

Titelbild:

Posten im Baumstumpf beim OL in den Lübecker Wallanlagen am 31. März

BRUNO ist das offizielle Magazin der Orientierungsläufer Schleswig-Holsteins

Herausgeber:

Landesfachausschuss OL im Schleswig-Holsteinischen Turnverband

Redaktion (V.i.S.d.P.):

Malte Schröder Fleischhauerstraße 14 23552 Lübeck redaktion@bruno-online.de **Auflage:**

ca. 100 Exemplare

2

Erscheinungsweise:

1-2 x jährlich (nach Bedarf)



Warum heißt der BRUNO eigentlich BRUNO?

Bruno Knoop war einer der OL-Pioniere in Schleswig-Holstein und hat maßgeblich an der Entwicklung des Sports bei uns mitgewirkt.

Er war weit über die Grenzen Schleswig-Holsteins bekannt und beliebt. Bruno starb für alle unerwartet am 28.12.2001.

Am 24. Dezember 2018 ist Dirk Andersson verstorben.

Der Tumor war schon viele Jahre da. Seit einem Jahr wusste Dirk von ihm. Er hat gegen den Tumor gekämpft und jetzt in der Nacht zum 24. Dezember den Kampf verloren. Dirk ist mit 50 Jahren viel zu jung gestorben.

Dirk hat vor über 30 Jahren durch seinen Bruder Hajo zum Orientierungslauf ge-



funden. Der Einstieg in den "komplexen" OL als älterer Jugendlicher ist nicht einfach. Kein Problem für Dirk. Er hat sich in den Sport gestürzt und schnell Fortschritte gemacht. Sowohl bei seinen eigenen Leistungen als auch bei der Organisation von OLs, dem Aufnehmen von OL-Karten und dem Begeistern von anderen Menschen für den OL.

Dirk hat über viele Jahre den TSV Malente und die OL-Sparte im Besonderen geprägt. Er war ein Aktivposten. Aber noch mehr hat er uns als Mensch bereichert. Dirk war voller Lebensfreude und immer gut gelaunt. Und diese gute Laune war ansteckend und niemand konnte sich entziehen. Wenn Dirk dabei war, war die Stimmung immer gut. Kein Problem, das nicht gelöst werden konnte. Er war voller Ideen und hat diese beharrlich verfolgt. Der Malenter Nacht-OL war Dirks Idee und hat die letzten Jahre immer mehr Zulauf gefunden. Eine Karte in den Kasseedorfer Tannen hat er sich gewünscht und so war er dieses Jahr im März beim Vereinstraining auf neuer Karte dabei. Und nicht zu vergessen, auch die Liebe seines Lebens, Hilke, fand Dirk beim OL und beim TSV Malente.

Dirk wird uns fehlen. Wir werden ihn nicht vergessen.

BRUNO 1 - 2019

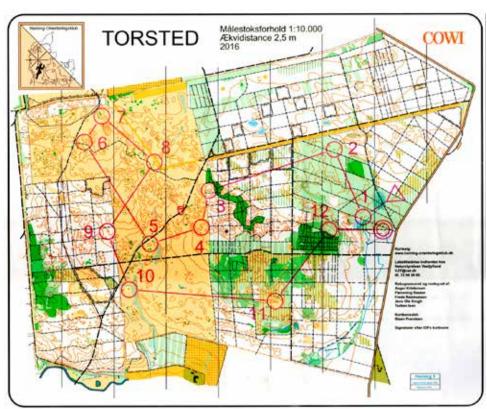
Påske-Løb hos Ulfborg 2019

Dieses Jahr fand der Påske-Løb in der Umgebung von Ulfborg statt. Ulfborg ist oberhalb von Ringkøbing in Dänemark. So wie seit vielen Jahren war für die OL'er vom PTSV aus Preetz dies ein fester Punkt im Terminkalender. Wir reisten bereits am Samstag bzw. Sonntag an. Nach einer OL-Pause von fast 30 Jahren sollte dies mein erster großer Wettkampf werden.

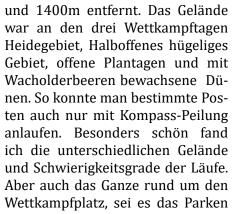
Montags waren wir zuerst bei einem Training innerhalb von Ringköbing mit weiteren deutschen Mann-



schaften. Ab Dienstag gab es dann die Möglichkeiten an offiziellen Trainingsläufen teilzunehmen. Hier merkte man dann sehr schnell, daß dänisches Hellgrün auf den Karten



doch schon relativ dunkel in der Realität sein kann. Hier konnte man sich auch schon an Umgang mit dem anderen System gewöhnen. Ab Donnerstag begannen die Wettkämpfe auf dem richtigen Gelände. Hier war ein großer Wettkampfplatz mit dem Zielbereich, den Bereichen für Vereine und die Verkaufszelte. Die Startpunkte waren zwischen 300m



die Auswertung oder einfach die Stimmung auf dem Gelände. Bei den Gesamtergebnissen lagen einiger der Preetzer unter den ersten 10. Wobei Annika Stamer sogar die Klasse D14 bei den Damen gewann!

Für mich ist jetzt schon klar: "Vi ses næste år på Rømø til Påske-Løb 2020"!

Peter Schmidt



CEYOC 2019 in Ostrava/ Tschechien

Die Anreise nach Ostrava und Stramberk zog sich erst mal richtig hin, ich glaube es waren insgesamt knapp zwanzig Stunden von Schleswig-Holstein aus. Dann am Donnerstag war das erste Training, ein Sprinttraining, in Stramberk. Am nächsten Tag war das zweite Training auch noch mal dort und dann ging es weiter nach Ostrava, wo die CEYOC eigentlich stattfand.

Am Nachmittag war dann der Sprint, bei dem Deutschland den zweiten (Anselm Reichenbach mit nur einer Sekunde Rückstand) und dritten (Konstantin Kunckel) Platz in der H-16 belegte. Samstag fand dann die Langdistanz statt. Viel zu viele Höhenmeter für jemanden der die flachen Gebiete Schleswig-Hol-

steins gewohnt ist. Habe am Anfang direkt schon drei Minuten verloren und auch der Rest lief nicht perfekt. Am nächsten Tag dann bei der Staffel hat man die Beine richtig gemerkt und ich hatte auch da keinen so starken Lauf. Bin mit Theo Hennseler und Anton Knoll in der zweiten deutschen H-16 Staffel gelaufen. Die 1 .deutsche Staffel in der H-16 mit Marek Pompe, Anselm Reichenbach, Konstantin Kunckel erlief einen 2. Platz. Auch in der H-18 gab es einen dritten Platz mit für die erste deutsche Staffel (Lukas Becker, Lucas Imbsweiler, Martin Scheuermann). In der Gesamtwertung war Deutschland nach diesem Wochenende knapp hinter Polen auf Platz vier.

