

## Rangliste und WM-Qualifikation: an Uwe Beck

Zu Stefan Schliebeners Bericht über den Frühjahrslehrgang der Kader bei München (OLN 3/80) haben wir uns folgende Gedanken gemacht:

1) Warum gilt nicht auch für die Eliteklassen bezüglich der Rangliste der Beschluß, der für die Jugendrangliste gefaßt wurde, nämlich daß die DM kein Streichlauf sein darf? Auch bei den Senioren gibt es sicherlich schwach besuchte Läufe und bestimmt Qualitätsunterschiede in Karte und Bahnlegung.

2) WM-Qualifikation 81: Bisher wurde nur 1978 die Endausscheidung im Veranstalterland durchgeführt. Den Vorschlag, die WM-Qualifikation in der Schweiz durchzuführen, begrüßen wir sehr. Allerdings aus einem Fehler sollte man lernen: Es haben sich dort 2 Mädchen qualifiziert, die keinen Pfennig Zushuß erhielten zu den Qualifikationen (R.Mevius und E.Gruhn). Deshalb sollte man nicht die deutschen Ranglistenläufe als Bezuschussungsgrundlage nehmen, sondern die Läufer(innen), die sich für die WM qualifizieren, im Nachhinein bezuschussen. Damit ist gewährleistet, daß die Leute unterstützt werden, die sich gut vorbereitet haben und sich im WM-Land am besten bewähren.

Die Qualifikationen sollten grundsätzlich offen sein, jedoch sollte es Uwe Beck vorbehalten sein zu entscheiden, wer an den Qualifikationen teilnimmt. Er sollte verhindern, daß dort Leute mitmachen, die nur einen schönen OL-Urlaub im Kreise der Elite-Läufer verbringen wollen. Wer noch einmal sehen möchte, wie es damals in Norwegen ausgesehen hatte, kann sich in den OLN 7/78 darüber informieren.

Anja, Heike, Edith Gruhn, In der Mahr 9, 5107 Simmerath

## Stellungnahme von Jürgen Schwanitz zu "Kleine Episode des Kaderlehrgangs" (OLN 3/80)

1. Wir danken der Familie Gruhn aufrichtig, daß wir allein durch sie ein Drittel einer Seite in den letzten OLN gewidmet bekamen. Diesen Artikel werten wir als Ausdruck dafür, daß Familie Gruhn offen anerkennt, daß wir in den vergangenen Jahren gute Trainingsarbeit geleistet und uns stark verbessert haben, denn: Sigrid wird nun als aussichtsreiche WM-Aspirantin für 1981 akzeptiert und bereits heute bezüglich ihres möglichen Startplatzes bekriegt.

2. Ich persönlich bedanke mich dafür, daß ich in dem Artikel endlich öffentlich als "Gentleman beim OL" anerkannt worden bin. Was die Darstellung als solche betrifft, sei allen Nicht-Kaderangehörigen erläutert, daß es sich bei dem Konditionstest um einen Gelände-Tempolauf auf breiten Forststraßen ohne Orientierungsaufgaben handelte und nicht um einen OL, d.h. es konnten auch mehrere gemeinsam laufen. Ich habe auch nicht gezielt auf Sigrid gewartet, wie Jörg Mumme, Horst von Gaza und Herbert Franke bestätigen können. Und letztlich war bereits am Vorabend mit Uwe Beck abgesprochen worden, daß Sigrid aufgrund ihres unaufholbaren Rückstandes beim Samstags-OL beim Test außerhalb der Qualifikationswertung startet. Wie sagte doch Luise Gruhn: "Ich wünsche mir jedenfalls etwas mehr sportliche Fairness von den Konkurrenten!" Wir auch.

## OLN - Ergebnisdienst

1. Bundesranglistenlauf in Lahr, 20.4.1980:

H 21 E (11,7km, 470m St., 19P.)

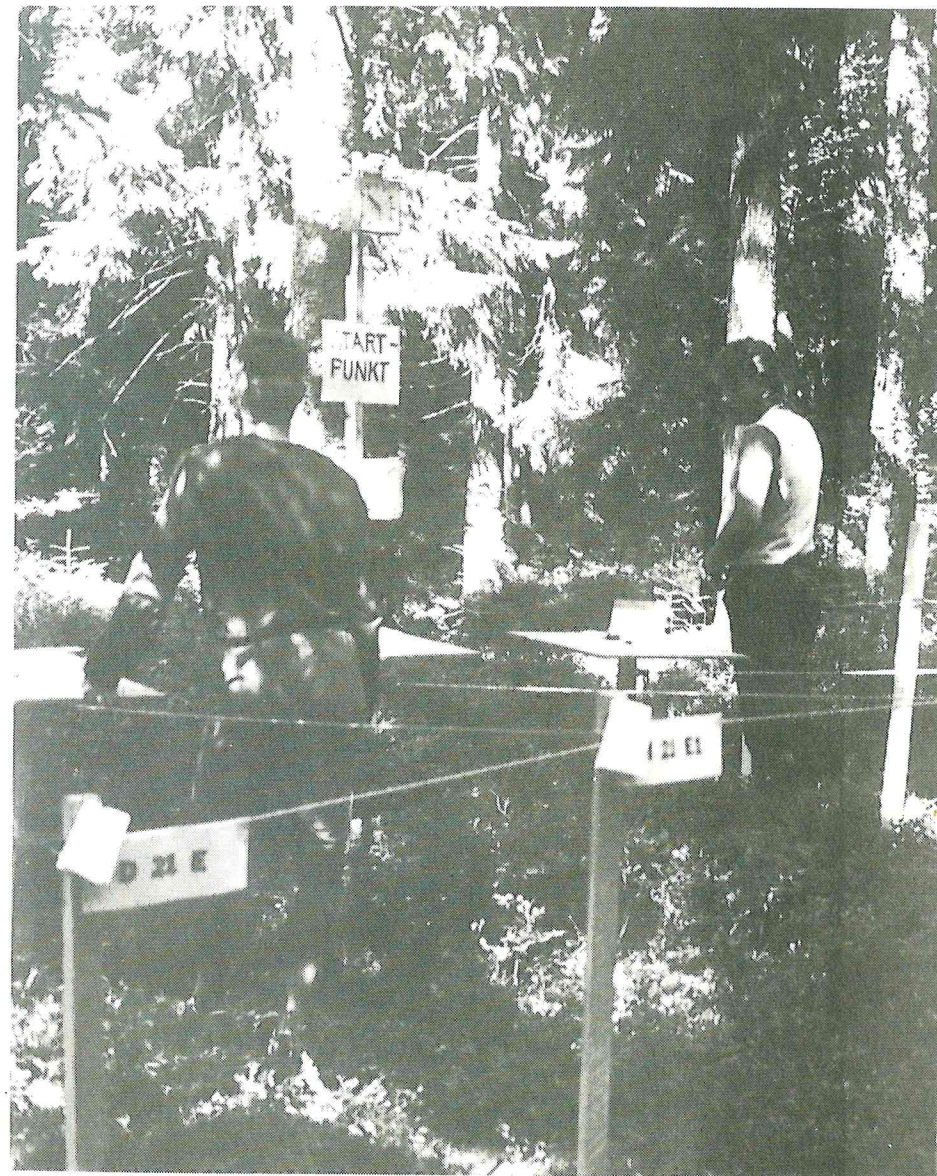
|                           |       |
|---------------------------|-------|
| A.E.Andersen (N)          | 75:11 |
| 1. D.Kühnemuth, Grünten   | 82:49 |
| 2. J.Mumme, Uslar         | 83:59 |
| 3. T.Stoiber, Grünten     | 84:24 |
| 4. E.Kimmig, Oberkirch    | 85:47 |
| 5. U.Krausbauer, Vallend. | 88:55 |
| 6. S.Schliebener, Uslar   | 89:02 |

