

# Informationen GYM1 OL 2024

- Datum:** Freitagnachmittag, 25.Oktober 2024 (Unterricht bis 10.50 Uhr)
- Laufgelände:** „Mengestorfberg“ OL Karte 1:10`000, Stand Nov. 2015
- Kategorien:**
- Damen kurz = ca. 3.5 Lkm; Damen lang =ca. 4 Lkm
  - Herren kurz =ca. 4; Herren lang =ca. 4.5 Lkm
- Umkleideräume:** Turnhalle Lerbermatt
- Anreise:**
- Individuell mit dem Velo ab Lerbermatt ca. 20 Minuten
  - Oder mit ÖV (Zeitbedarf total ab Lerbermatt ca 45 Minuten!): Ortsbus 29 bis Bahnhof Köniz, weiter mit S6 bis Moos.  
**Lerbermatt ab 11:31; 12.01; 12.31; 13.01; 13:31**  
Danach **Fussmarsch** Bahnhof Moos-Anmeldung im Wald ca. **20 Minuten** (unbedingt einplanen!)
- Start/Startliste:**
- S. Aushang beim Turnhallen Eingang
  - Vorstart: **4 Minuten vor Startzeit**
- Besammlung:**
- Bei der Anmeldung (siehe Karte), mindestens 15 Minuten vor Startzeit
  - Ab Bahnstation **Moos** (S6) signalisiert mit violetten Pfeilen
- Durchführung:** Der OL findet auch bei schlechtem Wetter statt!
- Tipp zum OL:** Orientiert euch an den Wegen! Auf der kurzen Bahn kommt man auf den Wegen immer am schnellsten in die Nähe des Postens. Oft sieht man den Posten schon vom Weg aus.  
Auf der langen Bahn führt die Idealroute auch quer durch das Gelände. Dickichte werden jedoch gemieden.
- Bekleidung:** Lange Beinbekleidung (Sportbekleidung) wird empfohlen, da auch Wege überwachsen/„dornig“ sind. Zeckenschutzmittel (Spray) wird empfohlen.
- Musik/ Handy:** Musikgeräte sowie Handys sind nicht erlaubt.
- Gepäckdepot:** Bei der Anmeldung hat es ein Gepäckdepot/ Kleiderdepot (bewacht).
- Bitte beachtet, dass **bei nassen Wetterverhältnissen das Gepäck** (insbesondere Handy und Laptop) zusätzlich **in einen selbst mitgebrachten Sack** verstaut werden sollte, um sicherzustellen, dass es nicht nass wird!
- Es wird empfohlen mit möglichst wenig Gepäck anzureisen und das Schulmaterial im Spint in der Schule zu lassen!

## krankheits-/verletzungsbedingte Abwesenheit

Kurzfristige Abwesenheiten zwingend per Mail bei der Stufenleitung mit Cc an die Sportlehrkraft entschuldigen lassen.

## Helfereinsatz

Alle Helferinnen und Helfer melden sich um 12.10 Uhr bei der Anmeldung beim Waldeingang.

## Zeiterfassung:



Zeiterfassung mit Badge

- Beim Vorstart erhält jede Gruppe die Laufkarte mit Postenbeschreibung und einen „Badge“ (sprich „Bätsch“= elektronischer Finger). Dieser Badge dient der Postenkontrolle und der Zeiterfassung und muss nach dem Zieleinlauf beim „Auslesen“ abgegeben werden.
- Der Badge wird an Start, Ziel und bei allen Posten in die rundliche Öffnung der SI- Einheit (Kontrollkästchen) gehalten, bis ein Pfeifsignal ertönt und die entsprechende Information gespeichert ist.
- **die Posten müssen in der richtigen Reihenfolge angelaufen werden!**

## Was ist zu tun wenn...

**die Posten nicht in der richtigen Reihenfolge gefunden werden?**

→ zurück bis Reihenfolge wieder stimmt.

