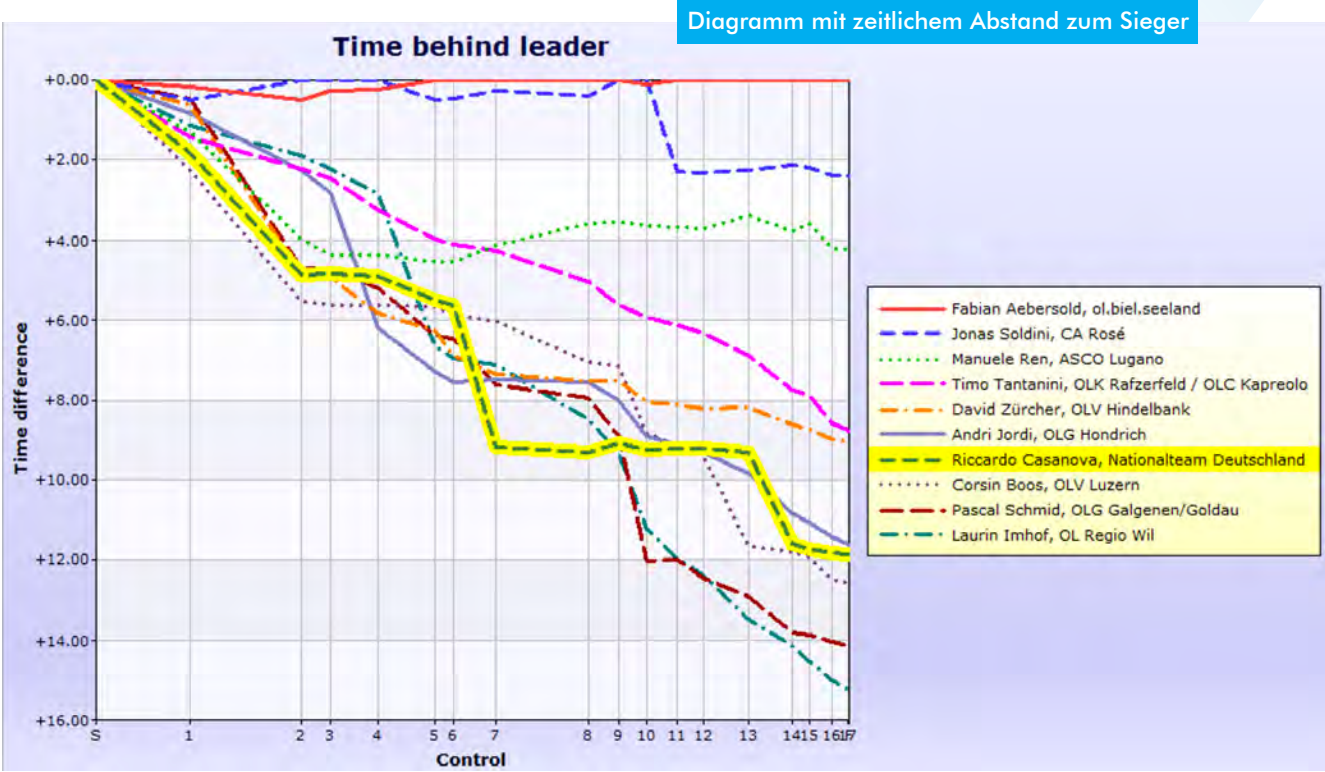
Abschnitten, die gut liefen, bis zu denen, die mehrere Minuten und denen die nur ein paar Sekunden gekostet haben. Kleine Fehler sind große Fehler, die man rechtzeitig aufgefangen hat, und schon vier Sekunden pro Posten wären in diesem Rennen mit 4 Sekunden x 16 Posten über eine Minute! Die Idee hinter der Auswertung ist dreigeteilt. Mit dem sich Beschäftigen mit der Bahn erlangt man zunächst ein Verständnis über bestimmte O-Techniken oder Routen-Ausführungsarten (...). Dieses Wissen muss im nächsten Schritt verfestigt werden, um dieses schließlich in den folgenden Trainings und dann auch Wettkämpfen (automatisiert) benutzen zu können. Dabei hilft es, sich wieder und wieder mit

den Sachen zu beschäftigen, eben diese im (Unter-)Bewusstsein abzuspeichern. Man kann es sich auch wie Vokabel lernen vorstellen. Erst lernt man von bestimmten neuen Wörtern, zum Beispiel aus dem Lexikon. Anschließend prägt man sie sich beispielsweise mit Hilfe von Karteikarten ein und letztendlich benutzt man sie (hoffentlich ohne nachzudenken) in einem Gespräch.

Für die Analyse einer Bahn schaue ich jede Postenverbindung einzeln an und versuche mit Hilfe der Zwischenzeiten zu verstehen, auf welche Weise ich Zeit verloren habe und wie man dies eventuell verhindern könnte. Dies schließt sowohl technische als auch mentale Fehler

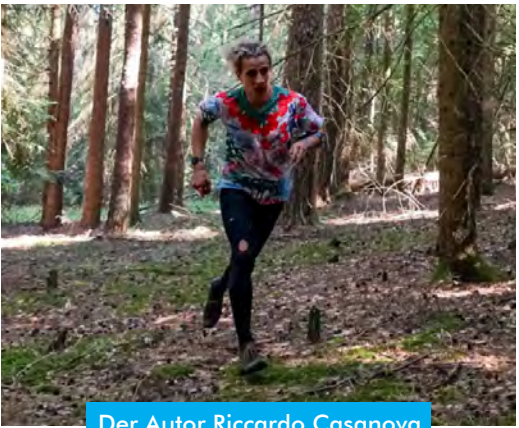
1	2	3	4	5	6	7	8	9
6:03 (21)	7:54 (18)	1:27 (3)	2:17 (5)	3:10 (7)	0:57 (6)	5:40 (27)	4:38 (4)	1:22 (2)
+1.50 (21)	+3.32 (18)	+0.14 (3)	+0.05 (5)	+0.49 (7)	+0.09 (6)	+3.57 (27)	+0.42 (4)	+0.11 (2)
6:03 (21)	13:57 (20)	15:24 (16)	17:41 (11)	20:51 (6)	21:48 (6)	27:28 (12)	32:06 (11)	33:28 (10)
+1.50 (21)	+4.52 (20)	+4.51 (16)	+4.55 (11)	+5.30 (6)	+5.37 (6)	+9.10 (12)	+9.18 (11)	+9.05 (10)
10	11	12	13	14	15	16	17	Z
1:16 (4)	1:27 (2)	1:11 (1)	2:18 (5)	4:13 (25)	0:57 (6)	1:00 (2)	0:44 (2)	0:05 (2)
+0.10 (4)	+0.04 (2)	0:00 (1)	+0.26 (5)	+2.24 (25)	+0.18 (6)	+0.07 (2)	+0.01 (2)	+0.01 (2)
34:44 (8)	36:11 (8)	37:22 (6)	39:40 (6)	43:53 (7)	44:50 (7)	45:50 (7)	46:34 (7)	46:39 (7)
+9.15 (8)	+9.13 (8)	+9.13 (6)	+9.19 (6)	+11.36 (7)	+11.43 (7)	+11.50 (7)	+11.51 (7)	+11.52 (7)

Vergleich der Zwischenzeiten



ein. Beispielsweise merkt man, dass man in einem feingruppierten Steingebiet die Kontrolle verloren hat und daraus ein zwei Minuten Zeitverlust entstanden ist. In der folgenden Analyse versteht man jedoch, dass man den Rand dieses Steingebiet als Leitlinie hätte nutzen können, welche einen zum Posten geführt hätte. Ein mehrfaches Beispiel aus dem Wettkampf (Posten 1, 5, 7, 14) ist, dass mir Fehler und Unpräzisionen nach längeren Wegstrecken immer passiert sind. Dies liegt offensichtlich

Querabschnitte besser ausgeplant zu haben. Nach dieser Erkenntnis konnte ich mein Training anpassen und vermehrt O-Intervalle mit längeren Wegabschnitten machen, um diese Schwäche auszugleichen. Weitere Beispiele gibt es unendlich viele: Fehler nach Gegnerkontakt, Nervosität am Start und anschließender Fehler am Anfang des Rennens, steile Anstiege raufzuwandern statt sanfte Anstiege raufzulaufen, oder einfach viel unnötiges Stop-and-Go. Dabei soll man sich nicht lediglich auf Fehler beschränken, sondern auch schauen was gut lief. So konnte ich beispielsweise analysieren, dass die „Außenrum-Route“ zum Posten 1 sinnvoll war. Zum einen, weil sie kraftsparender ist als die „Quer-Route“, auf welcher ein steiler Anstieg meinen Rhythmus „zerstören“ würde. Andererseits kann man dort gut pushen, und eben auch schon mal mit dem Vorplanen beginnen (...). Auch sollte man schauen, ob etwas vor dem Wettkampf Einfluss auf die Leistung hatte.

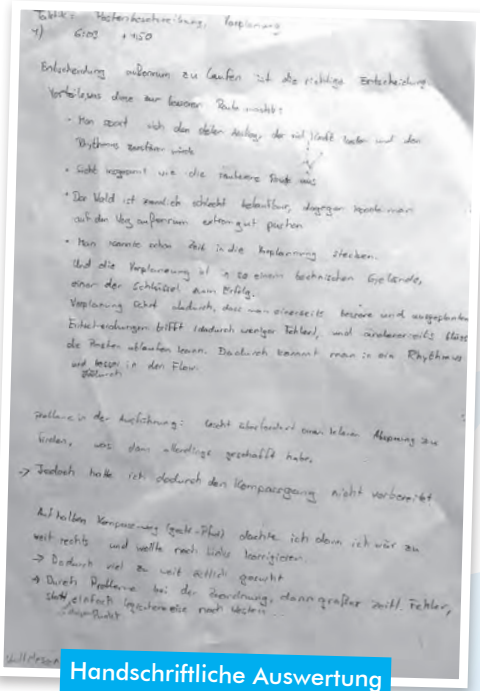


Der Autor Riccardo Casanova

lich daran, dass man aufgrund des hochschnellenden Pulses Probleme kriegt, klar und scharf zu denken. Eine mögliche Lösung für die Zukunft ist, nach Wegabschnitten bewusst eine erhöhte Konzentration aufzubringen und die folgenden

Diese Gedanken versuche ich dann auszuformulieren und schließlich Posten für Posten auf ein Blatt Papier zu bringen, beispielsweise für diesen Lauf sieben Seiten (was für mich viel ist). Desto öfter man dies macht und desto mehr Posten man so analysiert, desto schnell

ler reduziert man zunächst häufige und schließlich seltenere Fehler.



Handschriftliche Auswertung

Mit diesem System hoffe ich in den nächsten Jahren die internationale OL-Spitze anzugreifen.

Viel Spaß beim OL, Ric.

Text und Bilder: Riccardo Casanova

Ein Jubiläum der besonderen Art

beim TV Coburg-Ketschendorf

Das Jubiläum

Am 13. Oktober 1990 – zehn Tage nach der Wiedervereinigung – sind Michael Rödel und Björn Kramer zum ersten Mal auf bayerischer Ebene gestartet und haben gemeinsam die Goldmedaille bei den Bayerischen Mannschaftsmeisterschaften in Nürnberg-Kraftshof gewonnen. Dieses persönliche Jubiläum wollten sie am 18. Juli 2020 mit OLern feiern, und zwar mit den 46. Turngau-Meisterschaften und einem kleinen OL-Sommerfest im Anschluss. Das war leider wegen der Pandemie nicht möglich. So verlegten sie den Termin in den Herbst – auf einer neuen Karte in einem nur teilweise neuen Laufgebiet – dem „Buchberg“, unter den Einschränkungen der Corona-Auflagen. Also aus dem eigentlichen „Feiern“ wurde leider nichts.

Warum die Beiden überhaupt das Jubiläum begangen haben, schildern sie auf einer von ihnen äußerst interessant gestalteten Webseite, die wunderbare Rückblicke in die Geschichte des Coburger Orientierungslaufs, viele Statistiken und Laufanalysen enthält:

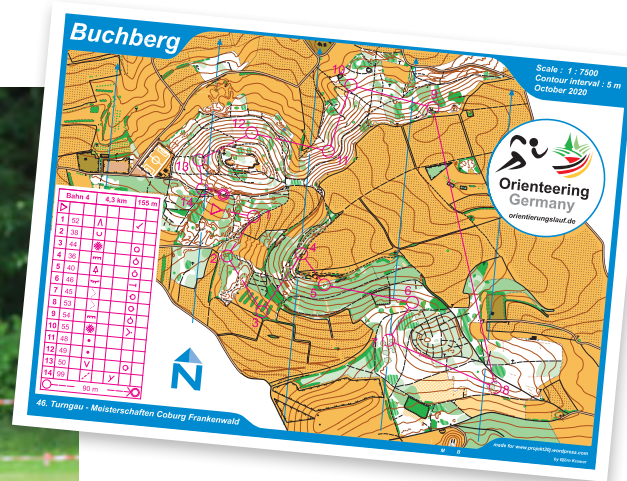
„Es begann im Kraftshofer Wald. Es ist der Grund, warum wir überhaupt „gefeiert“ haben: Vor 30 Jahren liefen wir zum ersten Mal gemeinsam einen Mannschafts-OL. Bis heute kommen wir auf 33 gemeinsam (und nur sehr selten mit einem dritten Partner) absolvierte Mannschafts- und Staffelläufe. Das ist im Schnitt nicht viel. Dafür könnte man von diesen 33 Läufen aber mindestens ein Dutzend unglaubliche Geschichten erzählen. Die Karte „Kraftshofer Wald“ hatte keine Höhenlinien. Für uns beide war es - 10 und kaum 12 Jahre alt - der erste Lauf außerhalb des Landkreises. Am Start fesselten fremde Menschen unsere Handgelenke mit Kabelbindern an unsere Kontrollkarten. Das sollte sicherstellen, dass alle Läufer einer Mannschaft alle Posten gemeinsam anlaufen (das später übliche „Aufteilungssystem“ gab es noch nicht). Björn behauptet heute, dass der Ausruf „Quäl dich, du Sau“ nicht von

Udo Bölts bei der Tour de France 1997 zur „Anfeuerung“ Jan Ullrichs geprägt wurde, sondern 1990 in diesem Wald in der Nähe des Nürnberger Flughafens. Das können wir nicht mehr ganz sicher sagen. Sicher

zu löschen, da wir ja erst seit 2009 aktiv sind. Andere haben immer mal davon erzählt, aber selber machen ist schöner.“



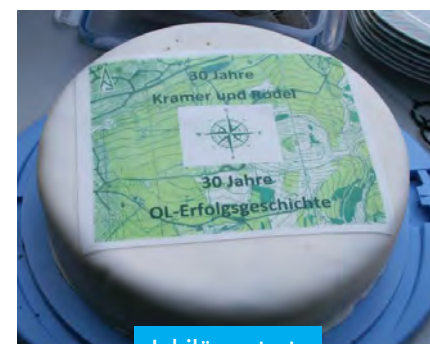
Björn Kramer & Michael Rödel



Herbert Hülss: „Herzlichen Dank für die Organisation einer rundherum schönen OL-Veranstaltung unter dem Zeichen „Corona“. Die Grundlage war die neue und äußerst gelungene Laufkarte sowie eine abwechslungsreiche Bahnlegung. So macht OL in einem Waldgebiet mit Berg und Tal wirklich Spaß. Habe mich auch mit Dieter Oechler ausgetauscht und wir kamen einhellig zu dieser Meinung. Hoffentlich im nächsten Jahr wieder, kann ja auch zur Bezirksmeisterschaft sein.“

Ein Wink für die Zukunft also, um die schöne Karte auch weiterhin richtig zu nutzen. Denn wir wissen es nun ganz genau: Gerne wollen nun auch noch mehr Läufer die Ketschendorfer Michael und Björn in ihrem „OL-Wohnzimmer“ besuchen.

