



# 1. & 2. Orientierungslauf zur Nacht-OL-Serie "LAOLA" 2019



Samstag, 12. Januar 2019 - Ortsgelände Adlkofen

## TECHNISCHE INFORMATIONEN

### 1. Bahndaten:

**Bahn X:** 3040 m – 80 Hm – 10 Posten (Codenummern aufsteigend von 61 bis 70)

**Bahn Y:** 3010 m – 85 Hm – 10 Posten (Codenummern aufsteigend von 71 bis 80)

**Bahn Z:** 1270 m – 40 Hm – 8 Posten (ausschließlich im erleuchteten Ortsbereich)

**Bahn Ω:** 1260 m – 40 Hm – 8 Posten (ausschließlich im erleuchteten Ortsbereich)

### 2. Zuordnung der Bahnen zu den Kategorien und Ablauf:

- Die **Damen** (D -18, D 19-, D 45-) laufen zunächst Bahn X, nach einer Pause nach Ermessen der jeweiligen Läuferin dann Bahn Y. Beide Läufe werden für die LAOLA getrennt gewertet.
  - Die **Herren** (H -18, H 19-, H 45-) laufen zunächst Bahn Y, nach einer Pause nach Ermessen des jeweiligen Läufers dann Bahn X. Beide Läufe werden für die LAOLA getrennt gewertet.
  - Die **Kids** (D -14, H -14) laufen Bahn Z im erleuchteten Ortsbereich (alleine oder mit Erwachsenenbegleitung). Wer möchte, kann im Anschluss die gleiche Bahn noch einmal in umgekehrter Reihenfolge laufen. Diese steht als Bahn Ω ("Omega") bereit. Beide Läufe werden für die LAOLA getrennt gewertet.
3. Die **Posten** sind auf jeder Seite mit einem ca. 2 x 3 cm großen, sehr stark reflektierenden Leuchtstreifen ausgestattet. Um diesen zu sehen, muss der Posten jedoch angeleuchtet werden.
  4. Die **Postenbeschreibung** ist in Piktogrammen (für die Kids-Bahnen Z bzw. Ω in Textform) auf der Karte aufgedruckt.
  5. Die **Karten** sind nicht wasser- oder reißfest (Normalpapier). Es stehen jedoch **Folien** zur Verfügung.
  6. **Achtung! Straßenverkehr!** Alle Bahnen verlaufen überwiegend (bzw. bei den Kids vollständig) durch **Wohngebiet**. Es ist zwar mit wenig Verkehr zu rechnen, bitte dennoch **Vorsicht** beim Überqueren von Straßen und bitte stets auf den **Straßenverkehr** achten.
  7. Es werden für die Bahnen X und Y **OL-Schuhe** ohne Dobbs (Metallstifte) empfohlen, da der Großteil jeder Bahn auf Asphalt, aber ein Teil auch durch den Wald am Hang führt.
  8. Achtung! Aufgrund der zu erwartenden **Temperaturen** um den Gefrierpunkt und **Schneeresten** im Ortsbereich ist an verschiedenen Stellen bisweilen mit **Glätte** zu rechnen. Bitte entsprechend vorsichtig laufen. Im Wald liegen zirka 10 bis 20 cm **Schnee**. Bitte auch hier aufpassen (**Rutschgefahr!**).
  9. **Privatgelände** (olive Farbe) und **Sperrgebiet** (rot schraffiert) darf **nicht betreten** werden, **Zäune** und **Mauern** dürfen **nicht gequert** werden. Bei Nichtbeachtung erfolgt Disqualifikation!
  10. **Zeitplan:** Startmöglichkeit von ca. 17:30 Uhr (nicht vor Dunkelheit!) bis ca. 19:30 Uhr, Zielschluss: 20:30 Uhr (!)
  11. Start/Ziel ist in einer Garage beim Falkenweg 10 in Adlkofen. Es steht eine überdachte **Aufenthaltsmöglichkeit** zur Verfügung. Toiletten, Umkleiden oder Duschen sind jedoch nicht vorhanden!
  12. **Achtung!** Es ist nicht ausgeschlossen, dass ein **Posten versetzt oder entwendet** wird. Sollte ein **Posten fehlen**, bitte **weiterlaufen und dies im Ziel melden!**

*Veranstalter, Ausrichter, Grundstückseigentümer und Behörden übernehmen über bestehende Versicherungen hinaus keine Haftung. Eine ausreichende Versicherung ist Sache des Teilnehmers.*

**Der OLV Landshut wünscht viel Spaß!**