



Weisungen 45. Galgener OL (27*) Friherrenberg

Samstag, 11. Mai 2019

Lauf der Jugend-OL-Meisterschaft ZH/SH+ (JOM)

Lauf der Zentralschweizerischen OL-Meisterschaft (ZJOM)

Nationaler Testlauf A Middle D/H16-20

- Veranstalter:** OLG Galgenen
- Laufleitung & Auskunft:** Reto Müller, Tel. 055 412 84 80 / muellereinsiedeln@hispeed.ch
- Bahnlegung:** Martin Widler
Kontrolle: Barbara Hüsler
- Besammlung:** **Einsiedeln, Schulhaus Brüel**
- Laufkarte:** Friherrenberg 1:10'000, Stand Frühling 2019. Aufnahme durch Urs Steiner.
- Bahnen:** Eingedruckte Bahnen für alle Kategorien.
Laufkarten werden im Ziel eingezogen. Ab 15:00 Rückgabe bei der Information.
- Sperrgebiete:** **Sind auf der Karte eingedruckt.** Betreten eines Sperrgebietes führt zur **Disqualifikation.**
- Kategorien:** Alle nach WO, inkl. D/H10,
Offen kurz / mittel / lang (auch Gruppen), Sie&Er, Familien, sCOOL
- Startgeld:** Jahrgang 2003 und jünger Fr. 10.-
Jahrgang 1999 bis 2002 Fr. 12.-
Jahrgang 1998 und älter Fr. 20.-
Gruppen 2003 und jünger Fr. 10.-, übrige Fr. 20.- / Gruppe, zusätzliche Karte Fr. 3.-
- Anmeldung:** Am Lauftag im Wettkampfbereich (WKZ) von 10:00 – 14:00 Uhr.
Läufer, welche sich vorgängig über go2ol angemeldet haben, müssen sich nicht nochmals bei der Anmeldung im WKZ registrieren.
- Voranmeldung für Testlaufteilnehmer zwingend.**
- Startzeiten:** Von 11:00 – 15:00 Uhr, freie Startreihenfolge
Teilnehmer bei D/H -16 -18 -20, welche nicht an den nationalen Testläufen teilnehmen, müssen zwingend zwischen 11:00-12:20 starten, freie Startreihenfolge.
Testlaufteilnehmer starten zwischen 12:30 und 15:00 Uhr nach Startliste.
- ÖV:** Bahnhof Einsiedeln, Fussweg zum WKZ markiert, 0.8km, 40hm, Kinderwagentauglich.
- Parkplätze:** Markiert ab Einfahrt Einsiedeln, Lichtsignal Rabennest. Gratis Parkplätze an der Zürichstrasse werden zugewiesen, ca. 1-2km Fussweg bis zum WKZ markiert. Gebührenpflichtige Parkplätze im Parkhaus Brüel, 200m Fussweg bis zum WKZ.
- Kinderhort:** Gratis, offen von 10:00 – 16:00 Uhr, keine Altersbegrenzung, keine Voranmeldung nötig.
- Kinder-OL:** Kinder-OL und Schnur-OL beim WKZ.
- Weg WKZ-Start:** Markiert, 2.0km, 150hm, ca. 45' Marschzeit. 2 ToiTois auf halbem Weg zum Start
- Kleiderdepot:** Nach 0.6km, 0.4km vor dem Ziel
- Weg Ziel - WKZ:** Markiert, 1.1km
- WC:** Im WKZ sowie 2 ToiToi auf halbem Weg zum Start