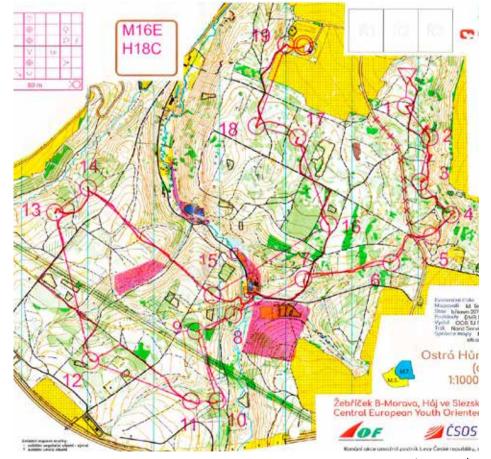


Direkt nach der Siegerehrung ging es dann wieder nach Deutschland. Mir hat die CEYOC auf jeden Fall Spaß gemacht, auch wenn meine Leistung nicht ganz zufriedenstellend war. Trotzdem war es mein erstes mal, dass ich für Deutschland gelaufen bin und das ist doch ein tolles Erlebnis.



Sprintgelände

Kristaps Grahl



Langstrecke

BRUNO 1 - 2019 BRUNO 1 - 2019

Sprint

JLVK 2019

Der JLVK in Nittenau bei Regensburg oder auch "Rock und Rocks" oder aber auch eine Odyssee für den ein oder anderen.

Zur Hin- und Rückfahrt lässt sich nicht so viel schreiben: 8 Stunden hin, 8 Stunden zurück im Auto... da verschwimmen die Erlebnisse (Staus, Raststätten, etc.) schon mal. Nachdem wir allerdings dann doch irgendwann mit unserem voll beladen Auto angekommen waren, konnten wir direkt unsere Unterkunft beziehen. Und obwohl wir die kleinste Gruppe waren, hatten wir einen ganzen Raum für uns, was wir zu dem Zeitpunkt sehr begrüßt haben. Am Samstag ging es dann gleich für alle von uns früh mit einer

kurzen Autofahrt und einem langen Marsch zum Wettkampfzentrum los. Einige mussten sich bereits für die Läufe fertig machen, andere hingegen hatten Wichtigeres im Sinn. Die die Tradition des Flaggen klauens und die Verteidigung dieser. Als die ersten Läufer allerdings ins Ziel kamen, war alles andere nebensächlich. Bei den Einzelläufen konnte Konrad in H16 den dritten und Annika in D14 den vierten Platz erkämpfen. Kristaps konnte auch einen ehrwürdigen neunten Platz erreichen, aber der Kapfgeist von Rasmus hat alle übertroffen. Kein nach ihm gestarteter Läufer von uns hatten ihn nicht im Wald gesehen und immer war er auf dem Weg zum nächsten Posten. Auf die Frage wie



es lief, antwortete er nur ganz bescheiden, dass er unterwegs sei. Seine Odyssee fand nach mehr als 4 Stunden ein Ende. Auch seine seine gelaufene Strecke enorm. Nach dem Auswerten der Laufuhr kam er knapp auf ein Halbmarathon. Der Tag wurde abgeschlossen mit Choreografien von den Bundesländern Niedersachsen und einige anderen und natürlich der Siegerehrung. Am Sonntag

waren der Staffellauf an der Reihe bei denen wir in der H-16 mit Kristaps, Lennart und Konrad den zweiten Platz noch vor den Sachsen erringen konnten. Beachtlich ist aber auch die H-14 Staffel die abgesehen von Gregor mit Liena und

Annika mehrheitlich mit Mädchen belegt war und dennoch den siebten Platz von den wohlgemerkt 16 anderen Teams erreichen konnte. Das Ziel, das starke Ergebnis vom Vorjahr zu toppen, wurde zum Teil erreicht. Wir konnten 143 Punkte



erlaufen, welche aber nur für den Rang 13 in der Länderwertung gereicht haben (2018: 118 Punkte, Rang 11).

Die Karten der beiden Läufe hatten es zumindest für uns Flachlandtiroler in sich, es gab auf den Strecken bis zu 500 Höhenmeter und nicht umsonst hieß die Karte "Rock on the Rocks". Wo bei uns im Norden wenige kleine Steine kartiert sind, gab es hier nur die großen und Felsen gefühlt ausnahmslos überall, welches die Orientierung sehr erschwert hat. Damit ging ein Lustiges OL-Wochenende vorbei, und wir freuen uns schon alle aufs nächste Mal.

Lukas Fonk (Betreuer)

Staffel

- 7. Gregor, Liena, Annika (H14)
- 2. Kristaps, Lennart, Konrad (H16)

Einzellauf

- 4. Annika Stamer (D14)
- 28. Liena Grahl (D14)
- 12. Gregor Grahl (H12)
- 3. Konrad Stamer (H16)
- 9. Kristaps Grahl (H16)
- 20. Lennart Kopp (H18)
- 24. Ludwig Atzler (H18)
- 35. Rasmus Koch (H20)

45. Grenzturnier am 30. Mai 2019

Die 45. Auflage des traditionellen Grenzturniers, einem Freundschaftsländerkampf zwischen Orientierungslaufvereinen aus dem Süden Dänemarks (dänischer Südkreis) und dem Norden Deutschlands (Schleswig-Holstein + Metropolregion Hamburg), fand wie immer an Himmelfahrt statt. Die diesjährige Auflage am 30. Mai im Søgård Skov.

Das Wetter war grau und nieselig. Dafür um so herzlicher die Gastfreundschaft der dänischen Ausrichter mit einem schönen Wettkampf, tollem Kuchen und einer netten Siegerehrung. Wenig freund-

BRUNO 1 - 2019

schaftlich und wenig überraschend die Länderkampfwertung, welche das dänische Team mit deutlichem Vorsprung gewann. Viele norddeutsche OLer sind an diesem Wochenende zur DHM, LRL Niedersachsen bzw. dem 24-Stunden-OL unterwegs und fehlten dem Team für ein besseres Abschneiden. Das "Rumpfteam" überzeugte mit immerhin sechs Kategoriensiegen:

Annika Stamer (D13-16) Ieva Grahl (D19-34) Kristaps Grahl (H13-16) Konrad Stamer (H17-20) Jörg Höfer (H55-64) Horst Mevius (H85)

Jörg Höfer



Ein Teil des norddeutschen Teams. Mit den gewonnenen Regenschirmen ... wie passend zum Wetter

BRUNO 1 - 2019

11

EYOC 2019 in Grodno (Weißrussland)

Anreise (Montag 24.6.19 und Dienstag 25.6.19):

11

Am Montag hat sich zuerst das gesamte Team in Berlin getroffen. Für mich und die anderen bedeutete das: Erst mal irgendwie dort hin zu kommen. In Berlin haben wir dann übernachtet und uns am nächsten Morgen gegen 6:30 Uhr auf den Weg nach Weißrussland gemacht.

In Warschau haben wir einen kurzen Zwischenstopp gemacht, um einige Nachzügler vom Flughafen abzuholen und sind dann gegen 20 Uhr an der Weißrussischen Grenze angekommen.

