

# Weisungen

## 53. Thuner-OL (\*40)



### Sonntag, 28. August 2016

Lauf der OL-Nachwuchsmeisterschaft Bern / Solothurn 2016, BKW-Cup

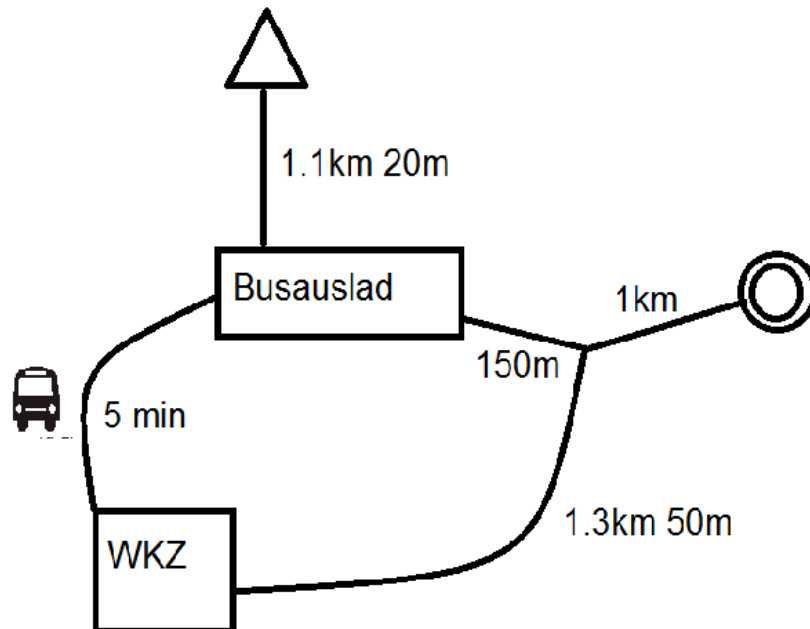
Die OLG Thun heisst Euch herzlich willkommen zum 53. Thuner-OL und wünscht viel Erfolg beim Laufen.

Laufleitung	Silvio Zahnd
Bahnlegung	Martin Schild
Kontrolle	Isabelle Pauli
Auskunft	Silvio Zahnd, Walalpweg 12, 3661 Uetendorf 078 / 829 63 27, snzahnd@bluewin.ch
Laufkarte	OL Karte „Stauffen“, 1:10'000, Stand Sommer 2014
Kategorien	Alle nach WO, ohne D/H 20 sowie Offen lang, mittel, kurz, Offen Einsteiger
Wettkampfszentrum	Turnhalle Hasenäsch, 3625 Heimenschwand, geöffnet ab 08.30 Uhr
Startzeiten	9.30 – 12.30 Uhr
Anreise ÖV	Thun ab: 09.02 bis Heimenschwand, Badhaus <b>10.02 bis Kreuzweg Unterlangenegg, Shuttlebus bis WKZ</b> 11.02 bis Heimenschwand, Badhaus Oberdiessbach ab: 10.18 bis Heimenschwand Post  Fussmarsch Heimenschwand Badhaus – WKZ ca. 3 min, markiert Fussmarsch Heimenschwand Post – WKZ ca. 15 min
Rückreise ÖV	Badhaus ab Richtung Thun: 11.37, 12.03, 13.07, 15.07, 14.15 zusätzlich Shuttletransport nach Kreuzweg, Unterlangenegg  Post ab Richtung Oberdiessbach: 13.06, 15.06
Anreise PW	markiert ab Ortseingang Heimenschwand von Linden / Thun kommend den Anweisungen des Personals ist unbedingt Folge zu leisten, 5 – 10 min Fussmarsch zum WKZ <b>Die Wegfahrt erfolgt im Einbahnverkehr via Heimenegg</b>
Ablauf Anmeldung	1. Kategorie auswählen 2. Bezug Postenbeschreibung 3. Startgeld bezahlen 4. Anmeldung SportIdent  Bahnen sind eingedruckt

## Startzeitenvergabe **beim Vorstart**

Weg zum Vorstart 2.5 km + 70m Steigung, 35min

Für D / H -12, D / H 65+, Offen wird ein Bustransport angeboten.  
Abfahrt ca. alle 15min von 09.00 – 10.15 / 11.00 – 12.00.  
Ab Auslad 1.1km + 20m Steigung, 15min



- Eltern Wegen Platzmangel wird kein Kinderhort angeboten. Der Weg vom Ziel zum Vorstart beträgt 2.2 km + 20m Steigung und führt am Busauslad vorbei.
- Kleiderdepot nur bei schlechtem Wetter
- Verpflegung Wasser und PET-Sammlung beim Vorstart, keine Zwischenverpflegung während dem Lauf
- Start Aufruf 2 Minuten vor Startzeit,  
-2 min: SI-Card löschen und testen  
-1 min: zur Kartenbox treten  
Start: Karte aus Box entnehmen, **Auslösen des Starts mittels SI-Einheit**
- Posten SportIdent-Einheit auf Pfahl mit Nylonschirm. Bei fehlender oder nicht funktionierender Kontrolleinheit (kein Piep, kein Lichtsignal) mit Lochzange auf Karte lochen.
- Ziel Der Weg vom letzten Posten zum Ziel ist ausgeflaggt.  
Die Zieleinheit muss gestempelt werden.  
Zielverpflegung auf dem Weg ins WKZ

### **NACH DEM LAUF UNBEDINGT BADGE AUSLESEN**

- Aufgebende Läufer Müssen in jedem Fall ihre SI-Card im WKZ auslesen
- Ranglisten Hängerangliste im WKZ, Definitive Rangliste im Internet [www.o-l.ch](http://www.o-l.ch)
- Kinder-OL von 11.00 – 14.30 Uhr beim WKZ
- Festwirtschaft von 08.30 – 15.00 im Wettkampfbereich
- OL Shop Verkaufstand von OL-Material durch [s-sport.ch](http://s-sport.ch)

Versicherung

Ist Sache der Teilnehmer. Der Veranstalter lehnt jede Haftung ab.

Bahndaten:

Kategorie	Distanz	Höhe	Posten	Kategorie	Distanz	Höhe	Posten
D 10	2.1	80	8	H 10	2.1	80	8
D 12	2.8	95	11	H 12	3.5	70	12
D 14	3.7	80	14	H 14	4.7	125	16
D 16	4.3	100	15	H 16	5.3	180	14
D 18	5.0	165	14	H 18	5.5	270	14
DAK	3.0	95	11	HAK	4.6	195	14
DAM	4.6	195	14	HAM	6.2	260	20
DAL	6.4	265	19	HAL	7.5	400	23
DB	3.7	80	14	HB	4.6	180	14
D 35	4.8	185	14	H 35	6.2	260	20
D 40	4.8	185	14	H 40	5.7	200	16
D 45	4.8	185	14	H 45	6.4	265	19
D 50	3.5	110	12	H 50	5.2	180	16
D 55	3.5	110	12	H 55	4.8	200	12
D 60	3.5	110	12	H 60	4.8	200	12
D 65	3.6	80	12	H 65	4.2	180	13
D 70	2.7	80	11	H 70	4.2	180	13
D 75	2.7	80	11	H 75	3.6	80	12
OK	3.5	70	12	H 80	2.7	80	11
OM	3.7	80	14				
OL	4.3	100	15				
OE	2.1	80	8				

Änderungen vorbehalten