- Vorstart:** SI-Card beim Vorstart löschen.
- Start:** Beim Start selber die Startzeit mit der SI-Card auslösen, eine Karte der angemeldeten Kategorie nehmen (Selbstbedienung) und der Pflichtstrecke von rund 10m zum Startpunkt folgen, welcher im Gelände mit einem Posten markiert ist.
- Posten:** Die Posten sind für das berührungslose Quittieren mit SPORTident Air+ (SIAC) freigeschaltet.
Bei fehlender oder defekter SI-Einheit muss mit der Zange auf die Karte gelocht werden.
Die Posten stehen teilweise sehr nahe beieinander (Kontrollnummern kontrollieren!).
- Achtung:** **Die längeren Kategorien überqueren eine befahrene Teerstrasse. Es gilt das Strassenverkehrsgesetz, überqueren auf eigene Verantwortung. Achtung auch auf "lautlose" Velofahrer.**
Im Laufgebiet hat es Weidezäune, einige mit Stacheldraht. Vorsicht beim Überqueren.
- Wildruhe:** Rehkitze dürfen nicht angefasst werden und müssen an Ort und Stelle belassen werden.
Allfällige Sichtung bitte beim Ziel melden.
- Ziel:** Auf der Ziellinie muss mittels SI-Card ein Zielposten gestempelt werden.
Nach dem Lauf ist die SI-Card im Wettkampfbüro auszulesen. Aufgebende Läufer müssen ihre SI-Card ebenfalls auslesen (vermeidet Suchaktionen!).
- Zielschluss:** 17:00 Uhr, Maximalzeit 2h.
- Verpflegung:** Getränk im Ziel.
- Rangliste:** Schlussrangliste am Abend im Internet: www.swiss-orientering.ch, Wettkämpfe, Rangliste.
- Sanität:** Im Wettkampfbüro.
- Einsprachen:** Schriftlich an das Schiedsgericht im Rechnungsbüro.
- Versicherung:** Ist Sache der Teilnehmer. Der Veranstalter lehnt jegliche Haftung, soweit gesetzlich zulässig, ab.
- Festwirtschaft:** Grosszügige Festwirtschaft im Wettkampfbüro.
- Durchführung:** Bei extremen Wetterbedingungen wird bis spätestens am 10.05.2018, 20:00 Uhr auf www.olg-galgenen.ch und im Forum auf www.swiss-orientering.ch über eine allfällige Absage informiert.
- 2.Nat. OL 12. Mai:** Am Sonntag, 12. Mai findet im Dorfkern von Richterswil der 2. Nationale OL statt.
Wer in einer Wettkampfkategorie laufen möchte, muss sich voranmelden.
Für die offenen Kategorien kann man sich auch noch am Lauftag anmelden.
- Übernachtung:** Folgende Unterkünfte geben euch **OL Läufer Rabatt** für die Übernachtung (nicht über booking.com, "OL" angeben):
- Hotel St. Georg Einsiedeln, 10% Ermässigung mit Promo Code «OL19»
 - Pfadiheim Birchli Einsiedeln, Fr. 13.-, auch für Erwachsene

Unterstützt durch:

RAIFFEISEN

SWISSLOS

Sportförderung Kanton Schwyz

Hauptsponsor JOM-Läufe
und Nachwuchskader ZH/SH

SENSTECH

SENSORIK UND APPLIKATION


Bezirk Einsiedeln


**CASINO
PFÄFFIKON**


Region Einsiedeln
**Einsiedeln
Tourismus**

Streckendaten:

Leistungskategorien Herren			
Kategorie	Distanz (km)	Steigung (m)	Anzahl Posten
H10	2.3	45	9
H12	2.8	95	12
H14	3.2	130	14
H16	3.5	180	16
H18/20	4.1	280	15
HAL	5.7	395	19
HAM	3.9	235	20
HAK	3.5	160	17
HB	3.2	105	13
H35	4.4	265	19
H40	4.4	265	19
H45	4.5	265	20
H50	4.5	265	20
H55	3.9	235	20
H60	3.9	235	20
H65	3.6	190	17
H70	3.5	160	17
H75	2.8	140	14
H80	2.5	105	12