Text: Ralph Meißner mit Textpassagen von <https://projekt30j.wordpress.com/>
Bilder: Webseite „projekt30j.“ und Bildarchiv BTV-FAOL



Jubiläumstorte

Erfolgsgeschichte LAOLA

Das Dutzend ist voll!

La Ola? War das nicht die „mexikanische Welle“ in den Fußballstadien? Mag sein. Aber in Oler-Kreisen ist „LAOLA“ mittlerweile viel besser bekannt als die Nacht-OL-Serie des OLV Landshut, 2009 erstmals ausgetragen und mittlerweile mit der erfolgreich abgeschlossenen zwölften Auflage zum Jahresbeginn 2020.

Doch warum „LAOLA“? Der griffige Name ist nichts weiter als eine Abkürzung für „LAndshuter OrientierungsLauF-Abende“, womit auch schon der Rahmen der OL-Serie umrissen ist: an drei Abenden im Januar und Februar lädt der OLV Landshut jedes Jahr zu seinen Nacht-Orientierungsläufen ein. Das Konzept hat sich seit Beginn nicht wesentlich verändert: an jedem Termin warten zwei unabhängig voneinander gewertete Nacht-OLs auf die Teilnehmer. Von den sich so ergebenden sechs Wertungsläufen fließen vier in die Gesamtwertung ein. Wer also an zwei Abenden dabei ist, kann schon voll punkten. Wer einen Lauf „vergeißt“, hat am gleichen Abend noch die Chance, es besser zu machen.



Den treuen, regelmäßigen LAOLA-Teilnehmern, die nicht nur aus dem Raum Landshut, sondern regelmäßig auch aus den benachbarten OL-Regionen München, Regensburg und Deggendorf kommen, sowie gelegentlich sogar bis aus Baden-Württemberg anreisen, ist der Ablauf auch bereits bestens bekannt: die Damen starten mit Bahn X, die Herren mit Bahn Y – jeweils rund zwei Kilometer lang. Nach dem Zieleinlauf kann man verschlafen, pausieren und sobald man wieder fit ist, geht es auf die zweite Runde: dann Bahn Y für die Damen und Bahn X für die Herren. Seit kurzem gibt es diese Struktur auch für die Kids, hier mit den Bahnen Z und

Ω (Omega). Neben der altersübergreifenden Wertung bei Damen und Herren gibt es auch eine Altersklassenwertung für Schüler, Jugend, Hauptklasse und Senioren.



Die LAOLA 2020 bot wieder den typischen Mix aus Wald-, Park- und Ortsgeländen, so dass unterschiedliche Schwierigkeiten der Läufe dabei waren. Schon traditioneller Auftakt war der Adlkofener Nacht-OL in Waldgelände, die nächsten Punkte wurden vergeben beim Landshuter Nacht-OL im urbanen Gelände des Landshuter Westens, bevor es zum Abschluss der Serie mit dem ersten Kumhausener Nacht-OL im Wohngebiet Preisenberg noch eine Geländepremiere gab.

Bei den Damen gewann Lokalmatadorin Sarah Schöps (OLV Landshut) die LAOLA 2020, bei den Herren war einmal mehr Andreas Enborg (OC München) der beste Nacht-OL-Sportler. In der Kids-Kategorie setzte sich Linus Bartha (OLV Landshut) durch. Die detaillierten Ergebnisse sind auf www.ol-landshut.de zu finden.

Wenn die pandemischen Rahmenbedingungen es zulassen, soll es natürlich auch Anfang 2021 wieder eine Neuauflage der LAOLA mit ihrem bewährten Konzept und Ablauf geben. Also, Stirnlampen an und los geht's!

Text: Ralph Körner

Fotos: die LAOLA-Sieger 2020 Andreas Enborg und Sarah Schöps (Fotograf: Norbert Schöps)

Anmerkung der Red.: LAOLA 2021 ist leider bereits abgesagt!

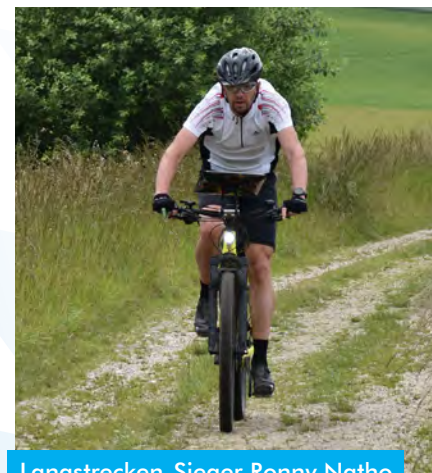
3. Adlkofener Mountainbike-Orientieren

ein gelungener Wiedereinstieg



Teilnehmer des Bike-Vereins „Accept no Limits“

Der OLV Landshut wagte sich als erster bayerischer OL-Verein an die Wiederaufnahme des Wettkampfbetriebs nach dem coronabedingten Lockdown im Frühjahr 2020. Am 20. Juni organisierte der OLV die dritte Auflage des Adlkofener Mountainbike-Orientierens.



Langstrecken-Sieger Ronny Natho

Die lange Wettkampfpause sorgte dann auch gleich für einen deutlichen Teilnehmerzuwachs: über 50 startende Pedaleure waren Teilnehmerrekord für die immer beliebter werdende O-Sport-Veranstaltung abseits des „Mainstream Orientierungslauf“.

Neben zahlreichen OL-Sportlern war auch das Rad-Team „Accept no Limits“ aus Geisenhausen mit vielen Jugendlichen am Start. Das Wetter

zeigte sich sehr teilnehmerfreundlich. Während die Postensetzer bei Nieselregen ausschwärmten und die Posteneinsammler bei Starkregen ordentlich „geduscht“ wurden, blieb es während des gesamten Wettkampfes trocken. Teils zeigte sich sogar kurz die Sonne.

Das Ausrichterteam Werner Dünzinger und Eckart Voskamp hatte zwei interessante Bahnen durch das hügelige Terrain rund um Adlkofen vorbereitet. Es mangelte nicht an Routenwahlaufgaben, saftigen



Kurzstrecken-Sieger Jakob Oechler

Anstiegen, Asphaltpassagen und Waldwegabschnitten. Auch die kontaktfreie Abwicklung der Veranstaltung, basierend auf dem vom OLV Landshut erarbeiteten Hygienekonzept, funktionierte bestens. Einziger Wehrmutstropfen war ein falsch ge-

setzter erster Posten auf der langen Bahn, so dass das Rennen bis zum zweiten Posten durch Teilstreckenannullierung neutralisiert werden musste.

Als Sieger glänzten auf der langen Strecke mit rund 20 km Luftlinie und 30 km effektiver Strecke bei den Herren Ronny Natho (OC München) und bei den Damen Susan Kurth (OLA TSV Deggendorf), sowie auf der kurzen Strecke mit rund 8 km Luftlinie und 14 km effektiver Strecke bei den Herren Jakob Oechler (OLV Landshut), bei den Damen Ilka Rathje-Kübler (OC München) und bei den Kids Jack Hay (OC München). Die detaillierten Ergeb-



Kurzstrecken-Siegerin Ilka Rathje-Kübler

nisse sind auf www.ol-landshut.de/veranstaltungen/mtbo zu finden. Aufgrund der wachsenden Beliebtheit denkt der OLV Landshut für 2021 an die Durchführung von zwei MTB-O-Veranstaltungen. Zum einen soll es die vierte Auflage des Adlkofener MTB-O geben – diesmal als Sprintwettkampf – zum anderen läuft bereits die Kartierung eines völlig neuen Geländes für einen weiteren Klassikwettkampf. Lasst Euch überraschen!

Text: Ralph Körner

Bilder: Norbert Schöps

Völliges Neuland: Premiere des Landshut-Pokals im Trail-O

Viele OL-Organisationen erinnern sich bestimmt noch an die erste von ihnen durchgeführte Veranstaltung. Vieles ist neu, es fehlen eigene Erfahrungswerte. Sind Gelände, Startpunkt und Zielpunkt geeignet? Passt die Länge und Schwierigkeit der Bahnen? Sind alle Absprachen und Genehmigungen vollständig? Haben wir logistisch an alles gedacht – vom benötigten Material über die EDV bis hin zu den Parkplatzkapazitäten? Man freut sich, wenn alles soweit gut abläuft, sammelt Erfahrung

tenwettbewerben teilgenommen. Hier ist das technische Niveau entsprechend hoch und alle Teilnehmer kennen die Abläufe. Wie überträgt man das aber auf eine regionale Veranstaltung, bei der quasi ausschließlich Trail-O-Neulinge an den Start gehen, denen die Abläufe fremd sind, die aber meist erfahrene Orientierungsläufer sind und somit durchaus einen technisch anspruchsvollen Aufgaben zu lösen imstande sind?



und optimiert die Abläufe von Event zu Event. So bin ich im Laufe der Jahre beim Durchführen von OL-Veranstaltungen auf regionaler und überregionaler Ebene einigermaßen fit geworden.

Doch nun wagte ich mich an etwas Neues: neu nicht nur für die Teilnehmer, sondern auch für mich als Organisator. Nach vier Schnupperversammlungen im Vorjahr und zu Jahresbeginn sollte die erste „richtige“ Veranstaltung im Präzisionsorientieren (Trail-O) in Bayern durchgeführt werden. Vieles kann vom OL auf den Trail-O übertragen werden, doch bietet eine Veranstaltung im Präzisionsorientieren auch neue Herausforderungen, bei denen mir schlichtweg die Erfahrungswerte fehlten. Mangels anderer Events in Deutschland habe ich bislang vorwiegend bei Welt- und Europameisterschaften oder Weltrangis-

So war schon im Vorfeld eine gehörige Portion Gehirnschmalz nötig. Die Wahl eines geeigneten Geländes ging da vergleichsweise schnell: ein objektreiches Gelände, das anspruchsvolle, aber gleichzeitig faire Aufgabenstellungen ermöglicht und barrierefrei (noch gibt es bei uns keine Trail-O-Teilnehmer mit körperlicher Beeinträchtigung, aber wir wollen das Angebot natürlich inklusiv gestalten) von einem gut ausgebauten Weg einsehbar ist – der Steilhang des Landshuter Hofgartens mit dem Spazierweg am Fuß des Hangs bot sich da perfekt an. Auch Start und Ziel am Carossa-Gymnasium vor Ort war schnell geklärt.

Nun ging es an die Bahnlegung. Ich wollte für den PreO-Teil eine anspruchsvolle Elitebahn (E) mit rund 20 Posten

legen, eine Jugendbahn (J) bis 16 Jahre mit 15 nicht ganz so schweren Posten aus der Elitebahn, sowie eine Anfängerbahn (A) mit zehn eher einfachen Posten, ebenfalls aus dem Vorrat der E-Bahn. Alle drei Bahnen sollten eine Länge von rund 500 m Wegstrecke haben. Die Maximalzeiten für die Lösung der Aufgaben legte ich nach dem international gültigen Schlüssel – je drei Minuten pro Posten und pro 100 m Wegstrecke – fest, was am Ende zwischen 45 (A) und 75 (E) Minuten ergab und sich als sehr passend herausstellte.



Trail-O-Einweisung durch Ralph Körner

Für alle drei Bahnen sollte es zudem eine einzige Zeitkontrolle, d.h. einen Posten mit Zeitnahme, geben. Um die Teilnehmer im Gelände zu entzerren, setzte ich die Zeitkontrolle gleich an den Anfang, so dass die damit fertigwerdenden Starter nach und nach zirka im Zwei-Minuten-Abstand auf die Strecke gingen. Ich fand eine gute Stelle, die vom Wartebereich nicht einsehbar war und einen anspruchsvollen und zugleich fairen Einstieg in den Wettkampf ermöglichte.

Im PreO-Teil warteten dann sowohl knifflige Posten an Höhen- oder Felsobjekten im Steilhang, als auch eher einfache Posten an Bäumen oder Zäunen, die es allesamt vom Weg aus einzumessen und korrekt zu bewerten galt. Für die Erfassung verwendete Postenstände mit Lochzange an den jeweiligen Entscheidungspunkten entlang des Weges, für die Start- und Zielzeitnahme

diente der SPORTident-Chip. Die Teilnehmer erhielten eine Kontrollkarte, in die zunächst die Antworten der Zeitkontrolle eingetragen wurden und in die sie ihre Antworten der PreO-Posten mit den Zangen lochen konnten.

Um die Teilnehmer in die Abläufe einzuweisen, plante ich zudem eine Demo-Zeitkontrolle auf dem Schulhof direkt neben dem Wettkampfbereich, sowie einen Demo-PreO-Posten. Alle 30 Minuten sollte es eine Einweisung der neu eintreffenden Teilnehmer geben.

Nicht ganz so trivial beim Trail-O ist das Postensetzen. Für meinen Trail-O mit 20 PreO-Posten und einer Zeitkontrolle waren inklusive Demo-Stationen nicht weniger als 50 (!) Postenschilder/-stände plus 20 Ständer mit Zangen und einigen Schildern und Trassierbändern ins Gelände zu bringen – zwar innerhalb von 500 m Wegstrecke und damit innerhalb engstem Raum, aber teils im schwer zugänglichen Steilhang. Zudem kommt es beim Trail-O auf zentimetergenaue Positionierung der Posten an, was nur mit entsprechender Ruhe und Präzision beim Setzen möglich ist. Mit ausreichendem Zeitvorlauf und tatkräftiger Unterstützung meiner Co-Organisatoren Frederik Seeger und Traudl Oechler gelang das Postensetzen aber problemlos im Zeitplan.

Dann wurde es ernst: die Teilnehmer trafen ein und die erste Einweisung startete. Hier hatte ich zum Glück

schon etwas Übung durch die im Vorjahr durchgeführten Schnupper-Trail-O-Events unter anderem beim JLVK in Regensburg und beim World O Day in Landshut. Die Demo-Stationen erwiesen sich als sehr anschaulich und hilfreich. Danach starteten die ersten Teilnehmer mit der Zeitkontrolle, die von Frederik alleine nach einer intensiven Einweisung trotz fehlender Vorerfahrung seinerseits sehr souverän abgewickelt wurde, in ihren Wettkampf. Schon bald wuselte es auf dem Spazierweg von Gestalten, die angestrengt abwechselnd ins Gelände und auf ihre Karte starteten, sich am Weg hin und her bewegten, um die beste Perspektive für ihre Entscheidung – welcher Postenschild im Gelände entspricht dem auf meiner Karte eingezeichneten Posten, oder ist sogar keiner korrekt? – zu finden. Zumindest von außen sah das schon mal so aus wie bei den Trail-O-Wettkämpfen, die ich international als Teilnehmer mitgemacht hatte. So weit so gut.

Erstaunlich bald waren die ersten Teilnehmer auch schon zurück im Ziel, berichteten von sehr kniffligen Aufgaben und interessanten Problemstellungen. Die Simultanauswertung – danke hierfür an Norbert Schöps und die im Vorfeld von mir erstellte Exceldatei – ergab, dass sich wohl alle Teilnehmer hie und da Fehler geleistet, aber durchgehend mehr als die Hälfte der Posten gelöst hatten. Es kristallisierte sich zum Glück auch kein Posten mit besonders vielen falschen Antworten (dies wäre immer ein Anzeichen für möglicherweise nicht ganz faire Aufgabenstellungen) heraus. Vielmehr verteilten sich die gemachten Fehler auf fast alle Posten. Auch die Ergebnisse der Zeitkontrollen zeigten, dass diese gut lösbar, aber nicht zu einfach gestaltet war.

