



Weisungen 43. Schweizer Staffel-OL Meisterschaft (SOM) **Sonntag, 13. Juni 2010**

ol norska und O'Jura heissen Euch herzlich willkommen zum OL-Wochenende in Lamoura. Wir wünschen Euch spannende, erfolgreiche und wunderschöne Läufe und freuen uns, für Euch dieses Wochenende organisieren zu dürfen.

Veranstalter	ol norska / O'Jura
Laufleitung	Matthias Niggli / Jürg Niggli
Bahnlegung / Kontrolle	Urs Steiner / Daniel Hadorn
Auskunft	Matthias Niggli. matthias.niggli@gmx.ch . 079 222 13 87
TD	Daniel Leibundgut
Medien/Presse	Roman Troxler, roman@deviant.li , 079 212 53 80.
Wettkampfbereich	Village de Vacances de Lamoura / Frankreich. Geöffnet ab 8:00 Uhr. Beschränkte Garderobemöglichkeiten, keine Duschen. Wir empfehlen Euch, Eure Klubzelte für beide Tage aufzustellen und diese ebenfalls zu nutzen. Die Klubzelte dürfen gemäss Skizze der Staffel-SM aufgestellt werden. Die Anzahl der Toiletten ist beschränkt. Bitte benutzt auch das WC beim Fussballplatz.
Öffentlicher Verkehr	Kein Spezialtransport für die Anreise am Sonntag (OeV-Anreise nur anlässlich des Nationalen am Samstag möglich). Der Ticketverkauf erfolgte zusammen mit der Laufanmeldung. Kein Ticketverkauf am Sonntag. Die Tickets werden per e-mail verschickt und müssen beim Einstieg vorgewiesen werden. Da die Kapazität der Nyon-LaCure-Bahn sehr beschränkt ist, bitten wir um Eure Mithilfe, dass alles reibungslos klappt. Rückreise: Mit dem Spezialtransport vom Wettkampfbereich zum Bahnhof La Cure, danach weiter mit der Bahn nach Nyon. Die Busse nach La Cure fahren ab 13:20 Uhr im Pendelverkehr. Letzte Abfahrt um 14:30 Uhr.
Parkplätze	Parkplatz La Serra und Combe du Lac. Ab Hauptstrasse La Cure-Lamoura markiert. Bitte Weisungen der Parkordner befolgen. Fussmarsch zum WKZ maximal 1500m. Wildes Parkieren führt zur Nichtklassierung.
Information	Beim Eintreffen im WKZ liegen nach Kategorie sortierte Listen auf. Jede Läuferin und jeder Läufer muss mit einer Unterschrift (bei Minderjährigen unterschreibt der gesetzliche Vertreter) bestätigen, dass sie/er in eigener Verantwortung teilnimmt und gesundheitlich

dazu befähigt ist den Wettkampf zu absolvieren (französische Gesetzgebung).

Teilnehmer aus Frankreich benötigen eine Lizenz.

Startnummern und Mutationsblatt werden teamweise abgegeben.

Miete SI-Card (Fr. 2.-).

Verkauf von Postennetzkarten (Fr. 5.-, ab 12:30 Uhr)