D 21 E (7,3km, 290m St., 16P.)

|                        |       |
|------------------------|-------|
| 1. H.Hindorf, Steinb.  | 65:54 |
| 2. S.Schumacher, Bend. | 68:39 |
| 3. C.Schmidt, Lahr     | 74:02 |

H 19-20 (9,1km, 360m St., 18P.)

|                        |       |
|------------------------|-------|
| 1. U.Thiele, Nauheim   | 72:34 |
| 2. D.Hiss, Kaiserstuhl | 78:07 |
| 3. B.Knapp, Gaggenau   | 80:45 |



Die O.L.-Nachrichten erscheinen 9mal im Jahr: monatlich von Februar bis Juli sowie von September bis November. — Jahresabonnement 10,— DM, Einzelheft 1,20 DM. Wird der Bezug nicht bis Jahresende gekündigt, so verlängert er sich automatisch um ein weiteres Jahr. — Herausgeber und Redakteur: Manfred Neitzel, Macherscheider Str. 97, D-4040 Neuss 1, Telefon (021 01) 3 77 42. — Postscheckkonto 742 65-503 Postscheckamt Köln (BLZ 370 100 50).

## Ausschreibungen und Termine

- Sa. 10.5. C 3. Ennepetaler OL, TV Rüggeberg/Sportamt Ennepetal; Treffp. Turnhalle Rüggeberg, Rüggeberger Str., Ennepetal, bis 13 Uhr; Startg. 2/4 DM; Meldg. bis 10.5. an Fritz Lotz, Sturmweg 30, 5828 Ennepetal 18, Tel. 02333-753 70; Karte: s/w, 1:10 000; 2 Strecken: 10km, 6km Wanderklasse
- So. 11.5. BR OL der OLG Bielefeld; Treffp. Schulzentrum Süd in BI-Senestadt (Anfahrt über B68 nach Senestadt, ausgeschildert), bis 9 Uhr; Startg. 3/4 DM; Meldg. bis 29.4. an Peter Gehrman, Holunderweg 39, 4815 Schloß Holte, Tel. 05207-3033, Nachmeldg. +1DM; Karte: IOF-Norm, 1:10 000, 3/80
- B 7. Frühlings-OL der Bergfreunde Saar; Treffp. "Nerother Nest" an Str. Elversberg-St. Ingbert, ausgesch. ab Ausfahrt Elversberg der A8, bis 9.30 Uhr; Startg. 4/6 DM; Meldg. bis 6.5. an Anne Braun, Arndtstr. 42, 6605 Friedrichsthal, Tel. 06897-883 23; Karte: IOF-Norm, 1:15 000
- C Jedermann-OL in Braunschweig, SCE Gliesmarode; Treffp. Sportplatz SV Grün-Weiß Waggum (am Waldrand) im Norden von BS, ab 8.15 Uhr; Startg. 2/3 DM, Familien max. 8DM; Meldg. bis 6.5. an Günter Jäger, Am Sandkamp 17, 3300 Braunschweig Tel. 0531-373 695, und am Start; Karte: 5-farbig, 1:15 000, 1979
- C OL in Melle, TURA Grönenberg-Melle; Treffp. Parkplatz am Weberhaus (ausgesch. ab Stadtmitte), bis 9 Uhr; Startg. 3 DM; Meldg. bis 7.5. an Manfred Hübner, von-Amelunxen-Weg 5, 4520 Melle 2, Tel. 05422-3417; Karte: 5-farbig, 1:15 000
- Gaumeisterschaften Bayreuth/Kulmbach, ATS Kulmbach; Ausk.: Albert Bauer, Rebenstr. 2, 8650 Kulmbach; Treffp. Turnhalle Ziegelhütten, 9 Uhr
  - - (Westdeutsche Staffelleisterschaften verlegt auf 26.10.)
  - - (OL in Herrenberg und bayer. Staffelleistersch. im neuen bayerischen Terminkalender nicht mehr enthalten)
- Do. 15.5. Bundes-OL-Tag mit Trimm-OLs an vielen (?) Orten
- Fr. 16.5. C 3. OL des TV Schledehausen; Treffp. Turnhalle Schledehausen (östl. Osnabrück), bis 17.30 Uhr; Startg. 3 DM; Meldg. bis 8.5. an Wilhelm Vetter, Eschengrund 13, 4516 Bissendorf 2; Karte: 5-farbig, 1:10 000; 2 Strecken: 4/7 km
- So. 18.5. A 14. Internationaler Allgäuer OL, SG Schomburg; Treffp. Städt. Freibad Weingarten, Wolfeggerstr., bis 9 Uhr; Startg. 4,50/5/6 DM + 1DM f. Rangliste, bei Meldg. auf Kto. 224 570 bei KSK Wangen, BLZ 650 520 20 überweisen; Meldg. bis 8.5. an Christa Negro, Wittwaisstr. 100, 7988 Wangen, Tel. 07522-6230; Karte: IOF-Norm, 1:15 000, 1980
- LR Mai-OL des SC Homburg; Treffp. Hohenburghalle Homburg (neben Karlsberg-Brauerei), bis 9.30 Uhr; Startg. 3/5 DM; Meldg. bis 14.5. an Hans-Peter Hofmann, Lerchenstr. 18, 6650 Homburg/Saar, Tel. 06841-4928; Karte: IOF-Norm, 1:15 000, 1979
- B OL in Simmern/Neuhäusel b. Koblenz, TV Vallendar; Treffp. Grillplatz Simmern, bis 9 Uhr; Meldg. an Kurt Frank, Faulbacherstr. 2, 5411 Kammerforst, Tel. 02624-4174; Karte: IOF-Norm, 1:15 000

## Jugend- und Junioren-Ländervergleichskampf

Horst v. Gaza

Perfekt organisiert vom ausrichtenden TUS Mitterteich fand am 26/27.4. die 4. Auflage dieses Vergleichskampfes statt. Mannschaften aus Baden, Niedersachsen, dem Saarland, Hessen, Bayern und Schwaben (das Rheinland blieb diesmal leider fern) trafen sich zum Punktesammeln, insgesamt ca. 200 Jugendliche. Doppelte Bedeutung hatte erstmalig der Einzellauf, da dieser künftig stets als Jugend-Ranglistenlauf zählt. Daher waren auch etliche Läufer außerhalb der Auswahlmannschaften am Start. Für Spannung war also gesorgt. Dieser Meinung war auch das Reporterteam der ZDF-Jugendsportsendung "Piff", das auf Initiative einiger OLer nach Mitterteich gekommen war. Schon 2 Tage vor dem Wettkampf drehte man einen Film zur Einführung in den OL. Der Wettkampftag, mit Dreharbeiten am Start, an diversen Posten und am Ziel sowie Interviews mit den Siegern dürfte geeignet sein, den Reiz des OLs auf dem Bildschirm widerzuspiegeln. - Sendetermin des Films: 16. Mai, 16.55 Uhr im ZDF. Zum Wettkampfgeschehen: 2 gute Karten - von Anton Bauernfeind und Stefan Krämer erstellt - setzten gute Bedingungen für einen realen Wettkampf voraus. Die einzige Schattenseite war die schlechte Witterung. Kälte, nasser, rutschiger Schnee - teilweise bis zu 40cm hoch- und hüfthohe, unumgängliche Eiswasserlachen machten den Lauf zu einer kraftraubenden und schlüpfrigen Angelegenheit. Besonders leid tun konnten einem die Kleinen, und nicht selten kamen Mädchen weinend ins Ziel. Aber wacker hielt man sich an den Grundsatz: "Ein OL findet bei jedem Wetter statt!" Und am folgenden Tag standen wieder alle in alter Frische zum Staffellauf - im Schneetreiben - bereit. Überraschungssiege blieben im Großen und Ganzen aus; und so lag Hessen im Jugendbereich nach dem Einzellauf knapp mit 132 Punkten vor Niedersachsen (126P.) und Baden (119P.). Mit etwas Abstand folgten Bayern (99P.), Schwaben (77P.) und das Saarland (66P.). Die Entscheidung über den Gesamtsieg mußten also die Staffelleistungen bringen. Einal mehr machte sich Gerd Heyssers Jugendarbeit bezahlt: seiner Mannschaft gelang es, den Sieg zum 3. Mal nacheinander mit nach Hessen zu nehmen, indem sie sich mit 24 Punkten deutlich absetzte. Den zahlenmäßig schwach besetzten Junioren-Länderkampf - Hessen, Schwaben und das Saarland stellten keine Mannschaft - gewannen wie im Vorjahr die Niedersachsen, diesmal nicht punktgleich sondern mit deutlichem Vorsprung vor Baden und Bayern. Als Schlußpunkt bleibt nur noch, dem Bayerischen Turnverband, insbesondere dem Veranstalter TUS Mitterteich, für seinen gewiß nicht geringen Einsatz und eine perfekte Organisation zu danken. Es ist zu hoffen, daß sich am Länderkampf 1981 in Uslar weitere Landesverbände beteiligen werden.

