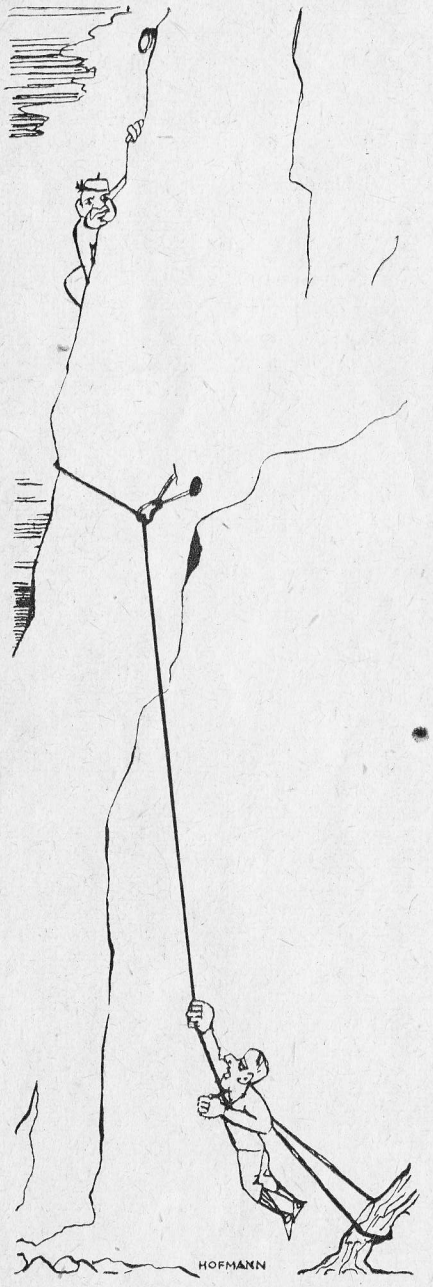


Treffen junger Bergsteiger 1969

Das erste Treffen der Kinder- und Jugendklettergruppen des DWBV wird vom 9. bis 12. 10. 1969 in Weißig (Sächs. Schweiz) stattfinden. Ein vielseitiges sportliches und kulturelles Programm soll allen teilnehmenden Gruppen neue Anregungen für ihre Arbeit geben. Klettertouren mit Mitgliedern der Nationalmannschaft, Lehrvorführungen, sportliche Wettkämpfe und eine große Kulturveranstaltung werden die Höhepunkte des Treffens sein, zu dem wir alle jungen Bergsteiger unseres Verbandes einladen.

Teilnehmen können geschlossene Gruppen von Kindern und Jugendlichen bis zum Alter von 16 Jahren mit den entsprechenden Betreuern. Sektionen, die von der ZFK Felsklettern keine Ausschreibung unmittelbar erhalten haben, melden sich bitte sofort mit Angabe der vorgesehenen Teilnehmerzahl bei Sportfreund Hans Pankotsch, 8021 Dresden, Voglerstraße 29.

ZFK Felsklettern

Kurz gemeldet

Die Ehrennadel des DWBV in Gold erhielt Sportfreund Lorenz Hoffmann, BSG Rotation Babelsberg.

★

Achtung! Neue Regelung für den Versand des Tourist: Bestellungen sind zu richten an Sportfreundin Margarethe Schwer, 8045 Dresden, Breitscheidstr. 29.

Die Redaktion

Zur nebenstehenden Zeichnung:

„Wieviel Seil hast du noch unten?"

Idee und Ausführung: Joachim Hofmann, BSG Lok Leipzig West

Die Bedeutung des »toten Punktes« im Orientierungslauf

Immer wieder hört man als Übungsleiter oder erfährt es als Aktiver selbst, daß man, nachdem ein großer Teil der Strecke fehlerlos absolviert wurde, einen Posten nicht findet, weil man sich „verfranst" hat.

Bei meinen mündlichen Befragungen stellte ich fest, daß dies bei Spitzenläufern besonders bei den ersten Posten bzw. im letzten Drittel der Strecke auftritt. Es werden Orientierungsfehler gemacht, die beim Training nur sehr selten auftreten (z. B. Einsüden der Karte, Übersehen wesentlicher Kartenzeichen). Woran liegt das?

Es gibt verschiedene Gründe subjektiven Charakters (ungünstige oder ungenaue Streckenlegung), aber auch objektive. Auf einen sehr wichtigen, aber selten beachteten, den „toten Punkt", möchte ich etwas näher eingehen.

Er tritt bei allen Ausdauersportarten besonders deutlich hervor. Physiologisch gesehen ist er eine Schutzreaktion des Körpers gegenüber zu hohen körperlichen Beanspruchungen; d. h., der Körper kann die geforderten Energien nicht in genügendem Maße zur Verfügung stellen. Es kommt zu einer Umgruppierung der Energiereserven und damit zu einem zeitweiligen Energiemangel in verschiedenen Organen.