An der Grenze hat es zwar nochmal 2 Stunden gedauert, allerdings haben sich die Kontrollen entgegen den Erwartungen in Grenzen gehalten, wodurch wir unsere Unterkunft in Grodno im gegen 23 Uhr erreichten.

Erste Trainings und EYOC (Mittwoch 26.6.19 bis Sonntag 30.6.19):

Am nächsten Morgen wurden wir von zwei Helfern abgeholt und zum Frühstück gebracht. Dort erwartete uns ein recht karges Frühstück bestehend aus einer Scheibe Brot, Haferschleim und Rührei aus Eipulver. Rückblickend konnten wir allerdings sehr froh über dieses Frühstück sein, denn das Essen es wurde die nächsten Tage nicht mehr besser.

Nach dem Frühstück ging es dann



los in den Dschungel von Grodno zum ersten Training.

An dem Tag war es extrem schwül und heiß, somit war der Wald nicht nur voll von Dickicht sondern auch von Fliegen und Mücken. Weshalb wir froh waren, dass es am Abend stark gewitterte und als wir am nächsten Tag beim Modelevent nochmal in dem gleichen Wald trainierten, kam es einem auch nicht mehr so schlimm wie am Vortag vor. Dann stand am Freitag auch schon die EYOC-Langdistanz an. Ich durfte mich als einer der ersten in das Grün stürzen, was nicht gerade ein Vorteil war, da es später natürlich Spuren hindurch gab. Dennoch ging es eigentlich die ersten beiden Posten schon ganz gut los, allerdings machte ich schon am dritten Posten einen großen Fehler und später am achten und zwölften nochmal. welche. Weshalb letztendlich mein vor der Saison gestecktes Ziel unter der Top-20 zu landen, nicht zu erreichen war, obwohl dies eigentlich machbar gewesen wäre.

Das das geht, zeigte Konstantin Kunkel an diesem Tag, mit einem grandiosen 5. Platz.

Als zweitbester Deutscher über die Langdistanz durfte ich am nächsten Tag die H-16 Staffel laufen. Leider lief es auch hier nicht wie erhofft. Als Startläufer habe ich die Tram bei einem Fehler am Gabelposten verloren und danach direkt noch einen Fehler drauf gesetzt, weshalb ich mit 10 min Rückstand wechselte. Meine beiden Staffel-Kollegen. Anton Knoll und Konstantin Kunkel, holten noch einen 6. Platz raus, was natürlich ein großer Erfolg ist, welcher aber ein bisschen geschmälert wurde, da es auch ohne Probleme ein 4. Platz hätte sein können. Dennoch können wir auf unsere Leistung stolz sein.

Am nächsten Tag gab es dann den Abschluss in Grodno mit dem Sprint durch die Innenstadt. Hier ging es für mich nur noch um einen versöhnlichen Abschluss, da ich in der H-18 startete.

Konstantin, welcher schon die bei-



den vorhergehenden Wettkämpfe grandios lief, machte diesmal einen perfekten Lauf und belohnte sich zum Abschluss mit dem Sieg bei den Jugend-Europameisterschaften im Sprint-OL.

Rückreise (Sonntag 30.6.19 und Montag 1.7.19):

Mit dieser Euphorie in der Mannschaft gings dann genauso zurück nach Deutschland wie wir hingefahren sind.

Und eine sehr erfolgreiche EYOC, zumindest für die H-16 Kategorie, ging zu Ende. Mal sehen wie es



nächstes Jahr aussieht, vielleicht fahren ja nächstes Mal zwei Schleswig-Holsteiner mit;).

Konrad Stamer



Auf allen Vieren durch Norwegen OL mal anders

In diesem Sommer 2019 waren wir in Lillehammer nochmal wieder im Olympia-Park, in Erinnerung an unseren OL 1997 – damals im Rahmen des Norsk-O-Festivalen.

Eine Etappe war um die Skischanze herum gelegt. Start war oben in den Bergen, Zieleinlauf direkt unterm ehemaligen Olympia-Feuer!

Die Fahrt mit dem Skilift war für OLer frei, aber es herrschte zuviel Andrang. Um rechtzeitig zum Start zu kommen, mußte man die Treppe neben der Sprungschanze nehmen. In langen Ketten, wie einst die Goldsucher am Chilkot-Pass, stapften die OLer die 936 Stufen nach oben. Das war schon mal ein gutes Training. Das Gelände typisch Norge: Blocksteinfelder – tiefe Schluchten – dazu

Werner wundert sich noch heute, nicht nur alle Punkte, sondern da überhaupt wieder herausgefunden zu haben. Marita übrigens in ganz passabler Zeit. Wir berichteten im Bruno Nr. 2/1997 darüber.

noch jede Menge Loipen.

Jetzt, im Sommer 2019, stiegen wir diese knapp 1000 Stufen noch einmal hoch, um mit der OL-Karte von damals das Gelände zu erkunden.

Dieses know-how aus alter Zeit brachte Marita auf die Idee, einen "OL in Zeitlupe und auf allen Vieren" zu versuchen: Auf zwei Beinen plus zwei Trekkingstöcken plus ca 13 kg



Gepäck auf dem Rücken – in Norwegen auf dem Olavs-Pilgerweg von Oslo nach Trondheim. Rund 640 km in Etappen von 18-25 km, auch mal bis 33km! Übernachtet wurde in Pilgerherbergen, auch mal auf der Iso-Matte im Stabbur.

Auch in der Wildnis geht heute nichts mehr ohne Internet – zum Anmelden in der nächsten Herberge, oder für den Code zum Freischalten eines Zugangs zu einer Hütte für Selbstversorger u.a.m.

Den Pilgerweg, wie er von 1030 bis zur Reformation genutzt wurde, gibt es so nicht mehr. Dort, wo die

Pilger einst am Ufer des Mjösa-Sees und am Lagen-Fluss im Gudbrandstal entlang zogen, verläuft heute die E6 und die Eisenbahn, sowie jede Menge Bebauung. Nur die ca 100 km über das Dovrefjell verlaufen noch z.T. auf dem alten Kongsleden. Der Olavsweg ist also neu in die Berge verlegt und nicht immer leicht zu finden. Iede Kommune kann den Pilgerweg selbst gestalten und kennzeichnen. So kommen zu den offiziellen Wegweisern mit dem Pilger-Kreuz noch etliche andere dazu. Teilweise waren die Hinweiszeichen nicht leicht zu entdecken, auch mal in weiteren Abständen aufgestellt, so dass Fehler in der Routenwahl



Olavspilgerwegweiser mit OL-Schirm

fast schon vorprogrammiert waren. Da waren OL-Kenntnisse sehr hilfreich – und an einem der Hinweispfähle hing sogar ein OL-Schirm! Natürlich geht sowas nicht ohne Blasen und andere Blessuren ab. Da musste auch mal ein Doc helfen.