### Ergebnisse:

#### Junioren-Vergleichskampf

|                  |         |
|------------------|---------|
| 1. Niedersachsen | 28 Pkte |
| 2. Baden         | 22 Pkte |
| 3. Bayern        | 13 Pkte |

#### Sieger Einzellauf

|                          |       |
|--------------------------|-------|
| H12: Ralf Greiselis      | (Nds) |
| H13: Christof Benz       | (Bad) |
| H15: Michael Finkenstädt | (Hes) |
| H17: Dirk Hartmann       | (Bay) |
| H19: Henning Bruns       | (Nds) |

#### Sieger Staffellauf:

|                 |
|-----------------|
| H 12-14: Hessen |
| D 12-14: Hessen |

|                   |
|-------------------|
| H 15-18: Baden    |
| D 15-18: Saarland |

|                        |
|------------------------|
| H 19-20: Baden         |
| D 19-20: Niedersachsen |

| <u>Jugend-Vergleichskampf</u> |          |
|-------------------------------|----------|
| 1. Hessen                     | 174 Pkte |
| 2. Niedersachsen              | 150 Pkte |
| 3. Baden                      | 147 Pkte |
| 4. Bayern                     | 122 Pkte |
| 5. Schwaben                   | 98 Pkte  |
| 6. Saarland                   | 85 Pkte  |

|                   |        |
|-------------------|--------|
| D12: Anja Rode    | (Hes)  |
| D13: Silke Heyser | (Hes)  |
| D15: Ulrike Horn  | (Schw) |
| D17: Uta Engel    | (Hes)  |
| D19: Ute Bicknese | (Nds)  |

Nr 5/80 der OL-Nachrichten erscheint im Juni, Redaktionsschluß: 15.5.80  
Titelbild dieser Ausgabe: Noch 20 Sekunden... Foto: M. Neitzel

Ungarnfahrt des C-Kaders: Erfahrung gewonnen  
Markus Theilborn/Dirk Hartmann

Am 3.4. fuhren die C-Kadermitglieder Heike Gruhn, Klaudia Nießen, Martina Willmann, Kertin Gedig, Dirk Hartmann, Frank Kowalewski, Michael Finckenstädt, sowie Anja Gruhn aus dem A-Kader und Barbara Bosch, Klaus Mevius und Olaf Gruhn in 2 VW-Bussen, gesteuert von unseren hervorragenden Betreuern Wilhelm Holz und Hans-Eugen Tritschler, zu einem Aufenthalt in Ungarn mit einem Jugendländerkampf. - Erste Eindrücke über ungarische Karten sollte uns am 5.4. der zum Portás Pokal zählende Einzellauf vermitteln. Es konnten hier vor allem Heike durch einen Sieg in D15 und Anja durch einen 3. Platz gefallen. Der für den nächsten Tag anstehende Staffellauf bestätigte den sehr guten Eindruck der Mädchen, die in D15 (Barbara/Kerstin/Heike) knapp gewannen. Unser eigentliches Ziel war jedoch der am 9.4. beginnende Länderkampf gegen Ungarn, Schweden, Finnland. Wir hatten sowohl bei den Mädchen als auch bei den Jungen in D/H 17-18 eine 4er-Mannschaft für das aus 3 Einzellaufen bestehende Rennen nominiert. Ausgangspunkt für die ersten beiden Tage war ein Arbeiterheim in Almásfüzitő und für den letzten Tag Pécs. Schweres, meist sehr steiles Gelände (am 2. Tag bei den Jungen auf 6,9 km 570 Höhenmeter!!), relativ gute Karten, anspruchsvolle Bahnlegung und eine in der Regel ordentliche Organisation ergaben echten Länderkampfcharakter. - Die Mädchen schnitten überrschend gut ab und machten den Länderkampf bis zum Schluß spannend. Anja belegte nach einem 4., einem 7. und einem 9. Rang am Schluß den 3. Platz, Heikes bester Tagesrang war der 5. Platz am 1. Tag, als Klaudia 9. wurde, während Martina tags darauf den 6. Platz belegte. Die Jungen konnten den Erwartungen gerecht werden, ohne jedoch besonders zu glänzen: beste Platzierung: 8. Platz am 3. Tag durch Dirk, sonstige Tages- und Gesamtränge zwischen 11 und 17.

Festzustellen bleibt vor allem, daß uns immer wieder Fehler in der Feinorientierung(?) unterliefen, die gerade in Ungarn, durch sehr schweres Wiedereinlesen in die Karte, viel Zeit kosten. Außerdem fiel es einigen schwer, sich auf die 3 verschiedenen Geländetypen mit unterschiedlichen Maßstäben (1:10 / 15 / 20 000) schnell genug einzustellen. Trotzdem oder gerade deshalb haben wir alle daraus gelernt, wie der abschließende Staffellauf in Pécs bewies. Die D15-Staffel gewann erneut mit riesigem Vorsprung vor 15 Mannschaften, die D17-Staffel mit Anja, Klaudia, Martina wurde 4. von 12, und in H17 belegten Markus, Frank, Dirk den 3. Rang und Olaf, Michael und Klaus den 6. Platz von 14. Aber nicht nur sportlich war die Reise aufschlußreich; auch menschlich zeigte sich, daß Oler normalerweise ohne große Probleme miteinander auskommen können. Schon vom ersten Abend an harmonisierte die Mannschaft trotz gegensätzlicher Meinungen unwahrscheinlich gut. Gemeinsame Unternehmungen wie die Besichtigung Budapests und der Besuch eines Balletts sowie die ständige Bereitschaft beider Betreuer zum Gespräch über Mannschafts- und Privatprobleme formten uns zu einer Gruppe, die sich bestimmt noch gerne an diese Fahrt erinnern wird, und die hoffentlich noch weitere gemeinsame Aktivitäten in der Zukunft unternehmen kann.

