

4. Regio Olten OL, 25. März 2012, Bannwald, Olten

Weisungen

Die OL Regio Olten begrüsst euch zum 4. Regio Olten OL und wünscht einen schönen Lauf!

Besammlung Frohheim-Schulhaus (Olten), ab 8.30 Uhr. Weg vom Bhf/Parkplatz markiert.
Achtung: Sommerzeit!

OL-Einführung für Einsteiger um 10 Uhr bei der Anmeldung, mit Ex-Nationalkader-Läuferin

Anreise ÖV
Anreise PW Das WKZ ist nur 10 Minuten zu Fuss (600 m) vom Bahnhof Olten entfernt. Olten ist ab Basel, Biel und Bern über die Autobahnausfahrt Egerkingen sowie ab Luzern und Zürich über die Ausfahrt Rothrist einfach erreichbar. Die Parkplätze befinden sich nur 300 m vom Wettkampfbereich entfernt im Hammer shop-in, Signalisation ab Ortseingang Olten. Bitte Anweisungen des Parkdienstes befolgen und Kleingeld bereithalten (2.50 Fr. für 3 Stunden, 1.50 Fr. für jede weitere Stunde). Öffnungszeiten: 8.00 – 16.00 Uhr

ABLAUF

Anmeldung

1. Kategorie wählen und Postenbeschreibung nehmen (Selbstbedienung)
2. Startgeld bezahlen (Jg. 1991 und älter 18 Fr., Jg. 1992 und jünger 9 Fr.), ggf. SPORTident (SI)-Badge mieten (2 Fr.)
3. Unbedingt mit SI-Badge anmelden, bei nachträglicher Registrierung nach dem Lauf wird angenommen, dass das Startgeld noch nicht bezahlt wurde.

Weg zum Start ca. 5-10 Minuten Fussmarsch (ebenso zurück vom Ziel zum WKZ)

Kleiderdepot zwischen WKZ und Start/Ziel, dem Wetter angepasst

Vorstart 9.00 – 13.00 Uhr fliegender Start (d.h. keine vorgegebenen Startzeiten); mit **eingedruckten Bahnen**, leere Karten liegen vor dem Start auf.

Posten Start-Einheit unbedingt quittieren. Jeder Posten trägt eine SI-Posteneinheit und eine Lochzange. Bei defekter/fehlender SI-Einheit mit Zange auf Karte stempeln. Die Posten sind in der vorgegebenen Reihenfolge anzulaufen.

Verkehr Im Laufgebiet hat es keine Strassen. Höchstens im Westen ist landwirtschaftlicher Verkehr möglich, bitte Acht geben.

Ziel Die Strecke vom letzten Posten zum Ziel ist ausgeflaggt. Die Zielzeit muss individuell mit dem SI-Badge ausgelöst werden.

WKZ Nach dem Lauf unbedingt **SI-Badge auslesen, auch aufgebende Läufer**. (Allfällige Suchaktionen würden dem/der Läufer/in in Rechnung gestellt.) Bitte Laufschuhe vor Betreten des Wettkampfbereichs ausziehen.

Ranglisten In der Festwirtschaft wird eine Hängerangliste geführt. Die definitive Rangliste ist nach Zielschluss auf www.o-l.ch abrufbar. Zustellung der Rangliste in Papierform gegen Bezahlung einer Gebühr von 2 Fr.

Viel Vergnügen! Eure



LL / BL / K Matthias Schlegel / Franz Wyss / Philipp von Arx