Die äußere Erscheinungsform ist eine Veränderung der Intervalle der Herzfrequenz und Schutzhemmungen in der Großhirnrinde. Dieser letzte Punkt interessiert uns besonders. Was besagt er: Die Intensität der Bewußtseinsprozesse sinkt ab, damit sinkt gleichzeitig die Klarheit der Wahrnehmung ab; Täuschungen, besonders in der Bewegungswahrnehmung, treten auf; die Aufmerksamkeit läßt nach, und die Reaktionen werden langsamer.

Wenn man dies weiß, versteht man das Auftreten von Orientierungsfehlern, die normalerweise nicht auftreten. Der Zustand des „toten Punktes" kann bis zu 7 Minuten anhalten. Ein geringer Zeitraum, aber ausreichend für Fehler, die 20 und mehr Minuten kosten.

Wie kann man das Auftreten des „toten Punktes" verhindern? Der „tote Punkt" tritt dann auf, wenn die ersten Kilometer zu schnell angelaufen werden, eine Gefahr besonders bei langen Startpflichtstrecken. Des weiteren tritt er nach langer, sehr hoher, ungewohnter Belastung auf.

H. K.

Ausschreibung

II. Bezirkskampfrichter-Lehrgang für Orientierungslauf des Bezirkes Dresden

Veranstalter: BFK OL Dresden
Termin: 6. bis 9. 11. 1969
Gesamtleitung:
Lothar Hempel, BSG Lok Dresden
Teilnehmer: Alle interessierten Sportfreunde und Kampfrichter über 16 Jahre, die noch keine Einstufung aus den letzten drei Jahren nachweisen können.
Lehrgangsziel:
Bezirkskampfrichter für OL
Voranmeldung: 1. 9. 1969
(Anzahl der Sportfreunde der BSG)
Meldung: 5. 10. 1969 namentlich
Meldeanschrift: Lothar Hempel,
801 Dresden, Anton-Saefkow-Str. 12
Unterkunft: DJH Ohorn, 8506 Ohorn, Schleißbergstraße
Verpflegung: im Haus
Unkosten: dreimal 2,– M Verpflegungszuschuß. Reisekosten trägt jeder Sportfreund selbst.
Ablaufplan:
6. 11. 1969 Anreise bis 20 Uhr
7. bis 9. 11. 1969 Lehrgang
9. 11. 1969 Abreise ab 13 Uhr

L. Hempel
Kampfrichter-Obmann
Bezirk Dresden

Im Vordergrund steht der Mensch – auch beim OL

Orientierungsläufer sind Unterkünfte ohne Komfort gewöhnt. Wenn es sein muß, kommen sie auch mit Luftmatratze und Schlafsack oder mit Zelt zum Wettkampf. Von den Veranstaltern muß aber verlangt werden, daß eine gewisse Menschenwürde bei der Unterkunft gewahrt wird.

Was beim Ernst-Gruber-OL in Obercrinitz geboten wurde, war nicht mehr tragbar. Hier wurden die Wettkämpfer wie die Schafe zusammengepfercht. In einem kleinen Tanzsaal lagen die Luftmatratzen so eng, daß keine Durchgänge mehr blieben und die hinten

Liegenden auf die Schlafenden treten mußten.

Wenn in einem Ort eine ausreichende, menschenwürdige Unterkunft nicht möglich ist, kann man den Wettkampf eben nicht dort abhalten.

Eine weitere Voraussetzung für einen reibungslosen Ablauf ist die Sicherung der Rückreise der Teilnehmer. Wenn der letzte Zug bereits 11.17 Uhr fährt, müssen genügend Busse bereitgestellt werden, damit die Abreise der Läufer gesichert ist. In Obercrinitz war die Rückreise der Initiative der Teilnehmer überlassen.

Zum Buchenwald-Volks-OL 1968, also im vergangenen Jahr, war die Anreise so umständlich, daß die jugendlichen Läufer mit einer weiten Anreise erst 1.30 Uhr früh zum Schlafen kamen. Auf Grund schlechter Organisation wurden sie 4 Uhr wieder geweckt zum Abtransport an den Start. Die Laufkarte war technisch so schlecht, daß sich kaum ein geübter Läufer damit zurecht gefunden hätte, geschweige denn ein Anfänger, wie sie zum Volks-OL geschickt werden. Und das alles für die bekannt hohen Teilnehmergebühren des KTW.