Ländervergleichskampf Bayern-Oberösterreich

Ihren vierten Erfolg in Serie verbuchten die bayerischen OL im schon traditionellen Vergleichskampf gegen Oberösterreich. Die von der OL-Abteilung des TSV Griesbach am 13.4. organisierte Veranstaltung fand mit über 140 Startern erfreulichen Anklang. Der weiß-blaue Erfolg fiel mit 99:69 Punkten recht deutlich aus.

sw/sl/nz

Ski-OL-Weltmeisterschaften, 26.2.-1.3.80, Schweden

Die 3. WM im Ski-OL endete mit einem doppelten finnischen Triumph in den Einzellaufen. Bei den Herren gewann Pertti Tikka über 23,9 km in 1:59.22 vor Jan-Erik Thorn (N) und Matti Väisänen (SF), hier wurde Karel Macecek als einziger Deutscher 31. von 37; bei den Damen siegte Mirja Puhakka vor Kaija Silvennoinen (SF) und Ann Larsson (S), ihre Zeit über 15,6 km: 1:16.28. Die Damenstaffel gewann Finnland, bei den Herren siegte Schweden

nz

- So. 18.5. C Skol DL, Osnabrücker TB; Treffp. "osterhaus" am Haster Berg, 9-12 Uhr; Startg. 3/4 DM; Meldg. bis 13.5. an Klaus Meinert, Holtstr. 6, 4500 Osnabrück, Tel. 0541-574 64; Karte: IOF-Norm, 1:15 000, 1980
- C OL in Itzehoe; Ausk.: Helmut Bankwitz, Nordergraben 60, 2390 Flensburg
- OL in Coburg, TV Coburg-Ketschendorf; Ausk.: Walter Fischer, Selfartshofstr. 5, 8630 Coburg
- Sa. 24.5. - OL beim Landesturnfest in Verden; Ausk.: Organisationsstelle LTF, Ostertorstr. 16, 2810 Verden/Aller
- 24.-26.5. A Internationaler Eifel-OL (Meldeschuß: 19.4.)
- So. 25.5. - Niedersächs. Meisterschaften beim LTF Verden; Ausk. s. 24.5.
- C ATB-Meisterschaft (1Strecke) und Trimm-OL (3/5 km) beim ATB-Fest in Siegen; Treffp. Leimbachstadion Siegen (Anfahrt von A45, Siegen-Süd, bis Stadtrand SI), bis 9 Uhr; Startg. 3/4 DM; Meldg. bis 19.5. an Manfred Neitzel, Macherscheider Str. 97, 4040 Neuss 1, Tel. 02101-377 42, Karte: IOF-Norm, 1:15 000; 77
- 29.-31.5. - Trimm-OL beim LTF in Lahr; Ausk. s. u.
- Sa. 31.5. - Badische Meisterschaften beim LTF in Lahr; Ausk.: Herbert Schmidt, Im Sulzbachfeld 19, 7630 Lahr, Tel. 07821-244 55
- 31.-1.6. - 2-Tage-OL in Siegen, Club Hermathenae; Ausk.: Paul Vander Donckt, Gleiwitzerstr. 8 / C9, 5900 Siegen
- So. 1.6. LR Elmer OL, Saar; Ausk.: Karl Heinz Schillo, Ginsterberg 5, 6635 Schwalbach, Tel. 06834-520 82
- C OL der Lübecker TS; Treffp. Parkplatz des Waldspielplatzes Lübeck-Israelisdorf, bis 9 Uhr; Startg. 1,50 / 3 DM; Meldg. bis 28.5. an Horst Mevius, Edelsteinstr. 19, 2400 Lübeck, Tel. 0451-642 67; Karte: s/w, 1:10 000, 1979; 5 Strecken, Normal- und Fenster-OL
- C OL der Uni Osnabrück; Ausk.: Berndt Krohs, Lotter Kirchweg 92 4500 Osnabrück, Tel. 0541-432 959
- C Volks-OL des Barmer TV und Normal-OL; Ausk.: Jürgen Hilgenberg, Am Eckbusch 51, 5600 Wuppertal 1
- OL des ASV Schwend; Ausk.: Horst Ziesmann, Bergstr. 18, 8458 Sulzbach-Rosenberg
- Fahrrad-OL in Lübbecke; Treffp. Parkplatz Bergkirchen, 9-11 Uhr; Ausk.: Endre Kövari, Lange Str. 7, 4990 Lübbecke; Karte: 1:25 000
- Do. 5.6. C OL in Burscheid; Treffp. Griesberg-Sportplatz in Bursch., 10-12 Uhr; Startg. 1/2.50 DM; Meldg. an Ursula u. Günter Roufs, Pastor-Löh-Str. 60, 5093 Burscheid, Tel. 02174-2279; Karte: s/w, 1:10 000
- 7.-8.6. - OL-Wochenende des TK Hannover: Tag-, Nacht- und Skore-OL; Meldg. bis 1.6. an Werner Hasse, Lister Kirchweg 57b, 3000 Hannover 1; Ausschreibung liegt bei!
- So. 8.6. BR 2. Elch-OL des TV Murrhardt; Treffp. Gasthaus "Waldeck" in Murrhardt-Siebenknie, bis 9.30 Uhr; Startg. 4/6 DM; Meldg. bis 1.6. an Dr. Gerhard Horn, Sonnenhalde 1, 7157 Murrhardt Karte: IOF-Norm, 1:15 000, 1980
- LR Germania-OL Saar; Ausk.: Otmar Britz, Piesbacherstr. 7, 6645 Beckingen 8
- OL in Bendorf b. Koblenz; Ausk.: Kurt Frank, Faulbacherstr. 2 5411 Kammerforst

So. 8.6. - Soft-Pokal in St.Vith, Belgien; Treffp. ausgesch. ab Rathaus (Forts.) St.Vith (ca.8km), bis 9.30 Uhr; Ausk.: Christian Krings, Hünningen 3a, B-4784 St.Vith; Karte: IOF-Norm, 1:15 000

Fr. 13.6. - Schwäbische Mannschaftsmeisterschaften beim LTF in Waiblingen; Treffp. Hanweiler Sattel (ausgesch. ab Korb, B14), bis 13.30 Uhr; Startg. 5 DM/Person; Meldg. bis 1.6. an SC Korb, OL, G.Beckstr.6, 7054 Korb, mit Startgeld-Überweisung auf Kto.409 900 010, Volksbank Waiblingen; Karte: IOF-Norm, 1:15 000, 1980

Sa. 14.6. - Skore-OL beim LTF Waiblingen; Treffp. wie oben, bis 10 Uhr; Startg./Meldg./Karte wie oben

C OL in Hamburg, OLG HNF; Ausk.: Werner Bostelmann, Scheideholzweg 65 d, 2104 Hamburg 92, Tel. 040 - 702 26 09

So. 15.6. B OL des RSV Hannover; Ausk.: Bernhard Heinrich, Geestemünder Weg 2B, 3000 Hannover 21, Tel. 0511 - 797 122

B OL in Bad Schwartau; Ausk.: Wolfram Köster, Rönkweg 8, 2407 Bad Schwartau

C OL beim Rheinischen LTF in Duisburg

Di. 17.6. B Bayerische Mannschaftsmeisterschaften mit offenem Trimm-OL in Osterhofen; Ausk.: Georg Reischl, Adalbert-Stifter-Str.6, 8353 Osterhofen

So. 22.6. - OL in Wolfenbüttel; Ausk.: Eike Neumann-Lezius, Friedenauer Weg 7, 3340 Wolfenbüttel, Tel. 05331 - 623 85

- 5.Ortenauer OL, TV Ohlsbach; Ausk.: Albert Hoferer, Schwarzwaldstr.32, 7601 Ohlsbach, Tel. 07803 - 4545

- Niederbayerische Meisterschaften, TV Landau; Ausk.: Reinhard Huf, Ritter-Waller-Str. 3, 8380 Landau-Wildthurn