**ein Kästchen nicht pfeift und auch die Lämpchen nicht aufleuchten, wenn der Badge in die Öffnung gehalten wird?**

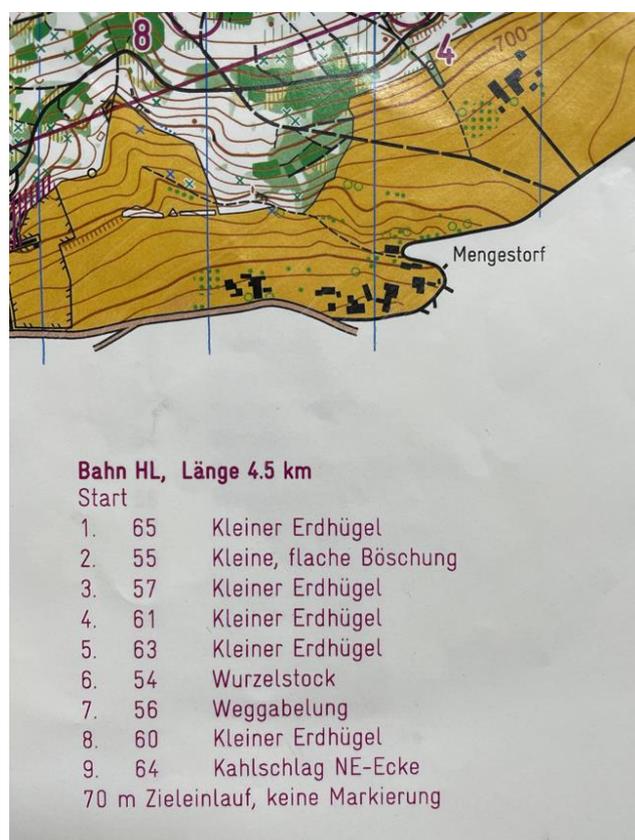
→ Auf der Laufkarte mit der am Posten angebrachten Zange stempeln



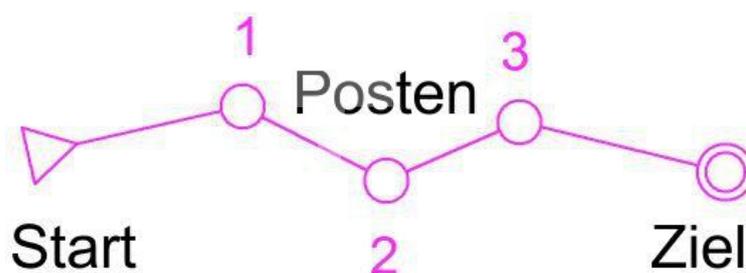
**Wichtig:**

Bei jedem Posten muss die Kenn-Nr. der Postenbeschreibung (Aufdruck auf der Karte) mit der Nummer auf dem Postenkästchen **übereinstimmen!**

Beispiel:

