

Einladung und Ausschreibung

Trainings-OL Samstag, 30.1.2016

Dieses Trainings ist der zweite Lauf der Winterlaufserie Nord 2015/2016.

Ausrichter: OSC Hamburg e.V.

Bahnlegung: Torben Timmermann

Karte: Altonaer Volkspark, Stand 2014/2015, Maßstab unterschiedlich je Bahn

Organisation:

Es gibt vier verschiedene Bahnen. Jeder Läufer kann auf beliebig vielen Bahnen starten. Wer alle Bahnen abläuft, kommt auf ca. 10 km (Luftlinie) Gesamtlänge. Die Organisation entspricht einem Trainingslauf. Es erfolgt eine Wertung auf jeder Bahn sowie für die Läufer, die vier Bahnen erfolgreich absolviert haben.

Bahn A ca. 1,5 km sehr leichte Orientierung (Niveau D/H10)

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

Bahn C ca. 2,5 km mittelschwierige Orientierung

Bahn D ca. 3,5 km mittelschwierige Orientierung

Die Bahnen C und D werden auf reduzierten Karten gelaufen um die o-technische Schwierigkeit zu erhöhen. Wer das nicht möchte kann die Bahnen auf Nachfrage auch mit einer vollen Karte ablaufen.

Startzeiten: Die Startzeiten sind frei wählbar. Es erfolgt eine Zeitnahme. Startmöglichkeiten von 13:00 bis 14:30 Uhr. Zielschluss 15:15 Uhr

Treffpunkt: Große Wiese im Volkspark (GPS: 53.578284 N, 9.897411 E), Parken an der August-Kirch-Straße. (<https://goo.gl/maps/Q3NUzCZkkDC2>)

Anreise mit dem HVV: Per Metrobus 3 bis zur Haltestelle "Trabrennbahn Bahrenfeld", von dort ca. 10-15 Minuten Fußweg.

Kostenbeitrag:

Ab 18 Jahre: 2 Euro für die erste Bahn, 1 Euro für jede weitere Bahn

Bis 17 Jahre: 1 Euro für die erste Bahn, 0,50 Euro für jede weitere Bahn

Anmeldung: bis Dienstag, 26. Januar 2016 an Tim Schröder, E-Mail: meldung@osc-hamburg.de, Telefon 040 67383971 (Anrufbeantworter). Nachmeldungen sind nur möglich soweit Karten vorhanden sind. Bei unsicheren Wetterverhältnissen bitte die Hinweise auf der Internetseite www.osc-hamburg.de beachten.

Weitere Termine der OL-Winterserie 2015/2016:

Donnerstag, 31.12.2015 Hamburg, Organisation SC Klecken

Sonntag, 21.02.2016 Rosengarten, Organisation SC Klecken

Sonntag, 13.03.2016 Norderstedt, Organisation TuRa Harksheide