

Jahresbericht 2010

Überraschungs-Bronze für D-14 Staffel-Mädchen



Themen in dieser Ausgabe:

- S. 4 Ndby. Solathlonmeisterschaft
- S. 8 DM Sprint
- S. 10 JLVK
- S. 18 Bayr. Sprintmeisterschaft
- S. 27 DM Mitteldistanz
- S. 31 Jukola und Venla
- S. 34 Jugend Europameisterschaft
- S. 40 10 Jahre OL beim SVM
- S. 43 Bayr. Mittelmeisterschaft
- S. 46 OO Cup in Slowenien

- S. 50 Adventure Race
- S. 53 Trainingslager in Slowenien
- S. 62 Senioren WM
- S. 63 Biathlon-OL WM
- S. 64 DM Staffel
- S.72 DM Klassik
- S. 75 Deutschland Cup
- S. 78 Arge Alp
- S. 84 Bayr. Einzelmeisterschaft
- S. 86 Bayr. Staffelmehisterschaft
- S. 92 Venedig Stadt-OL
- S. 95 Deg-Park-Tour

DM und Deutsche Bestenkämpfe Ski-OL im Thüringer Wald 06.-07. Februar 2010

Im schneereichen Thüringen veranstaltete der SV TU Ilmenau in diesem Jahr die Deutschen Ski-OL Meisterschaften. In den Kammlagen des Thüringer Waldes um 900 m ü.NN mit relativ dichtem, auch touristisch genutztem Spurennetz wurden am Samstag die Langdistanzstrecken und am Sonntag die Mitteldistanzstrecken absolviert. Einziger Teilnehmer des SV Mietraching war in diesem Jahr Uwe Genatis, der doch wettkampfnah wohnt.

Ergebnisse Langdistanz:

H-45 (7,9 km / 11 P.)

1.	Henning Bruns	MTK Bad Harzburg	57:48 min
2.	Heiko Gossel	USV TU Dresden	72:27 min
3.	Steffen Lösch	USV Jena	74:01 min
11.	Uwe Genatis	SV Mietraching	87:45 min

Ergebnisse Mitteldistanz:

H-45 (4,6 km / 11 P.)

1.	Heiko Gossel	USV TU Dresden	46:38 min
2.	Steffen Lösch	USV Jena	47:21 min
3.	Mario Gorecki	USV Jena	47:32 min
4.	Uwe Genatis	SV Mietraching	47:35 min

Portugal O-Meeting 13.-16. Februar 2010

Während der Großteil Europas noch unter einer dicken Schneedecke lag, begann alljährlich im Februar in Portugal die internationale OL-Saison. So traf sich auch beim diesjährigen „Portugal O-Meeting“ bei Figueira da Foz nicht nur die versammelte Weltelite, sondern auch rund 2000 OL-Hungrige allen Alters, um die ersten OL-Schritte des Jahres in interessantem Gelände zu wagen. Auch drei Mietrachinger (Karin und Roland Vogl, Anna Biller) hatte es an den Atlantik verschlagen.

Der Auftakt des 4-Tage-OLs bildete ein Langdistanz-Wettkampf bei strahlendem Sonnenschein in den flachen, sandigen Küstenwäldern und den Dünen des Atlantikstrandes.

Als zweite Etappe wartete nahe Quiaios eine Mitteldistanz in feinkupiertem Terrain auf die Wettkämpfer.

Die längste Etappe fand am dritten Wettkampftag im gleichen Gelände statt, bevor zum Abschluss noch einmal

ein Mitteldistanz-Rennen in halboffenem, erneut sandigem, aber äußerst schnell belaufbarem Gelände auf dem Programm stand. An den übrigen Wettkampftagen zeigte sich das Wetter häufig bewölkt, aber meist trocken und mit rund 10 Grad deutlich milder als in Deutschland.

Gesamtwertung POM:D-20:

1.	Perrine Obstetar	SunO	48:40	25:22	49:40	27:33	3704,59 Punkte
2.	Josephine Greiner	TSV Grünwald	47:28	27:20	55:45	26:33	3593,94 Punkte
3.	Sari Nurmela	Vehkalahde	52:20	25:57	57:34	24:55	3589,74 Punkte
7.	Anna Biller	SV Mietraching	48:40	27:16	57:29	30:42	3421,64 Punkte

H-40:

1.	Armando Sousa	ADFA	54:59	27:23	61:55	29:47	4000,00 Punkte
2.	Alistair Landels	Auckland	63:13	30:56	66:40	33:20	3577,25 Punkte
3.	Henrik Holmberg	Köping	65:02	31:52	72:15	32:53	3467,48 Punkte
20.	Roland Vogl	SV Mietraching	79:33	37:03	77:05	45:18	2890,98 Punkte

D-40:

1.	Michaela Conti	Swiss Mixt	51:13	31:57	63:22	33:01	3937,41 Punkte
2.	Claudia Greiner	TSV Grünwald	56:39	36:35	63:42	32:55	3712,46 Punkte
3.	Vicky Thornton	MDOC	55:02	34:35	67:11	38:20	3605,09 Punkte
10.	Karin Vogl	SV Mietraching	91:15	44:04	88:35	42:52	2723,66 Punkte



Karin Vogl



Roland Vogl



Anna Biller

Niederbayerische Solathlonmeisterschaft in Deggendorf am 13. März 2010

Die von Jürgen Schwanitz im Jahr 2009 eingeführte OL-Meisterschaft lockte bei Schnee und Eis die regionalen Orientierer nach Deggendorf zur Schießanlage der Bundespolizei.

Die Teilnehmer des SV Mietraching sicherten sich den Großteil der Medaillen und war somit erfolgreichster Verein mit sechs Titeln und insgesamt zehn Medaillen. Erstmals neue Einzelmeister der Eliteklassen wurden die Geschwister Maria und Sebastian Lange.

Die Mischung aus Schießen mit Laserpistolen und dem Orientierungslauf ist zwar in Niederbayern noch eine Besonderheit, doch immer mehr Aktive wollen den Solathlon einmal ausprobieren.

Bei den Niederbayerischen Einzelmeisterschaften dieser Disziplin fanden sich erstmals über 30 Niederbayern für die Titelvergabe in den zehn ausgeschriebenen Kategorien ein, die zudem alle

besetzt werden konnten.

Start und Ziel der Veranstaltung lagen auf dem Schießstandgelände der Bundespolizei in Niederkandelbach, wo auch die zwei Schießeinlagen mit jeweils fünf Laser-Impulsen sowie entsprechende Strafrunden zu absolvieren waren. In der Zeit zwischen beiden Schießeinlagen ging es für die Läuferinnen und Läufer in das von vielen Gräben durchzogene Osthanggelände des Kühlbergs, welches trotz der relativ kurzen Bahnlängen von 2,1 bis 3,8 km (Luftlinie) bei 70 bis 155 Höhenmetern ein Prüfstein war.

In der Damenelite hieß die neue Meisterin Maria Lange; sie bewältigte die vorgegebene Bahn mit sicherer und flotter Routenwahl, blieb aber auch am Schießstand ohne Fehler. In der Herrenelite war diesmal das Schießergebnis ausschlaggebend, welches über die Titelvergabe entschied: Zwar hatte Ralph K

örner (OLV Landshut) mit sieben Sekunden Vorsprung die schnellere Laufzeit, allerdings waren es zwei schnelle und sichere Schießeinlagen von Sebastian Lange (SVM), mit denen er diesen Rückstand deutlich kompensieren und sich die Goldmedaille vor seinem härtesten Konkurrenten sichern konnte.

Was den beiden älteren Lange-Geschwistern recht war, war Korbinian Lange billig: Er setzte bei den Schülern H-14 die schnellste Zeit.

D-18 (3250 m / 125 Hm / 19 P.)

1.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	42:35 min
----	-----------------	----------------	-----------

D-19 Elite (3250 m / 125 Hm / 19 P.)

