

Einladung und Ausschreibung

zum SOLV Trainingslager

Zeit: Freitag, 15.4.2016 bis Sonntag, 17.4.2016
Abfahrt: Freitag, um 14.30 Uhr von der Schule, Zustiegmöglichkeiten an der Autobahn
Ort: Mauterndorf, Lungau
Unterkunft: Jugendgästehaus Mauser Mühltaler
Kursleitung: Christian Breitschädel
Trainer: Markus König, Martin Lejsek,
Kosten: 70,- € Jugendliche, 85,- € Erwachsene
Dies beinhaltet: 2x Unterkunft mit Vollpension, Beginn AE, Ende ME, Kartenkosten, Trainer- Helferarbeit, Wettkampf
Anreise: Entweder selbstständig, oder mit dem ASKÖ Vereinsbus
Teilnehmer: Alle Könnens- und Altersstufen, auch Anfänger
Ausrüstung: OL Ausrüstung, genügend Wechselwäsche!., vor allem Socken! Schuhe zum Wechseln, kleiner Rucksack, Schreibzeug, Taschen- bzw. Nachtlampe
Regen- Kälteschutz, Haube
Handtücher,
Getränkeflasche, ev. Müsliriegel, Obst
Gute Laune und viel Motivation!

Voraussichtliches Programm:

| | |
|----------------------|--|
| Freitag-Nachmittag: | Anfahrt nach Mauterndorf, Beziehen der Unterkunft |
| 17 Uhr: | Mauterndorf : Mikro OL / Sprint Training (rallye type), SI |
| Abend: | Abendessen, Nachbesprechung des Trainings, Vorbesprechung Sa. und So. |
| Samstag - Vormittag: | Fernwald: Routenwahl-OL, SI |
| Nachmittag: | Niederrainwald: Stern- bzw. Schmetterlings-OL, SI |
| Abend: | Abendessen, Nachbesprechungen; Vortrag – Risikomanagement beim OL; individuelle Freizeitgestaltung |
| Sonntag- Vormittag: | Traningwald ab 9 Uhr: verschiedene begrenzte Karten, kurze techn. Schleifen, SI |
| 11 Uhr: | kleine leichte Jause, bzw. Suppe |
| Sonntag 13.30 Uhr: | Start zum Sport Vogl Salzburg Cup Lauf im Passeggen |
| ab 15 Uhr: | Mittagessen, Abreise |
| Anmeldung: | über Anne |

*Kleine Änderungen zu den Trainings vorbehalten

Zusatzinformation:

Bei diesem Kurs werden auch ca. 30 Läufer innen aus Wien und 10 aus Kärnten dabei sein.
Danke und liebe Grüße chb

Tel.: 06644245042

AUSSCHREIBUNG

3. Salzburger Sportvoglcup 2016

- Veranstalter:** Salzburger Orientierungslaufverband - SOLV
Durchführung: ASKÖ Henndorf Orienteering
Treffpunkt: **Sonntag, 17. April 2016** – ab 12:30 Uhr – Sportplatz St. Andrä im Lungau
1. Start: **13:30 Uhr**
Bahnlegung: Martin Lejsek
Wettkampfleiter: Christian Breitschädel
Karte: Passeggen, Maßstab 1 : 7.500, AE: 2,5m, IOF-Norm, Stand.4/2016, A4-Format
Zeitnehmung: SportIdent
Wettkampftart: Normaler OL, freie Startzeitwahl zw. 13.30 und 15.00 Uhr

| | | | |
|--------------------|----------|-------------------------------|--|
| Kategorien: | Neulinge | D/H -13 und OK | |
| | Kurz | D/H -15, D/H 55- und OL | |
| | Mittel | D -18, D 19-, D 35- und D 45- | |
| | Lang | H -18, H 19-, H 35- und H 45- | |

Nennung: bis spätestens **Mittwoch, 13. April 2016 über ANNE** unter < ... www.oefol.at/anne>; notfalls über leo.mueller@sbg.at mit Name, Klasse, Geburtsjahr, Verein und SI-Nummer.

Hinweis des SOLV: Startberechtigt für die Tageswertung sind ALLE; für die Jahreswertung des SOLV-Cup werden aber nur SOLV-Mitglieder berücksichtigt!

Startgeld: € 3,- bis D/H -15 und Offen, ab D/H 16- € 4,50

Allgemeines: Der Veranstalter sowie der durchführende Verein übernimmt keinerlei Haftung für auftretende Schäden jeglicher Art, auch nicht gegenüber Dritten. Jede(r) Läufer(in) startet auf eigene Gefahr und ist für die entsprechenden Versicherungen selbst verantwortlich.
Die Regeln der Straßenverkehrsordnung sind unbedingt einzuhalten.
Privatgrundstücke dürfen nicht betreten werden.

Der ASKÖ Henndorf Orienteering wünscht allen einen erfolgreichen OL!

Christian Breitschädel und sein Team