

47°12'20.10"N
OLV LANGENTHAL
7°47'19.80"E



orientierungslaufen
OLG HUTTWIL

Informationen Kartentrainings 2024 HuLa OL

Trainingszeit: Donnerstag, 18:00 – 19:30 Uhr Kartentraining

Transport: Zu den weiter entfernten Trainingsorten wird ein Bustransport ab Langenthal (K2/3) bzw. Huttwil (Ribimatte) organisiert. Der Bus fährt meistens um 17:30 Uhr ab und ist ca. um 20:00 Uhr zurück. Die genaue Rückkehrzeit wird bei der Abfahrt im Chat mitgeteilt. Zu den nahen Trainingsorten sind die Eltern für den Transport verantwortlich.

An- / Abmeldung: Um genug Karten und Trainingsmaterial vorzubereiten und im Bus genug Platz für alle Teilnehmer*innen zu haben, ist eine Anmeldung übers Nuudel bis Dienstag um 22:00 Uhr notwendig. Der Link zur Anmeldung, der Treffpunkt und alle anderen wichtigen Informationen werden spätestens bis Sonntagabend im Trainingschat bekannt gegeben.

Kurzfristige Abmeldungen müssen direkt dem Hauptleiter gemeldet werden. Wer dies ist, wird ebenfalls in den Trainingsinfos mitgeteilt.

Mitnehmen:

- OL-Schuhe oder geländegängige Turnschuhe, hohe Socken, lange Hosen, ev. Zeckenspray
- Wenn vorhanden Kompass und Badge (Beides kann auch ausgeliehen werden)
- Getränk, ev. Snack
- Wechselkleider und Ersatzschuhe für nach dem Training (Zum Schutz gegen Zecken, um nicht zu frieren nach dem Schwitzen und für den Bustransport)
- Armbanduhr

Gruppeneinteilung

Für die Kartentrainings gibt es dieses Jahr wieder vier Niveaus: **Wägliläufer** (Einsteiger, wer noch Begleitung braucht), **Querfeldein** (Halb-Fortgeschrittene), **Vollgas** (Fortgeschrittene) und **Profis** (Könnern).

Das Leiterteam teilt die Junior/Innen zu Saisonbeginn einem Niveau zu. Ein Niveauwechsel ist innerhalb der Saison möglich, wenn entsprechende Kriterien erreicht sind. Der Entscheid erfolgt durch das Leiterteam in Absprache mit dem Junior/der Juniorin.

Übung macht den Meister/die Meisterin

Ein regelmässiger Trainingsbesuch bringt euch schnell voran und ist vor allem als AnfängerIn besonders wichtig, um die Grundlagen gut zu lernen.

Erwachsenentraining / späterer Trainingsbeginn

Die Erwachsenen sind weiterhin herzlich Willkommen in den Kartentrainings. Auf dem Niveau der "Profis" gibt es individuelle Trainingsmöglichkeiten (Länge/Schwierigkeit) für alle erfahrenen OL-Läufer.

Auch ist es möglich, aus beruflichen oder schulischen Gründen, später noch dazuzustossen. Schreibt in diesem Fall bitte im Nuudel einen entsprechenden Hinweis.

impOLs-Läufe

Dieses Jahr wird wieder eine impOLs-Abendlaufserie durchgeführt. In den drei Wochen vor bzw. nach den Sommerferien besuchen wir anstelle der Kartentrainings die Abendläufe.

HuLa-Anlässe

Wir organisieren diese Saison drei HuLa-Anlässe:

Do., 6. Juni Sprintstaffeltraining mit anschliessendem Bräteln in Huttwil

So., 23. Juni Sprintstaffelschweizermeisterschaft in Zug.
-> für alle mit Wettkampferfahrung

Sa./So., 26./27. Oktober: Schlussweekend mit Schlusslauf (in Langenthal) und Berner Team-OL (in Eggiwil)
-> für alle!

Reserviert euch diese Daten bereits jetzt. Es wäre toll, wenn wir möglichst vollständig daran teilnehmen könnten! 😊

Fragen

Nicole Stöckli Nachwuchsverantwortliche OLV Langenthal 079 746 66 08

Daniela Grossenbacher Nachwuchsverantwortliche OLG Huttwil 079 663 71 76