In Lillehammer war Schuhwechsel. Die von heimischen "Experten" empfohlenen Trekkingschuhe erwiesen sich in dem – streckenweise sehr – schwierigen Gelände als unbrauchbar. In einem Fachgeschäft für Wanderschuhe wurden neue Schuhe angepasst. von dem holländischen Inhaber, der sich als kompetent erwies. Diese Schuhe taten bis zum Schluss ohne Probleme ihren Dienst.

Auf der vorletzten Etappe war im Pilgerführer eine Fähre über einen Fjordarm vermerkt, die sich als kleines Ruderboot entpuppte. "Fährmann hol über!"

Man rief John Wanvyk an, der auf seinem Hof auch eine Pilgerherberge eingerichtet hatte. Eine halbe Stunde später war er zur Stelle und ruderte mit kräftigen Zügen gegen die starke Strömung sicher ans andere Ufer.

Die letzte Etappe nach Trondheim erwies sich noch mal als besonders haarig: viele Höhenmeter und z.T. irreführende Ausschilderung, so dass am Ende deutlich mehr als die vorgegebenen 25km herauskamen. Doch zum ersten Mal der Blick auf den Nidaros-Dom!

Welch erhebendes Gefühl für einen

OLer, wenn er/sie nach dreißig Tagen endlich ans Ziel kommt und am "letzten Posten" im Pilgercenter den letzten Stempel in den Pilgerpass bekommt!

Nach offiziell 643 km und bummeligen 20.000 Höhenmetern. Siegerpreise gibt es zwar nicht, aber eine Urkunde, den Pilgerbrief.

Auch eine Rangliste gibt es nicht – zum einen ist es kein Wettbewerb, zum anderen geht nicht jeder den gesamten Weg in einem Zug, sondern teilt sich z.B. die Strecke auf, geht nur eine Teilstrecke, oder geht einen der anderen Pilgerwege, die am Nidaros-Dom enden. Es gibt auch geführte Wanderungen, mit Gepäcktransport.

Damit könnte die Geschichte zu Ende sein, aber nein: Marita hatte noch eine Verabredung oben im Norden, Höhe Tromsö, bei den Sami, wo sie zum 3. Mal in Folge als "Frivillige" (Helferin) bei einem internationalen indigenen Festival arbeitet.

Danach aber – es ist Mitte Juli – macht sich Marita mit Bus und Bahn auf den Rückweg nach Süden. Umgekehrt macht Werner sich mit Hund und Wohnwagen auf den Weg nach Norden.

Treffpunkt war Dombas, am Dovrefjell gelegen. Von dort aus unternahmen wir kleine 10km-Wanderungen ins Fjell, sozusagen als Schnupper-Pilgern für Werner. Und auch eine Wanderung zum neu angelegten "Udsiktspunkt" im Snöhetta-Nati-



Marita (links) am Ziel in Trondheim

onalpark – der mit den Moschus-Ochsen.

Eindringliche arnung, sich den Tieren nie mehr als 200m zu nähern. Ein schneller Mensch läuft 10,1sec/100m. Ein Moschus-Ochse 6,0sec/100m!!

Gab es auf Maritas Wanderung auf fast der gesamten Wanderstrecke kühle Temperaturen um 8-12 Grad mit überwiegend Regen, so gerieten wir bei der Heimfahrt Ende Juli ausgerechnet in die heißesten Tage des Jahres.

Maritas Fazit der Pilgerwanderung: "You have to be strong to do this trail - you have to be tough not to fail"

Werner und Marita Bahr

Trainingslager Schweden

Während der Sommerferien war die PTSV Jugend zusammen mit einigen jugendlichen OLern aus Niedersachsen in der Nähe von Borås (Schweden) in einem Trainingslager.

Zuerst nahmen wir an der Jugend 10Mila teil, einem Staffelwettbewerb mit zehn Strecken. Nullstart war um 3 Uhr morgens, weshalb die ersten Läufer schon gegen 1 Uhr aufgestanden sind. Ich hingegen hatte das Glück die neunte Strecke zu laufen, daher musste ich erst um 5 aufstehen. Am Ende kam das "North German Youth Team" (wir) auf den 38. Platz.

Konrad lief bei einer Staffel von Järfälla mit und erreichte mit ihr den 5. Platz, wie auch schon im letzten Jahr.



Pia und Annika Danach hatten wir noch ca. eine Woche Training in schwedischem Gelände, mit teilweise sehr veralteten



Maren und Liena

Karten. Aber man hat viel darüber gelernt, wie in Schweden die Felsen und die Höhen auf der Karte dargestellt werden. Vor allem deren Definitionen von Steinen die in die Karte aufgenommen werden, unterscheidet sich sehr zu denen in Schleswig-Holstein, was aber eigentlich auch zu erwarten war.

Anschließend nahmen wir noch an den Götalandsmästerskapen teil, die so eine Art JLVK von Südschweden sind. Da gab es einen Sprint, eine Langdistanz und eine Staffel.

Die Top Ten Platzierungen waren: Sprint: 4. Pia Buchholz D20, 7. Anna Marcao D15, 4. Kristaps Grahl H15, 4. Annika Stamer D13,

Langdistanz: 7. Pia Buchholz D20, 5. Annika Stamer D13,



Wechsel Annika und Kristaps

Bei der Staffel gab es eine Juniorenund eine Jugendstaffel. Diese wurden 8. und 56.

Es war auf jeden Fall ein sehr gutes Trainingslager und ich kann jedem jugendlichen OLer in Schleswig-Holstein empfehlen auch mal mitzufahren.

Kristaps Grahl



Aktionstag für Frauen

Andrea Wolansky, Integrationslotsin vom KSV Herzogtum-Lauenburg, organisierte eine Veranstaltung nur für Frauen, die es schwer haben, in unserem Land Fuß zu fassen, und die sich nicht trauen, in aller Öffentlichkeit sportlich aktiv zu sein. Ziel war es, Selbstvertrauen zu fassen. Leute kennenzulernen und eventuell einen Sport für sich zu entdecken. Vertreten waren die Vereine TSV Nusse und TSV Wentorf-Sandesneben mit den Sportarten Orientierungslauf, Klettern, Turnen, Spin Off, Step Aerobic, Tischtennis! Etwa 20 Aktive lernten unter Anderem den Orientierungslauf kennen, der auch bei den Veranstaltern noch recht unbekannt war. Mir hat diese Veranstaltung sehr viel Spaß gebracht, wobei das Sprachverständnis bei einigen kaum vorhanden war, aber bei Sport doch oft die Barrieren fallen!

Silvia Nolte



von links nach rechts: Koordinatorin für ehrenamtliche Flüchtlingshilfe beim Amt Sandesneben Frau Tanja Schwärmer-Reich, Landtagsabgeordnete der SPD in Geesthacht Frau Katrin Wagner-Bockey und Integrationslotsin Andrea Wolansky





Schnellstes Rennen an der Außenalster

Für den Prolog zum Hamburg-OL hatte der SC Klecken das flache Wiesengelände "Alstervorland" am Rande der Außenalster ausgewählt.

