

Das wöchentliche Schul-Orientierungslauf-Training findet jeden Montag um 14:30 Uhr für Jugendliche ab 10 Jahren statt. Die Trainings sind alle in Graz und öffentlich gut erreichbar. Startmöglichkeit ist zwischen 14:30 Uhr und 15:00 Uhr.

Treffpunkt für die Trainings ist entweder um 14:10 Uhr beim Ursulinenturnsaal (Umkleidemöglichkeit) und dann von dort gemeinsame Anreise zum Training, Leitung: Karin Walch, 0676 4285665, oder ab 14:30 Uhr beim jeweiligen Treffpunkt.

Kosten: 60€ pro Schuljahr (OLC Mitglieder 40€), bitte spätestens beim 2. Termin mit der Anmeldebestätigung zum Training mitbringen.

Datum	Treffpunkt	Einsteiger	Fortgeschrittene
15.09.2014	Stadtpark-Passamtswiese	Einführung und Stern-OL	Sprintschlaufen + Mixed Sprint-Staffel
22.09.2014	Hilmteich, Nordufer	Stern-OL	Technik-Training
29.09.2014	KF Universität	Sprintschleifen	Sprint-Intervalle
06.10.2014	Otto-Möbes Schule	Partnerübung (Follow Jon)	Kappenschnappen
13.10.2014	Oeverseepark	Sprintschleifen	Mikro-OL Schleifen
20.10.2014	Mariatrost (Endstation)	normale OL-Bahn	Tankstellen-OL
27.10.2014	Buschenschank Reiter	Orientieren nach Höhenlinien	WISBI + Höhenlinien-OL
03.11.2014	Billrothgasse	Normale OL-Bahn	Strukturieren
10.11.2014	Stadtpark	Orientieren nach Kompass	Multi-Technik-Training
17.11.2014	Rosenhain	Wettkampf	Wettkampf

Ausrüstung: Laufkleidung mit langer Hose oder Stutzen, Sportschuhe mit grobem Profil, OL-Equipment falls vorhanden, Kopfbedeckung und Handschuhe im Winter.

Restliche Montage bis Semesterende: Lauftrainings mit Orientierungsaufgaben (Treffpunkt immer 14.15 Uhr beim Ursulinenturnsaal)
Treffpunkte für das 2. Semester werden am Ende des 1. Semesters ausgeteilt.

Weitere Termine:

24.10. Schulcup (3 weitere im Frühjahr)

Eine Übersicht zu den genauen Treffpunkten auf Google Maps ist unter folgendem Link einsehbar: <https://mapsengine.google.com/map/edit?mid=zA7wzJDSkr2w.kf8J-45m9eNw>

Bis bald im Wald ☺
Karin Walch und Chris Pfeifer

Bei Fragen bitte Mail an: christian.pfeifer@gmx.at
karin.walch@ursulinen.at oder 06643433540.