Kurz vor Ende gab es dann ein Räumen unter den angeregt diskutierenden Teilnehmern im Wettkampfbereich: auf der Ergebnisanzeige am Monitor blinkte ein neuer erster Platz der E-Kategorie auf: 20 Punkte – fehlerfrei! Diese an diesem Tag einmalige Topleistung gelang einem der weitest angereisten Teilnehmer, der sich aber nach eigener Aussa-



Welcher ist korrekt? Gertrud Liebl (TV Osterhofen) an einem PreO-Posten

ge auch intensiv mit Trockentraining auf seinen ersten Trail-O-Wettkampf vorbereitet hatte: Jan Müller vom USV TU Dresden. Somit sicherte er sich auch den Sieg beim ersten Landshut-Pokal im Trail-O. Auf den weiteren Plätzen in der Elitekategorie landeten Thomas Schöps (OLV Landshut) und Rainer Garus (OC München) mit je 18 von 20 Punkten. Hier entschied im internen Vergleich die benötigte Zeit bei der Zeitkontrolle zugunsten von Thomas. Bei der Jugend war Sabrina Schöps mit 12 von 15 Punkten vor Vanessa Schöps und Lukas Oechler (alle OLV Landshut) erfolgreich, in der Anfänger-Kategorie hatte Nora Dünzinger (OLV Landshut) mit 6 von 10 Punkten die Nase vorne.



Die besten Präzisionsorientierer (v.l.): Thomas Schöps, Vanessa Schöps, Jan Müller, Sabrina Schöps und Rainer Garus (Fotograf: Walter Körner)

Bei der abschließenden Siegerehrung konnten sich die Sieger der Pokalkategorien E und J über schöne Glaspokale, die weiteren Podestplatzierten über Medaillen und ich mich über großen Applaus und viele lobende Worte freuen. Es hatte alles bestens geklappt! Einer Neuauflage steht nichts im Wege (zumindest abgesehen von Corona, vor dessen Ausbruch die Veranstaltung Anfang März eine der letzten unter „Normalbedingungen“ war).

Im Anschluss nutzten einige Teilnehmer die angebotene, das Festpostennetz nutzende OL-Runde durch den Hofgarten (Stichwort: wie mache ich die Anreise zum Trail-O für auswärtige Oler attraktiver?), um sich auch körperlich etwas auszupowern. Noch mehr gingen allerdings mit der nach Zielschluss ausgeteilten Lösungskarte und ihren Antworten nochmals auf die Strecke, um sich das Ganze noch einmal genau anzuschauen und ihre Fehler nachzuvollziehen.

Auch ich habe mir die Ergebnisse genau angesehen und dabei ein interessantes Detail festgestellt: die Top 3 der Elitekategorie hatte eine Durchschnittszeit von knapp 70 Minuten – also die Maximalzeit meist komplett ausgenutzt und sich Zeit gelassen, während andere Teilneh-

mer, die nach gut 20 Minuten schon wieder im Ziel waren, überdurchschnittlich viele Fehler aufzuweisen hatten. Was lernen wir daraus? Trail-O – zumindest PreO – erfordert wirklich Präzision, nicht Schnelligkeit. Wer sich Zeit lässt, macht mehr richtig.

Das wollen die Teilnehmer des diesjährigen Trail-Os im kommenden Jahr natürlich besser machen. Dann soll es nämlich im März 2021 eine Neuauflage in einem neuen Gelände geben. Organisatorisch wird das wieder eine Herausforderung, aber nach der gesammelten Erfahrung bei der gelungenen Premiere bin ich schon viel schlauer und freue mich darauf, den Teilnehmern einen weiteren, gleichermaßen anspruchsvollen wie fairen Trail-O-Wettkampf zu präsentieren. Probiert es aus!

Wer mehr über die Veranstaltung aus diesem Jahr erfahren möchte, findet alle Karten, Lösungskarten und Ergebnisse auf www.ol-landshut.de/veranstaltungen/trail-o.

Wer mehr zum Präzisionsorientieren allgemein wissen möchte, kann sich insbesondere auf <https://o-sport.de/trail-o> informieren.

Text: Ralph Körner
Bilder: Walter Körner

Der TV Coburg-Neuses geht im Frühjahr neue Wege

Kontaktlos und an der frischen Natur: Orientierungslauf geht auch und vor allem in Corona-Zeiten. Der TV Coburg-Neuses hat ein besonderes Angebot und bietet nun Orientierungslauf per App.

Nur langsam kehrt das gesellschaftliche Leben zurück, jeder versucht sich an das neue Normal zu gewöhnen. Der Sport, der einen Boom erlebte, weil er zeitweise einer der wenigen noch erlaubten war: Joggen. Doch vielleicht ist das reine Laufen für den ein oder anderen

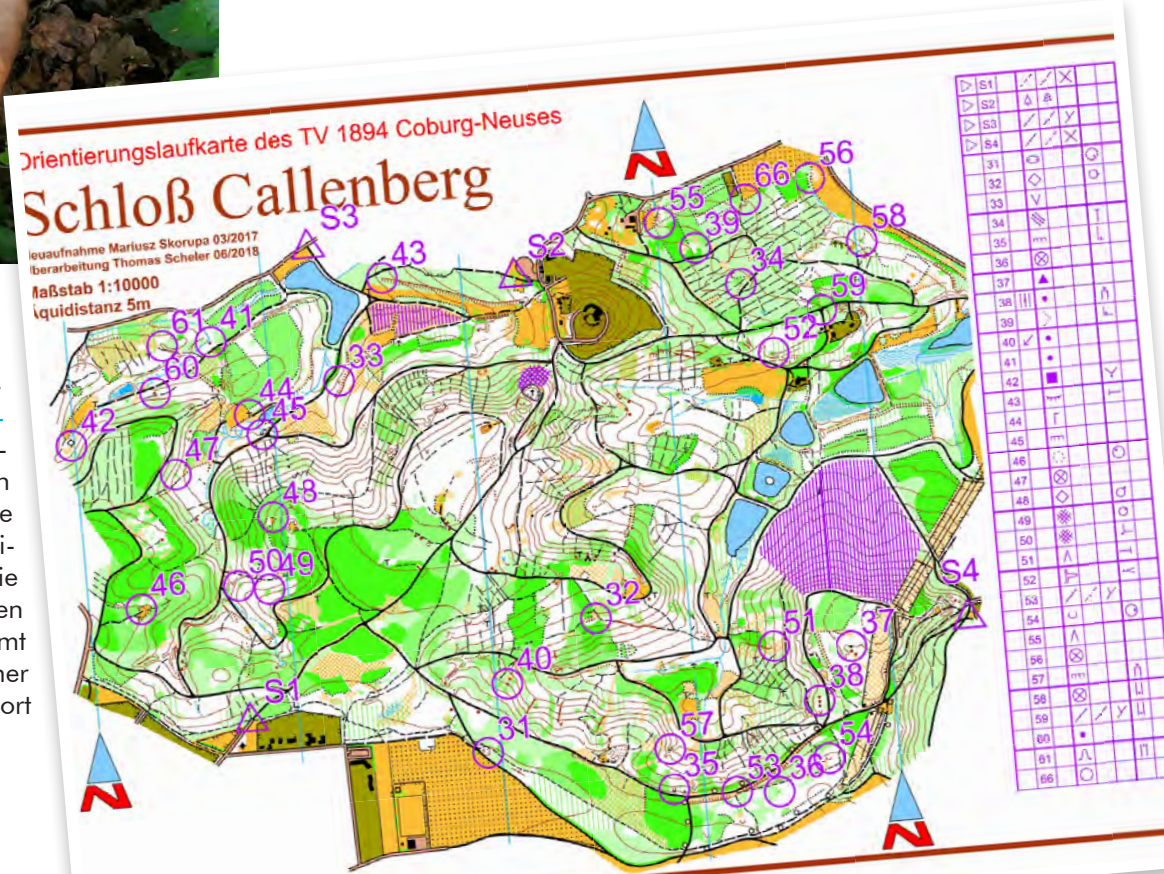
sprache: Posten) angelaufen, jeder plant seine Route für sich. Das macht den Reiz dieses Sports aus. Mit dem Chip quittiert man eine Station als Beleg dafür, dass man alle Standorte in der richtigen Reihenfolge absolviert hat. Im Ziel wird der Chip ausgewertet, der Läufer erhält seine Endzeit, seine Zwischenzeiten und die Bestätigung, dass er alle Stationen korrekt abgelaufen ist. Das ermöglicht den Vergleich unter allen Läufern; den Wettkampf.



zu langweilig geworden und man möchte etwas Neues ausprobieren. Vielleicht ja Orientierungslauf (OL)? Der Sport besteht darin, Lösungen zu finden, Wege zu planen und sie mit Ausdauer durchzuziehen. Deshalb eignet sich dieser perfekt für die Dauer der Corona-Krise. Der TV Coburg-Neuses hat eine Trainingsform für diese Zeit erfunden.

Ein normaler OL-Wettkampf funktioniert so, dass die Läufer, ausgestattet mit Karte, Kompass und einem speziellen Chip ihre auf der Karte eingezeichnete und ihnen unbekannte Strecke absolvieren. Von einem Startpunkt aus werden nacheinander die Checkpoints (in der Fach-

In der Corona-Krise bietet der TV Coburg-Neuses dieses Prinzip nun für jedermann an. Mit der App „iorientierung“ (<http://www.iorientierung.com/>) lässt sich ein Orientierungslauf simulieren. Es gibt Strecken für Einsteiger und für Erfahrene. Die von Trainer Thomas Scheler vorbereiteten und von Martin Holzhaus für die App programmierten Strecken liegen im Callenberger Forst. Die Idee stammt von einem Verein aus dem Münchner Umland, der dieses Angebot zuerst dort



angeboten hat. Nun gibt es das Laufen mit App auch in Coburg.

Es funktioniert so: Auf der Internetseite www.ol-coburg.de liegen die Karten mit den vorbereiteten Strecken bereit. Downloaden, ausdrucken und in den Wald mitnehmen. Die App aufs Handy laden. Auf den Karten sind Start- und Endpunkte zu sehen, dazwischen die Kontrollpunkte. Jeder hat eine eigene Nummer, jeder steht an einem ganz bestimmten Standort wie eine Wurzel, eine Wegegabel oder eine Flussbiegung. An den Kontrollpunkten im Wald haben die Neuses Läufer QR-Codes an kleine Holzpflocke, die im Boden stecken, gehängt. (Siehe Fotos anbei)

Dann kann es losgehen: Mit der App scannt man den QR-Code, der auf die Karte gedruckt ist und den QR-Code am Startpunkt. Ziel ist es nun, jeden Kontrollpunkt anzulaufen und den dortigen QR-Code zu scannen. Am Ende lassen sich die gelaufenen Zeiten mit anderen vergleichen. Das funktioniert natürlich auch ohne die App und nur mit der Karte, dann muss allerdings die Zeit selbst genommen werden. Und man muss dazu nicht unbedingt joggen, man kann die Strecken auch abwandern.

Die Vorteile: Es ist Individualsport im Freien, das Abstands- und Kontaktverbot lassen sich problemlos einhalten. Zudem wird das Immunsystem durch Bewegung an der frischen Luft gestärkt. „Orientierungslauf ist schon immer gesunder Einzelsport“, sagt Scheler.

Ohnehin wurden die Läufer aus Neuses auch in der Corona-Krise kreativ: Das feste Postennetz im Callenberger Forst bestückten die Läufer mit Bändchen, sodass individuelles Training möglich war. In den Wald ging es an verschiedenen Tagen, sodass es zu keinem Kontakt kam. Abgestimmt wurde das Training vorher per Mail mit Trainer Thomas Scheler.

Und das zahlt sich nun aus: Die von den Läufern gehängten Bändchen am Festpostennetz bleiben bis auf Weiteres für Trainingszwecke dort hängen, auch für Einsteiger. Wer eine Karte möchte, um die Bänder anzulaufen und dort zu trainieren, kann diese auf Anfrage haben. Im „Sauloch“ zwischen Einberg und Rothenhof sind ebenfalls Bändchen gehängt, auch diese etwas anspruchsvollere Strecke gibt es auf Anfrage. Außerdem liegen schon seit Jahren im Coburger Hofgarten



Steinplatten als so genanntes „festes Postennetz“. Wer Orientierungslauf ohne Zwang ausprobieren möchte und seinen Spaziergang oder seine Joggingrunde etwas aufregender machen will, kann sich das notwendige Material beim Coburger Tourismusbüro in der Herrngasse kostenlos besorgen.

Seit vergangener Woche dürfen auch die Läuferinnen und Läufer unter Achtung der Hygienestandards wieder trainieren. Wer Interesse hat, Orientierungslauf in dieser Zeit auszuprobieren und wer Hilfe für den Orientierungslauf per App benötigt, schreibt bitte eine Mail an meldung@ol-coburg.de. Der TV Coburg-Neuses steht für alle Anfragen zur Verfügung.

Weitere Links zum Thema:
Erklärung des „OL per App“ <http://www.ol-coburg.de/ol-auch-per-app-so-gehts/>
Das Festpostennetz im Coburger Hofgarten: https://www.coburg.de/desktopdefault.aspx/tabid-2044/304_read-2674/

Text und Bilder: Fabian Scheler

OL-Karten mit Geschichte(n)

Die Knogl-DM 1992: Viel Raum für einsame Traumläufe

Was machen Sportfans, wenn sie monatelang auf Wettkämpfe verzichten müssen? In der Zeit der großen Einschränkungen, die wir fast etwas zu lieblich „Corona-Zeit“ nennen, etablierte sich die Flucht in die Geschichte als Weg, mit dem Verzicht auf Wettkämpfe umzugehen. Vor allem in jenen Sportarten, die im Mittelpunkt des öffentlichen Interesses stehen: Das Fernsehen zeigte Aufzeichnungen alter Fußballspiele, die Zeitungen schrieben Reportagen über alte Tennisspieler, die Podcasts analysierten den Sport der 80er.

Und die Orientierungsläufer? Da gab es zwar das beachtliche Buch-Projekt von Ingrid Grosse („OL-Irle“), das die OL-Geschichte (vor allem) der DDR kurzweilig Revue passieren lässt. Die meisten waren offenbar damit beschäftigt, möglichst bald wieder einen umfangreichen Wettkampfbetrieb zu organisieren. Eine kleine Ausnahme war die Serie auf o-sport.de, die die Lieblingskarten einiger bekannter Sportlerinnen und Sportler vorstellte.