- Gaumeisterschaften Blies/Saar; Ausk.: Horst Herrmann, Hermannstr.116; 6680 Neunkirchen

C Trainings-OL in Sessenbach/Westerwald; Ausk.: Kurt Frank, Faulbacherstr. 2, 5411 Kammerforst

So. 29.6. - OL Uni Hannover; Ausk.: Bernhard Finke, Kranichzug 7, 3000 Hannover 61

- 3. Warndt-OL, Saar; Ausk.: Waldemar Wagner, Am alten Schacht 1, 6622 Schaffhausen, Tel. 06834 - 432 93

C Staffel-OL (Vännäs) um den Pokal des TuRa Harksheide; Treffp. Tangstedter Forst (an Straße, die den Forst in N-S Richtung durchläuft), bis 9 Uhr; Startg. 1,50 / 4 DM; Meldg. bis 23.6. an Karl Schmidt, Heidestieg 17, 2000 Norderstedt, Tel. 040 525 33 21; Karte: IOF-Norm, 1:15 000 (Trimm: s/w, 1:10 000)

#### Englische Nationalläuferin sucht Kontakt

Jean Ramsden, Mitglied in der britischen Nationalmannschaft und Nr.3 der letztjährigen Rangliste der British Orienteering Federation möchte in diesem Sommer 3-4 Monate in Deutschland und in der Schweiz verbringen und dabei möglichst viele Sport- und OL-Zentren besuchen, verbunden natürlich mit reger Wettkampfteilnahme und Training.

Welche Oler bzw. OL-Vereine möchten sich als Kontaktstellen anbieten und könnten ihr evtl. auch helfen, während eines Teils der Zeit unterzukommen?

Hier ihre Adresse: Jean Ramsden, Falkner Court, Loughborough Univ., Loughborough, Leics. CE11 3TU, England

Bei den Herren sollte Jim Doig aus Schottland mit 80:19 das Maß aller Dinge, doch es hätte das Rennen Dietrich Kühnemuths werden können, den ein schwerer Sturz im rauhen Felsgelände vermutlich um den Sieg brachte, und der dennoch in 86:39 als bester Deutscher auf Platz vier einlief. Ebenfalls auf Rang vier Joachim Willmann bei den Junioren, gefolgt von Thorsten Lenz, wobei ein zunächst ungenau gesetzter Posten die Ergebnisse auf dieser Strecke ein wenig verfälschte.

Wahrlich ein Kontrastprogramm anzubieten hatten die Schotten, denn der Staffellauf am folgenden Tag wurde in einem völlig flachen Gelände direkt am Meer ausgetragen. Die orientierungstechnische Würze lag in einigen feincoupierten Abschnitten, in denen denn auch die Posten zu finden waren. Die Ergebnisse lassen beinahe ein Abbild des Einzellaufes erkennen. Eine sichere Bank war wieder die Damenstaffel: Heidrun Finke, Siggrun Schumacher und Ruth Mevius ließen die Schottinnen 11 Minuten hinter sich!

Die erste Herrenstaffel war durch den verletzungsbedingten Ausfall von Dietrich Kühnemuth erheblich geschwächt, konnte sich aber dennoch gut gegen die Schotten in Szene setzen und lag am Ende nur drei Minuten zurück. Nur knapp dahinter und noch vor Schottland II lief unsere zweite Staffel ein, wobei Herbert Franke zweimal eingesetzt werden mußte und dies auch hervorragend meisterte. - Die Junioren mußten sich mit sechs Minuten Rückstand geschlagen geben.

#### Ergebnisse

##### Jan-Kjellström Trophy, Einzel (2 Läufe)

###### H 21 E (11,3 + 12,2 km)

1. D. Lunder NOR 151:50  
2. Chris Hirst GBR 152:23

Frank Finkenstädt ca. 177  
Dietrich Kühnemuth ca. 182  
Stephan Schliebener ca. 187  
Toni Stoiber ca. 193  
Herbert Franke ca. 215

###### D 19 E

1. Sue Parkin GBR 133:32  
2. Heidrun Finke 151:16

Edith Gruhn ca. 181  
Ruth Mevius ca. 195

###### H 19

1. Toni Held SUI 133:58

Thorsten Lenz ca. 190  
Henning Bruns ca. 200

##### Länderkampf, Einzellauf

###### Herren, 9 km

1. Jim Doig 80:19  
2. Rager Coombs 84:36  
3. Grant Castairs 84:37  
4. Dietrich Kühnemuth 86:39  
5. Toni Stoiber 93:49  
6. Stephan Schliebener 98:34  
7. Herbert Franke 99:03  
8. Andy Curtis 99:12  
9. Frank Finkenstädt 103:53

SCOT: 348:44 / BRD: 378:05

###### Damen, 5.5 km

1. Heidrun Finke 76:08  
2. Frances Ashmore 82:27  
3. Frances Loots 84:08  
4. Ruth Mevius 89:46  
5. Siggrun Schumacher 90:23  
6. Edith Gruhn 90:48  
7. Hasel McNee 92:04  
8. Nicola Nislet 96:39

BRD: 347:05 / SCOT: 355:18

###### Junioren

1. J. Maitland 70:03  
2. D. Ruddock 71:38  
3. J. Morgrave 76:48  
4. Joachim Willmann 77:53

5. Thorsten Lenz 84:56  
6. G. Liny 87:53  
7. Clemens Jörger 89:50  
8. Henning Bruns 96:15

SCOT: 218:39 / BRD: 252:39

##### Länderkampf, Staffellauf

Damen (4/6,5/4km): 1. BRD 117:32 (Finke 33:09/Schumacher 49:46/Mevius 34:37), 2. SCOT 128:34 (McNee 36:27/Loots 55:46/Ashmore 36:21)

Herren (3x 6,5km): 1. SCOT 112:54 (Castairs 42:05/Curtis 35:10/Doig 35:39), 2. BRD 115:55 (Finkenst. 35:22/Schliebener 42:37/Stoiber 37:56)  
3. BRD 2116:25 (Franke 37:21/Bruns 43:43/Franke 35:24)  
4. SCOT 2117:32 (Coombs 36:29/Guy 43:17/Petrie 37:46)

Junioren (6,5/6,5/4km): 1. SCOT 113:13 (Morgrave 39:38/Ruddock 45:40/Muilland 27:55), 2. BRD 119:29 (Willmann 44:52/Lenz 43:40/Jörger 30:57)

## Schottland - nicht nur Whisky und I. Jelsack S. Schliebener

O nein, Schottland hat wesentlich mehr zu bieten als diese beiden Attribute, die das Bild vieler vom rauhen Norden der britischen Inseln prägen. Apropos rau?! Auf Regen und Kälte waren sie gefaßt gewesen, die vier Damen, fünf Herren und vier Junioren aus den Reihen der A/B/C-Kader, die kurz vor Ostern nach Schottland aufbrachen, um drei Läufe im Rahmen der Jan-Kjellström-Trophy sowie einen Länderkampf gegen die Schotten zu bestreiten. Doch bestes Frühlingswetter trug wesentlich zum Genuß abwechslungsreicher Wettkämpfe in herrlicher Landschaft bei.

JK, den britischen Orientierungsläufers klingt es wie Musik in den Ohren, verbirgt sich doch hinter diesem Kürzel die Jan-Kjellström-Trophy, mit ca. 3000 Teilnehmern alljährlich das wohl bedeutendste OL-Ereignis auf den Inseln. Allein diese Zahl läßt erkennen, welchen Grad an Popularität der OL dort bereits erklimmen konnte.