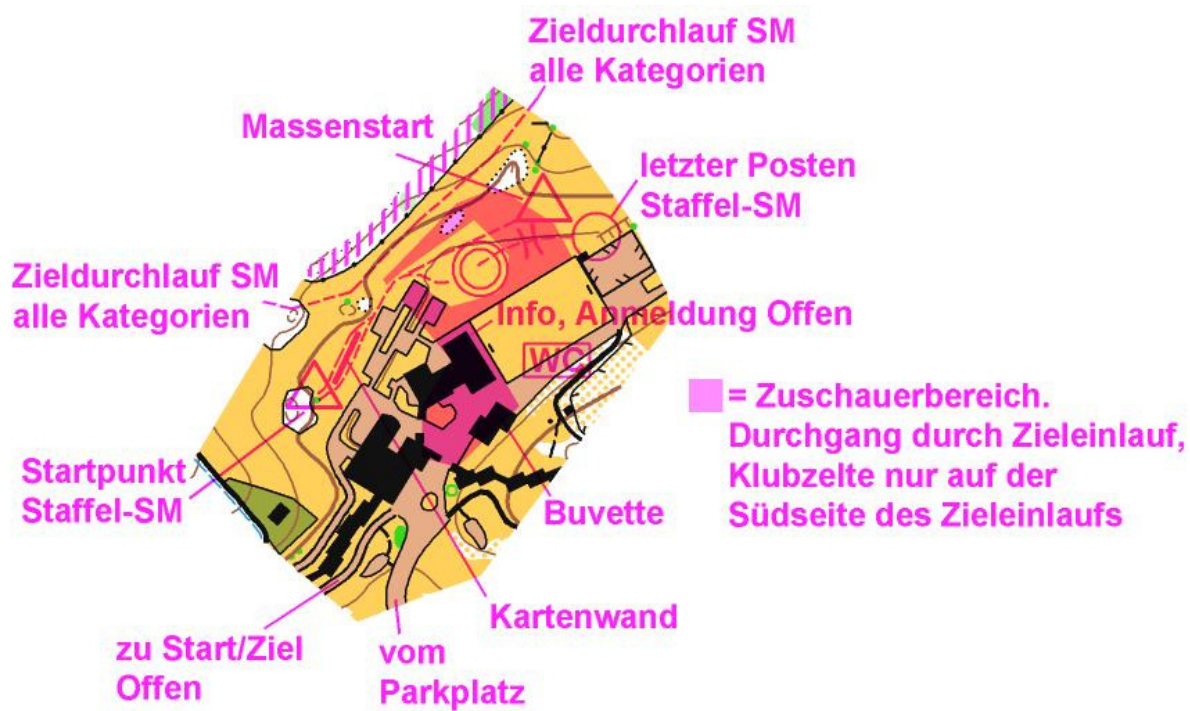
Mutationen	Gebührenfrei bis Freitag, 11. Juni 2010, 20:00 Uhr über www.go2ol.ch . Danach nur noch am Wettkampftag bis 9:00 Uhr an der Information (Mutationsgebühr CHF 10.-). Mutationen von SI-Cardnummern sind kostenlos.
Ausländische LäuferInnen	Läuferinnen und Läufer aus dem Ausland sind startberechtigt. Ihre Staffel ist aber nur titel- oder medaillenberechtigt, wenn alle Teammitglieder seit mindestens fünf Jahren ununterbrochen in der Schweiz wohnen.
Antidoping	Für diesen Wettkampf gilt das aktuelle Dopingstatut von Swiss Olympic. Es können Doping-Kontrollen in allen Kategorien durchgeführt werden. Mit der Anmeldung unterstellen sich die Teilnehmer den Anti-Doping-Regeln von Swiss Olympic. www.dopinginfo.ch Bei DE/HE und D/H-20 darf nur starten, wer die Kenntniserklärung zum Dopingstatut unterzeichnet hat.
Startliste	Wird in der Vorwoche auf www.swiss-orienteeing.ch veröffentlicht.
Startnummern	Abgabe teamweise bei der Information. Der Teamnummer folgt die Streckennummer (klein gedruckt) 1,2 oder 3. Die Startnummer ist gut sichtbar zu tragen.
Laufkarte	Lamoura, Massstab 1:10'000, Äquidistanz 5m, Stand Frühling 2010. Aufnahme und Zeichnung: Urs Steiner.
Geländebeschreibung	Wunderschönes Laufgelände zwischen 1150 und 1300 müM. Geschlossener Jurawald, teils halboffene oder offene Gebiete. Die Belaufbarkeit ist gut, Steinfelder am Boden und Jungwuchs können teilweise bremsen. Interessantes Relief, bescheidenes Wegnetz. Einfache Weidezäune sind nicht kartiert. Vorsicht beim Überqueren. Bitte allfällige Schäden im Ziel melden.
Sperrgebiete	Sind auf der Karte eingedruckt. Missachtung führt zur Disqualifikation.
Start- und Zielgelände	Die Zuschauer sind nur in den dafür vorgesehenen und markierten Zonen zugelassen. Platz für Klubzelte vorhanden. Ein Einlaufgebiet ist auf der Wiese beim WKZ und Richtung Parkplatz vorhanden (siehe Situationsplan WKZ).
SPORTident	Jede/r Läufer/in ist selber dafür verantwortlich, dass die SI-Card vor dem Start gelöscht und getestet wird. Die Lösch- und Testeinheiten sind am Eingang zum Warteraum aufgestellt. Es muss mit der angemeldeten SI-Card gelaufen werden. Bitte auf dem Mutationsblatt kontrollieren!