Neben den vielen Joggern, die täglich die Alster umrunden fanden nun auch noch rund 100 OLer aus 10 Natio-

nen den Weg in den Park.

wiegend aus Wiesenflächen mit ein-

zelnen Bäumen und Baumgruppen. Bei einem idealen Lauf konnte man Der flache Alsterpark besteht überviele Teilstrecken zwischen den

vieren.

Posten fast auf der Luftlinie absol-

Schon nach den Erfahrungen aus früheren Trainingsläufen und Wettkämpfen war zu erwarten, dass schnelle Zeiten gelaufen werden. Es wurde dann aber eines der schnellsten OL-Rennen, das jemals in Deutschland gelaufen wurde! Damit hatten auch Bahnleger Patrick Dresel und das Team vom SC Klecken nicht gerechnet.

Nach 4.2 km auf Bahn A blieben am Ende acht Läufer unter einer Kilometerschnitt von 5 Min pro km.

BRUNO 1 - 2019

BRUNO 1 - 2019

21

Die schnellsten beiden Läufer, Christian Teich, OSC Hamburg und Marvin Göricke (Deutschen Nationalteam) erreichten sogar Schnittzeiten von 3:36 bzw. 3:41 min/km. (15:15 und 15:48 min)

Auch die schnellste Frau, Anna Ludemo, schafften noch eine Zeit von 24:42 min über die 4,2 km.

Die vollständigen Ergebnisse können unter www.hamburg-ol.de eingesehen werden.

Ilwe Dresel



Foto: Lennart Goos



Foto: Uwe Dresel

Deutsche Parktour erneut zu Gast in Hamburg

Der OSC Hamburg hat für den Sprint-OL im Rahmen des diesjährigen Hamburg-OLs eine neue Karte in und um das Klinikum Ochsenzoll aufgenommen. Das Hamburger-OL-W ochenende hat in den letzten Jahren seinen festen Platz im OL-Terminkalender gefunden, so dass es bei der Punktevergabe den 1,1-fachen Faktor bei der Deutschen Parktour Wertung gab. Insgesamt haben rund 220 Teilnehmer aus dem In- und Ausland den Weg in den Hamburger Norden gefunden. Es wurde in einer Gesamtwertung über zwei Sprintläufe gelaufen. Christian Teich hat auf dem Gelände der Asklepios Klinik Ochsenzoll interessante Strecken gelegt. Leider wurden durch die Läufer diverse Sperrgebiete missachtet, so dass unerwartet viele Disqualifikationen

ausgesprochen werden mussten. Johanna Börjesson Eriksson (Malungs OK Skogsmårdarna) konnte mit einem Vorsprung von 2:55 Minuten die D19 vor Ann-Charlotte Spangenberg (TG 1860 Münden) gewinnen. In der H19 siegte Marvin Goericke (Berliner TSC) mit einem Abstand von 43 Sekunden vor Philipp Müller (Post SV Dresden).

Abgerundet wurde das Hamburger-OL-Wochenende durch einen Prolog am Freitagabend und den Niedersächsischen Meisterschaften über die Mitteldistanz am Sonntag. Beide Veranstaltungen wurden durch den SC Klecken ausgerichtet, so dass die Teilnehmer die Möglichkeit zu vier Läufen an einem Wochenende hat-

Torben Timmermann



Foto: Uwe Drese

"Klasse! Im Grünen" erhält UN-Auszeichnung und TuRa Harksheide war dabei.

Mit der Landesgartenschau in Nor- tur - Natur für alle" ausgezeichnet. derstedt 2011 fing alles an:

Die "Klasse! Im Grünen" begeistere während der Landesgartenschau so viele Kinder, dass daraus ein festes inzwischen verlässliches Bildungsprogramm für den damals noch neuen Stadtpark Norderstedt entstand.

Am 19.September 2019 wurde diese Bildungseinrichtung als "offizielles Projekt der UN-Dekade Biologische Vielfalt" im Rahmen des Sonderwettbewerbes "Soziale Na-

Die Auszeichnung wird an vorbildliche Projekte verliehen, die auf die Chancen aufmerksam machen, die die Natur und ihre biologische Vielfalt für den sozialen Zusammenhalt bieten.

Die Bildungsangebote der Klasse! Im Grünen sehen die Natur als Chance, in Gruppen durch das gemeinsame Erleben den sozialen Zusammenhalt zu stärken, als Impulsgeber für Gruppen zu dienen und dabei aber auch jedem Kind seinen



persönlichen Zugang zur Natur zu ermöglichen.

Mit dieser Auszeichnung wurde das entsprechende Engagement der "Klasse! Im Grünen" geehrt.

Diese Würdigung nahm die Nor-Oberbürgermeisterin derstedter Frau Elke Christina Roeder in einer kleinen Feierstunde im Stadtpark Norderstedt unter Anwesenheit weiterer prominenter Beteiligter vor.

So waren auch wir von TuRa Harksheide, mit unseren mehrfachen Beiträgen "Kinderleicht mit Karte und Kompass" zu der Ehrungsveranstal-



tung eingeladen und mit einigen Aktiven des Orientierungslaufes und einem VS- Mitglied vertreten.

Eberhard Stelzer



BRUNO 1 - 2019 25 **BRUNO 1 - 2019**

Octobre Rose Paris

Während unseres Herbsturlaubs in Paris gab es die Gelegenheit an einer regionalen OL-Veranstaltung im Parc de la Villette teilzunehmen.

Des ehemalige Pariser Schlachthofgelände wurde in den 1980er Jahren in ein attraktives Naherholungsgebiet umgestaltet und ist seitdem der größte Park und die zweitgrößte Grünfläche von Paris.

Auch die Pariser Philharmonie befindet sich auf dem Gelände. Viele futuristisch gestaltete

Gebäude und Gestaltungselemente machen das Gelände auch für Oler interessant, da man oft ganz genau hinschauen musste, über welche Ebene man die Posten anlaufen kann.

Außerdem wurde eine interessante Score-OL Variante angeboten. Es gab 30 Posten, die innerhalb von 45 Min. angelaufen werden konnten. Für jeden erlaufenen Posten gab es



10 Punkte. Außerdem waren auf der Karte 8 Postenpaare angegeben, für die man jeweils 40 Bonuspunkte bekommen konnte. Dafür musste man diese Postenverbindungen direkt laufen, ohne auf dem Weg dazwischen andere Posten mitzunehmen. Das führte dazu, dass nicht derjenige gewann, der die meisten Posten hatte, sondern der mit den meisten Bonuspunkten.

Ich entschied mich für alle Posten und wenige Bonusverbindungen und landete damit im Mittelfeld. Konrad machte es cleverer und holte 7 der 8 Postenpaare. Damit gewann er den Lauf mit 460 Punkten. Bei mir waren es am Ende nach Abzug der Zeitstrafe 310 Punkte.