Dumfries im Südwesten Schottlands war vom 4.-7.4. Austragungsort der diesjährigen JK. Bereits beim Trainingslauf bekamen wir hautnah zu spüren, was der schottische Wald an Unterholz, Gestrüpp und ähnlich lieb-samen Bewuchsformen, aber auch an orientierungstechnischen Schwierigkeiten so in sich birgt. Man konnte auf Einiges gefaßt sein. Die beiden Einzelläufe am Ostersamstag und -sonntag entsprachen denn auch vollauf diesen Erwartungen.

Das herausragende Resultat aus deutscher Sicht erzielte Heidrun Finke, die mit einem nie für möglich gehaltenen dritten Platz ihre international wertvollen Plazierungen des Vorjahres in eindrucksvoller Weise fortsetzte.

Bei den Herren war Frank Finkenstädt am besten plazierte, der sich im vorderen Mittelfeld behaupten konnte. Genaue Ergebnisse waren leider noch nicht zu erfahren, ein kleines Manko bei ansonsten erstklassiger Organisation.

Eine unübersehbare Anzahl Startläufer stellte sich bei den Staffeltwettbewerben am Ostermontag, die Herren-Hauptklasse mußte gar in zwei Gruppen aufgeteilt werden. Das Gelände nahm wieder etwas kontinentalere Formen an, war dafür aber umso steiler. - Einmal mehr sorgte die Damenstaffel für eine angenehme Überraschung. Edith Gruhn, Ruth Mevius und Heidrun Finke hielten von Beginn an engen Kontakt zur Spitze und landeten schließlich auf dem Silbermedaillenrang, nur eine knappe Minute hinter der besten britischen Crew. Der ersten Herrenstaffel blieb eine Platzierung ganz vorne versagt, da meine Wenigkeit nach zwei guten Einzelläufen einen rabenschwarzen Tag erwischte; tja Staffellauf, du Wettbewerb voller Unwägbarkeiten.

Ein wohlverdienter Ruhetag folgte, ausgefüllt von einer mehrstündigen Fahrt durch rauh-romantische Bergeinsamkeit in die Region Firth nördlich von Edinburgh. Was würde uns im Länderkampf erwarten? Daß die Briten über ausgezeichnete Oler verfügen und ab und zu sogar in die Phalanx der Großen einbrechen können, das war bekannt, welche Schlagkraft jedoch würde die schottische Auswahl haben?

Aufschluß darüber sollte der Craig a barns wood geben, eine ganz besondere Perle in der Schatzkiste schottischer Naturschönheiten, für den Orientierungsläufer aber einer der härtesten Prüfsteine überhaupt. Wild zerklüftet tritt ihm dieses Gelände gegenüber, harte Anstiege und ein von dichter Heide oder niedrigem Nadelholz überzogener Untergrund ziehen ihm die Kraft aus den Beinen. Hinzu kommt ein außerordentlicher Detailreichtum, der jederzeit volle Konzentration erfordert. Wer nicht unentwegt engen Kontakt zur Karte hält, hat sofort Zeitverluste in Minutenhöhe hinzunehmen. Hier also wurde der Einzellauf des Länderkampfes ausgetragen, wobei die Schotten einen gewissen Heimvorteil auf ihrer Seite hatten, denn dieser einmalige Wald war schon Schauplatz vieler größerer OL-Veranstaltungen.

Der schottische Sieg fiel bei den Herren und Junioren mit jeweils ca. 30 Minuten Vorsprung sehr klar aus, während unsere Damen den Spieß ein wenig umdrehen konnten und sowohl in der Einzel- als auch in der Teamwertung vorne lagen. Nicht nur als "Team-Chefin", auch im Wettkampf erneut ganz souverän Heidrun Finke, die mit über sechs Minuten Vorsprung siegreich war und damit den Grundstock für den Erfolg der Damen legte.

## Qualifikation zum A-Kader

Stephan Schliebener berichtete in seinem Artikel über den Kaderlehrgang, daß inzwischen die internationalen Läufe aus dem IOF-Kalender benannt worden sind, die zur A-Kader-Qualifikation in Frage kommen. Um auch all' die Leistungsläufer zu informieren, die diese Liste noch nicht besitzen, sind sie hier noch einmal aufgeführt:

- 11.05. 3.Nationaler OL, Schweiz, Neuenburg
- 24.-25.5. Uusimaa-OL, Finnland, Hyvinkää (2-Tage-Lauf)
- 24.-26.5. Eifel-OL, Bundesrepublik, Simmerath (3-Tage-Lauf)
- 31.5.-1.6. Suunto Games, Finnland, Helsinki (2-Tage-Lauf)
- 01.06. 4.Nationaler OL, Schweiz, Goldau
- 28.06. Solosprinten, Norwegen, Oslo
- 28.-29.6. 2-Tage-OL in Chur, Schweiz, mit 5.Nationalem OL
- 05.-06.7. Linnan pessi OL, Finnland, Savonlinna (2-Tage-Lauf)
- 06.-12.7. Kainuu week, Finnland, Kajaani (4-Tage-Lauf)
- 09.-13.7. Schweizer 5-Tage-Lauf, Burgdorf
- 17.-19.7. Int. OL Alpencup, Österreich, Leibnitz/Graz (3-Tage-Lauf)
- 18.-20.7. Jysk-3-dages, Dänemark, Års/Ålborg (3-Tage-Lauf)
- 18.-20.7. Varsinais-Suomi OL, Finnland, Halikko/Salo (3-Tage-Lauf)
- 14.-19.7. Studenten-WM, Schweiz, St.Gallen
- 21.-25.7. 0-ringen-5-dagars, Schweden, Uppsala (5-Tage-Lauf)
- 26.-27.7. Lahti OL, Finnland, Lahti (2-Tage-Lauf)
- 01.-03.8. 3 dny OB Nový Bor, CSSR, Nový Bor (3-Tage-Lauf)
- 03.08. TUL-61 OL, Finnland, Espoo/Helsinki
- 06.-10.8. 5 dnú OB Jicín, CSSR, Jicín (5-Tage-Lauf)
- 09.-10.8. OL-45, Finnland, Riihimäki (2-Tage-Lauf)
- 17.08. Int. OL, Finnland, Espoo
- 21.-25.8. Grand Prix Slovakia, CSSR, -Slowakei- (5-Tage-Lauf)
- 24.08. 6.Nationaler OL, Schweiz, Solothurn
- 14.09. 7.Nationaler OL, Schweiz, St.Gallen
- 05.10. CISM-Meisterschaft, Dänemark (Militär-WM)
- 12.10. Ålgdrevet, Schweden, Frederiksberg
- 04.-5.11. 8.Nationaler OL, Schweiz, Rheinfelden
- Länderkampf in Ungarn, Budapest

OLA TV LAHR

## INTERNATIONALER GEROLDSECKER OL

Internationaler A-Lauf auf dem Weg zum Schweizer 5-Tage-OL  
Lahr/Schwarzwald

5. Juli 1980

### Kategorien:

H -12,13-13,15-16,17-18,19-20 E.A.21 E.A.B.C.35,43,50,56,N,T  
D -12,13-14,15-16,17-18,19-20,21 E.A.35,43,50,N,T

Auszeichnungen: Preise - Medaillen - Urkunden - OL-Karte, IOF-Norm, neu 1980

Ausschreibung und Anmeldung bis 5. Juni 1980:

Helga Schmidt, Im Sulzbachfeld 19, D-7630 Lahr. Tel. 07821/24455

Programm und Startliste werden zugesandt.