Die verschwundenen „großen Karten“

Ingo Horst kürte dort Dieter Oechlers „Hexenküche“ im oberfränkischen Hiltopstein zu seiner Lieblingskarte. Und er führte uns auch zu dem Wettkampf, den wir hier etwas ausführlicher betrachten wollen. Auf die Frage, in welchem unkartierten oder lange nicht kartierten deutschen OL-Gelände er gerne einmal laufen würde, antwortete er nämlich: „Was mir in Deutschland in den letzten Jahren immer mehr fehlt ist mal ‚Platz‘ beim OL zu haben – ich vermisse riesige, stille Karten. Früher gab es zum Beispiel den ‚Harz 1‘ bei Quedlinburg, den ‚Knogl‘ bei St. Englmar, alles DIN A3 in 1:15000. An manchen Posten dort war es mehr Expedition als OL. Heute werden nur Bruchteile von großen Geländen super genau aufgenommen und dann da eine Bahn reingezirkelt, so dass man ständig am Kartenrand ist oder durch Gelände kommt, wo man kurz vorher schon war. Da ist dem OL ein bisschen Abenteuer verloren gegangen.“

Der Knogl: Schauplatz der DM 1992

Die kleine Korrektur, dass es die Karte „Knogl“ schon 1992 im Maßstab 1:10.000 gab, tut seiner Aussage keinen Abbruch. Der Berg, der der Karte seinen Namen gibt, liegt südöstlich von St. Englmar, 1056 Meter über dem Meeresspiegel. Eine gewisse Berühmtheit erlangte er durch einen Einsiedler, den der

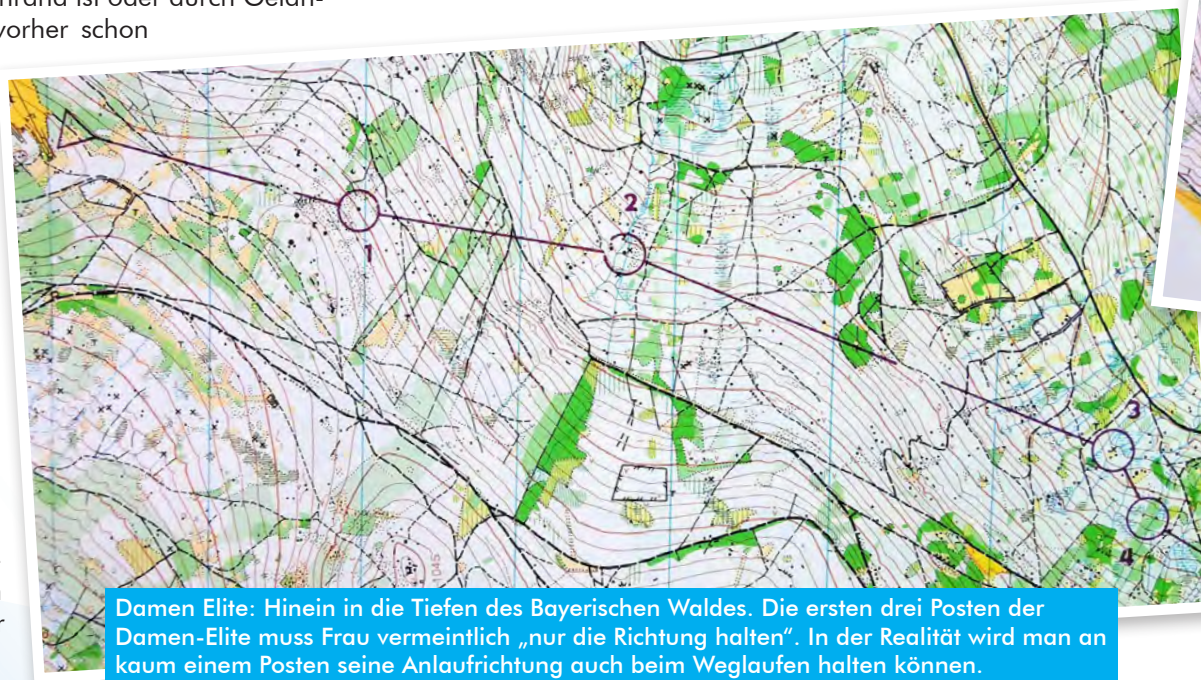
Bayerische Rundfunk mit einer einfühlsamen Reportage porträtierte. Er lebte fast 25 Jahre in einer Hütte genau in dem Waldgebiet, das 1992 Schauplatz eines fast einmaligen DM-Wochenendes war.

Langdistanz, damals noch „Klassik“, und die neue Kurzdistanz, die in etwa der heutigen Mitteldistanz entsprach, wurden an einem Wochenende ausgetragen. Die OLA TSV Deggendorf um Jürgen Schwanitz sah sich im Stande, diese Mammut-Veranstaltung zu stemmen. Kurz danach trennten sich die Wege von Klassik- und Kurz-DM. Die DM-Wochenenden, wie es sie 1991 und 1992 gab, blieben also eine kurze Episode in der deutschen OL-Geschichte.

Die DM erzählte andere Geschichten als die OLs von heute

Die Knogl-Karte bot in jedem Fall genug Raum, um Geschichten von großer Dramatik zu erzählen – Geschichten, die sich ganz anders lesen als jene, die die Wettkämpfe von heute schreiben. Das scheint bei Ingo Horst ebenso hängengeblieben zu sein wie bei mir. Die große Geschichte der Klassik-DM von St. Englmar ist die von Lothar Halder vom SV Baidt, dem überraschenden Elite-Sieger.

Vielleicht könnte man auch von der Damen-Konkurrenz berichten, die Heidrun Finke – einmal mehr – gewann. Aber ihr Vorsprung von über fünf Minuten vor Kerstin Hellmann und fast zehn Minuten vor Katrin Renger war bei einer Laufzeit von 55 Minuten fast zu deutlich, um noch eine Spur von Dramatik liefern zu können. Zwar siegte auch der erst 23jährige Halder deutlich. Aber nicht so deutlich. Und er war nicht der erwartete Seriensieger.

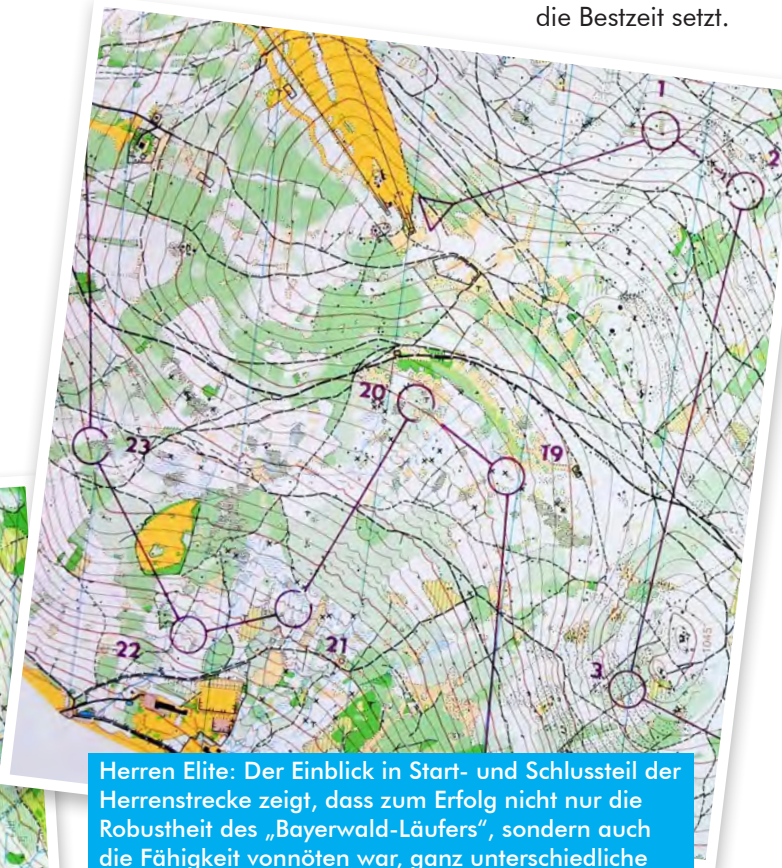


Damen Elite: Hinein in die Tiefen des Bayerischen Waldes. Die ersten drei Posten der Damen-Elite muss Frau vermeintlich „nur die Richtung halten“. In der Realität wird man an kaum einem Posten seine Anlaufrichtung auch beim Weglaufen halten können.

Der Weg zum Start als Teil der Dramaturgie

Die Bilder, die Wettkämpfe zu großen Wettkämpfen machen, werden oft schon auf dem Weg zum Start gemacht. Die Deggendorfer Organisatoren haben zweifelsohne ein Gespür für diese Dramaturgie. Die Zielwiese in St. Englmar liegt unweit einer Skipiste; sie ist der Weg zum Start in der Nähe der Bergstation. Er misst zwar nur rund einen Kilometer, aber auch 125 Höhenmeter, und die Schmerzen die Läufer. Der Septembermorgen ist sonnig, die Luft schwanger von der Nervosität vor dem Start. Es ist erst die dritte Meisterschaft im wiedervereinigten Deutschland. Noch kennt man sich nicht so gut.

Bei den Herren treten einige Favoriten an, allen voran die im Weltcup erfolgreichen Michael Thierolf und Andreas Lückmann, vielleicht auch Hilmar Wendler, der in den 90ern mehrmals Gaststarter im Bayerncup war. Lothar Halder gehört nicht zu den Favoriten. Die Geschichten, die an diesem Tag geschrieben werden, gehen so: Vom imposanten Startort verschwinden die Läufer im Bayerischen Wald, kämpfen mit den ruppigen, steilen Hängen, Steinen und Felsen. Für viele ist es ein einsamer, stiller Kampf. Auch für Lothar Halder, der nach über 14 Kilometern, 700 Höhenmetern und 95 Minuten plötzlich im Zielgelände auftaucht und die Bestzeit setzt.

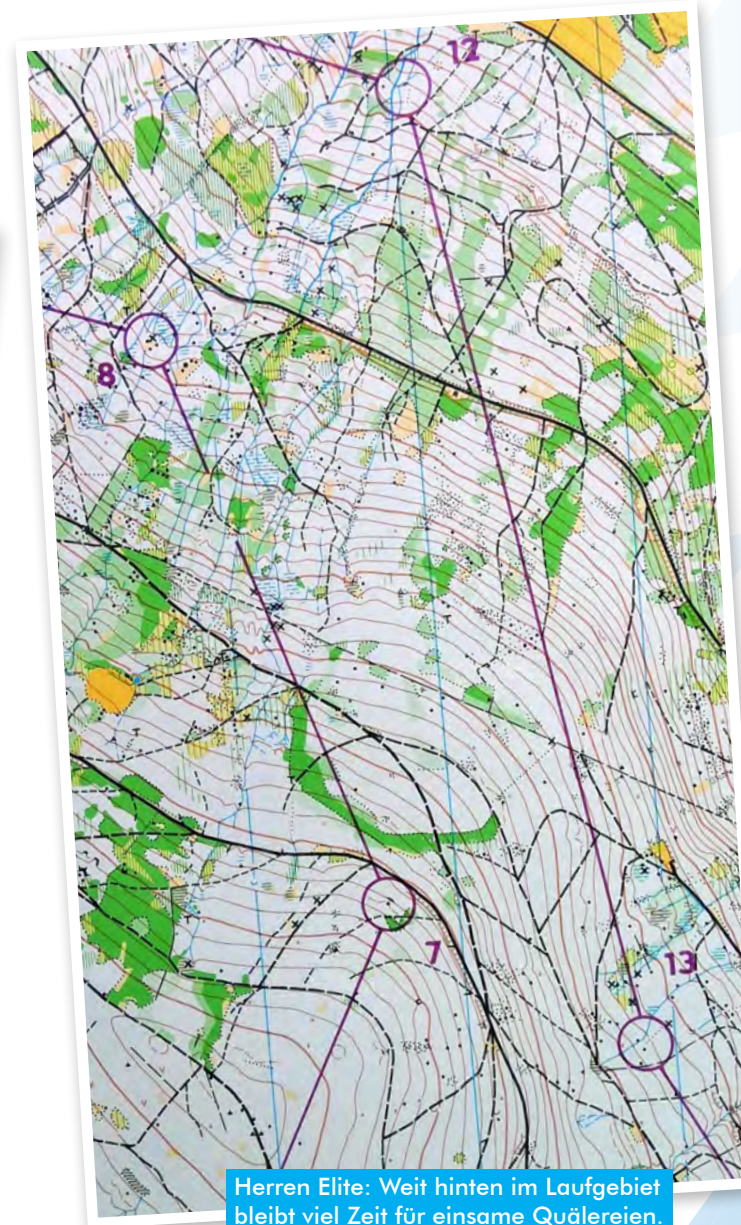


Herren Elite: Der Einblick in Start- und Schlussteil der Herrenstrecke zeigt, dass zum Erfolg nicht nur die Robustheit des „Bayerwald-Läufers“, sondern auch die Fähigkeit vonnöten war, ganz unterschiedliche Orientierungsaufgaben zu lösen, was sich vor allem an den kurzen Postenkombinationen zeigt.

Die Läufer verschwinden im Wald und sind einsam

In diesen eineinhalb Stunden ist er einsamer, als wir es heute im Wald sind, wenn wir nach Posten jagen. Die Strecke führt weit und tief in den Wald, quert viele Bäche, zeitweise trifft er vielleicht auf mehr Kontrollposten als Wettkämpfer. Aber schon bei der Zwischenzeit an Posten 45 hat er einen großen Vorsprung von über zwei Minuten auf die Konkurrenz herausgelaufen. In einer langen, offenen Hochwaldpassage hatte der überraschte Halder den vor ihm gestarteten Favoriten Lückmann gesehen: „Umso überraschender war, dass ich ihn schnell auflief und nach wenigen Metern an ihm vorbeizog“, erinnert er sich heute.

Einen solchen Lauf zu haben im Flow, in der Einsamkeit der Hänge auf beiden Seiten des Knogls und seiner Nachbarn – eine faszinierende Vorstellung für uns Orientierer. Kleine Karten und Bahnen mit Kreuzungen und Schmetterlingen, wie wir sie heute haben, schaffen zwar eine eigene Dramaturgie, aber eben eine ganz andere.



Herren Elite: Weit hinten im Laufgebiet bleibt viel Zeit für einsame Quälereien.

Macht eine Zwischenzeit den Wettkampf lebendiger als 24 Zwischenzeiten?

Das spiegelt sich auch in anderen Sportarten, dem 50km-Langlauf beispielsweise. Früher fielen die Entscheidungen in der Weite der Loipe, heute bei den vielen Durchläufen im Stadion. Für die Zuschauer mag das interessanter sein (auch darüber gibt es geteilte Ansichten), für die Faszination des Wettkampfs nicht unbedingt.

Die Knogl-DM mit ihrer großen Karte konnte Geschichten erzählen, wie sie Ingo Horst heute fehlen. Inzwischen gibt es so viele wichtige Wettkämpfe, dass einzelne Geschichten kaum die Chance haben, dauerhaft zu überleben. Dabei war es 1992 gar nicht so einfach, sie überhaupt mitzubekommen: Vielleicht hatte man gehört, was der Speaker im Zielgelände verkündete, und man saugte auf der Siegerehrung auf, was über das Rennen erzählt wurde. Es stand etwas in OL-Info und OL-Nachrichten, und irgendwann erreichte mich sogar eine Kopie des (guten) Zeitungsartikels aus der Deggen-dorfer Lokalzeitung. Dort wurde der Überraschungssieg mit der Überschrift „Lothar Halder lässt die Favoriten abblitzen“ gewürdigt.

Heute scheinen die großen Geschichten oft hinter den Ergebnislisten zu verschwinden. Die eine Zwischenzeit, die die Siegerliste von 1992 in der Herren-Elite ausweist, lässt den Wettkampf vielleicht lebendiger werden als die Datenflut heutiger Ergebnislisten. Gerade weil diese eine Zwischenzeit zeigt, dass sich hinter Halder drei Läufer mit nur wenigen Sekunden Abstand einen heißen Kampf um die Medaillen liefern: Horst Gehrman, Thierolf und Lückmann.

Mit Bestzeit im Ziel ist Halder euphorisch, weil er weiß, dass er mindestens Zweiter ist. Nur Michael Thierolf, den alle „Bär“ nennen, könnte ihn noch schlagen. Aber er hat ihn an diesem Tag nicht „gefressen“. Die Minuten vergehen, und als Thierolf ins Ziel kommt, ist klar, dass der Favorit „nur“ Zweiter vor Horst Gehrman wird. Damit gehen - etwas überraschend - die ersten drei Plätze an Orientierer aus westdeutschen Landesturnverbänden.

Zur Geschichte der DM 1992 gehört also auch, dass Lothar Halder, der 1993 und 1995 zu den deutschen WM-Teams von West Point und Detmold gehört, in den von Ingo Horst skizzierten „Weiten des Knogl“ seinen absoluten Traumlauf hatte. Er kann diesen Triumph nicht mehr wiederholen. Bestimmte Momente dieses Laufs behält er aber „für die Ewigkeit in Erinnerung“.

Randnotizen zum Artikel:

- Über die Anlage der Sprintstrecke am Sonntag im „Predigtstuhl“ übte der Berichterstatter in der Coburger „Neuen Presse“ Kritik: „Hier wurde bei der Bahnlegung maßlos übertrieben, denn jeder Läufer(in), auch die Sieger, blieb über der vorgeschriebenen Richtzeit. So hatte jeder Teilnehmer (ob zwölf oder 65 Jahre) auf den letzten 500 Metern noch 70 Höhenmeter zu überwinden.“

- Ich kann mich noch erinnern, dass auch ich darunter gelitten habe. Auf der Skipiste bergauf ging die Top-Ten-Platzierung flöten und ich landete auf Platz 13 im Feld der sage und schreibe 50 Starter im H 14. (Beim Bundesranglistenlauf in Mitterteich zwei Wochen zuvor waren es sogar 60.)