Christian Stamer

Bilderrätsel: Welchen Posten zeigt das Foto links? Auflösung auf Seite 31

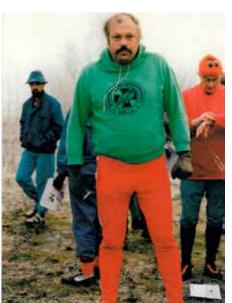


Nikolaus-OL 1998

24 Tage nach dem Mauerfall vom 9. November 1989

Die Wettkampfsaison 1989 war eine besondere und lange Saison für die OLer in Schleswig-Holstein. Der TSV Malente richtete bereits Ende März den Oster-3-Tage-Lauf mit mehr als 1.300 Startern aus. Der nationale Saisonhöhepunkt – die deutschen Einzelmeisterschaften (heute "DM Lang") – wurde Anfang Oktober von der Lübecker Turnerschaft ausgerichtet. Und dann fiel am 9. November 1989 die Mauer ...

... wie von Horst Mevius sehr treffend beschrieben, zeigten die Orientierungsläufer im Spätherbst noch einmal, dass sie schnell schalten und entscheiden können. Kaum war Mitte November die Nachricht der Freigabe des deutsch-deutschen Sport-





verkehrs im Äther verklungen, da mühten sich die Verantwortlichen der LT und des VfL Bad Schwartau bereits um Kontakte mit Läufern aus der DDR. Es klappte. So kam es am ersten Advent 1989 südlich des Dieksees beim traditionellen Nikolauslauf des TSV Malente zum ersten holsteinischen Zwei-Deutschland-Lauf.

Jörg Höfer Idee für den Artikel und Bilder: Werner Bahr



1/90

TURNEN in Schleswig-Holstein

AUS DEN FACHGEBIETEN

Deutsch-deutsches Nikolaus-Puzzle

Viele Kontakte geknüpft - Ergebnis war unwichtig

Zum Ausklang der langen Wettkampfsaison 1989, die mit dem internationalen Dreitagelauf vor Ostern und den deutschen Einzelmeisterschaften im Oktober zwei Höhepunkte im Bereich des Schleswig-Holsteinischen Turnverbandes aufwies, zeigten die Orientierungsläufer noch einmal, daß sie schnell schalten und entscheiden können.

Kaum war Mitte November die Nachricht

1 der Freigabe des deutsch-deutschen
Sportverkehrs im Äther verklungen, da mühten sich die Verantwortlichen der LT und
des VfL Bad Schwartau bereits um Kontakte
mit Läufern aus der DDR. Es klappte. Und da
die Veranstalter völlig unbürokratisch bereit
waren, auch nach Meldeschluß noch Teilnehmer anzunehmen, kam es fast nebenbei
am ersten Advent südlich des Dieksees
beim traditionellen Nikolauslauf des TSV
Malente zum ersten holsteinischen ZweiDeutschland-Lauf.

DDR Gadebusch Schwerin EAW Berlin-Treptow issenschaft Quedlinburg

Nicht nur aus Gadebusch und Schwerin im benachbarten Mecklenburg waren sie gekommen, sondern auch 21 Läufer und Läuferinnen von BSG EAW Berlin-Treptow (wir werden uns wohl an einige geheime Abkürzungen gewöhnen müssen!) und von Wissenschaft Quedlinburg folgten gerne der Einladung zu einem verlängerten Wochenende, wobei die nächtlichen Diskussionen über die politische Frage, wie es denn nun weitergehe, wichtiger waren als der sportliche Wettkampf mit seinen Vorschriften.

Die setzt der Nikolaus sowieso jedes Jahr außer Kraft und erindet seine eigenen Tücken. Diesmal hatte der Schelm aus absichtlichem Versehen zur Bezeichnung eines der Postenstandorte einen viel zu großen Kreis auf die Laufkarte gezeichnet, so daß der Chronist sich minutenlang durch abgeschlagenes Geäst und mattgefrorene Himbeerstäucher schlagen mußte, bevor er an einem Loch den Postenkorb – allerdings mit einem Schokoladenei für jeden erfolgreichen Kolumbus – endlich fand. An einem anderen Posten hatte Sankt Nick lapidar die tröstliche Nachricht hinterlassen, daß er leider vergessen habe, an welchem von drei anderen auf einem kleinen Kartenausschnilt markierten Objekten er die zum Stempeln nötige Zange aufgehängt habe. "Bergauf oder bergab, das ist hier die Frage."

Ansonsten ging es darum, an den anzulaufenden Orientierungspunkten Teile eines Puzzles aufzunehmen, wofür die Malenter eine ihrer schönen OL-Karten zerschnitten hatten. Vor der Ziellinie waren die Puzzleteile wieder zusammenzufügen, bevor die Zeit genommen wurde. Dies gelang mit zitternden Händen verschieden schnell, so daß neben dem Laufen und dem beim dichten Nebel sehr reizvollen Orientieren eine völlig neue Komponente ins Spiel kam. Manchem fehlte am Ende ein Stück zur Wiedervereinigung der zertrennten Landesteile, mancher wollte zu viel konföderieren, weil er bei einem Posten mit klammen Fingern ein Schnitzel zu viel erwischte.

So fiel denn die Ergebnisliste (hier ist ein herzliches Dankeschon an die Helfer des Nikolaus am Platze, die trotz der Kälte tapfer die Einlaufzeiten notierten) durchaus unkonventionell aus. Auf der 4,5 km langen "kurzen" Strecke zeigte Ruth Mevius (LT) mit knappem Vorsprung den Schwartauem Wolfram Köster, Jens Krause und Andreas Sprank die Hacken, bei Laufzeiten um 45 Minuten; auf der einen Kilometer längeren Strecke war zwar Doppeljugendmeister Chris Eggert (LT) nicht zu schlagen, aber dahinter kam schon der Berliner Olaf Schwenk vor dem Schwartauer Per Köster und Christian Wendler aus Quedlinburg. Lang war die Liste der Teilnehmer mit Fehl-

Doch diese Ergebnisse waren unwichtig. Der Chronist hatte vielmehr beim anschliebenden Plausch bei Tee und Kuchen den Eindruck, daß fast jeder gewonnen hatte aus dem simplen Grunde, weil es einfach Spaß gemacht hatte.

Und weil viele Kontakte aufgenommen wurden, so daß die Welt für die Orientierungsläufer aus dem Lübecker Raum hinfort nicht mehr am Landgraben zu Ende sein dürfte.

Allerdings muß kritisch bemerkt werden, daß der Chronist den sagenumwobenen OL-Nikolaus trotz großer Aufmerksamkeit wieder nicht zu Gesicht bekommen hat. Wahrscheinlich hat er ihn gerade in dem Momentverpaßt, als er nach einer unfreiwilligen Rolle über einen heimtückisch versteckten Spanndraht kurzfristig mit der Nase nach unten im rauhreifigen Grase lag und mit momentanen unheiligen Gedanken zu kämpten hatte.

Also auf – zum nächsten Nikolaus-OL des TSV Malente am 2. Dezember 1990!

