

ORIENTEERING (OL)

Orientierungslauf ist eine Sportart für die ganze Familie, die Geist und Körper gleichermaßen fordert. Mittels der aufgedruckten Karte (und ev. eines Kompasses) müssen Stationen (auch Posten genannt) gefunden werden. Das sind rotweiße Tafeln mit einer Kontrollzange auf einem Holzpfosten. Auf der Spezialkarte im Maßstab 1 : 7.500 (1 cm = 75 m) sind diese Posten mit einem roten Kreis und einer Nummer eingezeichnet.

Orienteering is a fun family sports that exercises the body while challenging your brain. In orienteering, you use a map - and sometimes a compass - to locate a series of points shown on a specialized map. Each point or “control” is marked in the terrain by a white and red sign. In order to prove that you have visited a control, you use a punch hanging from the sign to mark your control card. On the orienteering map (scale 1:7,500 [1 cm = 75 m]) the controls are marked by red circles and numbered in the order they are to be visited.

Wir bieten 3 Kurse an:
There are 3 orienteering courses to choose from:

- blau** – leicht – 2,1 km Luftlinie – 10 Posten
blue – easy – 2.1K “as the crow flies” – 10 controls
- rot** – mittel – 3,1 km Luftlinie – 17 Posten
red – moderate – 3.1K “as the crow flies” – 17 controls
- schwarz** – schwer – 4,4 km Luftlinie – 24 Posten
black – difficult – 4.4K “as the crow flies” – 24 controls

Sie können sich aber auch selbst anhand des Gesamtpostennetzes (29 Stationen) einen Kurs zusammenstellen.
Alternatively, you can create your own orienteering course by using the 29 different controls available.

Kleine Anleitung

- Der Start- und auch Zielposten ist auf der Südseite des Parkplatzes beim Schwimmbad (gegenüber der INFO-Tafel).
- Versuchen Sie, die Karte zu lesen! Eine Erklärung der Farben und Symbole ist aufgedruckt (Legende).
- Bringen Sie die Karte in die richtige Lage (Einnorden)! Drehen Sie diese so lange, bis Karte und Gelände übereinstimmen! Während der gesamten Wanderung (des ganzen Laufes) muss die Karte eingenordet bleiben!
- Verbinden Sie vor dem Start auf der Karte die Postenringe – je nach Kurswahl – mit einer roten Linie! Es erleichtert das Lesen auf dem Kurs.
- Die Postenbeschreibung ist neben der Karte abgedruckt und verrät die genaue Position des Stationsstandortes.
- Wenn Sie den Posten gefunden haben, kontrollieren Sie anhand der Nummer, ob es der richtige ist und zwicken Sie im Feld des entsprechenden Kurses (leicht, mittel, schwer) ab!
- Nach dem Zwicken die Karte wieder einnorden und auf zum nächsten Posten!

Gut Such!



Hints and tips

- The start and end points are located at the southern end of the parking lot in front of the swimming pools (opposite the INFO panel).
- Find your location on the map and take a good look. A legend explaining the colors and symbols is printed on the map.
- Orient the map! With an Orienteering map, you always orient the map so that the features on the map are lined up with the same features on the ground.
- It is a good idea to connect the control circles with a red line before you head off. It makes following the course a lot easier!
- The control descriptions are printed on the map and describe the exact location of the controls.
- When you get to the control, look to see if it's the right number, then punch the card in the first field of the respective course (easy, moderate, difficult).
- Head off to the next control!

Good Luck!



Region St. Johann in Tirol
6380 St. Johann in Tirol, Poststraße 2
www.kitzalps.cc



Orienteering
Der Familiensport für Geist und Seele
The Family sport for mind and soul