- In gewisser Weise erinnerte mich die BM Lang in Selb an die DM von Deggendorf: Auch hier gab es einmal wieder eine große Karte, auf der man im zweiten Teil der Strecke nicht alle Waldstücke schon einmal durchlaufen hat. Und die Organisatoren hatten schon am Start ein Gespür für eine besondere Dramaturgie, lief man doch direkt nach dem Start auf das Schild „Landesgrenze“ zu und verschwand dann im tschechischen Wald.

- Heißester Diskussionspunkt auf der Siegerehrung in St. Englmar war das „Dobb-Verbot“. Gesamtleiter Jürgen Schwanitz wies noch einmal darauf hin - und bei uns am Tisch wurde eifrig gerätselt, was „Dobbs“ wohl seien. Eine Spekulation besagte, dass es mit Doping zu tun habe und die Art von Kautabak sein könne, die ein (nicht mehr aktiver) Mitterteicher Orientierungsläufer konsumiere. Erst spät am Abend klärte sich die Sachlage für uns, dass es sich um Spikes handele - das war natürlich weniger aufregend als der Verdacht, Orientierer könnten verbotene Mittel zur Leistungssteigerung einsetzen.

- Jürgen Schwanitz hat die Original-Karten aus seinem riesigen Archiv geholt. Vielen Dank dafür!

Text: Michael Rödel

Karten: Jürgen Schwanitz

Fotobuch-Erinnerungen

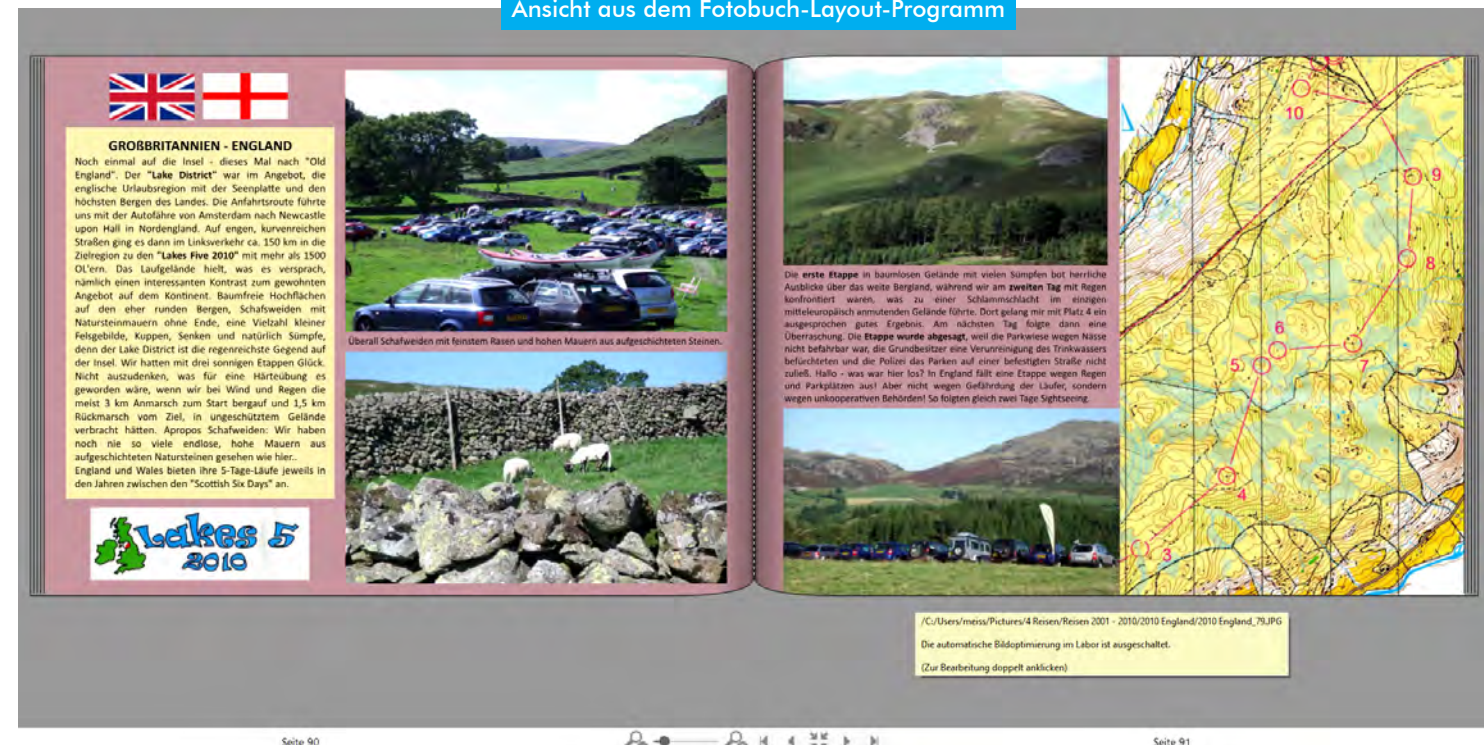
„In Europa auf OL-Tour“

Seit 1972 war der OL-Sport Teil meines Lebens. Die Teilnahme an internationalen Veranstaltungen entwickelte sich dabei für mich zunehmend als das „Salz in der Suppe“, ohne dabei die OLs im eigenen Lande schmälern zu wollen. Doch jedes Land, jede Veranstaltung und jedes Laufgelände hat seinen eigenen Charakter und Erlebniswert. In den ersten Jahrzehnten meines Läuferlebens war die Zahl der OL-betreibenden Länder noch überschaubar. Heute gibt es fast in ganz Europa internationale Veranstaltungen und auch die Anzahl der Staaten hat nach dem Zerfall von Jugoslawien, der Trennung von Tschechien und der Slowakei, sowie der wiedererlangten Selbstständigkeit der baltischen Länder und weiterer ehemaliger Sowjetrepubliken signifikant zugenommen. Ab 2005 verlieh mir meine Tochter Britta mit ihren sportlichen Ambitionen zusätzliche Motivation auf Tour zu gehen und irgendwann entwickelte sich bei uns die faszinierende Idee, möglichst in allen europäischen Ländern mindestens einmal wettkampfmäßig OL zu laufen. Da der Radius mit dem Auto doch begrenzt war, kam es 2011 erstmals zu einer OL-Reise mit dem Flugzeug, und zwar nach Portugal. Es sollten noch eine Reihe von Flügen folgen. Bisher bereisten Britta 27 und ich (aufgrund früherer Jahre) 30 europäische Länder. Ob es für mich noch ein paar mehr werden, lässt sich heute nicht abschätzen. Zum einen blockiert Corona die Aktivitäten für unbestimmte Zeit und zum anderen muss ich der Realität ins Auge sehen, dass mein Körper mir zunehmend Schranken aufzeigt.

Von unseren OL-Reisen haben wir natürlich – wie heute üblich – jede Menge Fotos mitgebracht. Vielen von euch wird es ähnlich gehen und es stellen sich die Fragen: Was habt ihr damit gemacht? Sind sie sauber geordnet abrufbar in den unendlichen Tiefen eurer Festplatten? Oder habt ihr sogar Fotobücher daraus gemacht und ein Griff in den Schrank genügt, um Erinnerungen wach werden zu lassen? Wenn nicht, wären da die terminlich „entschleunigten“ Zeiten während der Pandemie nicht die Gelegenheit, einmal System in die digitalen „Lagerbestände“ zu bringen? Vielleicht findet ihr in meiner folgenden „Buchvorstellung“ Anregungen.

Bei mir brachte diesbezüglich die Tochter die Initialzündung, denn sie erstellte über einen Zeitraum von 10 Jahren jeweils ein OL-Jahrbuch, die ich alle nicht missen möchte. Das brachte mich letztes Jahr auf den Gedanken, diesem chronologischen Rückblick einen Doppelband hinzuzufügen, mit einem geographisch nach Ländern geordneten Überblick über die OL-Aktivitäten quer durch Europa auf der Basis eigener Erfahrungen. Während in Brittas Büchern mit OL und Sightseeing jeweils die gesamten Reisen im Detail abgebildet sind, setzte ich nun den Schwerpunkt auf den sportlichen Teil mit vielen Kartenausschnitten und (meist) eigenen Berichten, besonders auch aus den vielen Ausgaben des OLI übernommen. Das sind Schätze an Erinnerungen, die sonst unwiderruflich verloren gehen. Das Sightseeing spielt hier bildlich nur eine untergeordnete Rolle, sonst würde der Rahmen gesprengt. Es sollen im Schwerpunkt Sportbücher und keine Urlaubsalben sein.

Ansicht aus dem Fotobuch-Layout-Programm



Zur Gestaltung:

Jede Nation wird einleitend in einem separaten „Kasten“ unter der Nationalflagge mit der Charakteristik ihrer OLs kurz beschrieben. Darin enthalten ist eine Übersicht, wann wir in diesem Land wo gestartet sind. Auf den weiteren Seiten folgt dann das OL-Event, an dem wir teilgenommen haben, oder eine Auswahl unter mehreren Veranstaltungen, mit bildlicher Darstellung, Texten, Karten und Emblemen. Ich habe mich dazu für das DIN A 4 Querformat entschieden, weil das viele Vorteile für die Anordnung der Fotos, Karten und Berichte hat. In mehreren Fällen ist es mir gelungen, Geländeausschnitte und zugehörige Kartenausschnitte unmittelbar untereinander zu setzen, so wie wir Läufer es in der Realität ständig tun. Ja, es waren viele Arbeitsstunden, weil halt viel für die Texte zu recherchieren und in der Größe anzupassen war, Kartenausschnitte ausgewählt und gescannt werden mussten und eine sorgfältige Bildauswahl das Volumen eingrenzen sollte. Aber das hat sich alles mehr als gelohnt, hat unheimlich viele Erinnerungen geweckt und deshalb viel Spaß gemacht.

Nach den Gestaltungshinweisen möchte ich nun noch exemplarisch einige spezielle Erinnerungen mit Textausschnitten aufblitzen lassen, auch als „Appetitanreger“ für die OLI-Leser für hoffentlich bald bessere Zeiten. Ich greife dazu einfach einmal ein paar Veranstaltungen in verschiedenen Ländern aus meinem ersten Band heraus.

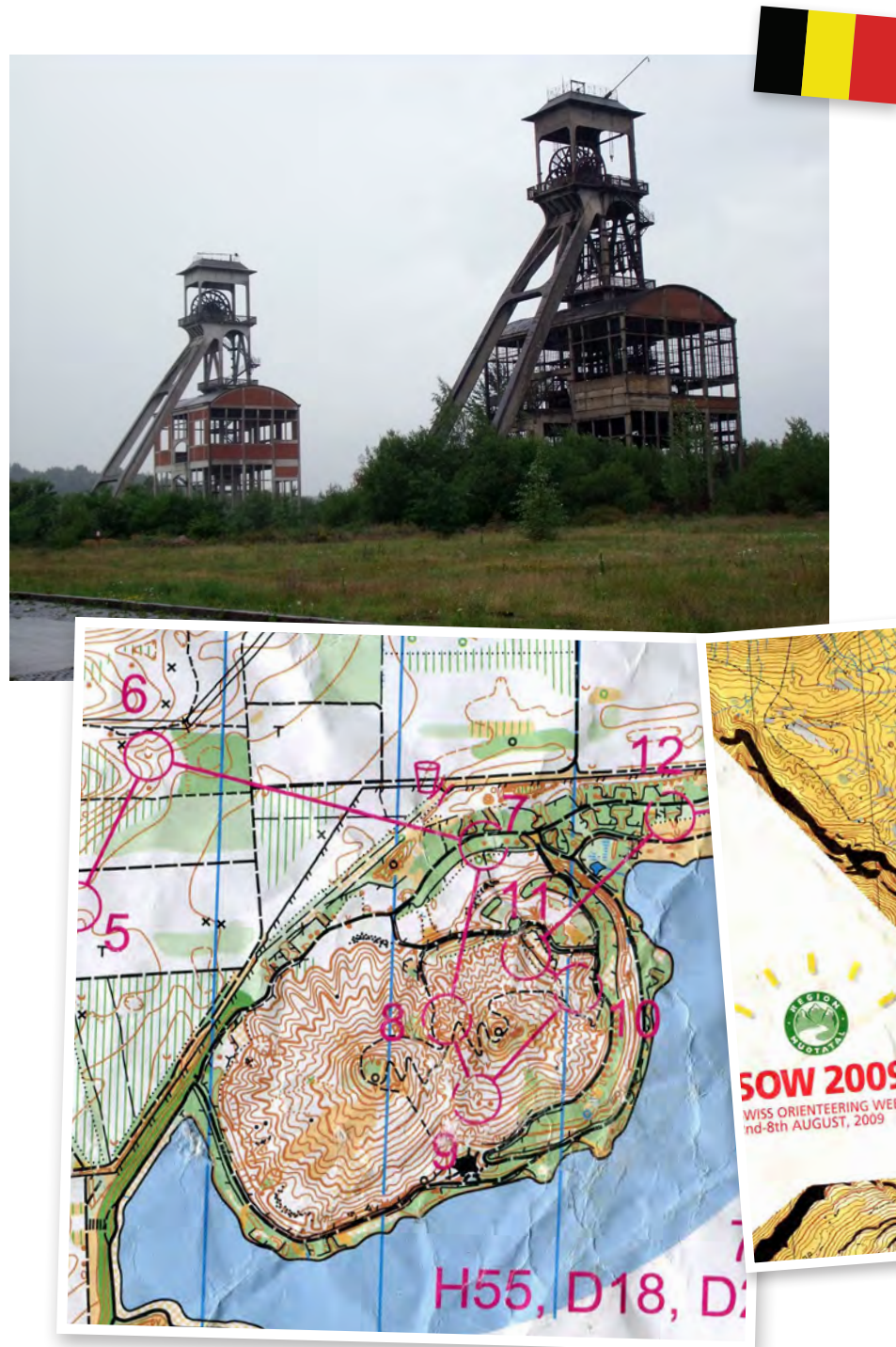
Belgien 2010: Zwischen Farnkraut-Dschungel und Kohlehalden

In Belgien nahm ich schon an neun 3-Tage-Läufen teil. Es waren immer schöne Veranstaltungen, wobei das Event in Maaseik (Provinz Limburg) das Spektakulärste war. Die erste Etappe bleibt als Farnkraut-Dschungel in Erinnerung. Teilweise verschwand ich komplett in dieser unglaublich dichten Pflanzenwelt, die über meinem Kopf zusammenschlug und wie Schlingpflanzen an den Beinen zerrte. Das hinderte den Veranstalter nicht, darin Posten zu „versenken“. Da Britta und ich die gleiche

Teilstrecke hatten und wir folglich unsere Zeiten exakt vergleichen konnten, bekam ich die Bedeutung einer falschen Routenwahl schwarz auf weiß dokumentiert. 5 Minuten Zeitverlust kostete mir eine Querroute durch das Farnkraut, während die Tochter außen herum lief.

Etwas völlig anderes erwartete uns an den nächsten beiden Tagen. Das Abbaugelände einer früheren Kohlenzeche mit von der Natur zurückeroberten Schlackehalden zwischen Kiefernplantagen und mehreren Teichen bildete eine interessante und

zugleich außergewöhnliche Szenerie. Als Erlebnishöhepunkt in der 2. Etappe präsentierte sich eine extrem steile Aufschüttung mit teils lockerem, schwarzem, kohlehaltigen Untergrund und mehreren fein gesetzten Posten, wo jeder beschwerlich gelaufene Meter gut überlegt sein musste (siehe Karte / Bild). Das Ziel war ein kleines idyllisch gelegenes Camp an einem See, wo die Belgier kurz nach dem Lauf gut gelaunt ihrer Gewohnheit nachgingen und frisch gezapfte Bierspezialitäten genossen.