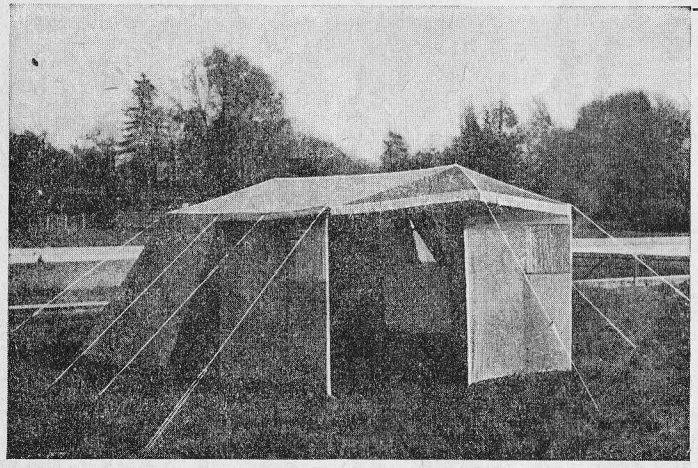
Wundert es da jemand, wenn die Anfänger die Lust am OL wieder verlieren?

Die verantwortlichen Funktionäre sollten sich in Zukunft diese wichtigen Voraussetzungen für das Gelingen eines Laufes genau überlegen und immer daran denken, daß gerade sie mit ihrer Organisation dazu beitragen müssen, unseren Jugendlichen die Orientierungsläufe zu einer Freude und einer genußreichen Angelegenheit zu machen. Vor allem so werben wir für unseren Sport!

Das geht aber schon bei den Betreuern los! Wenn für eine Übernachtung eigene Luftmatratze und Schlafsack gefordert werden, dürfen sie nicht zulassen, daß 14jährige Läufer nur mit einer dünnen Baumwolldecke auf die Reise gehen und damit bei Minus-Außentemperaturen im Saal auf blankem Boden liegen. Von Schlafen kann in solchen Fällen überhaupt nicht die Rede sein und von Stärkung für den Lauf auch nicht.

Deshalb noch einmal: Im Vordergrund soll die Sorge um das Wohl der Menschen stehen – auch beim OL.

Walter Männel



Für Sport und Camping liefern wir:

Hauszelte, Bergzelte
Steilwandzelte

MARTIN FORKER KG
8609 WILTHEN

Im Gipfelbuch geblättert ...

FRIENSTEIN

Von Fred Barth, Dresden

Zum Osterfest, wie auf Bestellung, dem Wunsch aller Bergfreunde entsprechend, setzte sich das wahre Frühlingswetter durch. Es wurde auch Zeit, denn wochenlang, den ganzen März hindurch war es kalt und naß gewesen, und unsere Bergsteiger verbrachten die Wochenenden am Lagerfeuer unter Überhängen oder blieben zu Hause. Die Hoffnung blieb: Ostern! Die drei Tage wunderbares Wetter nutzten viele Bergfreunde zum Anklettern. An und auf fast allen Gipfeln konnte man die Kletterer beobachten, und viele von ihnen holte sich ihre erste VII.

Auf unserer Wanderung sahen wir eine Partie an der Bloßstock-Ostwand; Rudi Eisenreich durchstieg den AW an der Wolfsspitze, und auch am Friensteinwächter stieg eine Partie zum Gipfel.

Unser Ziel war der „Friensteín", an dem es viele lohnende Aufstiege gibt.

Ein Gipfel, der von den Bergsteigern sehr geschätzt wird, da man nach vollbrachtem Aufstieg als Zugabe noch einen herrlichen Ausblick hat. Zu einem der schönsten Aufstiege zählt am Friensteín der „AKV-Weg" VII a mit anschließender „Himmelsleiter". Eine Tour, die 1921 von Otto Bruchholz, A. Lingenauer u. Gen. erstmals durchstiegen wurde und bis heute jährlich viele Liebhaber gefunden hat. Für Otto Bruchholz (Bruchholzkante 1920) und Albert Lingenauer (Friensteinwächter 1921) forderte diese Tour sicher keinen vollen Einsatz, denn sie stuften sie als eine VI ein. Verständlich; es gab ja damals noch keine VII abc, und Friensteinwächter oder Bruchholzkante waren wesentlich schwieriger. In unserer Zeit auf eine VII a erhöht, erfordert sie doch eine gute Klettertechnik in Riß und Wand. Durch einen schrägen Hand-Schulter-Riß, der jedoch durch die leicht geneigte Wand erleichtert wird, ist man schnell am „Schlüssel" des Weges: wo sich der Riß aufrichtet und nach links zum Ring führt. Diese Stelle ist zwar nur durch eine dürftige Schlinge gesichert, jedoch Ruhe und Umsicht lassen erkennen, daß einige Griffe die letzten Züge bis zum Ring erleichtern. Vom Ring steigt fast niemand mehr den Orig.-Weg durch den Riß, sondern die griffige und gut gesicherte „Himmelsleiter" zum Gipfel. Es ist wohl die schönste VII a für diejenigen, die zum ersten Mal zum Friensteín kommen und sich für etwas schwierigere Kletterei entschieden haben. Es gäbe noch einige Touren, die man hervorheben könnte, aber diese finden sicher die Bergfreunde an Ort und Stelle selbst. Im Gipfelbuch könnte man lange blättern, denn zahlreich sind Begehungszahlen von bekannten und berühmten Touren. Gezählt werden