Anmeldung Kategorien Offen	Bei der Information, zwischen 9:00 und 11:00 Uhr. Offen lang, mittel und kurz. Startgeld CHF 12.-/17.-/27.- EUR 8.-/12.-/18.- je nach Alter. Zusatzkarte CHF 3.-/EUR 2.-, SI-Badge-Miete CHF 2.-.
Start	Staffelstarts zwischen 9:30 und 10:00 Uhr. Startzeiten siehe Streckendaten. Eintreten in den Warteraum 5 Minuten vor der Startzeit. 2 Minute vor dem Massenstart dürfen die Startläufer hinter die Karte treten. Der Start erfolgt mit einem akustischen Signal. Die Läufer nehmen die Karte mit ihrer Startnummer und laufen entlang der Pflichtstrecke zum Startpunkt.
Massenstart nicht abgelöster Läufer	Der Massenstart für alle nicht abgelösten LäuferInnen der Strecken 2 und 3 erfolgt um 12:30 Uhr und wird durch den Speaker rechtzeitig angekündigt.
Bahnen	Bahnen und Postenbeschreibungen (mit IOF-Symbolen) sind auf der Laufkarte eingedruckt. Alle Bahnen sind gegabelt und führen im Zielgelände vorbei (Zielpassage). Schlusschlaufe je nach Kategorie 4-10 Minuten. Keine weitere Ankündigung der eintreffenden Läufer. Die Teams sind selber verantwortlich, dass ihre Läufer rechtzeitig am Start sind. Streckenlängen siehe Bahndaten. Die 2. Strecke der Bahnen D12/H12 ist auch für D10/H10 geeignet.
Posten	Nach WO mit SPORTident. Die Posten sind in der vorgeschriebenen Reihenfolge anzulaufen. Bei nicht funktionierender (kein akustisches und kein optisches Signal) oder fehlender SI-Einheit ist mit der Zange auf die Laufkarte zu stempeln.
Verpflegungsposten	Es gibt keine Verpflegungsposten.
Übergabe/Wechsel	Nach dem Stempeln des letzten Postens, läuft der/die ankommende Läufer/in entlang der markierten Strecke, gibt seine Karte dem nächststartenden Läufer/in, läuft ins Ziel und stempelt die Zieleinheit. Anschliessend wird im Auswertungszelt die SI-Card ausgelesen. Jede/r ist selber dafür verantwortlich, dass seine SI-Card ausgelesen wird. Der nächststartende Läufer/in gibt die alte Karte vor der Kartenwand ab, und nimmt die neue Karte von der Kartenwand (Selbstbedienung).
Zieleinlauf nach 3. Strecke	Rund 50 Meter vor dem Ziel in den separaten Zieleinlauf für die 3. Strecke wechseln (Wegweiser beachten). Für die Rangierung ist die Einlaufreihenfolge auf der Ziellinie massgebend (Zielrichter). Nach der Ziellinie darf nicht mehr überholt werden. Die Zieleinheit muss nach der Ziellinie gestempelt werden.
Maximalzeit / Zielschluss	Pro Strecke: 2 Stunden, Zielschluss um 14:30 Uhr. Aufgebende LäuferInnen melden sich im Ziel zurück, ohne FolgeläuferInnen abzulösen.
Einsprachen	Sind schriftlich bis eine Stunde nach Zielschluss (15:30 Uhr) bei der Information mit dem dort verfügbaren Formular einzureichen. Der Einsprecher hat sich zur Verfügung des Schiedsgerichts zu halten.