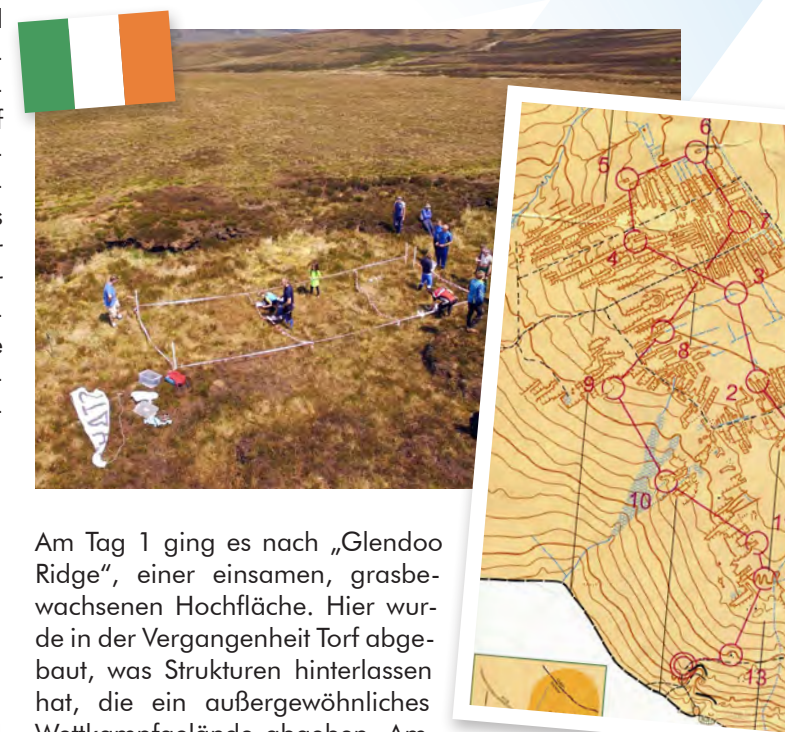
Schweiz 2009: Veranstaltung der Extreme im Muotathal

Bei der Swiss-O-Week war alles extrem, und Britta und ich kämpften uns tapfer Tag für Tag mit 3000 Teilnehmern durch alle Widrigkeiten des Geländes und der Witterung. Bezeichnend war, dass wir zu drei Etappen auf den Ladeflächen von Militär-LKWs auf bergigen Forststraßen in das Wettkampfgelände ins Gebirge transportiert wurden, um dann ab dem Ausstiegspunkt nochmals mehrere steile Kilometer zum Start zu laufen. Das war gerade so, als wenn wir täglich ins Manöver ziehen. Wer ein Abenteuer suchte, hatte es hier gefunden. Zwei Etappen seien noch einmal kurz herausgegriffen. Die Etappe 2 „Schwialpass“ wurde wie folgt beschrieben: „Alpenwiesen und Karstfelder, voralpiner Wald und Sumpfwiesen wechseln sich ab“.



Was nicht drin stehen konnte, war, dass uns kalter Dauerregen ein tiefend nasses, höchst rutschiges Gelände bescherte, nach einer Anmarschzeit von knapp einer Stunde zum Start - nach dem Militärtransport. Kurz vor dem Ziel lösten sich die Sohlen von meinen beiden OL-Schuhen. Auch der Kompass ging zu Bruch - also auch noch eine Materialschlacht. Umgezogen haben wir uns in einem Kuhstall einer Alm. Da verliert man schnell den Respekt vor der Nähe der Kühe. Etappe 3 „Glattalp“: Einmalig in unserer OL-Laufbahn - nach dem Militärtransport 4,2 km und 700 Höhenmeter Fußmarsch zum Start in 1900 m Höhe, und nach dem Zieleinlauf wieder zurück, jeweils in knapp 2 Stunden. Ich muss zugeben, dass das Panorama auf dem Hochplateau fantastisch war. Aber der Lauf hatte noch eine Spezialität. Wir liefen Posten in einem Gebiet an, das aus lauter scharfkantigen Felsen mit krassen Felsspalten bestand. Jeder Fehltritt hätte das Ende des Laufes bedeuten können - und über dem Gelände kreiste ein Rettungshubschrauber ... (siehe Karte / Bild)

Irland 2016: Jeder Tag ein Abenteuer in den Wicklow Mountains



Am Tag 1 ging es nach „Glendoo Ridge“, einer einsamen, grasbewachsenen Hochfläche. Hier wurde in der Vergangenheit Torf abgebaut, was Strukturen hinterlassen hat, die ein außergewöhnliches Wettkampfgelände abgeben. Am Start schaute man irritiert in die Landschaft, sah definitiv nichts außer Grasland und fragte sich, wo hier Objekte sein sollen. Nach dem Blick auf die Karte - und zwingend auf den Kompass - lief man alsbald in verschachtelte Gräben und Böschungen früherer Torfstiche. Für uns einzigartig, fast unwirklich; so etwas hatten wir noch nicht belaufen (siehe Karte). Am nächsten Tag ließ man uns zunächst 1,5 km und 200 Höhenmeter durch urwüchsiges und unwegsames Weideland zum Start aufsteigen, der aus ein paar Absperrbändern auf Heidelbeerkraut bestand. Von da ging es über den Turlough Hill mit vielen Steinen und Felsen - gleich einen langen Schlag zum ersten Posten. In derartigem Gelände findet man die Route nur mit dem Kompass und permanentem Kartenkontakt. Man muss zu jedem Zeitpunkt wissen, wo man ist ... Doch das Härteste kam mit der 3. Etappe zum Schluss in Scarr-Kanturk; dieses Mal mit viel urigem Wald und reichlich Posten. Doch als erstes lauerten auf uns im Startbereich jede Menge angriffsstuhlige, winzige Schnaken, was alle wartenden Läufer ständig um sich schlagen ließ - bis zur erlösenden Startlinie. Die Strecken durch den Wald erwiesen sich als schwer und zeitraubend. Auch im Hochwald blieb das Lauftempo niedrig. Mitunter war nur kriechende Fortbewegung möglich. Einen beeindruckend großen Kahlschlag mit meterhohem Bruchholz querten die Bahnen komplett bergauf. Die anschließende Passage erforderte besonders hohe Konzentration. Eine falsch interpretierte Felswand führte unvermeidlich zu längerem Umherirren in hohem Gras und verstreuten Bäumen. Genau da brach ein Gewitter über uns herein mit heftigem Regen. Dabei wurde es nicht nur nass, sondern auch richtig dunkel im Wald. Als Brillenträger stand ich nahezu vor dem Aus. Als ich schon mit dem Gedanken des Aufgebens spielte, änderte ich doch noch meine Meinung und schlug mich irgendwie ins Ziel durch ...

Spanien 2015: Stadionstimmung und Luxus beim Andalusia-Sun-O-Meeting

Ende Februar, sonnig, 23 Grad: Wir erreichten das vom OL-Veranstalter zu günstigen Sonderpreisen angebotene Top-Hotel „Punta Umbria Baach Resort“; unter Palmen, mit Pool-Landschaft und Blick auf den Atlantikstrand. So viel Luxus, inklusive Frühstücks- und Abendbuffet vom Feinsten, hatten wir noch nie beim OL. Den Strand konnten wir am Tag 1 beim Prolog gleich neben dem Hotel nach einem Massenstart mit OL-Karte testen. Vorbei an Hotelanlagen ging es mitten hinein in das feinkupierte Dünengelände. Tag 2, vormittags: Die 860 Teilnehmer erwartete schon am Sammelpunkt stimmungsvolle spanische Musik aus den Lautsprechern und alle schienen hier richtig gut drauf zu sein. Es war eine Mitteldistanz mit World Ranking Event angesagt, in einem Pinienforst mit vielen oft schwer überschaubaren Höhendetails. Im

Schweizer OL-Weltmeister Daniel Hubmann ... Es folgte nachmittags noch ein WRE-Sprint und am Folgetag eine Langdistanz mit Massenstart in den Eliteklassen ... Ähnlich stimmungsvoll war es übrigens auch beim City-OL in Barcelona 2014.

Portugal 2011: Inmitten der Weltelite in einmaligem Gelände

An dieses Portugal-O-Meeting werden sich noch mehr Bayern erinnern. Nirgends kenne ich so ein Gelände, wo in lichten Korkeichenwäldern und auf Wiesen unüberschaubare Haufen an Felsbrocken („Hinkelsteine“) liegen, die extrem schwierig zu orientieren, aber erstaunlich komfortabel zu belaufen sind. Auch bei der Wahl für Start und Ziel ließ man sich täglich etwas einfallen: ein großes Reitzentrum, eine Weinkelterei, ein Gutsbauernhof und nicht zu vergessen der Nacht-OL in Portalegre. Und mitten unter der Weltelite von Simone Niggli-Luder bis Thierry Gueorgiou ...



überwiegend gut und schnell zu belaufenden Gelände lauerten aber auch stachelige Sträucher und Kakteen-gruppen. Doch im Ziel ging akustisch weiter richtig hoch her, weil zwei Sprecher des Veranstalters in spanischer und englischer Sprache ein wahres Spektakel im Stil brasilianischer Fußballreporter abfeierten. So wurden die Eliteläufer /-innen bis ins Ziel angefeuert, was sich auch in den nächsten zwei Etappen so fortsetzen sollte. Im OL einmalig! Und dann gab es für jeden kostenlos frische Erdbeeren – und für Britta World Ranking Punkte, sowie ein Erinnerungsfoto mit dem mehrfachen



Fazit: Es gäbe noch viel mehr zu erzählen, aber das würde hier den Rahmen sprengen. Ich hoffe, dass ich allen OLI-Lesern auf unterhaltsame Art aufzeigen konnte, wie wunderbar man mit so einem Fotobuch die Erinnerungen auffrischen und konservieren kann. Nachdem der Band 1 Deutschland, seine 9 Nachbarländer, GBR, IRL, ESP und POR abbildet, freue ich mich schon auf Band 2 von Skandinavien über das Baltikum, Italien, Osteuropa und Südosteuropa.

Text und Bilder: Ralph Meißner und Jorge Correia Dias (letztes Bild)

Zertifizierte Kompetenz - ein Schlüssel zum Erfolg

Die Trainerausbildung in Deutschland folgt den Richtlinien des DOSB bzw. den Vorgaben der nachgeordneten mehr als 50 Sportfachverbände. Diese setzen sich in die Bundesländer mit entsprechenden Landesfachverbänden als Gliederungen fort.

Trainerausbildungen in den Leistungs- und Spitzensportfachverbänden finden grundsätzlich auf 3 Ebenen statt:

- **Ebene 1:** Trainer C auf Landesebene, mit der Befähigung im Verein interessierte Sportler auszubilden
- **Ebene 2:** Trainer B auf Bundesebene, mit der Befähigung einen Landeskader zu trainieren
- **Ebene 3:** Trainer A mit der Befähigung einen Bundeskader zu coachen

Leistungssport heißt Wettkämpfe bis zur Ebene Deutsche Meisterschaften, der Spitzensport findet sich dagegen auch im internationalen Bereich, bei Europa- und Weltmeisterschaften bis hin zu den Olympischen Spielen und „World Games“ Veranstaltungen wieder.

Nur Spitzensportverbände erhalten Staatsmittel für die Kaderförderung auf Landes- und Bundesebene, müssen aber regelmäßig Trainer auf allen 3 Ebenen ausbilden und können ihre Sportler auch zu internationalen Wettbewerben schicken.

Derzeit bildet der Orientierungslauf (OL) keinen eigenständigen Spitzensportverband direkt unter dem DOSB, da die notwendigen Voraussetzungen derzeit nicht gegeben sind.

Der OL mit all seinen Facetten (Fuß-OL, MTBO, Ski-OL, Trail-O) ist als anerkannte Spitzensportart beim DTB angehängt. Der Fuß-OL ist sogar integraler Bestandteil der „World Games“ Spiele.; nach Olympia der wichtigste internationale Wettbewerb, der auch politisch zunehmend an Bedeutung gewinnt.

Zu den 3 Stufen der Trainerausbildung:

Die Trainer C-Ausbildung

Diese Lehrgänge finden auf der Landesebene statt. Dabei gibt es in allen Sportarten einen 30 Unterrichtseinheiten umfassenden gemeinsamen theoretischen Grundlagenteil. Für den Verein bringt der C-Schein einen jährlichen nennenswerten Zuschuss an Staatsmittel. Dies sollte jedem Verein wesentliche Motivation sein, geeignet Betreuer und Trainer zu einer Trainer C-Ausbildung zu schicken. Man kann mit diesem Zertifikat auch aktiv in der Öffentlichkeit um Nachwuchs werben und auch davon ausgehen, dass ein zertifizierter Trainer länger beim Verein bleibt.

Der einzelne Teilnehmer an der Ausbildung wird im fachlichen Bereich einiges dazu lernen, sich mit anderen Gleichgesinnten austauschen, sein Selbstbewusstsein stärken und ggf. auch bei Bewerbungen für eine Arbeitsstelle einen kleinen Vorteil erringen können.



B- und C-Trainer Fabian Janischowsky

Er weist nämlich damit nach, dass er ehrenamtliche Arbeit leistet und dafür auch selbst Opfer erbracht hat.

Die Trainer C Ausbildung läuft über dem Bayerische Turnverband (BTV). Verantwortlich für die Organisation und inhaltliche Durchführung ist der Landesfachausschuss Orientierungslauf (LFA OL). Seit 2007 konnten insgesamt 4 Lehrgänge mit durchschnittlich 20 Teilnehmer erfolgreich durchgeführt werden.



Trainer-Lizenzen

Im sehr praxisorientierten Fachteil stehen insbesondere das Erfahren und Erleben diverser Trainingsmöglichkeiten in Halle und Gelände, vor allem für Jugendliche jeden Alters im Mittelpunkt. Ebenso ist ein wichtiger Teil das Vermitteln von Grundlagen zur Kartographie, Grundsätze zur Verbesserung methodischer und kommunikativer Fähigkeiten und das Erlernen komplexerer Organisationsabläufe.

Die Trainer B-Ausbildung

Dies Ausbildung wird von den Spitzenverbänden auf Bundesebene organisiert. Für den OL ist der DTB zuständig. Seit 2010 sind auf Bundesebene 2 Trainer B Lehrgänge durchgeführt worden. 2012 unter Leitung von André Kwiatkowski, damals der Verantwortliche für Aus- und Weiterbildung beim Technischen Komitee für den Orientierungslauf in Deutschland (TK OL D); vor al-

lem auf Anregung und tatkräftiger Mitgestaltung seitens Bayern. Dabei konnten 9 Bayerische Orientierungsläufer aus Coburg, Mietraching und Regensburg ihre Fähigkeiten unter Beweis stellen und einen Trainer B Schein erwerben.

Mit dieser Blaupause gelang es dem neuen Verantwortlichen für Aus- und Weiterbildung im TK OL D, erneut einen B Lehrgang auf die Beine zu stellen. Dabei erwarben weitere 7 Bayerische Teilnehmer (Blandine Ehrl, Valerio Casanova, Julian Nürnberger, Klemens, Fabian und Lukas Janischowsky) erfolgreich den B-Lehrgang. Es gibt also derzeit ca. 70 Bayerische Orientierungsläufer mit einer C und 16 mit einer B Lizenz.

Im B Lehrgang, mit höherer Anforderung an wissenschaftlichen Grundlagen, haben das Kennenlernen und die Anwendung komplexerer Trainingsmethoden, mentale Trainingsvorbereitung, das aktive Coachen und die Auswertung von Trainings und Wettkämpfen einen größeren Stellenwert.

Die Trainer A-Ausbildung

Diese wird ebenfalls in Verantwortung der Spitzenverbände durchgeführt. Leider existierte bis 2020 seit etlichen Jahren keine anerkannte Konzeption mehr zur Durchführung eines Trainer A Lehrgangs für den Orientierungslauf. Eine solche Konzeption wurde inzwischen vom Verantwortlichen für Aus- und Weiterbildung im TK OL D erstellt und dem DTB bzw. DOSB zur Genehmigung vorgelegt. Seit April liegt diese Genehmigung nun vor und eine Durchführung eines ersten A Lehrgangs OL möglicherweise noch 2021 steht, von der möglichen negativen Entwicklung aufgrund der Corona Pandemie abgesehen, nichts mehr im Wege.

Weitere Informationen zu den Konzeptionen unter www.o-sport.de; Menüpunkt Dokumente; Unterpunkt Aus- und Fortbildung.

