



EINLADUNG und AUSSCHREIBUNG

# 7. Landshuter Nikolaus-Orientierungslauf

Sonntag, 5. Dezember 2010 – Flutmulde Landshut



## ***"Laufen, Wandern oder Walken mit Köpfchen in Landshut"***

Alle Interessierten, insbesondere Freizeitsportler, Familien und Neulinge sind ganz herzlich zur Teilnahme am Landshuter Nikolaus-Orientierungslauf 2010 am Sonntag, 5. Dezember 2010 eingeladen. Die Schwierigkeit des Laufes ist bewusst einfach gehalten, um Jedermann ein interessantes und erfolgreiches Sporterlebnis bieten zu können. Alles wird genau erklärt – die ideale Gelegenheit, den Natursport Orientierungslauf einmal kennenzulernen und auszuprobieren.

### **Info für Neulinge: Was ist Orientierungslauf?**

Orientierungslauf (OL) ist eine Natursportart skandinavischen Ursprungs, bei der der Läufer mit Hilfe von Karte und Kompass versuchen muss, in möglichst geringer Zeit eine bestimmte Zahl von Kontrollstellen (Posten) im Gelände anzulaufen. Die Posten sind auf der Laufkarte eingezeichnet. An den Postenstandorten befindet sich ein Stoffschirm mit Lochzange, durch die der Läufer seine Anwesenheit am Posten quittiert.

Weitere Informationen zum Orientierungslauf, sowie eine genaue OL-Definition sind im Internet unter "[www.ol-landshut.de](http://www.ol-landshut.de)" zu finden.

SPONSORED BY



**Veranstalter:** OLV Landshut e.V.

**Durchführung:** Norberth und Andreas Zölde

**Karte:** Orientierungslaufkarte "Mooswiesen", Maßstab 1:5000, Stand: August 2009

**OL-Form:** Postennetz-Orientierungslauf (ohne Zeitvorgabe), für Nachwuchs Normal-OL

**Stempelsystem:** klassisch (Lochzangen)

**Geländetyp:** Parkgelände, Ortsgelände und etwas Wald

**Kategorien:** Großes Postennetz (ca. 5-6 km): Damen Lang, Herren Lang  
Kleines Postennetz (ca. 2-3 km): Damen Kurz, Herren Kurz  
Kurze OL-Bahn mit festgelegter Reihenfolge (ca. 2-3 km): Kids (bis 14 Jahre)

**Meldungen:** Bis Montag, 29.11.2010 (Poststempel / E-Mail-Eingang) an:  
Ralph Körner, Falkenweg 10, 84166 Adlkofen, Tel. 08707/932417  
E-Mail: [meldung@ol-landshut.de](mailto:meldung@ol-landshut.de)

*Bitte Name, Vorname, Jahrgang, Kategorie und ggf. Verein angeben!*

Es sind natürlich auch Direktanmeldungen vor Ort möglich.

**Startgebühr:** Kategorie Kids 2,- €, sonstige Kategorien 3,- €, Nachmeldung + 2,- €

**Start und Ziel:** Hans-Leinberger-Gymnasium, Jürgen-Schumann-Straße 20, 84034 Landshut

**Startmöglichkeit:** 05.12.2010 von 10:00 Uhr bis 11:00 Uhr

**Preise:** Urkunden, Schoko-Nikoläuse, Verlosung von Sachpreisen

**Weitere Infos:** Aufenthaltsbereich im Gebäude, Umkleide- und Duschkmöglichkeiten sind vorhanden. Nach dem Lauf Siegerehrung und gemütliches Beisammensein zum Jahresausklang in den Räumlichkeiten der Schule bei Glühwein, Lebkuchen und Plätzchen. Neben der Tages-Siegerehrung findet auch die Gesamt-Siegerehrung des Runners Point Isar Cups 2010 statt.

Weitere Infos: <http://www.ol-landshut.de>

**Versicherung & Haftung:** Veranstalter, Ausrichter, Grundstückseigentümer und Behörden übernehmen über bestehende Versicherungen hinaus keine Haftung. Eine ausreichende Versicherung ist Sache des Teilnehmers.

Mit der Anmeldung erklärt sich jeder Läufer mit der Veröffentlichung seiner Meldedaten, Ergebnisse und eventueller Bilder in den Medien, in den Start- und Ergebnislisten, sowie im Internet einverstanden.