

Orientierungslauf

Orientierungslauf (OL) ist eine anspruchsvolle Laufsportart. Trotzdem ist gerade der OL für wirklich alle ein faszinierender Sport, die die Umwelt lieben und Spaß an der Bewegung in freier Natur haben, unabhängig von Alter und Fitness. Während eines Orientierungslaufes müssen die auf einer Karte eingezeichneten Kontrollposten mit Hilfe eines Kompasses der Reihe nach ange laufen werden. Die Routen zu den Kontrollposten müssen selbst geplant und gefunden werden. Somit sind also Körper und Geist in einer aufregenden Kombination gleichermaßen gefordert.



Orientierungslauf-Starter-Kit für Übungsleiter und Lehrer

Die badischen Orientierungsläufer*innen stellen zum Einstieg in ihren Sport bereits seit einigen Jahren ein "Starter-Kit" zur Verfügung, welches sich schon mehrfach in der Praxis bewährt hat. Es eignet sich für alle im Jugendbereich Tätigen, die sich schon immer einmal mit Orientierungslauf beschäftigen wollten und ihren Kindern und Jugendlichen spannende Übungen bieten möchten.

Das Orientierungslauf-Starter-Kit ist so zusammengestellt, dass es keiner Vorkenntnisse im Orientierungslauf bedarf. Es kann kostenlos bei Kirsten König (E-Mail: koenig@ol-in-baden.de) ausgeliehen werden und enthält:

- Lehrmittel für Unterrichtseinheiten ab Klasse 3 (vom Schweizer sCOOL Projekt)
- DVD „Einführung in den OL“
- Wettkampf-/Trainingsmaterial wie Posten (Miniaturen), Lochzangen, Kompass, Stempelkarten
- ... und viele weitere Informationen.

Interessierte (auch Gruppen) sind außerdem jederzeit willkommen, in einer der zu jedem Lauf angebotenen offenen Leistungskategorien teilzunehmen, die sich mit einfachen Bahnen vornehmlich an Anfänger richten.

Weitere Informationen zu Terminen und OL-Gruppen unter www.ol-in-baden.de.

Tagungen

November 2021	Fachausschuss und Gaufachwarte Leistung	Ortenberg
---------------	---	-----------

Fortbildung

20.06.2021	Fit ⁴ im ETG – Fortbildung Orientierungslauf Anmeldung an: geschaefsstelle@elsenzuturngau.de	Helmhof
------------	---	---------

Meisterschaften

12.06.2021	Deutsche Meisterschaften Sprint	Hamburg
13.06.2021	Deutsche Meisterschaften Mitteldistanz	Hamburg
17.07.2021	Baden-Württembergische Meisterschaften Langstrecke	Ohnastetten
18. – 19.09.2021	Jugend- und Junioren Ländervergleichskampf	Michendorf
01. – 03.10.2021	Europameisterschaften Jugend	Nordhausen
02.10.2021	Deutsche Meisterschaften Langstrecke	Nordhausen

Wettkämpfe

20. – 21.03.2021	Landesranglisten Baden-Württemberg	Zizenhausen
18.04.2021	Landesranglisten Baden-Württemberg	Breisach
14.06.2021	Deutsche Bestenkämpfe Mannschaft	Platzfelde/Brandenburg
18.07.2021	Landesranglisten Baden-Württemberg	Wannweil
09.10.2021	Arge Alp Cup – Staffellauf	Bayern
10.10.2021	Arge Alp Cup – Einzellauf	Bayern
23. – 24.10.2021	Landesranglisten Baden-Württemberg	Karlsruhe