Meviue



fassenstart zum Nikolaus-Orientierungslauf 19

Foto: W. Bal

BRUNO 1 - 2019

BRUNO 1 - 2019

SHTV Ehrennadel für Rudolf Taurit und Hans-Joachim Andersson

In Würdigung ihrer großen Verdienste um das Deutsche Turnen wurden Rudolf Taurit und Hans-Joachim Andersson die Verdienstnadel des SHTV verliehen. Landesfachwart Oliver Seifert nahm die Ehrung im Rahmen des Siegerehrung des Orientierungslaufes in Salem vor.

Rudolf Taurit, LBV Phönix Lübeck

Rudolf Taurit hat sich über 40 Jahre für den Orientierungslauf im SHTV engagiert. Seit Ende der 70er Jahre richtet Rudolf Taurit im Mai jeden Jahres einen Orientierungslauf mit Teilnehmern aus Schleswig-Holstein, Hamburg und Dänemark aus.

Bei diesen Wettkämpfen ist Rudolf Taurit für fast alle Aspekte der Organisation verantwortlich: die Kartierung der Orientierungslaufkarte, Bahnlegung, Posten aufhängen, Meldungen, etc. Die Veranstaltung hat über die Jahre einen besonderen Charme entwickelt und ist daher entsprechend gut besucht. Die Läufe von Rudolf Taurit sind ein fester Bestandteil des jährlichen OL-Kalenders in Schleswig-Holstein. Noch heute mit über 80 Jahren richtet Rudolf Taurit die Veranstaltung weiter aus und alle schleswig-holsteinischen OLer freuen sich bereits auf die nächste Auflage des jährlichen OLs.





Hans-Joachim Andersson, TSV Malente

Hans-Joachim Andersson hat sich über 40 Jahre für den Orientierungslauf im SHTV engagiert. Mitte der 70er Jahre hat er mit dem Orientierungslauf im TSV Malente begonnen und ist dort noch heute Spartenleiter. Bereits 1978 hat seine erste Orientierungslauf-Karte nach IOF-Norm erstellt, welche damals eine der ersten modernen Orientierungslaufkarten in Schleswig-Holstein war. 1989 war er Mitorganisator der bis heute größten Orientierungslaufveranstaltung in Schleswig-Holstein, dem Holsteiner 3-Tage-OL über Ostern mit mehr als 1.300 Teilnehmern aus ganz

Deutschland und auch dem benachbarten Ausland. Seit mehr als 15 Jahren ist er Spartenleiter im TSV Malente, einem der aktivsten Vereine in Schleswig-Holstein. Jedes Jahr richtet der TSV Malente meist drei Wettkämpfe aus, welche sehr gerne von OLern aus Schleswig-Holstein und der Metropolregion Hamburg besucht werden. Neben seinem Engagement als Organisator und Spartenleiter war Hans-Joachim Andersson über viele Jahre als Sportler äußerst erfolgreich, u.a. Deutscher Meister in Staffel und Mannschaft. und vielfacher Deutscher Meister im Einzel in den Seniorenklassen.

Auflösung: 41

Jugendmeisterehrung Schleswig-Holstein 2019

Es ist gute Tradition, die besten Sportler am Ende des Jahres zu ehren. Das Land Schleswig-Holstein ehrte gemeinsam mit LSV und Sportjugend auf der Jugendmeisterehrung 2019 Deutsche Meister und Platzierte bei Olympia/ WM/ EM.

Drei Orientierungsläufer des Preetzer TSV waren diesmal eingeladen: Anton Silier als Deutscher Meister im Sprint-OL (H-18) sowie Annika Stamer und Paula Silier als Deutsche Meister im Staffel-OL (D-14). Annika wurde die Urkunde von Innenminister Hans-Joachim Grote mit Unterstützung des LSV-Präsidenten, dem Vorsitzenden der Sportjugend und einer Vertreterin der Sparkasse



Foto: Christian Stamer

überreicht. Anton und Paula konnten leider nicht teilnehmen.

Jörg Höfer

DM Mittel Silber und Bronze nach Schles-

wig-Holstein

Ein buntes und gut vorbereitetes Team aus S-H war bei den Deutschen Meisterschaften über die Mitteldistanz im Spreewald am Start. Von DH10 bis DH85 war alles dabei. Wer gedacht hatte, im Spreewald ist es flach, wurde getäuscht. Das Gelände war ein kniffliger Hang mit einem Höhenunterschied von 60 Metern. Angeführt von den H16 Läufern Konrad und Kristaps wurden echt starke Leistungen gezeigt.



In H16 gewann Konrad Stamer die Silbermedaille über die Mitteldistanz und Horst Mevius die Bronzemedaille in H85. Weitere Top 10 Platzierungen für 4. D35 Ieva Grahl, 5. H16 Kristaps Grahl, 6. D50 Silvia Nolte, 6. H45 Christian Stamer, 8. H55 Jörg Höfer.

Beim BRL am Sonntag wurden die Leistungen teilweise noch übertroffen und Konrad gewann die H16 und Kristaps wurde Dritter. Weitere Top10 Platzierungen für 3. D35 Ieva Grahl, 3. H85 Horst Mevius, 5. H55 Jörg Höfer, 8. D14 Annika Stamer, 9. H55 Christian Nolte.

Jörg Höfer

Landesmeisterschaften 2019

Bei herrlichen Frühsommerwetter starteten rund 60 Orientierungsläufer, darunter 8 Teilnehmer aus Dänemark, bei den vom TSV Nusse ausgerichteten Landesmeisterschaften im Nehmtener Forst am Plöner See. Das anspruchsvolle endmoränen Gelände mit tiefen Senken und kurzen steilen Anstiegen forderte von den Wettkämpfern volle Konzentration, um auf den herausfordernden Bahnen zwischen 2,2km (H 12) und 10,1km (H19) keine Orientierungsfehler zu machen.

Ein besonderes "Hightlight" hatten sich unsere dänischen OL-Freunde vom Verein FSK Orientering einfallen lassen, als sie zum Dank für ihre Teilnahme 2 leckere Kuchen für alle Läufer mitgebracht hatten. Ein besondere Dank geht dabei an Hanne Fogh und Kim Folander. Wir freuen uns auf ein baldiges Wiedersehen.

Ein weiterer Dank geht an dieser Stelle an Herrn Christoph Freiherr von Fürstenberg und Plessen, der als Besitzer des Waldes uns wieder einmal die Erlaubnis zur Ausrichtung der Landesmeisterschaften in dem wundervollen Wald gegeben hatte.

Christian Nolte



Einladung und Ausschreibung zum



Hamburger Silvester-OL

am Dienstag, den 31. Dezember 2019

Ausrichter: SC Klecken e.V.