1.	Lange Maria	SV Mietraching	31:19 min
2.	Kurth Susan	OLA Deggendorf	33:26 min
3.	Hektor Verena	OLA Deggendorf	79:35 min

D-35 (3250 m / 125 Hm / 19 P.)

1.	Seidl Silvia	OLA Deggendorf	40:37 min
2.	Lange Petra	SV Mietraching	40:51 min
3.	Vogl Karin	SV Mietraching	45:51 min
5.	Penzkofer Cäcilia	SV Mietraching	49:31 min

H-14 (2090 m / 70 Hm / 16 P.)

1.	Lange Korbinian	SV Mietraching	24:57 min
2.	Zölde Oliver	OLV Landshut	52:33 min
3.	Hektor Florian	OLA Deggendorf	87:11 min



Maria Lange



Sebastian Lange



Karin Vogl

H-18 (3250 m / 125 Hm / 19 P.)

1.	Ohme Robin	OLA Deggendorf	27:49 min
2.	Kühne Lukas	SV Mietraching	28:58 min
3.	Zölde Andreas	OLV Landshut	31:25 min

H-19 Elite (3840 m / 155 Hm / 21 P.)

1.	Lange Sebastian	SV Mietraching	29:27 min
2.	Körner Ralph	OLV Landshut	31:29 min
3.	Seidl Marco	OLA Deggendorf	40:31 min
5.	Blau Alexander	SV Mietraching	44:53 min

H-35 (3840 m / 155 Hm / 21 P.)

1.	Vogl Roland	SV Mietraching	36:42 min
2.	Zölde Norberth	OLV Landshut	44:42 min
3.	Bastian Wilhelm	SV Mietraching	53:58 min

H-45 (3250 m / 125 Hm / 19 P.)

1.	Lange Peter	SV Mietraching	48:59 min
----	-------------	----------------	-----------



Korbinian Lange



Lukas Kühne



Petra Lange

D-Kader Trainingslager in Rödental-Blumenrod 19.-21. März 2010

Mission: Erster Platz

Um dieser Mission gerecht zu werden, fand dieses Jahr das D-Kader Trainingslager in Rödental-Blumenrod nahe Coburg statt. Unter Gesamtleitung von Roland Vogl wurden rund 40 Jugendliche mit unterschiedlichen Trainingseinheiten bestens auf den Jugend- und Juniorenländervergleichskampf in Mietraching vorbereitet.

Um keine Zeit zu verlieren, traf man sich am Freitagabend gleich im Schlosspark Rosenau zum Parksprint. Dieser zählte zur Trainingscupserie des TV Coburg-Neuse, so dass zusätzlich auch einheimische Läufer daran teilnahmen. Ausrichter Benjamin Vetter testete mit vielen Schlaufen und Richtungswechseln auf den Bahnen Konzentration und schnelles Kartenlesen der Nachwuchsläufer. Dazu kam für die später Angereisten noch die Dunkelheit erschwerend hinzu. Nachdem das Massenquartier im Pfadfinderheim bezogen war, sammelte man sich zu einer Stärkung und Besprechung der weiteren Trainingseinheiten des Wochenendes.

Samstag früh stand die konditionell anspruchsvollste Einheit auf dem Plan: der altbekannte Konditionstest à la Thomas Scheler. Die Läufer hatten eine etwa 1,5 km lange Runde mit Anstiegen und Rampen teilweise bis zu viermal zu laufen und man konnte ihnen ansehen, dass ihnen alles abverlangt wurde. Erschwerend kam noch strömender Regen hinzu. Das Resultat war bei einigen, dass sie bis an ihre konditionelle Grenze kamen. Was aber allen gemeinsam war: dreckige Klamotten und müde Beine.

Nach kurzer Erholung und Stärkung ging es nachmittags weiter mit einem Fein-OL im Sauloch. Während die Kleineren eine vollständige Karte erhielten, wurden bei den Größeren die Wege, Schneisen und Pfade herausgenommen. Ziel des Trainings war das Lesen des Geländes mit Hilfe der reduzierten Karte und das Üben des Postenablaufes - sprich schnelles Anorientieren, Stempeln und Weiterlaufen zum nächsten Posten. Einige mussten bei dieser Trainingseinheit Tribut zahlen, da sie ihre Kräfte bereits am Vormittag aufgebraucht hatten. Zur Belohnung gab es jedoch am Abend für alle reichlich Pizza und eine ausführliche Nachbesprechung der Trainings mit Fehlerbetrachtung.

Nachdem sich alle vom anstrengenden Vortag erholt hatten, ging es trotz erneutem Regen auf einen Kombi-OL. Dieser bestand zunächst aus einem Score-OL und anschließend aus langen Schlägen auf der restlichen Bahn. Das besondere bei dieser Einheit war ein Massenstart und für alle ab D/H -15/16 erneut eine reduzierte Karte ohne Wege. Allen ab D/H 17-18 wurde vor dem Massenstart zusätzlich noch der Kompass abgenommen. Bei dieser Einheit hatte man ständigen Kontakt zu seinen Gegnern.

Nach anschließender Besprechung und D- bzw. E-Kader Bekanntgabe traten alle erschöpft, aber um einige Erfahrungen reicher ihre Heimreise an. Dank für dieses erfolgreiche Wochenende gilt den zahlreichen Helfern des TV Coburg-Neuses, die sich nicht nur um die Trainingsvorbereitungen, sondern auch um die Verpflegung gekümmert haben.

Nationalkadertrainingslager in Dänemark 30. März - 04. April 2010

Die Woche vor Ostern wurde von der Deutschen Nationalmannschaft als Trainingswoche auf die Vorbereitung zur Junioren-Weltmeisterschaft genutzt. In den Wäldern rund um Aalborg (Dänemark) versuchten die Kadermitglieder Maria Lange und Anna Biller die breite Vielfalt an OL-Aufgaben zu bewältigen, die o-technisch und läuferisch in dieser anspruchsvollen Woche auf die zwei zukamen. Die Mädels hatten täglich zwei Einheiten, wie Höhenlinien-, Kompass, Vielposten-, Golf-OL und Distanzen in Sprint, Mittel und Lang zu absolvieren.

Die Witterung mit gemäßigten Temperaturen und Wind brachte keine Schwierigkeiten, doch an die Besonderheit und Einzigartigkeit der Wälder musste man sich erst gewöhnen. Es gab zwei Geländearten, die kontrastreicher nicht sein könnten: Bis ins äußerste fein kuppelte Hügelformatio-

nen machten Dünenteile und offene Heideflächen aus. An abrupten Grenzen ohne Übergang folgten Geländewechsel in auf der Karte dunkel grün gezeichnete Gebiete. War die Geschwindigkeit im offenen Teil sehr hoch, so war an ein Vorankommen im „Krüppelkiefer“-Dickicht nur unter Kraftakt und Kampfgeist zu denken.

Die Unterbringung im Ferienhaus für über 20 Personen in Fjerritslev war aber toll! Dusche mit Radio, Zweier-Zimmer, frisch gestrichene Wände, ein Tisch für den gesamten Kader, Wohnzimmer mit Ledersofa und X-Box und alles toll eingerichtet.

Nach einer schönen Woche ging es am Sonntag mit dem Flugzeug wieder zurück nach Bayern zum österlichen Eiersuchen.

Reservisten Straßenlauf in Ruhstorf 10. April 2010

Die elften niederbayerischen Reservisten-Straßenlaufmeisterschaften waren Anlass dafür, dass an diesem Samstag nach Einladung der Reservistenkameradschaft Mietraching durch Josef König acht Orientierungsläufer des SV Mietraching in Ruhstorf an den Start gingen.

Gestartet wurde in der Reservisten-Gästeklasse, wo für alle Teilnehmer 3000 Meter zu absolvieren waren. Da man gewöhnlich quer durchs Gelände auf Postensuche geht und reine Laufstrecken sich meist auf den Zieleinlauf beschränken, war vor dem eigentlichen Start der Frühjahrs-Orientierungslauf-Saison diese Veranstaltung als kleiner Konditionstest gedacht.