Schiedsgericht	Daniel Leibundgut (TD), Urs Hofer (Swiss Orienteering), Jürg Niggli (Veranstalter).
Rangliste	Schnellrangliste im WKZ, vollständige Rangliste nach dem Lauf unter www.swiss-orienteeing.ch abrufbar.
Rangverkündigung	Ab ca. 13:15 Uhr im Wettkampfbereich für alle Kategorien. Preise für die drei erstklassierten Teams in allen Kategorien, Medaillen für die Meisterschaftskategorien: 13:15 Uhr: Rangverkündigung für die drei Erstklassierten vom Nat. A. der Kategorien D20, H20, DE und HE. 13:20 Uhr: Jugend- und Elitekategorien 13:45 Seniorenkategorien.
Rückgabe der Laufkarten	Ab 12:30 Uhr im Wettkampfbereich. Selbstbedienung. Nicht abgeholte Laufkarten werden nicht nachgesendet.
Kinderhort	Für Kinder von 2 bis 10 Jahren im WKZ (maximal 3 Stunden).
Kinder-OL	Kinder-OL auf dem Areal des Feriendorfs. Anmeldung und Teilnahme zwischen 9:00 und 12:30 Uhr.
Sanität	Im Ziel / WKZ.
Versicherung	Ist Sache der Teilnehmer. Soweit gesetzlich zulässig lehnen die Veranstalter jede Haftpflicht für sich und seine Hilfspersonen gegenüber Teilnehmern ab. Alle Teilnehmer bestätigen durch die Teilnahme, dass sie gesundheitlich befähigt sind, einen OL-Wettkampf zu absolvieren und dass sie kranken- und unfallversichert sind. Die Krankenversicherungskarte ist zwingend mitzunehmen. Beim Eintreffen im WKZ liegen nach Kategorie sortierte Listen auf. Jede Läuferin und jeder Läufer muss mit einer Unterschrift (bei Minderjährigen unterschreibt der gesetzliche Vertreter) bestätigen, dass sie/er in eigener Verantwortung teilnimmt und gesundheitlich dazu befähigt ist den Wettkampf zu absolvieren (französische Gesetzgebung). Teilnehmer aus Frankreich benötigen eine Lizenz.
Festwirtschaft	Im WKZ, vielfältiges Angebot. Geöffnet ab 8:00 Uhr. Preise und Bezahlung in CHF und Euro (Wechselkurs 1 Euro = 1.5 CHF).
Anmeldung Kategorien Offen	Bei der Information, zwischen 9:00 und 11:00 Uhr. Offen lang, mittel und kurz. Startgeld CHF 12.-/17.-/27.- EUR 8.-/12.-/18.- je nach Alter. Zusatzkarte CHF 3.-/EUR 2.-, SI-Badge-Miete CHF 2.-/EUR 2.-.

Der OL-Gönnerclub fördert Wettkämpfe von nationaler Ausstrahlung in peripheren Gebieten. So wird unter anderem das OL-Weekend Haut-Jura in Lamoura 2009 finanziell unterstützt. Begeistert von dieser Initiative? Neumitglieder willkommen! www.goennerclub.ch

Übersicht Arena Staffel-SM



Streckendaten

Kategorie	Strecke	Distanz (km)	Steigung (m)	Anzahl Posten	Massenstart
H110	1,3	6.7	280	23	9:30
	2	5.9	240	20	
H16	1,3	5.7	260	19	9:30
	2	5.0	220	15	
H185	1,3	4.7	190	16	9:30
	2	4.2	165	15	
H135	1,3	6.3	250	21	9:35
	2	5.7	215	18	
D110	1,3	4.9	200	18	9:35
	2	4.3	180	16	
D160	1,3	3.9	130	15	9:35
	2	3.5	115	13	
HE	1	8.4	320	28	9:40
	2	7.2	290	22	
	3	9.2	350	31	
D18	1,3	4.9	200	18	9:40
	2	4.3	180	17	
D135	1,3	4.7	180	16	9:40
	2	4.2	165	15	
D14	1,3	3.4	150	14	9:40
	2	2.8	130	12	
HAK	1,3	4.9	210	19	9:45
	2	4.5	170	19	
H14	1,3	3.8	170	16	9:45
	2	3.6	155	15	
DE	1	6.0	260	21	9:50
	2	5.4	235	18	
	3	6.8	260	24	
H160	1,3	5.6	240	19	9:50
	2	5.0	205	16	
D12	1,3	2.3	110	11	9:50
	2	2.2	100	10	
H18	1,3	7.1	290	23	9:55
	2	6.3	240	20	
D16	1,3	4.6	190	16	9:55
	2	4.1	175	15	
H12	1,3	2.6	120	12	9:55
	2	2.4	110	11	
DAK	1,3	3.9	140	17	9:55
	2	3.4	120	16	
OL	-	5.2	180	13	-
OM	-	3.8	130	11	-
OK	-	2.2	100	10	-