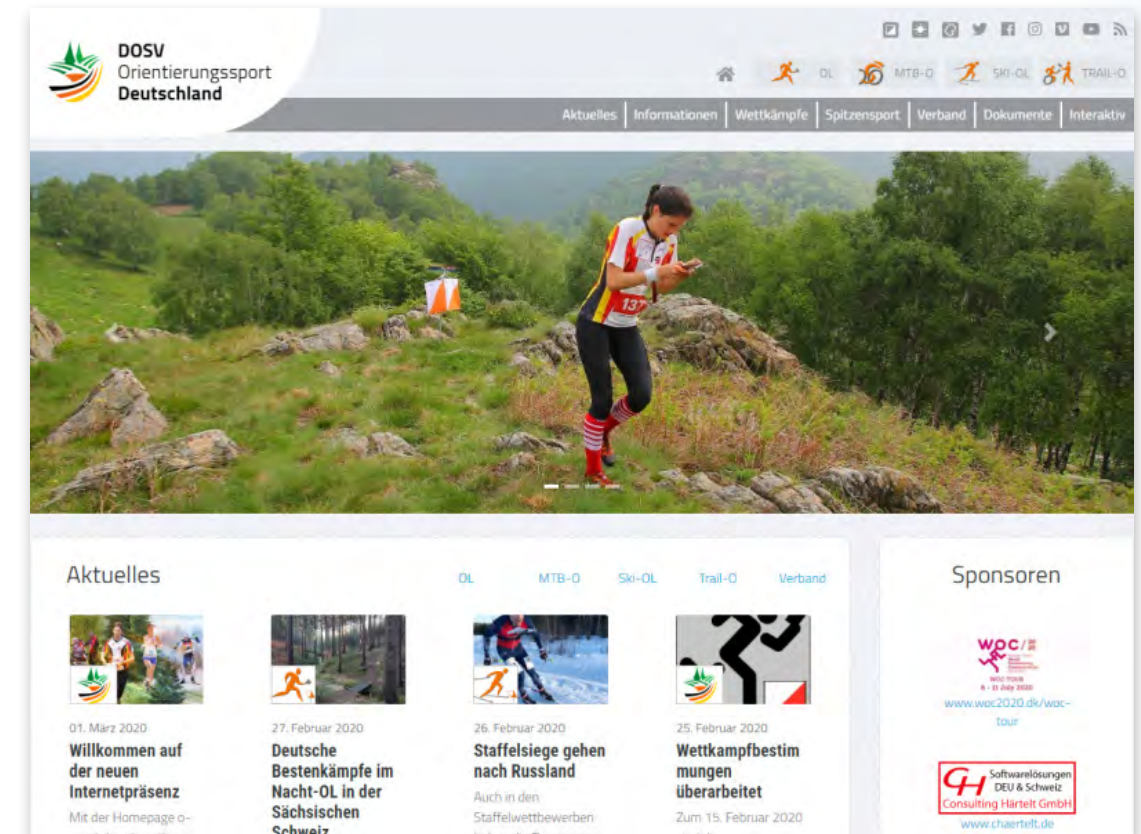
Text und Bilder: Alfons Ebnerth (Verantwortlicher für Ausbildung und Lehre im LFA OL; Verantwortlicher für die Aus- und Weiterbildung im TK OL D)

Anmerkung der Redaktion: Alfons Ebnerth kennen wir ja aus seiner 12-jährigen Tätigkeit als Landesfachwart und engagierten „Frontmann“ des bayerischen OL. Sein Amt endete letztes Jahr. Doch das bedeutete nicht, dass er sich aus der Sportart zurückzog, was seinem Naturell auch nicht entspräche. Stattdessen konzentriert er sich jetzt als Verantwortlicher für Ausbildung und Lehre sowohl in Bayern als auch Bundesebene und leistet dort enorm wertvolle Arbeit.



Alfons Ebnerth

Der deutsche Orientierungssport hat eine neue Homepage!



Viele werden es bereits mitbekommen haben, aber sicher ist die Info noch für manche Leser des OL INFORM neu: die langjährige deutsche OL-Homepage www.orientierungslauf.de wurde zum 1. März dieses Jahres abgelöst durch den ersten gemeinsamen Internetauftritt aller vier IOF-Orientierungssportarten, die Webseite [https://o-sport.de](http://o-sport.de). Dort findet man neben allen bisherigen und neuen Informationen zum Orientierungslauf auch viel Interessantes zum Mountainbike-Orientieren (MTB-O), Ski-Orientierungslauf (Ski-OL) und Präzisionsorientieren (Trail-O).

 ber den gesamten Winter 2019/2020 hat ein engagiertes Team aus Programmierern und Redakteuren intensiv an der neuen Seite gearbeitet, bestehende Inhalte von www.orientierungslauf.de übertragen, neue Informationen zusammengestellt und Stück für Stück das Layout der neuen Seite aufgebaut.

Das Ergebnis kann sich sehen las-

sen. In einem modernen Design erhält der Besucher sowohl allgemeine Informationen zum Deutschen Orientierungssport-Verband, der die Seite betreibt, sowie zum Deutschen Turner-Bund als Dachverband auf Bundesebene und zum Bund Deutscher Radfahrer, der für den MTB-O-Sport verantwortlich zeichnet, als auch Details zu den vier Orientierungssportarten. Jeder Bereich einer Sportart wurde in einer charakteristischen Farbe gestaltet. Während der allgemeine Bereich in grau gehalten ist, sind die Menüs der OL-Unterseiten grün, während sich der MTB-O in rot, der Ski-OL in blau und der Trail-O in gelb präsentieren.

Termine und Ergebnisse dürfen ebenso wenig fehlen, wie Sportarten-Definitionen, die Präsentation der Nationalteams, ein Archiv wichtiger Dokumente und Informationen zu OL-Karten, Aus- und Fortbildung, Schul-OL, Spitzensport und Breitensport.

Neu ist, dass der Terminkalender

und die Ergebnisübersicht automatisch aus dem O-Manager gespeist werden. Um in den Listen zu erscheinen, müssen die betreffenden OLs – auch wenn die Meldung nicht über den O-Manager erfolgt – mit wenigen rudimentären Daten in diesem Meldeportal angelegt und eingetragen werden. Dies ist nicht mehr wie bei www.orientierungslauf.de Aufgabe des LFA-Verantwortlichen für Wettkampfwesen, sondern liegt in der Verantwortung jedes einzelnen bayerischen OL-Vereins bzw. dessen O-Manager-Vereinsadministrators selbst. Hier bestand zumindest 2020 noch viel Luft nach oben. Dies sollte 2021 besser werden. Denn die bayerischen OL-Wettkämpfe – auch auf regionaler Ebene – haben ein gutes technisches Niveau und verdienen es, den Orientierungssportlern auf Bundesebene auf diese Weise bekannt gemacht zu werden.

Text: Ralph Körner
Foto: Screenshot der neuen O-Sport-Homepage zum Start der Webseite



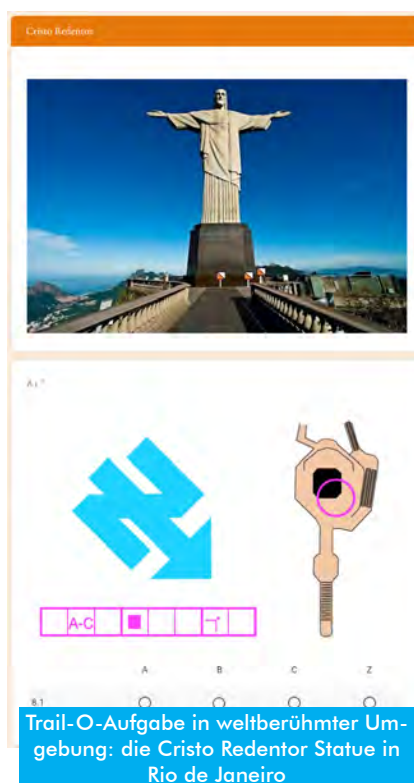
OL Theorie-Unterricht

Bayerische Orientierer auch bei virtuellen Trail-O-Events sehr aktiv

Es war eine Entwicklung, die es ohne die Corona-Pandemie nie gegeben hätte und die zu Jahresbeginn 2020 wohl auch niemand so erwartet hatte. Durch den Lockdown in vielen Ländern Europas und der Welt im Frühjahr 2020 suchten sich die Orientierungssportler – um die Ausübung ihrer Sportart im Wettkampfmodus gebracht – alternative Wege, ihr Orientierungsvermögen untereinander zu messen. Überall in Europa schossen virtuelle Trail-O-Wettkämpfe wie Pilze aus dem Boden. Insbesondere die OL-Sportler aus Spanien und Portugal, aber auch aus Russland waren hier Vorreiter.

Das Prinzip der Wettbewerbe am Computer war einfach und genial zugleich. Meist wurde ein so genannter Wettkampf in der Trail-O-Disziplin TempO simuliert, bei dem der Wettkämpfer von einem Stuhl sitzend mehrere Orientierungsaufgaben in Form der Zuordnung von Posten auf der Karte zu Postenmarkierungen im Gelände zu lösen hat. Bei den Online-Wettkämpfen wurde dem Teilnehmer ein Geländefoto mit den Postenschirmen, sowie ein Kartenausschnitt präsentiert. Nun galt es zu entscheiden, welcher der Postenmarkierungen auf dem Foto dem auf der Karte verzeichneten Posten entspricht, oder ob kein Postenschirm zum Posten auf der Karte passt. Die Antwort gibt man durch Klicken ein und es erscheint die nächste Aufgabe. Es entscheidet die benötigte Entscheidungszeit; für fal-

sche Antworten gibt es Zeitstrafen. Genutzt wurden zu Beginn vor allem Google Formulare, die ein einfaches und kostenfreies Erstellen derartiger virtueller Trail-O-Wettbewerbe zulassen. Um die Zeitnahme zu ermöglichen, wurde meist im Massenstart gestartet, d.h. das Rätsel wurde zu einem bestimmten Zeitpunkt freigegeben, ab dem die Zeit lief, egal wann man die Aufgaben dann startete.



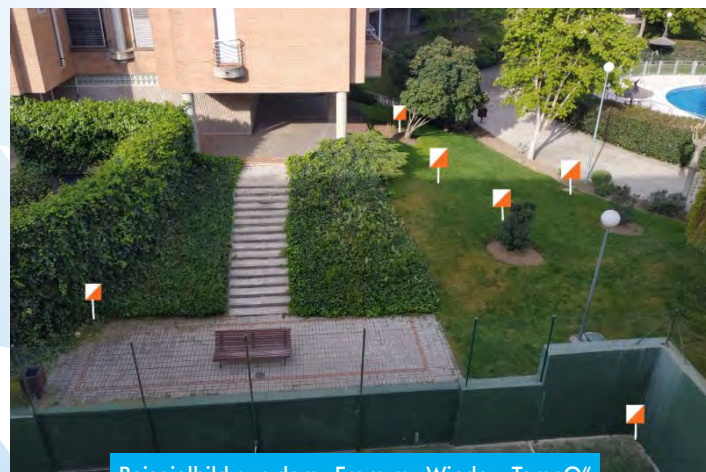
Trail-O-Aufgabe in weltberühmter Umgebung: die Cristo Redentor Statue in Rio de Janeiro

Andere Ausrichter wagten sich sogar an einen virtuellen PreO, bei dem

sich die Teilnehmer mittels Google Street View sogar virtuell durch das Gelände begeben und die Standorte von verschiedenen Richtungen und Winkeln begutachten konnten. Insbesondere die OL-Community in Hongkong sei hier genannt, die anspruchsvollen und interessanten Wettkämpfe auf die Beine stellte.

Auf diese Weise konnten vom heimischen Computer aus virtuelle Wettkämpfe in vielen Ländern der Welt bestritten werden, teils mit interessanten und weltbekannten Geländen wie auf dem Zuckerhut, der Christusstatue und der Copacabana in der brasilianischen Metropole Rio de Janeiro, oder zu besonderen Anlässen wie dem 75. Jahrestag des Endes des Zweiten Weltkriegs mit einem Trail-O an den Siegesdenkmälern in der ukrainischen Hauptstadt Kiew.

Einen noch deutlich professionelleren Charakter erhielten die virtuellen Wettkämpfe durch die Einführung des T.O.R.U.S. Cups (T.O.R.U.S. steht für „TempO Online Races Ultimate Series“), einer Wettkampfsreihe aus acht virtuellen TempO-Wettkämpfen, vorbereitet von einigen der weltbesten Präzisionsorientierer und abgewickelt mit dem extra hierfür konzipierten TempO-Simulator von Libor Forst (Tschechien). Mittlerweile wurden bereits zwei Auflagen des T.O.R.U.S. Cups durchgeführt, die erste im Zeitraum Mai/Juni mit rund 500 Teilnehmern, die zweite



Beispielbild aus dem „From my Window TempO“



Lösungskarte des Alentejo Virtual TempO Portugal

nach dem großen Erfolg der Premiere dann im Oktober mit nun schon rund 600 Teilnehmern, diesmal aufgeteilt in eine Einsteiger- und eine Fortgeschrittenenkategorie.

Allen Online-Wettkämpfen gemeinsam war von Beginn an, dass nahezu die versammelte Trail-O-Weltelite am Start war und die Teilnehmer so die Möglichkeit hatten, sich mit den aktuellen Welt- und Europameistern in deren Spezialdisziplin zu messen. Auch bayerische Orientierer waren teils sehr aktiv bei den virtuellen Wettbewerben. Allen voran natürlich die Mitglieder des OLV Landshut, selbstverständlich beeinflusst durch ihren Vorsitzenden und aktiven Trail-O-Nationalteam-Athleten Ralph Körner, aber auch OLER des OC München und des LV Deggendorf. Ralph Körner war es auch, der für einige bayerische Erfolge bei den Online-Wettkämpfen sorgte: unter drei ersten, zwei zweiten und zwei dritten Plätzen bei über 40 Wettkämpfen ragen vor allem ein Tagessieg und ein dritter Platz beim T.O.R.U.S.-Cup heraus, den er mit den Plätzen 18 und



TempO-Aufgabe für Fortgeschrittene: T.O.R.U.S.-Wettbewerb in Litauen

14 beide Male als bester Deutscher abschloss. Doch auch die OLV-Vereinskameraden Gregor Sturm, Anna Schöps und Platon von Hirschheydt konnten schon für vordere Platzierungen in den Online-Wettbewerben sorgen und der OLV Landshut wurde in beiden T.O.R.U.S.-Cup-Serien mit den Plätzen 9 bzw. 13 zweitbesten deutscher Verein.

kann unter <https://o-sport.de/trail-o/wettkampfe/virtuell> zahlreiche der virtuellen Online-Wettbewerbe noch als Training „nachspielen“ und es wird auch unter <http://torus.yq.cz> eine neue Auflage des T.O.R.U.S. Cups geben, bei dem dann hoffentlich auch noch mehr bayerische OLER weiterer Vereine teilnehmen werden.

Wer nun neugierig geworden ist, **Text: Ralph Körner**

Die Kuchen-Königin

Gertrud Liebl vom TV Osterhofen ist der bayerischen OL-Gemeinde nicht nur als leidenschaftliche und erfolgreiche Orientierungsläuferin bekannt, sondern auch - und dem einen oder anderen vielleicht auch vor allem - als noch leidenschaftlichere, sehr produktive und äußerst talentierte Konditorin. Laufveranstaltungen im ostbayerischen Raum werden von ihr regelmäßig mit feinsten selbst gefertigten Backwaren aufgewertet. Viele von uns haben nach einem Wettkampf bereits ihre Glykogenspeicher wieder damit aufgefüllt. Um ihren unermüdlichen Einsatz nur ein klein bisschen zu honorieren, haben Mitglieder des OLV Landshut Gertrud beim Nikolaus OL 2019 ein Paket mit unter anderem auch lokalen Zutaten überreicht und gleichzeitig den inoffiziellen Titel „bayerische OL-Kuchen-Königin“ verliehen. Liebe Geri – vielen Dank!