Bei kühlem, trockenem Wetter, also optimalen Laufbedingungen, ging es zweimal auf eine 1,5 Kilometer lange Runde nach dem Start am Ruhstorfer Marktplatz. Unter den Augen des Landtagsabgeordneten Bernhard Roos erlief sich der 20-jährige Mietrachinger Sebastian Lange einen bravourösen Start-Ziel-Sieg, mit einer fabelhaften Zeit von 9:42,19

Minuten. Fabian Scheler vom TV Coburg-Neuses war als Gastläufer dabei und topte mit seiner Zeit (10:46,19 min) den Mietrachinger Roland Vogl (11:33,50 min). Beide konnten aber das hohe Tempo des Siegers nicht mithalten und folgten auf den Plätzen vier und fünf.

Der Jüngste im Starterfeld war Korbinian Lange. Mit seinen 13 Jahren konnte auch er seinem großen Bruder nicht folgen, doch unter den Erwachsenen erkämpfte er sich mit 13:22,72 Minuten einen tollen achten Rang und kam damit vor seinem Vater Peter Lange (15:25,50 min) ins Ziel.

In der Damenklasse sorgten die Orientierungsläuferinnen des SVM sogar für einen dreifachen Erfolg. Maria Lange (19 Jahre) machte es ihrem Bruder gleich und lief nach drei Kilometern als erste Frau ins Ziel. Mit einer Zeit von 12:09,42 Minuten ließ sie ihre Vereinskameradinnen Karin Vogl (14:16,54 min) als Zweite und Petra Lange (14:45,40 min) als Dritte deutlich hinter sich.



Erfolgreiches Geschwisterpaar



DM Sprint in Kassel und BRL in Helsa

17./18. April 2010

DM-Silber und EM-Ticket für Anna Biller

Durch die Vorbereitungen auf den JLVK als Ausrichter hatten die Aktiven OLER des SV Mietraching nicht die Zeit nach Kassel zur DM zu fahren. Alleine Anna Biller, Simon Aigner und Dirk Hartmann starteten an diesem Wochenende.

Der Bergpark Wilhelmshöhe in Kassel war in diesem Jahr Austragungsort für die Deutschen Sprintmeisterschaften im Orientierungslauf. Ausrichter OSC Kassel hatte auf der Laufkarte im perfekten Sprintgelände viele Details, kleinräumige Bestände, Wasserläufe und Teiche zu bieten, die sich hervorragend als Postenstandobjekte eigneten, was das Orientieren abwechslungsreich, aber bei hohem Tempo keinesfalls leicht machte.

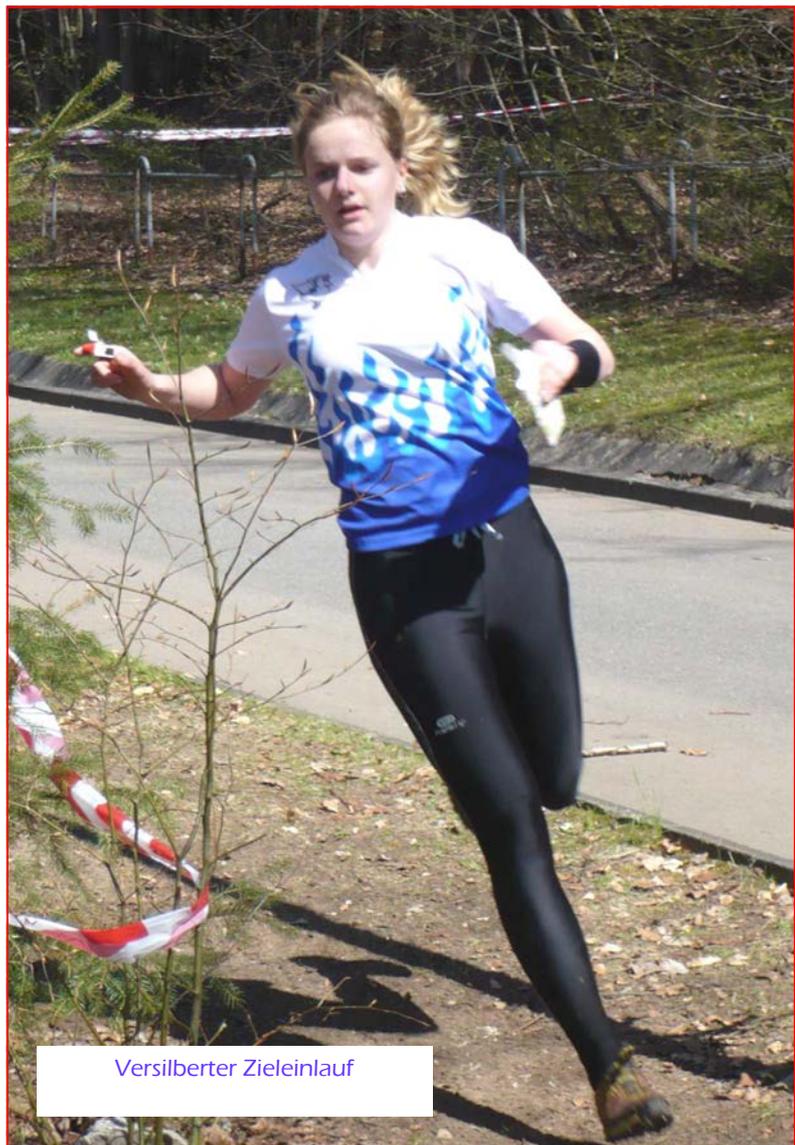
Anna Biller zeigte sich in einer bestehenden Laufform, was beim Sprint-OL die Voraussetzung für gute Ergebnisse ist, und ein solches erlief sie sich auch bei diesem Wettkampf. Unter 28 Teilnehmerinnen im Damen-18 Feld fehlten ihr nach einem fast fehlerfreien Lauf am Ende nur 39 Sekunden auf die Siegerin Susen Lösch aus Jena. Auf der 2,2 km langen Strecke hatte die Mietrachingerin nur 60 Höhenmeter zu überwinden und musste dabei 17 Postenstandorte auf kürzestem Wege anlaufen. Dies gelang ihr in einer Top-Zeit (15:17 Minuten). Auch wenn ein Parkgelände beim Orientierungslauf als eher einfach einzustufen ist, machte doch der eine oder andere Läufer Fehler im „Postenwald“. Doch nicht Dirk Hartmann, der sich im H-40 Vorlauf locker für das A-Finale qualifizierte und dort unter 30 Kontrahenten den 8. Rang erlief. Simon Aigner dagegen verpasste im Vorlauf das A-Finale und musste sich im B-Finale der Herre-Elite mit weiteren 82 Teilnehmern messen. Mit fast drei Minuten Rückstand kam er im vorderen Drittel auf den 21. Rang.

Für Anna stand am darauf folgen-

den Tag beim Bundesranglistenlauf in Helsa noch mal viel auf dem Spiel, denn die Deutschen Nationaltrainer hatten diesen Lauf als Qualifikationslauf für die diesjährige Jugend-Europameisterschaft in Spanien festgesetzt, und nur die Siegerin konnte sich direkt qualifizieren.

Das Gelände war das Kontrastprogramm zum Parklauf am Vortag. Im teils schwer zu belaufenden Wald musste die Mietrachinger Orientiererin mit viel Unterbewuchs und diffusen Beständen zurecht kommen. Forstarbeiten und frische Windbrüche erschwerten das Laufen zusätzlich. Anna Biller konnte mit diesen Voraussetzungen hervorragend umgehen und lief auf ihrer D18-Strecke die Bestzeit in 47:47 Minuten; somit sicherte sie sich einen der begehrten Startplätze für die kommende Jugend-EM.

Vereinskollege Simon Aigner hatte auf seiner 13,3 km langen Strecke schwer zu kämpfen und belegte am Ende nach 1:43:25 Stunde den 20. Platz in der Herren-Elite.