Ort: Alsterpark (Hamburg-Harvestehude /-Rotherbaum)

Karte: OL-Karte "Alstervorland", Maßstab 1:5000,

nach Sprint-Norm (ISSOM), Äquidistanz 2 m, Stand 7/2019

Gelände

Der Silvester-OL 2019 findet im Alsterpark direkt an der Außenalster statt. Der Park im Alstervorland besteht überwiegend aus Wiesenflächen mit einzelnen Bäumen oder Baumgruppen. Es gibt viele Wege und eine große Anzahl von Objekten, wie einzelnen Bäumen, Denkmälern oder Trimmgeräten. Das Gelände ist weitgehend flach. Die Wiesenflächen können nach längerem Regen an einigen Stellen feucht sein. Bei einigen Bahnen werden auch Asphalt- und Schotterwege entlang von Straßen belaufen.

Der Alsterpark ist eine der beliebtesten Sportflächen in Hamburg. Bei schönem Wetter sind hier viele Läufer und Walker, Spaziergängen und Hundehalter unterwegs. Wir empfehlen Laufschuhe mit Profil oder OL-Schuhe ohne Dobb-Spikes.

Weitere Informationen zum Alsterpark:

https://www.hamburg.de/parkanlagen/3233664/aussenalster3/ https://www.hamburg.de/spaziergaenge/2486322/spaziergang-aussenalster/

Bahnlegung: Uwe Dresel Bahnkontrolle: Barbara Dresel

Der Trainings-Wettkampf ist der erste Lauf der **Winterlaufserie Nord 2019/2020.** Weitere Informationen unter www.sc-klecken.de/ol.

Organisation

Es gibt vier verschiedene Bahnen. Jeder Läufer kann auf beliebig vielen Bahnen starten. Wer alle Bahnen abläuft, kommt auf ca. 10,5 km (Luftlinie) Gesamtlänge. Die Postenkontrolle mit dem elektronischen Zeitmess-System **SPORTIdent** Leihchips können bei Hinterlegungen eines Pfands ausgeliehen werden.

Die Organisation entspricht einem Trainingslauf.

Es erfolgt eine Wertung auf jeder Bahn sowie für die Läufer, die alle vier Bahnen erfolgreich absolviert haben.

Bahn A ca. 2,0 km sehr leichte Orientierung (Niveau D/H10)

Bahn B ca. 2,5 km mittelschwierig (Niveau D/H12 bis 14)

Bahn C ca. 2,8 km schwierige Orientierung (Schwerpunkt viele Posten)

Bahn D ca. 3,5 km schwierige Orientierung (Schwerpunkt Routenwahl)

Startzeiten: Die Startzeiten sind ist frei wählbar. Es erfolgt eine Zeitnahme.

Startmöglichkeiten von 11.00 bis 12.30 Uhr. Zielschluss 13.30 Uhr

Treffpunkt

Parkplatz "Fährdamm", Harvestehuder Weg,

GPS-Koordinaten: 53° 34' 24.305" N 10° 0' 3.431" E

Anfahrt

Es gibt nur eine begrenzte Zahl von Parkplätzen mit Parkgebühren.

Wir empfehlen die Anreise mit öffentlichen Verkehrmitteln: U 1 bis "Hallerstraße"

(800 m zu Fuß) oder Bus 109 bis "Alsterchaussee" (500 m). Weitere Informationen und Fahrpläne: www.hvv.de

Kostenbeitrag: Für die erste Bahn 4,00 Euro, für jede weitere Bahn 1,50 Euro bzw.

1,00 (bis 18 J.) Euro.

Darin sind Tee, Punsch und ein Berliner Ballen enthalten!

Anmeldung: bis Freitag, 27. Dezember 2019, an Barbara Dresel,

E-Mail: OL-Anmeldung@sc-klecken.de

Nachmeldungen sind nur möglich, soweit Karten vorhanden sind.

linweise

Bitte vor der Veranstaltung die Internetseite des SC Klecken beachten: http://www.sc-klecken.de/ol

Eine Absage ist bei widrigen Wetterverhältnissen möglich.

Mit der Anmeldung erklärt sich jeder Teilnehmer mit der Veröffentlichung seiner Meldedaten, Ergebnisse und eventueller Fotos in den Medien, in den Start- und Ergebnislisten, sowie im Internet einverstanden.



Einladung zum 1. gemeinsamen Orientierungslauf-Wintertraining 2020

Wann?

Sonntag, den 19. Januar 2020

gemeinsamer Start um 10 Uhr

Wo?

nahe dem Yachtclub Kattegat auf der Herreninsel in Lübeck-Siems

Anfahrt? Anfahrt auf der Autobahn: auf der A 1 und der A 226, die in Lübeck-Siems in die B 75 übergeht. Auf dieser weiter in Richtung Lübeck einfach durch den Herrentunnel fahren. Kurz hinter dessen Ende den Hinweisschildern

"Am Stau - Herreninsel" bis zum Treffpunkt folgen.

Zur Rückfahrt den Hinweisschildern "Travemünde" folgen. An der Schranke zur Einfahrt in den Tunnel 3,80 € passend in den Korb werfen (je 1,90 € für die Hin- und für die Rückfahrt). Die Schranke öffnet sich dann von selbst.

Anfahrt aus Lübeck; auf der Travemünder Allee (B 75). An der Mautstation vor dem Herrentunnel die rechte Spur "Alle Kfz - Kasse" benutzen und als Fahrtziel die Herreninsel angeben. Kurz hinter der Schranke nach rechts abbiegen zur "Herreninsel – Am Stau." Vor einer weiteren Schranke ein Inselticket ziehen und aut aufbewahren. Es berechtigt zur kostenlosen Ausfahrt nach Lübeck.

Wettkampfsart? Scorelauf, für den 60 Minuten zur Verfügung stehen.

Die Posten bringen 2, 3, 4 oder mehr Punkte ein. Bei Zeitüberschreitung

werden 2 Punkte pro angefangene Minute abgezogen.

Gelände:

Fast ebene Vorstadtgebiete, kleinere Waldflächen, Flußufer.

Karte:

Fünffarbige LT-Trainingskarte, Maßstab 1:10 000 von 2010, korrigiert und erweitert Nov. 2015, mit eingedrucktem Postennetz und Postenbeschreibungen in Kartenhülle. Gestempelt wird in eigens vorbereitete Kontrollkarten. Im Bereich der Herrentunnel-Aushubshalden entspricht diese Trainingskarte nicht der IOF-Norm.

Unbedingt die Signatur für unpassierbaren Sumpf beachten!

Kosten?

Die Teilnahme ist kostenlos für Vereine, die am gemeinsamen Winter-

Training der schleswig-holsteinischen Vereine mitwirken.

Gäste sind herzlich willkommen, müssen sich aber mit 3,- € pro Karte

an den Unkosten beteiligen.

Nach dem Lauf gibt es heißen Tee.

Meldung?

Schriftlich und vereinsweise mit Angabe von Namen und Geburtsjahr bis

Montag, 13. Januar 2020 nur an Horst Mevius Edelsteinstr. 19

Bitte keine telephonischen Anmeldungen!

23566 Lübeck

Die Teilnahme geschieht auf eigene Gefahr!

Für die OL-Gruppe der Lübecker Turnerschaft

gez.

Horst Mevius