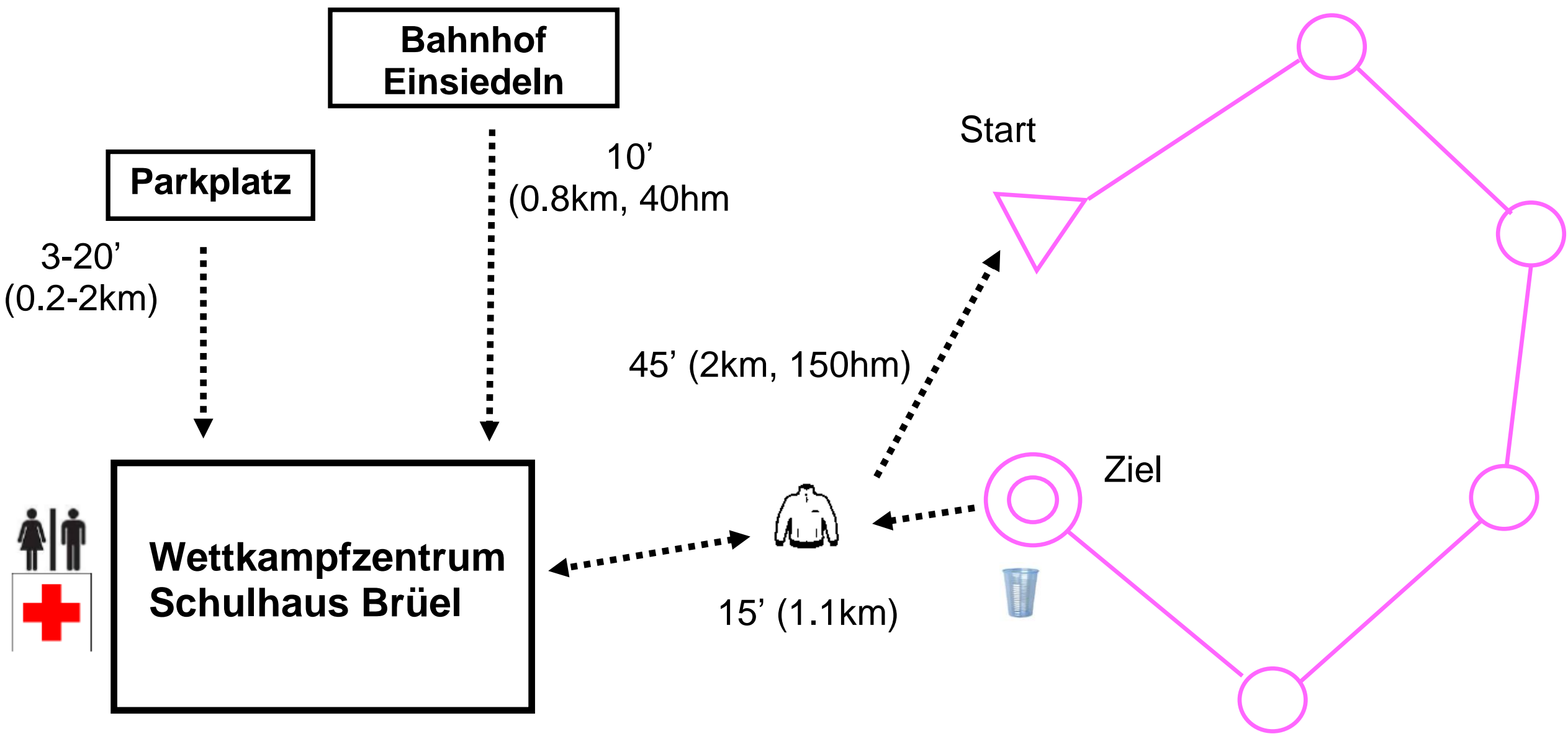
Leistungskategorien Damen			
Kategorie	Distanz (km)	Steigung (m)	Anzahl Posten
D10	2.3	45	9
D12	2.8	95	12
D14	2.7	110	12
D16	2.9	155	14
D18/20	3.1	170	16
DAL	4.5	265	20
DAM	3.5	160	17
DAK	2.5	105	12
DB	2.6	75	12
D35	3.9	235	20
D40	3.9	235	20
D45	3.6	190	17
D50	3.6	190	17
D55	3.5	160	17
D60	3.5	160	17
D65	2.8	140	14
D70	2.5	105	12
D75	2.5	105	12

Offene Kategorien ohne Altersbeschränkung			
Sie+Er	3.2	105	13
Offen lang	3.6	190	17
Offen mittel	3.2	105	13
Offen kurz	2.7	90	14
Offen sCOOL	2.6	75	12
Familien	2.6	75	12

	sehr einfache Bahn
	einfache Bahn
	relativ einfache Bahn
	mittelschwierige Bahn
	schwierige Bahn
	sehr schwierige Bahn

Unterstützt durch:





RAIFFEISEN SWISSLOS
 Sportförderung Kanton Schwyz

Hauptsponsor JOM-Läufe
 und Nachwuchskader ZH/SH
SENSTECH
 SENSORIK UND APPLIKATION

Bezirk **Einsiedeln**

CASINO
 PFÄFFIKON

Region Einsiedeln **Einsiedeln**
Tourismus