Versilberter Zieleinlauf

Ergebnisse DM-Sprint:**D-18 Finale (2,2 km / 60 Hm / 17 P. - 28 Teilnehmerinnen)**

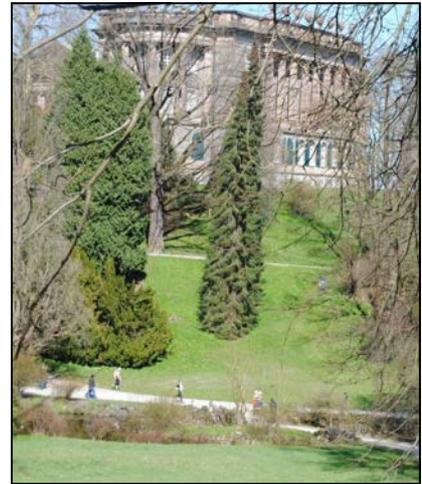
1.	Lösch Susen	USV Jena	14:38 min
2.	Biller Anna	SV Mietraching	15:17 min
3.	Rathmann Resi	SV Schmalkalden	15:47 min

H-Elite B-Finale (2,6 km / 65 Hm / 19 P. - 83 Teilnehmer)

1.	Dobslaw Henryk	USV TU Dresden	15:04 min
2.	Kärger Wieland	USC Leipzig	15:28 min
3.	Schmidt Jan	TV Coburg Neuses	16:05 min
21.	Aigner Simon	SV Mietraching	17:56 min

H-40 A-Finale (2,1 km / 50 Hm / 18 P. - 30 Teilnehmer)

1.	Finkenstädt Michael	OLV Uslar	13:34 min
2.	Müller Matthias	Post SV Dresden	13:35 min
3.	Brettschneider Uwe	Kaulsdorfer OLV	13:52 min

**Ergebnisse Bundesranglistenlauf:****D-18 (6,1 km / 95 Hm / 11 P. - 15 Teilnehmerinnen)**

1.	Biller Anna	SV Mietraching	47:47 min
2.	Lösch Susen	USV Jena	48:07 min
3.	Rathmann Resi	SV Schmalkalden	51:28 min

H-Elite (13,3 km / 225 Hm / 26 P. - 30 Teilnehmer)

1.	Bergmann Sebastian	SV TU Ilmenau	1:20:54 Std.
2.	Brandt Christoph	Planeta Radebeul	1:21:38 Std.
3.	Müller Philipp	Post SV Dresden	1:21:58 Std.
20.	Aigner Simon	SV Mietraching	1:43:25 Std.



Jugend- und Juniorenländervergleichskampf in Schaufling 24./25. April 2010

Gesamtsieg für Bayern

Über 300 Nachwuchssportler waren an diesem Wochenende nach Deggendorf angereist, um am Jugend- und Juniorenländervergleichskampf (JLVK) der Landesturnverbände im Orientierungslauf teilzunehmen.

Wie schon im Jahr 2003 übernahm auch 2010 der SV Mietraching die Organisation dieser Mammutveranstaltung.

In diesem Jahr wurden die beiden Wettkampftage im Bereich Schaufling zu einem regelrechten Orientierungslauf-Fest. Eine perfekte Organisation unter Gesamtleitung von Karin Vogl, Roland Vogl und Petra Lange mit zahlreichen Helfern vom SV Mietraching und von anderen OL Vereinen aus Bayern, sowie ein Traumwetter mit weiß-blauem Himmel waren die Garanten dafür. Dazu kam auch noch der positive Umstand, dass sich die Bayerische Nachwuchsmannschaft gegen die Konkurrenz aus elf Bundesländern durchsetzen und die Gesamtwertung des Vergleichskampfes für sich entscheiden konnte.

Untergebracht waren die Jugendlichen und ihre Betreuer in der Dreifach-Sporthalle des Deggendorfer Schulzentrums und die Versorgung wurde durch einen Cateringservice in der Eishalle organisiert.

Am Samstag nach dem Frühstück setzte sich der Läufertrupp in Richtung Schaufling in Bewegung. Es stand der Einzellauf auf dem Programm. Mit der OL-Karte „Muckenthal“ ging es dann los ins orientierungstechnisch anspruchsvolle Gelände. Die einzelnen Bahnen waren zwischen 2,1 km und 9,2 km lang.

Für die Mietrachinger Teilnehmer lief es am ersten Tag ganz gut. Maria Lange und Anna Biller waren sogar zwei auf dem Treppchen. Aber es gab darüber hinaus noch weitere Spitzenergebnisse: Hanna Kühne (5. / D-14) und Bruder Lukas (8. / H-18).

Die abendliche Siegerehrung in der Deggendorfer Eissporthalle war ein Erlebnis: die bayerische Mannschaft zog in Tracht mit Dirndl und Lederhose ein

und bekam dafür einen Riesenapplaus. Zur Überraschung aller gab es dann auch noch eine Volkstanzeinlage, die kurzerhand in der Umkleidekabine unter der Leitung von Julia Penzkofer, Daniela und Andrea Gruber eingeübt wurde.

Zum Ende der Siegerehrung wurde mit Spannung das Zwischenergebnis nach dem Einzellauf erwartet. Ein riesiger Jubel brach aus im bayerischen Lager, als feststand, dass die gastgebende Mannschaft in der Jugend- und auch in der Juniorenwertung in Führung lag.

Für Spannung beim Staffelstart am Sonntag war gesorgt, denn der Dauer-Sieger der letzten Jahre - Sachsen - lag nach dem Einzelwettbewerb auf Platz 2 und wollte natürlich an den Bayern vorbeiziehen:

Um 10 Uhr kam es erneut im Bereich des Sportplatzes Schaufling zum Massenstart von über 80 Staffeln. Da es zum ersten Posten nur bergauf ging, zog sich das große Läuferfeld schnell auseinander. Die einzelnen Bahnen hatte Roland Vogl sehr interessant gestaltet, mit einem Sichtposten nördlich der Zielwiese und zum Schluss mit offenen Posten, nur auf freier Fläche, so dass man die Teilnehmer auf den entscheidenden Schlusstrecken beobachten und anfeuern konnte.



Korbinian



Tobias Penzkofer



Florian Holzbauer



Amelie Bastian



Tobias Bretzendorfer



Theresa Bretzendorfer



Anna Biller

Es gab harte Kämpfe um die Platzierungen mit vielen Positionswechseln. Die sächsischen Staffeln liefen sehr stark, doch die bayerischen Teams hielten sehr gut dagegen. Mit sechs Podestplätzen war man am Ende sehr zufrieden, doch würde es zum Gesamtsieg in der Länderwertung reichen?

Nach der Staffelsiegerehrung war es dann soweit: Wettkampfleiter Roland Vogl gab zunächst die Juniorenwertung bekannt, die die Bayern für sich entscheiden konnten, mit sechs Punkten Vorsprung vor dem Landesverband Sachsen. In der Jugendwertung konnten aber die Sachsen den bayerischen Nachwuchs noch abfangen und gewinnen. Die Bayern lagen dabei nur drei Punkte dahinter. Umso größer war der Jubel bei der Bekanntgabe der Gesamt-

wertung: die bayerischen Oler behielten mit drei Punkten Vorsprung die Oberhand und gewannen damit erstmals den Ländervergleichskampf der besten Nachwuchsorientierer Deutschlands.

Der reibungslose Ablauf dieser Veranstaltung wäre aber nicht möglich gewesen, wenn nicht die zahlreichen Helfer Hand in Hand gearbeitet hätten und die Gemeinde Schauffling mit ihrem Bürgermeister Hermann Hackl und dem ansässigen Sportverein uns die Sportanlage nicht zur Verfügung gestellt hätten. Wir durften die angrenzenden Wiesen und Wälder für unsere Sportveranstaltung nutzen und bedanken uns dafür bei den Besitzern, Jägern und Förstern.



Im weiß-blauen Fahnenmeer wird der Gesamtsieg gefeiert - Gratulation !!!



