



## Einladung und Ausschreibung zur

# Winter-Orientierungslauf-Serie 2009/2010 des SC Klecken e. V.

Der SC Klecken bietet in auch diesem Winter eine Orientierungs-**Trainings**-Laufserie an. Mitmachen kann jeder! Es werden Bahnen von unterschiedlicher Schwierigkeit angeboten, so dass sowohl Anfänger als auch erfahrene Läufer auf ihre Kosten kommen. Es wird jeweils 4 verschiedene Bahnen geben, von denen jeder Läufer beliebig viele ablaufen kann. Jede Bahn wird zwischen 1,5 und 2,5 km lang sein. Wer alle Bahnen abläuft, kommt also auf 8 bis 9 km (Luftlinie) Gesamtstrecke.

### Bahnen

**Bahn A** 1,5 bis 2,0 km sehr leichte Orientierung (Niveau D/H10)

**Bahn B** 1,5 bis 2,5 km mittelschwierig (Niveau D/H12 bis 14)

**Bahn C** 2,0 bis 2,5 km schwierige Orientierung

**Bahn D** 2,0 bis 2,5 km schwierige Orientierung

**Startzeiten:** Die Startzeit ist frei wählbar. Es erfolgt eine Zeitnahme. Eine Pause zwischen den einzelnen Starts ist möglich aber nicht notwendig.

**Meldung:** Bitte spätestens montags vor den jeweiligen Lauf telefonisch (04105-585775) oder per E-Mail ([barbara@dresel-online.de](mailto:barbara@dresel-online.de)) anmelden!  
Nachmeldungen am Lauftag sind möglich, soweit Karten vorhanden sind.

**Unkostenbeitrag:** Pro gelaufene Bahn 1,00 Euro (Sonderregelung für Silvesterlauf). Für Mitglieder des SC Klecken ist die Teilnahme kostenlos.  
Der Ausrichter übernimmt keine Haftung. Versicherung ist Sache der Teilnehmer.

→ **Treffpunkte, Anfahrtsskizzen und weitere Informationen vor jedem Lauf unter [www.SC-Klecken.de](http://www.SC-Klecken.de)**

### Termine

#### **Samstag, 28. November 2009 (1. Lauf)**

**Start:** 12.00 bis 13.30 Uhr in Klecken, OL-Karte „Hainbuch“ 1: 10.000

#### **Donnerstag, 31. Dezember 2009 (2. Lauf)**

##### **Silvesterlauf**

Start: 11.00 bis 13.00 Uhr, im Altonaer Volkspark OL-Karte „Volkspark“ 1:10 000.

**Achtung gesonderte Ausschreibung unter [www.SC-Klecken.de](http://www.SC-Klecken.de)**

#### **Sonntag, 24. Januar 2010 (3. Lauf)**

**Start:** 11.00 bis 13.00 Uhr, **Treffpunkt** : Westergellersen, Parkplatz zwischen Westergellersen und Luhmühlen, neue OL-Karte

#### **Samstag, 20. Februar 2010 (4. Lauf),**

**Start:** 13.00 bis 14.30 Uhr in Buchholz, OL-Karte: „Buensen“ 1:10.000