Text und Bild: Florian Lang

Anmerkung der Redaktion: Dieser Artikel erreichte uns Ende 2019, als das OLI bereits in Druck war. Als „zeitlosen“ Beitrag haben wir ihn dann für das OLI 2020 aufgehoben, nicht ahnend, dass Gertruds Kuchen unter die Corona-Beschränkungen fallen würden. Wann wird es sie wieder geben? Wir warten sehnsüchtig darauf! Die Wertschätzung ist jetzt wahrscheinlich noch mehr gestiegen.



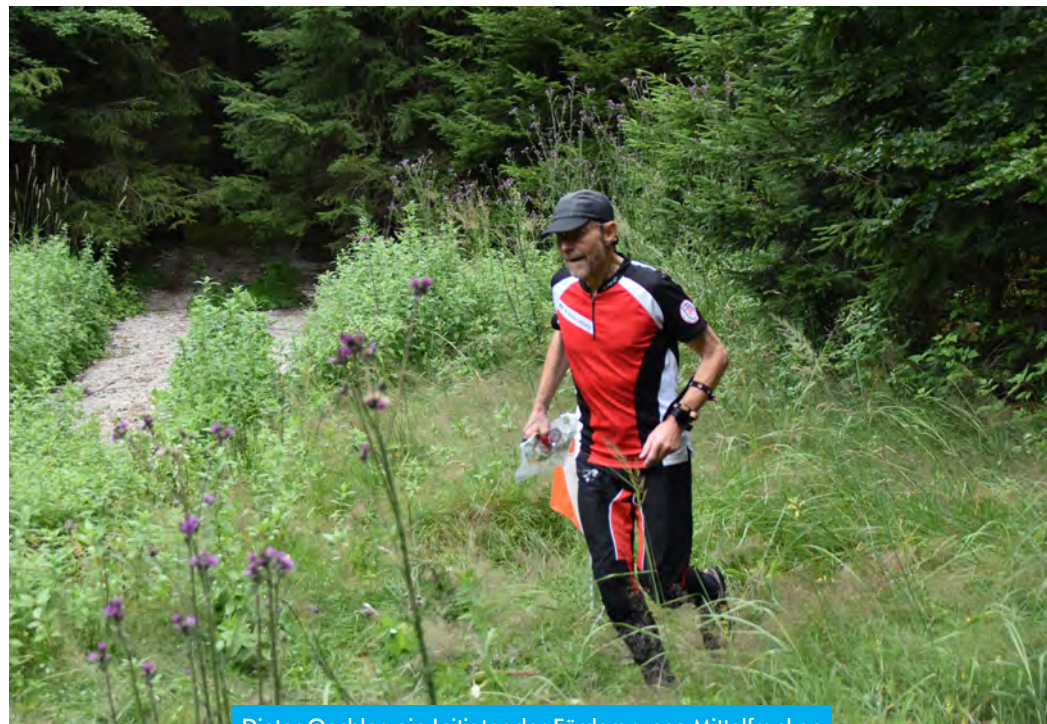
Nachdenkliches im November von Michael Rödel: „Was fehlt ...“

Als sich der Fachausschuss im Februar zur Landestagung traf, war „Corona“ noch weit weg. Keiner ahnte, dass dieses Virus schon wenige Wochen später zu einer unfassbaren globalen Krise werden würde. Unseren Sport, der erst in den Jahren nach dem Zweiten Weltkrieg zu seiner heutigen Form gefunden hat, hat dieses Virus getroffen wie nichts zuvor.

Was mir in diesem Jahr am meisten gefehlt hat, wenn es um den Orientierungslauf geht: Die Leichtigkeit, die

WM-Team gehören würden, würde der OL eine Sportart sein, in der eine solche Förderung möglich ist, dass man sie halbwegs leistungsorientiert betreiben kann.

Gleichzeitig frage ich mich, während um mich herum die Infektionszahlen explodieren, erste Kindergärten wieder geschlossen, Schulklassen nach Hause geschickt werden: Wäre es in dieser Krisenzeit nicht vielleicht doch schlauer gewesen, auf mehr regionale, kleine Veranstaltungen zu setzen? Und, wenn wir im schlimmsten (aber



Dieter Oechler, ein Initiator der Fördergruppe Mittelfranken

ich bei den mittelfränkischen Trainingsläufen genossen habe. Am Samstag Mittag mit Freunden Richtung Erlangen zu fahren, nette Menschen zu treffen, auf einer tollen Karte eine tolle Bahn zu laufen. Denn jede Karte und jede Bahn, auf der ich in Mittelfranken gelaufen bin (und es waren viele), war toll.

Eigentlich wollte ich schon mehrere Jahre fürs OL-Info eine Hymne auf diese Läufe schreiben, die zwar „Trainingsläufe“ heißen und doch viel mehr sind. Nachdem in diesem Jahr praktisch keiner mehr stattgefunden hat, scheint das nötiger denn je. Dem OL hat in diesem Jahr sein nordbayerisches Zentrum gefehlt – ein Zentrum, das „von unten“ entstanden ist, „bottom-up“, wie es Organisationspsychologen vielleicht sagen würden. Und das - bemerkenswert genug - trotz dieser von unten gewachsenen Struktur, mit Mareike und Isabel Seeger aus Baiersdorf zwei veritable Nationalläuferinnen hervorgebracht hat. Die Beide mit Sicherheit auch zum nächsten

leider nicht unwahrscheinlichen) Fall im nächsten Jahr noch die gleichen Probleme haben: Müssten wir nicht diskutieren, ob wir Sportveranstaltungen mit hunderten Teilnehmern im Herbst brauchen (z.B. die SAXBO mit knapp 500 Teilnehmern Mitte Oktober)? Sie haben ja – ebenso wie die noch im September beschlossene Öffnung der Bundesliga-Stadien für Zuschauer – zu dem Eindruck beigetragen, wir hätten eine Sache im Griff, die wir nicht im Griff haben.

Text: Michael Rödel, stv. Landesfachwart
Bild: Fotoarchiv BTV-FAOL

Corona-Hilfen für bayerische OL-Vereine

Auch dem Förderverein OL Bayern war es in diesem ungewöhnlichen Jahr natürlich wichtig, dass unsere schöne „kontaktlose“ Sportart in freier Natur trotz Pandemie nicht zum Totalausfall wird. So wurde noch im Frühjahr in der Vorstandschaft beschlossen, die Veranstalter / Ausrichter auf Landesebene mit Fördermitteln zu unterstützen. Jeder Verein, der ein Wochenende mit Bayerischer Meisterschaft und Bayerncupläufen austrägt, sollte einen Pauschalbetrag ohne formellen Antrag zur finanziellen Abmilderung von Mehraufwendungen und Einnahmeausfällen erhalten. Einnahmeausfälle sind vor allem aus zwei Gründen entstanden. Zum einen fehlten Teilnehmer aus dem Ausland (vor allem Tschechien und Österreich) und Inland wegen fehlender Massenquartiere, Mitfahrgelegenheiten u.a. Zum anderen fielen die Einnahmen mit Verpflegungsangeboten auf der Zielwiese weg, die in unserer mit Finanzmitteln knapp ausgestatteten Sportart kein unwichtiges „Zubrot“ darstellen. Es lag aber sicher nicht an den Fördermitteln, dass es dann tatsächlich den Vereinen und dem Landesfachausschuss gelang, drei Bayerische Einzelmeisterschaften und sechs Wertungsläufe zum Bayerncup durchzuführen. Eine (fast) komplette Saison, obwohl es mehrfach Situationen gab, wo es nicht danach aussah. Wir vom Förderverein hoffen aber, dass wir mit unserer Entscheidung einen kleinen motivierenden Beitrag leisten und den Kassenstand der Vereine etwas verbessern konnten.



Den Startschuss mit Signalwirkung für andere Vereine gab der OC München, der Mitte Juli ein entsprechendes Wochenende unter Beachtung der Corona-Auflagen ausgerichtet. Dazu musste erstmals ein 5-seitiges Hygiene-Konzept erarbei-

tet werden, das der Genehmigung des Fachverbands bedurfte. Hier gilt dem Verein und seinem Vorsitzenden Teodor Yordanov ein großer Dank und Respekt, dass man sich unter diesen Rahmenbedingungen ziemlich kurzfristig an die Ausrichtung herangewagte.

Das zweite Bayerische OL-Wochenende war dann Anfang Oktober unter Dach und Fach, was alles an-

Kirsch und Stephan Krämer, dem TD Dieter Oechler und den Verantwortlichen aus Coburg, Thomas Scheller und Angelika Weid mit ihrem Helferteam. Zudem geht auch ein ausdrücklicher Dank an Fabian Janischowsky als Verantwortlicher für Wettkampfwesen im Fachausschuss OL, der in Zusammenarbeit mit dem Bayerischen Turnverband und dem Ausrichter zur Klärung der aktuellen Rechtslage beitrug.



dere als selbstverständlich war. Die Durchführung der Veranstaltung des TV Coburg-Neuses in Selb stand bis kurz vor dem Austrichtungstermin auf des Messers Schneide. Das lag im Wesentlichen daran, dass die Veranstaltung im Grenzgebiet zu Tschechien stattfand, mit Wettkampfbereich, Start und Ziel in Bayern, aber die Laufstrecken in Tschechien. Und das Nachbarland wurde wenige Tage vorher zum Corona-Risikogebiet erklärt. Auch wenn klar war, dass es zu keinen Kontakten mit Einwohnern auf der anderen Seite der „grünen Grenze“ kommen konnte, musste doch mit den Behörden auf der Basis der besonderen Verordnungen geklärt werden, ob die Veranstaltung stattfinden kann oder überhaupt eine besondere Genehmigungspflicht erforderlich ist. Ende gut, alles gut – und das bei herrlichem Herbstwetter in einem O-technisch äußerst interessanten Gelände. Der besondere Dank gilt hier dem Engagement des Ausrichterteams vor Ort mit Stefan

Die OLG Regensburg machte dann Mitte Oktober auf die Bayerncup-Saison 2020 „den Deckel drauf“. An einem Sonntag wurden gleich zwei Läufe durchgezogen, um Übernachtungen zu vermeiden, nämlich am Vormittag die Bayerische Meisterschaft im Sprint-OL und nachmittags ein Bayerncuplauf über die Mitteldistanz. Das war sicher ein organisatorischer Kraftakt. Und es wurde eine tadellose Veranstaltung!

Dem OC München, TV Coburg-Neuses, der OLG Regensburg und dem Landesfachausschuss gelten für dies Gemeinschaftsleistung abschließend noch einmal der Dank im Namen aller bayerischen Orientierungsläufer. Darauf können wir wirklich stolz sein. Es war aber auch „5 Minuten vor 12“, denn schon zwei Wochen später hätten neuerliche Beschränkungen derartige Wettkämpfe nicht mehr zugelassen.

Text und Bild: Ralph Meißner

Der Wolpi-Pokal wird an die „OL-Vollblut-Familie“ Janischowsky verliehen



Das Fundament des Bayerischen OLs bilden die ehrenamtlichen Tätigkeiten vieler Sportler auf Landesebene, im regionalen Bereich und in den Vereinen. Die Szenerie der aktiven Läufer und Läuferinnen wird oft stark geprägt von Familien, wo die Eltern und ihre Söhne und Töchter die Sportart gemeinsam betreiben. In Bayern haben wir einen ganz speziellen „Glücksfall“, wo sich beide Merkmale besonders intensiv verbinden. Familie Janischowsky von der OLG Regensburg sorgt in Bayern für das Novum, dass Vater, Mutter und alle drei Söhne ehrenamtliche Funktionen auf verschiedenen Ebenen im bayerischen OL begleiten. Diese Präsenz ist schon etwas ganz Besonderes und stärkt unsere Sportart signifikant. Deshalb verleiht der „Förderverein OL Bayern“ dieses Jahr den Wolpi-Pokal an alle fünf Familienmitglieder. Angesichts des breiten Betätigungsfeldes bedarf es hierzu einer kleinen Übersicht:

Klemens: Stv. Vorsitzender und 1.Sportwart und Jugendbeauftragter bei der OLG Regensburg; Trainer am Landesleistungstützpunkt in Bernhardswald und Mitglied im Trainerrat

Petra: Abteilungsleiterin OL bei der SpVgg Hainsacker (Aufbau und Betreuung der OL-Jugendgruppe)

Fabian: Verantwortlicher für Wettkampf- und Kampfrichterwesen im FAOL; von 2015 bis 2019 OL-Abteilungsleiter TSV Bernhardswald

Daniel: Verantwortlicher für Leistungs- und Nachwuchsförderung im FAOL; von 2015 bis 2019 OL-Landesjugendfachwart im BTV

Lukas: Kassier OL-Abteilung Hainsacker und Spartenleiter der OL-Abteilung in Bernhardswald

Zudem ist die Familie mit vier B-Trainer- und fünf C-Trainern nicht nur fachlich höchst kompetent ausgestattet, sondern natürlich auch aktiv tätig. Mehr Engagement geht eigentlich nicht und dafür soll der „Wolpi“ nebst 100 Euro Prämie ein kleines öffentliches Dankeschön sein.

Leider konnte der Förderverein den Wolpi-Pokal wegen der Pandemie nicht im angemessenen Rahmen bei einer Bayerncup-Veranstaltung überreichen, weil auch die Siegerehrungen und damit verbundenen Zusammenkünfte ausfielen. Für ein Abwarten fehlte schon frühzeitig eine Perspektive. Deshalb wurde entschieden, die Übergabe nicht weiter hinauszuschieben. Wir wollten damit als Förderverein im Rahmen unserer begrenzten Möglichkeiten auch ein kleines Zeichen setzen, damit die bayerischen OL'er noch ein bisschen Gewohntes und Traditionelles verspüren, und zeigen, dass der bayerische OL „weiterhin lebt“.

Text: Ralph Meißner

Bild: Klemens Janischowsky

Vorstandswahlen des Fördervereins 2021

Schon wieder Wahljahr beim Förderverein OL Bayern? Das war doch erst vor 2 oder 3 Jahren? Nein, es war bei der Mitgliederversammlung am 9.September 2017 in Deggendorf. So schnell vergeht die Zeit, obwohl genau genommen sind es jetzt im Dezember 2020 doch erst knapp über 3 Jahre her. 2018 sind wir aus zweckmäßigen organisatorischen Gründen dazu übergegangen, die Mitgliederversammlungen im Anschluss an die Jahrestagungen OL Bayern des Fachausschusses jeweils im Januar / Februar am gleichen Ort zeitlich anzuhängen, was sich wie erwartet als recht vorteilhaft erwies. Gerne würden wir es so weitermachen, doch stellt sich auch hier wieder vor dem Hintergrund der Pandemie die besondere Frage: Wann wird diese stattfinden und vor allem in welcher Form? Als Videokonferenz? Oder einfach nur später im Frühjahr oder Sommer, wenn hoffentlich eine körperliche Anwesenheit zumindest unter besonderen Regeln möglich ist?

Vermutlich wird der Fachausschuss die Frage früher beantworten müssen als der Förderverein, weil es da ja auch um eine Vorbereitung der Saison geht, wie sie auch immer aussehen mag. Keine leichte Aufgabe! Als Vorsitzender des Fördervereins möchte ich da an das Gremium des BTV keine Ratschläge erteilen und warte erst einmal die Entscheidung ab. Für den Förderverein gilt nur die Direktive, dass die Mitgliederversammlung satzungsgemäß bis Ende 2021 durchgeführt sein muss, und dieses Mal eben mit den Vorstandswahlen. Ich habe mich noch nicht informiert, wie es um die Bereitschaft bestellt ist, im Vorstand weiterhin oder neu mitzuarbeiten, bin aber zuversichtlich, dass sich das gut lösen lässt. Packen wir's an!

Das war das OLI mit dem sportlichen
Rückblick auf die OL-Saison 2020.

Wir hoffen Ihr hattet Freude am Lesen und
wünschen allen ein erfolgreiches und gesundes
Jahr 2021!