Lukas Kühne



Julia Penzkofer



Daniela Gruber



Andrea Gruber



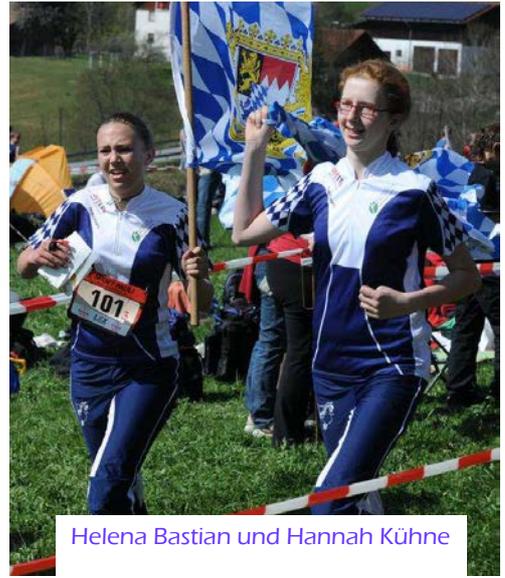
Josef Frankl



Maria Lange



Tom Aigner



Helena Bastian und Hannah Kühne



SIEG für das Bayerische Team

Ergebnisse Einzellauf:D-12 (2,1 km / 25 Hm / 9 P. - 11 Teilnehmer)

1.	Lisa Kubald	Kaulsdorfer OLV	25:04
2.	Kira Döllgast	Saarland	29:06
3.	Paula Mühlstein	Hessen	29:58
9.	Theresa Bretzendorfer	SV Mietraching	40:20
10.	Amelie Bastian	SV Mietraching	46:21

H-12 (2,4 km / 40 Hm / 11 P. - 8 Teilnehmer)

1.	Arne Schliebener	OLV Uslar	24:21
2.	Felix Drese	OLV Uslar	25:21
3.	Riccardo Casanova	OLG Regensburg	28:28
4.	Tobias Penzkofer	SV Mietraching	29:38
5.	Florian Holzbauer	SV Mietraching	33:09

D-14 (3,6 km / 100 Hm / 15 P. - 43 Teilnehmer)

1.	Leonore Winkler	Thüringen	32:53
2.	Anika Gassner	WiN Österreich Ost	33:34
3.	Karolin Kühnhold	Niedersachsen	35:17
5.	Hannah Kühne	Bayern	35:59
15.	Andrea Gruber	SV Mietraching	45:41
26.	Helena Bastian	Bayern	50:45

H-14 (3,7 km / 130 Hm / 16 P. - 49 Teilnehmer)

1.	Mark Otto	Berlin	31:30
2.	Kilian Kempe	Sachsen	32:18
3.	Arne Fuchs	Westfalen	32:53
25.	Korbinian Lange	Bayern	47:16
33.	Thomas Aigner	Bayern	58:01
39.	Tobias Bretzendorfer	SV Mietraching	74:34

D-16 (4,8 km / 145 Hm / 16 P. - 30 Teilnehmer)

1.	Theresa Flechsig	Sachsen	40:38
2.	Annkathrin Greiner	Niedersachsen	41:16
3.	Natalie Menn	Westfalen	47:22
11.	Daniela Gruber	Bayern	53:50
22.	Julia Penzkofer	Bayern	64:04

H-16 (5,6 km / 230 Hm / 21 P. - 44 Teilnehmer)

1.	Moritz Döllgast	Saarland	43:13
2.	Jakob Pauser	WiN Österreich Ost	45:46
3.	Valtteri Kolehmainen	Bayern	47:14
32.	Markus Penzkofer	SV Mietraching	73:48
38.	Benjamin Rösch	SV Mietraching	88:52
41.	Josef Frankl jun.	SV Mietraching	147:31

Die Helfer sind das
Rückrat unserer
Veranstaltungen
DANKE



D-18 (5,1 km / 175 Hm / 22 P. - 22 Teilnehmer)

1.	Anja Arbter	WiN Österreich Ost	40:42
2.	Susen Lösch	Thüringen	42:55
3.	Anna Biller	Bayern	45:29

H-18 (7,7 km / 270 Hm / 21 P. - 32 Teilnehmer)

1.	Bojan Blumenstein	Hessen	51:52
2.	Christoph Prunsche	Westfalen	53:17
3.	Florian Flechsig	Sachsen	56:25
8.	Lukas Kühne	Bayern	64:30

D-20 (6,1 km / 220 Hm / 18 P. - 23 Teilnehmer)

1.	Josephine Greiner	Bayern	46:41
2.	Maria Lange	Bayern	49:24
3.	Anne Kunzendorf	Baden	52:59

Betreuerlauf am Sonntag: (1,2 km / 8 P. - 43 Teilnehmer:

1.	Bastian Dumnitz	Niedersachsen	6,30 min
2.	Christoph Hofmeister	Niedersachsen	6.38 min
3.	Ananda Berger	Hessen	6:39 min
22.	Jana Faltejskova	Bayern	9.01 min
26.	Tobias Penzkofer	Bayern	10:14 min
27.	Julia Penzkofer	Bayern	10.19 min

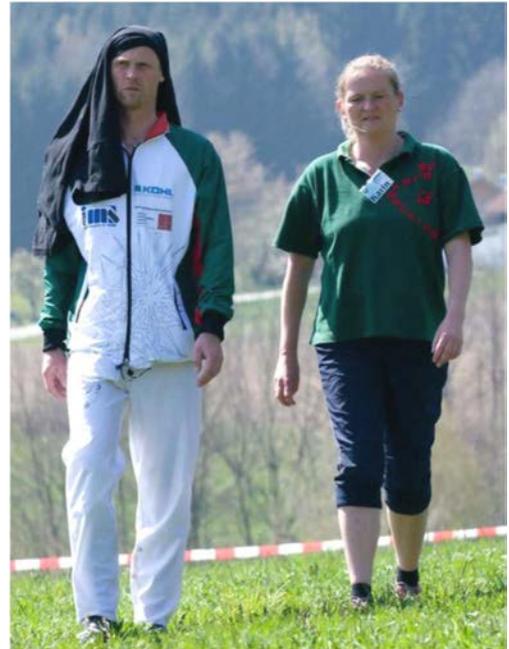
Ergebnisse Staffellauf am Sonntag:Damen-14 (13 Staffeln):

1.	Niedersachsen I		57:54 min
	Karolin Kühnhold	18:11	
	Annika Strauß	20:07	
	Birte Friedrichs	19:36	
2.	Österreich-Ost I		60:29 min
	Anika Gassner	23:00	
	Askia Hofer	19:40	
	Stephanie Krapesch	17:49	
3.	Bayern I		63:00 min
	Hannah Kühne	25:58	
	Silvia Casanova	19:57	
	Helena Bastian	17:05	
10.	Bayern II		87:03 min
	Jennifer Kestler	30:23	
	Andrea Gruber	26:40	
	Emilia Kolehmainen	30:00	



Damen-18 (12 Staffeln)

1.	Thüringen I	1:27:59 Std.
	Resi Rathmann	26:16
	Sarah Hempfling	35:45
	Susen Lösch	25:58
2.	Sachsen I	1:33:01 Std.
	Patricia Nieke	34:56
	Karoline Röhnert	29:21
	Theresa Flechsig	28:44
3.	Bayern I	1:34:39 Std.
	Stefanie Fischer	36:35
	Lena Brückner	31:44
	Anna Biller	26:20
6.	Bayern II	1:45:54 Std.
	Anna Schöps	31:39
	Daniela Gruber	41:53
	Nina Geiger	32:22

Damen-20 (6 Staffeln)

1.	Bayern I	1:44:22 Std.
	Josephine Greiner	32:11
	Britta Meißner	37:51
	Maria Lange	34:20
2.	Sachsen I	2:04:48 Std.
	Anna Reinhardt	44:32
	Sylva Roßberg	38:13
	Claudia Göbel	42:03
3.	Bayern II	2:12:07 Std.
	Johanna Scheler	37:41
	Julia Huber	45:13
	Susanne Hüllen	49:13