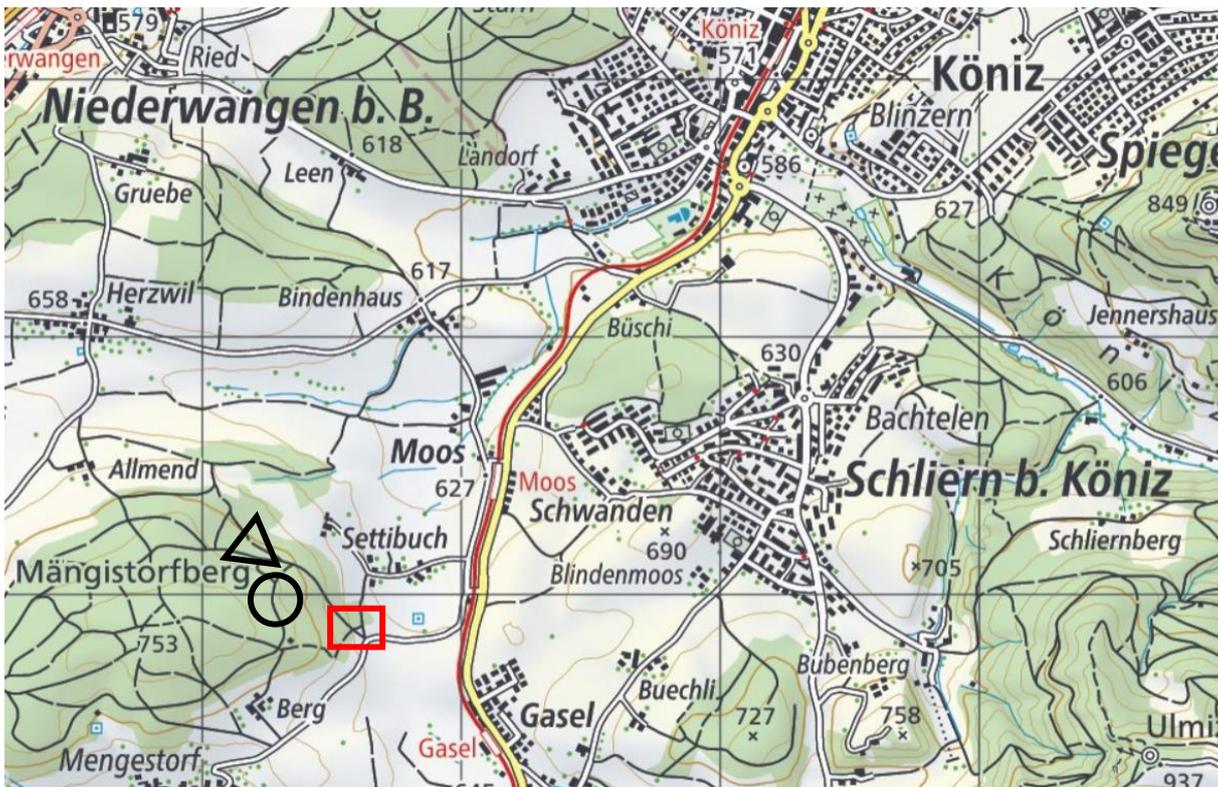


Der Posten 1 hat die Nummer 65. Der Posten 2 die Nummer 55.



Viel Erfolg wünscht die Fachschaft Sport

# Situationsplan



- Besammlung / Anmeldung
- ◁ Vorstart / Start
- Ziel / Auswertung

## Zielschluss

- 16:00 Uhr werden die Posten eingezogen
- 16:15 Uhr ist Zielschluss
  
- Laufabbruch bitte im Ziel melden!!

# Anreise ÖV



**Fussmarsch vom Bahnhof Moos bis zur Anmeldung:**  
**ca. 20 Minuten**

## Verbindung 1

11:31 ● **Liefefeld, Lerbermatt**  
B 29  
Richtung Niederwangen, Bahnhof  
NF (🚲)  
11:40 | Köniz, Bahnhof

3' 🚶 Fussweg

[Karte anzeigen >](#)

11:47 ○ **Köniz** **Gleis 2**  
S6  
Richtung Schwarzenburg  
1. 🚶🚶 2. 🚶🚶  
11:49 ● **Moos** **Gleis 1**

## Verbindung 2

12:01 ● **Liefefeld, Lerbermatt**  
+ B 29 19939 Richtung Niederwangen, Bahnhof  
12:10 | Köniz, Bahnhof

3' 🚶 Fussweg ([Auf Karte anzeigen](#))

12:17 ● **Köniz, Gleis 2**  
+ S 6 15644 Richtung Schwarzenburg  
1. 🚶🚶 2. 🚶🚶  
12:19 ● **Moos**

### Verbindung 3

12:31 ● **Liefefeld, Lerbermatt**  
⊕  **B 29 19944** Richtung Niederwangen, Bahnhof  
12:40 | **Köniz, Bahnhof**

3 '  Fussweg ([Auf Karte anzeigen](#))

12:47 ● **Köniz, Gleis 2**  
⊕  **S 6 15646** Richtung Schwarzenburg 1.   2.    
12:49 ● **Moos**

### Verbindung 4

13:01 ● **Liefefeld, Lerbermatt**  
⊕  **B 29 19948** Richtung Niederwangen, Bahnhof  
13:10 | **Köniz, Bahnhof**

3 '  Fussweg ([Auf Karte anzeigen](#))

13:17 ● **Köniz, Gleis 2**  
⊕  **S 6 15648** Richtung Schwarzenburg 1.   2.    
13:19 ● **Moos**

### Verbindung 5

13:31 ● **Liefefeld, Lerbermatt**  
⊕  **B 29 19952** Richtung Niederwangen, Bahnhof  
13:40 | **Köniz, Bahnhof**

3 '  Fussweg ([Auf Karte anzeigen](#))

13:47 ● **Köniz, Gleis 2**  
⊕  **S 6 15650** Richtung Schwarzenburg 1.   2.    
13:49 ● **Moos**