5./6. Juli 1980: Juniorenländerkampf - Einzel + Staffel  
Deutschland-Dänemark-Canada-Norwegen-Österreich  
5./6. Juli 1980: Jugendländerkampf - Einzel + Staffel  
Deutschland-Österreich

TV  
OLA  
LAHR

## 5. Verhalten bei Fehlern im Postenraum

### 5.1 Mögliche Parallelfehler rasch erkennen

Sehr oft zeigt es sich, daß auch sehr erfahrene Wettkämpfer parallele Fehler begehen; Richtung, Belaubbarekeit, Relief, alles kann stimmen, und dennoch findet man nicht zum Posten, weil man fälschlicherweise eine Schneise, eine Rinne gewählt hat, die "parallel" zur "gewünschten" Linie verläuft. Bei Parallelfehlern verschiebt man sich, in Anlaufrichtung gesehen meistens zu früh parallel und selten zu spät. Man wählt also eine Schneise, eine Rinne zu früh, man hat nicht die Geduld zu warten. Ähnliche Fehler können auch im Postenraum auftreten; dies sind dann nicht mehr eigentliche Parallelfehler, sondern eher Verwechslungen, die man sofort erkennen muß. Sie treten dann auf, wenn es in der Nähe des Postens weitere gleiche oder gleichartige Postenstandorte gibt; mehrere Felsblöcke, zwei Rinnengabelungen, drei Löcher, zwei nebeneinanderliegende Mulden, etc.

#### Für den Wettkämpfer gilt:

Bei auftauchenden Unstimmigkeiten die Karte sofort nach parallelen Möglichkeiten absuchen oder im engen Postenraum Verwechslungsmöglichkeiten in Erwägung ziehen und entsprechend handeln.

### 5.2 Fehler sich selbst sofort eingestehen, Ruhe bewahren, neu ansetzen

Wenn eine Postenlaterne einfach nicht auftaucht, obwohl man fest überzeugt ist im Postenzentrum zu stehen, darf man nicht den Kopf verlieren, im Gegenteil, jetzt braucht man vor allem ihn!

Wer mit planlosem "Herumrotieren" glaubt, den Posten in den nächsten Sekunden bestimmt zu finden, wird oft enttäuscht werden von dieser Lotto-Methode. Es wird zum Glücksspiel, man entfernt sich immer weiter ins Ungewisse oder kehrt immer wieder zum leider "falschen" Punkt zurück.

#### Für den Wettkämpfer gilt:

Fehler sofort akzeptieren - keine Panik; nächstgelegene Auffangräume, -Linien, -Punkte anlaufen und neu beginnen.

Wer konsequent und blitzartig diese Methode anwendet, wird selten mehr 5- oder gar 10-minütige "Schnitze" einkassieren.

### 5.3 Orientierungselemente wechseln: geistige Beweglichkeit

Findet man einen Posten trotz "sauberem" Angehen nicht, soll man andere Orientierungshilfen verwenden, andere Ausgangspunkte wählen.

Es ist sinnlos, 3mal von der gleichen Weggabelung aus den Posten anzugehen und nicht zu finden. Auch wenn man 150% überzeugt ist, daß es doch "diese" Gabelung sein muß, muß man nach mißglücktem Versuch einen anderen Ausgangspunkt wählen und damit die Optik wechseln. Vielleicht stellt sich dann heraus, daß die 150% sichere Gabelung (etc.) doch ein Irrtum war.

#### Für den Wettkämpfer gilt:

Keine Sturheit, geistig beweglich bleiben, andere Hilfspunkte wählen.

### 5.4 Suchaktionen vor dem eigentlichen Postenraum bekämpfen

Bei relativ anspruchsvollen Posten ohne Auffanglinien, bei denen es schwierig ist, die Distanz in Anlaufrichtung zu bestimmen, zeigt es sich, daß praktisch immer zu früh gesucht wird. Man will den Posten auf keinen Fall überlaufen, wird unsicher, beginnt zu suchen und hat nicht den Mut, noch 50m weiterzulaufen.

#### Für den Wettkämpfer gilt:

Geistig beweglich bleiben; wie müßte das Gelände aussehen, wenn ich effektiv zu weit wäre? Dieser Blick auf die Karte "hinter" den Postenraum, der selten gemacht wird, würde oft aufzeigen, daß man auf keinen Fall schon dort sein kann; also ist man vor dem Postenraum und läuft weiter.

### 5.5 Hangabwärtslaufen - erhöhtes Risiko

Beim Hangabwärtslaufen wird das Lauftempo meist spontan erhöht, auch wenn dabei die "Kartenprobleme" oft anspruchsvoller werden. Das Risiko, Kartenfehler zu begehen, wird dadurch drastisch erhöht. Ergebnis solch überhasteter Aktionen ist oft, daß man zu weit unten landet und mit kräfte-raubendem Zurücksteigen große Zeitverluste in Kauf nehmen muß. Auch begangene Richtungsfehler können sich am Hang sehr negativ auswirken, da hier das Auffangen oft sehr schwierig ist.

#### Für den Wettkämpfer gilt:

Beim Abwärtslaufen erhöhte Vorsicht, nichts überhasten, vermehrt Standortkontrollen vornehmen, intervallartiges Abwärtsstürmen, im Postenraum Motoren drosseln.

### 6. Taktisches Verhalten nach abgeschlossenen Fehlaktionen

Nach Suchaktionen, die physisch und psychisch hohe Anforderungen stellen können, gilt es, sich richtig zu verhalten. Durch Suchaktionen hat der Wettkämpfer wertvolle Zeit verloren. Eine natürliche Reaktion ist, daß er auf der kommenden Strecke alles daran setzen will, durch Sonderleistungen (Weltrekord) seinen Fehler auszubügeln. Tempo und Risiko werden massiv erhöht, und nicht selten enden solche Sonderaktionen erneut im "Grünen", was dann zu einem neuen, noch konzentrierteren Angriff auf der übernächsten Strecke führen wird, etc. Suchaktionen entstehen, weil man die Karte falsch interpretiert, zu wenig konzentriert arbeitet, zu viel riskiert, etc. Es "läuft" also nicht alles optimal, irgend etwas stimmt nicht oder noch nicht oder im Moment nicht mehr. Diese geistigen Schwächen gilt es zu bekämpfen und ernst zu nehmen.

#### Für den Wettkämpfer gilt:

Nach "Schwächen" lohnt es sich meistens mit erhöhter Sorgfalt zu arbeiten, um möglichst bald wieder "in die Karte hineinzukommen", um Sicherheit und Selbstvertrauen zurückzugewinnen. Erst wenn man dies erreicht hat, sollte man an Angriffsmanöver denken.

### 7. Verhalten bei Routenwahlfehlern

Wenn man beim Auffinden eines Postens Mühe hat, erkennt man sehr bald, daß man wohl einen Fehler gemacht hat.

Routenwahlfehler sind schwieriger zu erkennen.

Bei einer guten Bahnanlage gibt es zwischen zwei Posten mehr als eine gute Route. Jeder Wettkämpfer hat die Route entsprechend seinem Orientierungstechnischen Können und seinem aktuellen Leistungsvermögen zu wählen. Dazu kommen bei Staffelfahren und Jagdstart, wo es um Positionen und nicht um die Zeit geht, weitere Komponenten, die von ausschlaggebender Bedeutung sein können.

Wenn ein Läufer bei einem Staffeltwettkampf 10 Sekunden hinter der Spitzengruppe beim vorletzten Posten vorbeikommt und die führenden Wettkämpfer sich bereits auf der objektiv optimalen Route entfernen und kaum mehr einzuholen sind mit den Beinen, wäre es falsch, wenn der Verfolger dieselbe Route wählen würde. Er hat jetzt auf jeden Fall eine möglichst gleichwertige Kontrastroute zu wählen, auch mit dem Risiko, daß er allenfalls noch weiter zurückfällt. Dies gilt natürlich nur, wenn von hinten keine unmittelbare Gefahr droht. - Nicht stur nachlaufen, sondern daran denken, daß der Orientierungslauf aus O und L besteht, und daß hier das O noch eine Chance bringt.