Herren-14 (20 Staffeln)

1.	Berlin II		1:00:08 Std.
	Leo Graumann	19:28	
	Sebastian Fleiß	21:49	
	Mark Otto	18:51	
2.	Sachsen II		1:01:18 Std.
	Arne Böhmer	22:08	
	Kilian Kempe	20:19	
	Markus Grötsch	18:51	
3.	Sachsen I		1:06:03 Std.
	Emil Sasse	22:56	
	Matthäus Steudler	22:38	
	Johannes Drechsel	20:29	
4.	Bayern I		1:08:33 Std.
	Korbinian Lange	24:53	
	Tobias Spangenberg	22:34	
	Lukas Janischowsky	21:06	
10.	Bayern II		1:37:06 Std.
	Thomas Aigner	25:47	
	Tim Vogler	29:23	
	Sebastian Vetter	41:56	
AK	Bayern III		1:50:55 Std.
	Ricardo Casanova	33:31	
	Tobias Bretzendorfer	42:10	
	Leret Liebermann	35:14	

Herren-18 (11 Staffeln)

1.	Westfalen I		1:41:52 Std.
	Dean Hagedorn	33:59	
	Julian Weise	40:54	
	Christoph Prunsche	26:59	
2.	Österreich-Ost I		1:47:41 Std.
	Anja Arbter	37:23	
	Ferdinand Hutter	39:02	
	Philipp Schiel	31:16	
3.	Baden I		1:47:49 Std.
	Fabian Kopp	31:06	
	Shanki Berger	41:51	
	Jakob Schaal	34:52	



9.	Bayern I		2:11:56 Std.
	Robin Ohme	34:44	
	Andreas Zölde	54:44	
	Lukas Kühne	42:28	
10.	Bayern II		2:32:00
	Marco Elflein	41:13	
	Arne Kübler	51:17	
	Markus Penzkofer	59:30	



Bayerische Meisterschaft im Sprint-Orientierungslauf in Coburg zugleich 1. Bayerncuplauf am 01. Mai 2010

Niederbayerns Orientierer machten sich am Samstag auf nach Coburg, um dort um Meisterschaftsmedaillen im Sprint zu kämpfen.

Da es nur zwei Meisterschaftskategorien - Damen und Herren - gab, und alle Teilnehmer der Kategorien D/H16 bis D/H45 darin gewertet wurden, war die Konkurrenz sehr groß. Die Schüler bis 14 Jahre und die Senioren ab 55 Jahre kämpften um gute Platzierungen bei den Sprint-Bestenkämpfen.

Im großen offenen Firmenparkgelände der HUK Coburg mit angrenzendem Wohngebiet kam es hauptsächlich auf die läuferische Komponente an, doch in den kurzen, steil abfallenden und mit Dornen bewachsenen Hängen und in den verstreuten Dickichten gab es doch manchmal Schwierigkeiten bei der Postensuche, wodurch wertvolle Sekunden verloren gingen.

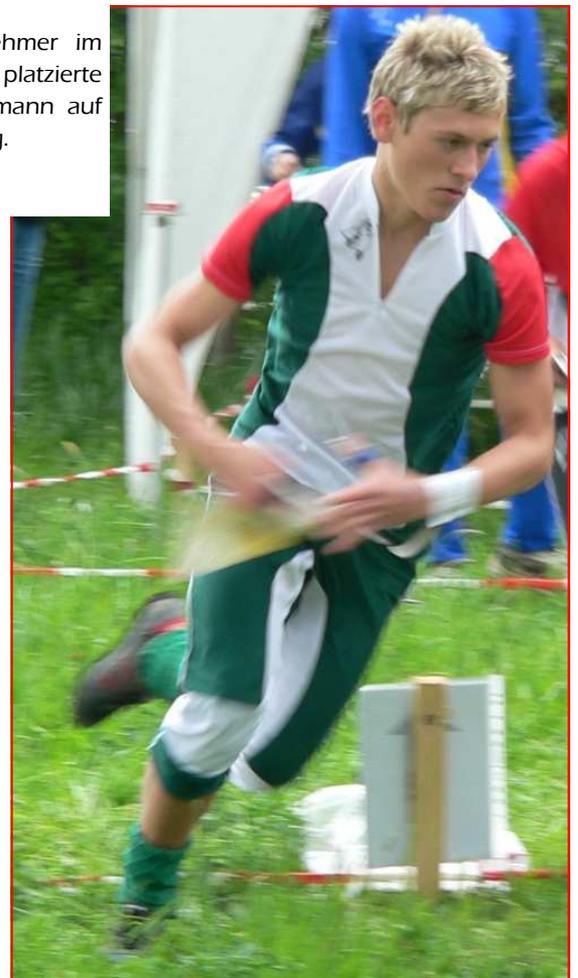
Gestartet wurden zwei Durchgänge, und aus deren Zeitaddition wurden dann die Sieger ermittelt. Der Wetterbericht verhieß nichts Gutes, und pünktlich zum ersten Durchgang setzte leichter Regen ein, der für die Läufer aber keine Behinderung war, mit durch-

schnittlich 16 Grad gab es optimale Lauftemperaturen.

Optimal im ersten Durchgang des Wettkampfes lief es auch für Sebastian Lange vom SV Mietraching. Mit einer überragenden Laufbestzeit von 11:44 Minuten absolvierte er die 2,3 km lange Streck, auf der er 16 Posten zu quittieren hatte und ließ den Favoriten Ralph Körner aus Landshut um 26 Sekunden hinter sich. Doch die Entscheidung fiel erst nach dem zweiten Lauf. Dort war der Mietrachinger etwas übermotiviert und überlief zweimal einen Posten knapp, was wichtige Sekunden um den Titelkampf kostete. Am Ende fehlten dem 20-jährigen ganze vier Sekunden auf den Sieg, den noch einmal der Dauersieger der letzten Jahre - Ralph Körner - verbuchen konnte. Doch Sebastian erntete mit seiner Silbermedaille vom Titelträger und vom übrigen Läuferfeld hohes Lob für seine Leistung. Bronze holte Tiodor Ivanov vom TSV Grünwald.

Als einer der älteren Teilnehmer im Kampf um die Meisterschaft platzierte sich der 48jährige Dirk Hartmann auf einem sehr guten siebten Rang.

Bei den Damen konnte die Favoritin vom TSV Grünwald, Josephine Greiner, in beiden Durchgängen die Bestzeit setzen und durfte sich am Ende mit einer Gesamtzeit von 26:35 min über Gold freuen. Mit nur 40 Sekunden Rückstand konnte Anna Biller vom SVM überzeugen. Auf den 2,2 und 2,5 km langen Strecken verlor sie zwar immer wieder einige Sekunden auf die Führende, doch zu ihrer Vereinskollegin Maria Lange konnte sie den Vorsprung stetig ausbauen und landete damit verdient auf dem Silberpodest. Den Mietrachinger Erfolg dieser Sprintmeisterschaft komplettierte Maria Lange mit dem Gewinn der Bronzemedaille.



