

6. ImpOLs-Cup Abendlauf 2024

Olten (SO), Donnerstag, 29. August 2024

Weisungen

Veranstalter	OL Regio Olten					
Auskunft / Laufleitung	Urs Bloch 079 473 48 09 kontakt@olregioolten.ch					
Bahnlegung / Kontrolle	Erich Bächler / Andreas Peter					
Karte	Bannwald, 1:7500, Stand: Juli 2024 Schöngrund, 1:3000 / 1:4000, Stand: Juli 2024					
Anmeldung	Vor Anmeldung: www.entry.picoevents.ch bis Mo, 26.08.2024 Nachmeldungen vor Ort möglich, so lange Karten verfügbar sind Anmeldung vor Ort offen ab 16.30 Uhr					
Startgeld	über 20-Jährige: CHF 12.— Kinder und Jugendliche: CHF 6.— Zusatzkarte: CHF 3.—					
Startzeiten	Von 17.00 – 18.30 Uhr (Achtung: Wegen der früheren Dämmerung ist das Startzeiten-Fenster verkürzt)					
Besammlung/WKZ	Schulhaus Frohheim , Olten, 2'634'785.93 , 1'244'834.91 WC vorhanden, keine Garderoben					
Anreise	Olten ist bestens mit dem öffentlichen Verkehr erreichbar. Der Weg zum WKZ ist ab der Bahnhofbrücke (Nordseite) markiert. Fussmarsch Bhf-WKZ: ca. 10 Minuten. Für Individualverkehr: In Olten gibt es verschiedene Parkhäuser (Parkleitsystem an den Einfallstrassen). Beim WKZ kann nicht parkiert werden, die Zufahrt ist nur für Anwohner gestattet.					
Provisorische Streckendaten	Bahn	Massstab		Distanz (km)	Steigung (m)	Posten total
		Wald	urban			
	A	1:7500	1:3000	4.9	170	19
	B	1:7500	1:3000	4.3	155	14
	C	1:7500	1:3000	3.5	130	14
	D		1:4000	3.2	115	14
E		1:3000	1.6	90	9	

Weg zum Start / vom Ziel	450 Meter, 20 Meter Steigung Postenbeschreibung im WKZ Fliegende Startzeiten-Zuteilung am Start Das Ziel befindet sich direkt beim WKZ
Besonderes zum Lauf-Modus	Der Wettkampf wird als Kombination von Wald-OL und urbanem OL ausgetragen. Die Kategorien A, B und C haben einen map-flip (Wald-OL auf der Vorderseite, urbaner OL auf der Rückseite). Ungefähr 70% der Strecke ist Wald-OL, 30% urbaner OL. Der Lauf beginnt mit dem Wald-OL. Die Position des letzten Postens des Wald-OL entspricht der Position des Startdreiecks auf der urbanen Karte. die Posten sind fortlaufend über beide Karten nummeriert. Für die Kategorien D und E befindet sich der ganze Lauf auf einer einzigen Karte. Beim Wald-OL für die Kategorien A, B und C muss auch quer gelaufen werden. Normale OL-Schuhe oder Turnschuhe mit gutem Profil (Trailrunning) eignen sich am besten. Schuhe mit Dobb-Spikes sind verboten. Bei den Kategorien D und E wird auch im Wald fast ausschliesslich auf Wegen gelaufen, deshalb sind für diese Kategorien Turnschuhe am besten geeignet.
Lauf im Quartier	Ein Teil des OL findet im Schöngrundquartier statt. Das Quartier ist nicht sehr stark befahren, dennoch muss mit Autos gerechnet werden. Alle Läuferinnen und Läufer respektieren die geltenden Verkehrsregeln.
Beizli	Im WKZ gibt es kleines und feines Verpflegungsangebot: Hot Dog, Sandwiches, Kuchen sowie Kaffee und Mineral. Die Einnahmen gehen an die Juniorinnen und Junioren der OL Regio Olten, welche das Beizli auch führen.
Schlusslauf mit Siegerehrung	Der ImpOLs-OL in Olten ist der Schlusslauf der diesjährigen ImpOLs-Serie. Im Anschluss an den Lauf gibt es vor Ort die Siegerehrung der einzelnen Kategorien und der Vereinsmeisterschaft.
Versicherung	Ist Sache der Teilnehmenden. Soweit gesetzlich zulässig, lehnt der Veranstalter für sich und seine Hilfspersonen jede Haftung gegenüber Teilnehmenden ab.



Die OL Regio Olten freut sich auf viele grosse und kleine OL-Begeisterte an diesem Spätsommerlauf in Olten.