#### Gewählte Route konsequent durchlaufen

Sollte sich die gewählte Route als schlechter erweisen, so dürfte dies vielleicht 30 Sekunden oder 1 Minute Zeitverlust bedeuten. Wesentlich mehr Zeit büßt man in der Regel ein, wenn man glaubt, man könne den Fehler noch vermindern, indem man nachträglich von der "schlechteren" auf die "bessere" Route hinüberwechselt. Daraus resultieren meistens die schlechtesten Routen.

Hat man seine Route einmal gewählt, soll man das Optimum hergeben, damit es eine gute Route werden kann. Es ist sinnlos, während des Laufes noch lange abklären zu wollen, ob die "andere" Route vielleicht nicht doch besser gewesen wäre.

Es ist schade um diese geistige Energie, die man besser für kommende Probleme einsetzt. Sinnvoller ist es, in solchen Situationen die physische Belastung zu erhöhen und damit dem Kopf die Energie für Grübeleien zu entziehen!

#### Für den Wettkämpfer gilt:

Routenentscheid der Wettkampfsituation anpassen; gewählte Route konsequent durchlaufen.

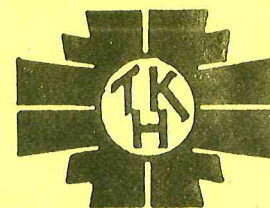
- Der dritte und letzte Teil von "Technik und Taktik im Wettkampf" (Das physische Leistungsvermögen) erscheint in den O.L.-Nachrichten Nr. 5/80 (Juni-Ausgabe). -

- Wettkampfbüro: wie unter A (Tag-OL)
- Wettkampfort: Misburger Wald
- Zeitplan: 9.00 Uhr Öffnung des  
Wettkampfbüros,  
9.15 Abf. zum Start,  
10.00 Uhr bis 12.00 Uhr  
Start in freier Reihenfolge  
(max. Laufzeit 60 min.)
- Karte: OL-Karte 1:15 000, Stand Sommer 78,  
mit Postennetz und Hülle
- Startgeld: Jugendliche bis Jg. 1962 ..... 2,-- DM  
Erwachsene ..... 3,-- DM
- Meldungen: bis zum 1. Juni 1980 (Poststempel) an  
Werner Hasse  
Lister Kirchweg 57 b  
3000 Hannover 1  
(Score-OL getrennt von den OLs am 7.6.  
melden!)
- Versicherung: ist Sache der Teilnehmer, Veranstalter  
übernimmt keine Haftung
- Hinweis: Beim Score-OL wird nur  
eine Schnellwertung vor-  
genommen, Ergebnislisten  
und Auszeichnungen wer-  
den nicht ausgegeben.

Turn-Klubb zu Hannover  
Orientierungslaufabteilung  
gez. Gohde - Abt.-Leiter

Hinweis für Energiesparer:

Das Wettkampfbüro kann auch bequem mit öffentlichen Ver-  
kehrsmitteln erreicht werden:  
ab Hannover Hbf mit der Straßenbahn Linie 5 und 6 Richtung  
Kirchrode bis zur Haltestelle Bleekstraße.



# Einladung und Ausschreibung zum Orientierungslaufwochenende des

## Turn - Klubb zu Hannover am 7./8. Juni 1980

- A Tag - OL  
am Sonnabend, 7. Juni 80
- B Nacht - OL  
am Sonnabend, 7. Juni 80
- C Score - OL  
am Sonntag, 8. Juni 80

# A TAG - OL am SONNABEND, den 7. JUNI 1980

Wettkampfbüro: Klubheim des Turn-Klubb zu Hannover, Hannover-Kirchrode, Tiergartenstr. 23

Zeitplan: Erster Start um 16.00 Uhr  
Wettkampfbüro ab 14.00 Uhr geöffnet

Karte: neue Spezial-OL-Karte, fünffarbig, 1:10 000, in Hülle (Parkgelände)

Klassen und Strecken: D,H bis 10 Jahre und Anfänger ..... ca. 3,0 km  
D,H bis 14 Jahre ..... ca. 4,0 km  
D,H bis 18 Jahre und D,H Allgemein .. ca. 5,5 km

Startgeld: Kinder und Jugendliche bis Jg. 1962 ..... 3,-- DM  
Erwachsene ..... 5,-- DM

Auszeichnungen: 1/3 der Teilnehmer in jeder Klasse erhalten eine Urkunde

Meldungen: bis zum 1. Juni 1980 (Poststempel) an  
Werner Hasse  
Lister Kirchweg 57 b  
3000 Hannover 1

Übernachtungsmöglichkeiten: bei Meldung bitte vermerken:  
a) Gemeinschaftsquartier in der TKH-Turnhalle Maschstr. 16 im Zentrum Hannovers (direkte Straßenbahnverbindung von und zum Wettkampfbüro) ab Sonnabend 19.00 Uhr bis Sonntag 10.00 Uhr, Kosten pro Person 2,-- DM (Luftmatratze und Schlafsack mitbringen),  
b) Zeltplatz auf dem TKH-Sportplatz Tiergartenstr. 23, Kosten pro Zelt 5,-- DM,  
c) Wohnwagenplatz auf dem TKH-Sportplatz, Kosten pro Wohnwagen 5,-- DM

Versicherung: ist Sache der Teilnehmer, Veranstalter übernimmt keine Haftung

Anfahrt: von Norden und Süden:  
BAB A7/E4 bis Hannover-Anderten - B 65 4 km nach Westen (Schnellstraße) bis Abf. Kirchrode/Brabeckstraße - ab hier nordwärts bis Tiergartenstraße - auf der Tiergartenstraße noch ca. 1 km nach Nordwesten - hinter der Eisenbahnunterführung gleich rechts  
von Osten und Westen:  
BAB A2/E8 bis Autobahnkreuz Hannover-Ost - 4 km nach Süden (Richtung Kassel) bis Hannover-Anderten.- weiter wie von Norden und Süden  
von Westen und Südwesten  
auch über Hannover-Zentrum und Stadtteil Kleefeld nach Kirchrode (Kirchröder Straße vor Eisenbahnüberführung links) möglich

# B NACHT - OL am SONNABEND, den 7. JUNI 1980

Wettkampfbüro: wie unter A (Tag-OL)

Zeitplan: Erster Start nach Einbruch der Dunkelheit

Karte: wie unter A (Tag-OL)

Klassen und Strecken: H 19/20, H 21, H 35 ..... ca. 7 km  
D 15-18, D 19-34, D 35, H 15-18, H 43 ..... ca. 5 km  
D,H bis 14, D 43, D,H 50 ..... ca. 3 km

Startgeld: Jugendliche bis Jg. 1962 ..... 3,-- DM  
Erwachsene ..... 5,-- DM

Auszeichnungen: 1/3 der Teilnehmer in jeder Kategorie erhalten eine Urkunde

Meldungen: bis zum 1. Juni 1980 (Poststempel) an  
Werner Hasse  
Lister Kirchweg 57 b  
3000 Hannover 1  
(Tag- und Nacht-OL getrennt melden!)

Übernachtungsmöglichkeiten: siehe unter A Tag - OL

Versicherung: ist Sache der Teilnehmer, Veranstalter übernimmt keine Haftung

Anfahrt: wie unter A Tag - OL



**Ein gutes Ziel  
für alle Sportler**

**SPORTHÜTTE GRATZER**

DAS INDIVIDUELLE SPORTFACHGESCHÄFT

3000 Hannover, Voßstraße 43 + 44, Telefon 66 00 30