Ergebnisse Bayer. Meisterschaft Sprint:**Heren (46 Teilnehmer)**

1.	Ralph Körner	OLV Landshut	12:12	16:31	28:43 min
2.	Sebastian Lange	SV Mietraching	11:44	17:03	28:47 min
3.	Teodor Yordanov Ivanov	TSV Grünwald	12:08	17:15	29:23 min
7.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	12:53	17:51	30:44 min
11.	Roland Vogl	SV Mietraching	13:18	19:53	33:11 min
44.	Peter Lange	SV Mietraching	19:37	29:48	49:25 min

Damen (31 Teilnehmerinnen)

1.	Josephine Greiner	TSV Grünwald	12:15	14:20	26:35 min
2.	Anna Biller	SV Mietraching	12:26	14:49	27:15 min
3.	Maria Lange	SV Mietraching	13:23	15:40	29:03 min
10.	Daniela Gruber	SV Mietraching	14:35	17:58	32:33 min
17.	Petra Lange	SV Mietraching	15:58	18:47	34:45 min
20.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	15:46	20:01	35:47 min
22.	Karin Vogl	SV Mietraching	15:37	20:27	36:04 min

**Ergebnisse 1. Bayerncuplauf****H-12:**

1.	Riccardo Casanova	OLG Regensburg	13:41	13:02	26:43 min
2.	Tobias Penzkofer	SV Mietraching	12:29	15:12	27:41 min

D-14:

1.	Helena Bastian	SV Mietraching	9:50	10:40	20:30 min
2.	Andrea Gruber	SV Mietraching	11:43	12:54	24:37 min
3.	Silvia Casanova	OLG Regensburg	12:14	12:41	24:55 min

H-14:

1.	Lukas Janischowsky	OLG Regensburg	8:53	9:37	18:30 min
2.	Tobias Spangenburg	OLG Regensburg	9:50	10:22	20:12 min
3.	Korbinian Lange	SV Mietraching	9:59	10:46	20:45 min

D-18:

1.	Anna Biller	SV Mietraching	12:26	14:49	27:15 min
2.	Lena Brückner	OLG Regensburg	13:57	16:32	30:29 min
3.	Laura Späth	OLG Regensburg	13:55	16:51	30:46 min
4.	Daniela Gruber	SV Mietraching	14:35	17:58	32:33 min
5.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	15:46	20:01	35:47 min

D-19 Elite:

1.	Josephine Greiner	TSV Grünwald	12:15	14:20	26:35 min
2.	Maria Lange	SV Mietraching	13:23	15:40	29:03 min
3.	Katrin Lorenz-Baath	TSV Grünwald	14:09	17:13	31:22 min



H-19 Elite:

1.	Ralph Körner	OLV Landshut	12:12	16:31	28:43 min
2.	Sebastian Lange	SV Mietraching	11:44	17:03	28:47 min
3.	Teodor Yordanov Ivanov	TSV Grünwald	12:08	17:15	29:23 min

D-35:

1.	Milena Grifoni	OLG Regensburg	14:50	16:41	31:31 min
2.	Christiane Geiger	OLA Deggendorf	14:45	17:50	32:35 min
3.	Gertrud Liebl	TV Osterhofen	15:14	17:53	33:07 min
5.	Karin Vogl	SV Mietraching	15:37	20:27	36:04 min

H-35

1.	Peter Wiesinger	TSV Grünwald	13:06	18:22	31:28 min
2.	Klemens Janischowsky	OLG Regensburg	14:06	18:53	32:59 min
3.	Roland Vogl	SV Mietraching	13:18	19:53	33:11 min

D-45:

1.	Silvia Seidl	OLA Deggendorf	14:47	17:58	32:45 min
2.	Petra Lange	SV Mietraching	15:58	18:47	34:45 min
3.	Sabine Zimmermann	TSV Grünwald	15:48	18:58	34:46 min

H-45:

1.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	12:53	17:51	30:44 min
2.	Hans-Joachim Riehl	TSV Grünwald	13:40	18:02	31:42 min
3.	Dieter Lexen	OLG Regensburg	15:03	19:25	34:28 min
20.	Peter Lange	SV Mietraching	19:37	29:48	49:25 min



2. Bayerncuplauf in Zückshut / Bamberg am 02. Mai 2010

Mit dem zweiten Landesranglistenlauf der Bayerncup-Serie setzten Bayerns Orientierer ihre überregionale Wettkampfsaison fort.

Das Austragungsgebiet für die 120 Gestarteten lag in der Nähe von Bamberg und bot bei trockener Witterung, aber frischen Lauftemperaturen angemessen fordernde Wettkämpfe in einem relativ schnell belaufbaren Hügelwald. Mietrachings Orientierer setzten sich auch hier mit guten Ergebnissen wieder in Szene.



Ergebnisse 2. Bayerncuplauf:

D-19 Elite (6,7 km / 18 P. - 8 Teilnehmerinnen)

1.	Maria Lange	SV Mietraching	53:35 min
2.	Katrin Lorenz-Baath	TSV Grünwald	59:31 min
3.	Johanna Scheler	TV Coburg Neuses	61:07 min

H-19 Elite (10,5 km / 20 P. - 14 Teilnehmer)

1.	Ralph Körner	OLV Landshut	63:52 min
2.	Sebastian Lange	SV Mietraching	64:16 min
3.	Theodor Yordanov Ivanov	TSV Grünwald	67:33 min

H-12 (1,9 km / 9 P. - 2 Teilnehmer)

1.	Riccardo Casanova	OLG Regensburg	30:07 min
2.	Tobias Penzkofer	SV Mietraching	32:23 min

D-14 (4,0 km / 13 P. - 5 Teilnehmerinnen)

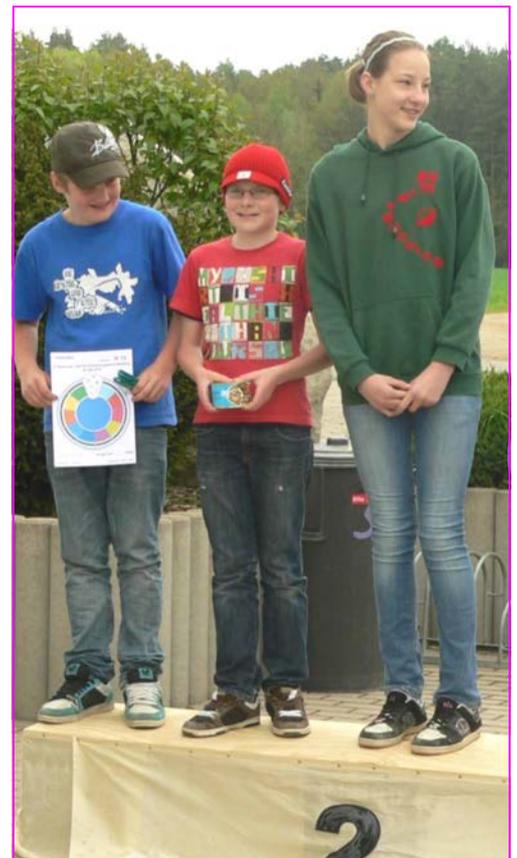
1.	Helena Bastian	SV Mietraching	37:54 min
2.	Andrea Gruber	SV Mietraching	41:19 min
3.	Emilia Kolehmainen	TSV Grünwald	44:41 min

H-14 (4,0 km / 13 P. - 6 Teilnehmer)

1.	Tobias Spangenberg	OLG Regensburg	28:45 min
2.	Korbinian Lange	SV Mietraching	30:46 min
3.	Lukas Janischowsky	OLG Regensburg	31:22 min

D-18 (4,8 km / 11 P. - 8 Teilnehmerinnen)

1.	Anna Biller	SV Mietraching	39:57 min
2.	Laura Späth	OLG Regensburg	50:28 min
3.	Lena Brückner	OLG Regensburg	56:28 min
5.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	62:14 min
7.	Daniela Gruber	SV Mietraching	79:03 min



D-35 (5,9 km / 14 P. - 6 Teilnehmerinnen)

1.	Milena Grifoni	OLG Regensburg	60:31 min
2.	Gertrud Liebl	TV Osterhofen	61:25 min
3.	Katja-Christin Gross	OLG Regensburg	63:44 min
5.	Karin Vogl	SV Mietraching	75:45 min

H-35 (8,2 km / 20 P. - 7 Teilnehmer)

1.	Peter Wiesinger	TSV Grünwald	62:23 min
2.	Klemens Janischowsky	OLG Regensburg	65:49 min
3.	Roland Vogl	SV Mietraching	68:59 min

D-45 (4,8 km / 11 P. - 11 Teilnehmerinnen)

1.	Petra Lange	SV Mietraching	55:07 min
2.	Sabine Zimmermann	TSV Grünwald	56:02 min
3.	Anna Kolehmainen	TSV Grünwald	59:37 min

H-45 (6,7 km / 18 P. - 19 Teilnehmer)

1.	Thomas Scheler	TV Coburg Neuses	43:50 min
2.	Dieter Lexen	OLG Regensburg	50:08 min
3.	Helge Zoltner	OLV Landshut	50:54 min
19.	Peter Lange	SV Mietraching	99:17 min



Int. 3-Tage Ostsee-OL auf Usedom 22.-24. Mai 2010 Qualifikationslauf für die Junioren-WM in Dänemark

Die inzwischen 33. Auflage des internationalen Ostsee-OLs wurde über Pfingsten im Osten der Insel Usedom ausgetragen. Mehr als 1100 Teilnehmer aus ganz Europa haben sich zum 3-Tage-OL, der einen Lauf zur Bundes- und Welt-rangliste beinhaltete, angemeldet. Punkte für die Deutsche Parktour konnten bei einem zusätzlichen Sprint gesammelt werden.

