Beste Vorbereitung für die SPM in Uzwil

Familien starten gratis!

75. St. Galler OL (*21)

Ostermontag, 21. April 2025

Lauf der ROLV-Jugendmeisterschaft 2025

OLG ST. GALLEN APPENZELL

Weisungen

WKZ	- Sportanlage Buchenwald, Gossau SG; offen ab 08:30 Uhr
Bahndaten	- Die Bahndaten werden bis am 14. April unter www.olgsga.ch aufgeschaltet
Karte	- «Gossau» 1:4'000, Stand Herbst 2024, Bahnen eingedruckt - Abgabe der Laufkarte am Start
Postenbeschreibungen	- Selbstbedienung im WKZ
Weg zum Start	- ca. 800m, knapp 10 Minuten
Kleiderdepot	- wird nicht angeboten
WC	- nur im WKZ, kein WC beim Start
Vorstart	- SI-Card löschen und prüfen
Startzeiten	- freie Startreihenfolge, Intervall ≥ 1 Minute für Bahnen mit gleichem 1 Posten - erster Start 09:30, letzte Startmöglichkeit 12:00 Uhr
Start	- Mit SI-Card in der Starteinheit Laufzeit auslösen, danach erst Karte öffnen - Kategorien D/H10, D/H12 und Familien und Offen dürfen die Karte vor dem Auslösen der Startzeit 2 Minuten studieren - Startposten ist auf der Karte als Dreieck dargestellt, muss aber nicht gestempelt werden
Posten	- sind für berührungsloses Stempeln freigeschaltet - Posten sind in der vorgegebenen Reihenfolge anzulaufen - Posten stehen teilweise nahe beieinander → Nummern kontrollieren - bei defekter SI-Einheit mit Postenzange auf der Karte quittieren
Sperrgebiete	- Sperrgebiete sind auf der Karte als rote Schraffur eingedruckt und dürfen nicht betreten werden - Das Laufgebiet (siehe Ausschreibung) darf vor dem Lauf nicht durchquert werden, Ausnahme: Auto / Velo auf direktem Weg zum Parkplatz - Missachtung kann zu Nichtklassierung oder Disqualifikation führen
Zeitneutralisation	- Nach etwa einem Drittel der Strecke wird eine stark befahrene Strasse überquert. Der markierte Übergang ist mit Sicherheitspersonal besetzt, die Zeitmessung wird durch Posten vor und nach der Querung neutralisiert. Die allgemeinen Strassenverkehrsregeln sind einzuhalten.
Einlaufen	Der markierte Weg vom WKZ zum Start dient als Einlaufstrecke und sollte nicht verlassen werden.
Ziel	- markiert ab letztem Posten, auf Ziellinie mit SI-Card stempeln
Zielschluss	- 13:00 Uhr
Rückweg	- Ziel bis WKZ markiert, ca. 1.4km, knapp 20 Minuten
Auslesen	- SI-Card sofort nach der Rückkehr im WKZ auslesen - Aufgebende Läufer/innen melden sich ebenfalls bei der Auslesestation im WKZ, um Suchaktionen zu vermeiden
Rangliste	- Live-Resultate unter https://liveresultat.orientering.se/followfull.php?lang=de&comp=32642 - definitive Rangliste unter www.swiss-orienteering.ch

NOUVAG

MIGROS

Bahndaten

Kategorie:	Länge	Steigung	Posten
	[km]	[m]	[-]
H10	1.7	40	19
H12	1.9	50	20
H14	2.4	50	24
H16	2.8	65	26
H18	3.6	80	31
HAL	3.6	80	31
HAM	3.4	65	29
HAK	2.2	50	21
H35	3.4	60	27
H40	3.4	60	27
H45	3.1	55	25
H50	3.1	55	25
H55	2.8	55	22
H60	2.8	55	22
H65	2.5	45	21
H70	2.5	45	21
H75	2.0	40	18
H80	2.0	40	18
H85	1.9	50	20

Kategorie:	Länge	Steigung	Posten
	[km]	[m]	[-]
D10	1.7	40	19
D12	1.9	50	20
D14	2.3	50	25
D16	2.4	50	24
D18	3.4	65	29
DAL	3.4	60	27
DAM	2.8	50	24
DAK	2.1	50	22
D35	3.4	60	27
D40	3.1	55	25
D45	3.1	55	25
D50	2.8	55	22
D55	2.8	55	22
D60	2.5	45	21
D65	2.5	45	21
D70	2.0	40	18
D75	2.0	40	18
D80	1.9	50	20

Kategorie:	Länge	Steigung	Posten
	[km]	[m]	[-]
Offen kurz	1.9	50	20
Offen mittel	2.4	50	24
Offen lang	3.4	65	29
Familie	1.7	40	19