



5. & 6. Orientierungslauf zur Nacht-OL-Serie "LAOLA" 2026



Samstag, 14. Februar 2026 - Ziegelstadel Adlkofen

TECHNISCHE INFORMATIONEN

1. Bahndaten:

Bahn X:	2200 m – 100 Hm – 10 Posten (Wald/Ort)	Damen Lauf 1, Herren Lauf 2
Bahn Y:	2200 m – 95 Hm – 10 Posten (Wald/Ort)	Damen Lauf 2, Herren Lauf 1
Bahn Z:	900 m – 15 Hm – 7 Posten (Ort)	Kids Lauf 1
Bahn Ω:	800 m – 15 Hm – 8 Posten (Ort)	Kids Lauf 2

2. Zuordnung der Bahnen zu den Kategorien und Ablauf:

- Die **Damen** (D -18, D 19-, D 45-) laufen zunächst Bahn X (feste Startzeiten), nach einer Pause nach Ermessen der jeweiligen Läuferin dann Bahn Y (Startzeitvergabe vor Ort). Beide Läufe werden für die LAOLA getrennt gewertet.
- Die **Herren** (H -18, H 19-, H 45-, H 60-) laufen zunächst Bahn Y (feste Startzeiten), nach einer Pause nach Ermessen des jeweiligen Läufers dann Bahn X (Startzeitvergabe vor Ort). Beide Läufe werden für die LAOLA getrennt gewertet.
- Die **Kids** (D -14, H -14) laufen zunächst Bahn Z (feste Startzeiten) im Ortsbereich (alleine oder mit Erwachsenenbegleitung) nach einer Pause nach Ermessen des jeweiligen Läufers dann Bahn Ω ("Omega", Startzeitvergabe vor Ort).

- Die **Posten** sind auf jeder Seite mit einem ca. 2 x 3 cm großen, sehr stark reflektierenden Leuchtstreifen ausgestattet. Um diesen zu sehen, muss der Posten jedoch angeleuchtet werden.
- Die **Postenbeschreibung** ist in Piktogrammen auf der Karte aufgedruckt.
- Die **Karten** sind nicht wasser- oder reißfest (Normalpapier). Es werden **keine Folien** bereitgestellt. Bei Bedarf sind diese selbst mitzubringen.
- Die Bahnen X und Y queren jeweils zweimal die **Ortsverbindungsstraße** am Südrand von Adlkofen. Auch wenn nicht viel Verkehr zu erwarten ist, bitte beim Queren vorsichtig sein.
- Alle Bahnen verlaufen zumindest teilweise durch **Wohngebiet**. Auch hier ist vereinzelt mit Autoverkehr zu rechnen. Beim Belaufen und Überqueren von Straßen ist daher stets auf den **Straßenverkehr** zu achten.
- An einzelnen Stellen von Spazierwegen am Waldrand kann es noch Stellen mit **Eisglätte** geben. Bitte hier besonders vorsichtig laufen.
- Es werden für die Bahnen X und Y **OL-Schuhe ohne Metallstifte** und für die Bahnen Z und Ω **normale Laufschuhe** empfohlen.
- Es ist strengstens **verboten, Privatgelände** (oliv) zu betreten oder **Mauern und Zäune** zu überqueren. Nichtbeachtung kann mit Disqualifikation geahndet werden!
- Zeitplan:** Erster Start: 18:00 Uhr / Letzter Start: 20:00 Uhr / Zielschluss: 21:00 Uhr
- Toiletten**, Umkleiden oder Duschen sind vor Ort nicht vorhanden!
- Achtung!** Es ist nicht ausgeschlossen, dass ein **Posten versetzt oder entwendet** wird. Sollte ein **Posten fehlen**, bitte **weiterlaufen** und dies **im Ziel melden**!

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

Der OLV Landshut wünscht viel Spaß!