Den Ostsee-OL auf Usedom verbindet eine lange Tradition, die bis auf das Jahr 1976 zurückzuführen ist. Bis 1990 wurden durch Orientierungsläufer - damals noch vor allem aus Sachsen - insgesamt 6 weitere Veranstaltungen auf der 445 Quadratkilometer großen Insel durchgeführt. Der heutige Organisator - der SV Turbine Neubrandenburg - übernahm in den 90igern die Veranstaltung und hat diese wieder zu einer Großveranstaltung aufgebaut. Bei dieser Auflage des Ostsee-OLs war es erstmals möglich, grenzüberschreitend auf Postensuche zu gehen.

Landschaftlich und orientierungstechnisch hat die Insel seit jeher einiges zu bieten. Typische Küstenwälder, Dünenbereiche und Endmoränengebiete versprechen einen hohen technischen Anspruch auf den Bahnen im östlichsten deutschen und polnischen Teil der Insel. Nach einer Mitteldistanz und einer Langdistanz am Samstag und Sonntag wurden die Sieger der einzelnen Altersklassen am Montag beim abschließenden Jagdstart ermittelt.

Auch für die Maria Lange war dieser Termin an Pfingsten Pflicht, denn der Drei-Tage-Ostsee-OL war vom Deutschen Trainerrat als Qualifikationslauf zur diesjährigen Junioren-Weltmeisterschaft ausgeschrieben. Somit reiste Maria an die Ostsee, um an den drei Etappen teilzunehmen. Da keine D-20 Kategorie angeboten wurde, mussten alle Juniorinnen in der Damen-Eliteklasse starten.

Bei der Mitteldistanz südlich von Heringsdorf zeigte sich für die Mietrachingerin schon, dass diese Wettbewerbe sehr kräftezehrend sein würden. Begleitet von Regenschauern kam Maria nicht gut zurecht und verlor schon auf der ersten Etappe sehr viel Zeit auf die spätere Siegerin Karin Schmalfeld. Eine Muskelverletzung am zweiten Tag stellte für Maria Lange ein zu großes Handicap dar, so dass sie am letzten Tag nur noch einige Posten abgehen konnte, und somit mit Fehlstempel aus der Wertung fiel. Doch die Konkurrentinnen machten es nicht viel besser und so brauchte der Trainerrat noch eine Woche Zeit, um die Entscheidung treffen zu können. Und es stand fest: Maria war für die Junioren WM in Aalborg im Norden Dänemarks nominiert.

Anna Biller konnte sich mit guten Läufen in der Klasse D-18 auf den Silberrang vorlaufen und somit einen weiteren Erfolg verbuchen.



D-Elite:

1.	Karin Schmalfeld	Halle-Ammendorf	34:42	72:42	50:52	2:38:16 Std.
2.	Gunda Fischer	OLV Weimar	39:22	91:41	60:26	3:11:29 Std.
3.	Arntraut Götsch	BUL Tromsö	41:55	95:03	61:38	3:18:36 Std.
	Maria Lange	SV Mietraching	44:03	120:14	Fehlst.	

D-18:

1.	Susen Lösch	USV Jena	32:13	58:05	44:04	2:14:22 Std.
2.	Anna Biller	SV Mietraching	33:47	61:43	40:34	2:16:04 Std.
3.	Resei Rathmann	SV Schmalkalden	33:19	61:52	43:29	2:18:40 Std.

H-45:

1.	Heiko Gossel	USV TU Dresden	28:23	61:27	52:56	2:22:46 Std.
2.	Meyer Dirk	Treptower SV	30:43	66:00	52:26	2:29:09 Std.
3.	Thomas Scheler	TV Coburg Neuses	32:53	67:27	51:52	2:32:12 Std.
	Uwe Genatis	SV Mietraching	34:14	Fehlst.		



Fun-Orientierungsläufe in Abtenau / Österreich 29. Mai 2010

Ein Bericht von Korbinian Lange

Eigentlich wollten wir zu Hause ein gemütliches Nicht-OL-Wochenende verbringen, doch Karin und Roland machten sich auf den Weg nach Österreich und somit entschlossen wir uns ganz schnell dazu, doch noch zur „Chicken Challenge“ zu fahren.

Bei sehr durchwachsenem Wetter in Deggendorf abgefahren, kamen wir bei Sonnenschein in Abtenau am Parkplatz an (in Abtenau ist der Himmel blau), und siehe da: auch Geli aus Coburg war mit Sebastian Vetter angereist, so dass auf die Schnelle auch schon ein Handy-OL Partner für mich gefunden war.

Aber erstmal kurz erklärt, was der ASKÖ Henndorf für ca. 150 Teilnehmer am Samstag zu bieten hatte. Vier verschiedene Fun-OLs standen auf dem Programm, an denen Jeder teilnehmen konnte. Einer davon war der Labyrinth-OL, wo man auf einem ca 10x10 Meter großen Areal durch ein Labyrinth aus Absperrnetzen zwei verschiedene Strecken zu laufen hatte (meistens musste man zwar gehen, da die Orientierung doch sehr schwierig war) und dabei ohne über die Netze zu greifen seine Posten stempeln musste - dumm einfach, wenn man in einer Sackgasse stand und der zu stempelnde Posten zum Greifen nah, aber doch so weit entfernt war. Ich kann gar nicht verstehen, wie Norbert Zölde (OLV Landshut) seine Posten in einer sagenhaften Zeit von knapp über 4 Minuten schaffte. Ging da wirklich alles mit rechten Dingen zu?

Der zweite Lauf war ein sogenannter WISBI-OL (**W**ie **S**chnell **B**in **I**ch). Ein/e Elite-Läufer(in) gab eine Zeit auf einer ca. 1,6 km langen Strecke durch den Ort Abtenau vor, und man musste dann versuchen, diese Zeit zu unterbieten. Als Drittes gab es einen Handy-OL. Darunter versteht man, dass ein Läufer mit Handy, SI-Chip und Kompass bewaffnet den Anweisungen seines Partners, der im Wechselraum mit OL-Karte und Handy sitzt, zu folgen hat und somit seine

Strecke absolviert und dabei alle Posten richtig stempelt. Zurück im Ziel wird der SI-Chip übergeben und der erste Läufer wird zum OL-Navigator. Der letzte Lauf war eigentlich gar kein Lauf, da man seine Füße dazu nicht bewegen musste, sondern nur sein Gleichgewicht einsetzen musste, denn man konnte auf einem Segway über den Abtenauer Sportplatz „rasen“ und mehrere Posten abfahren auf denen Zahlen draufstanden, die man alle addieren musste.

Mir selbst haben diese OLs wirklich eine Menge Spaß gemacht und das Wetter zeigte sich ja auch noch von seiner sonnigen Seite. Das Labyrinth war auch für mich gar nicht so einfach, da ich mehrmals nicht mehr wusste, wo ich war; meine Mutter aber hatte noch mehr Probleme damit und verirrte sich ständig. Mein Vater hatte sich nach der ersten Teilstrecke schon sehr gut in die Labyrinth-Karte eingelese und schaffte das ganze fast fehlerfrei, wenn auch nicht als Schnellster.

Der WISBI-Lauf war für mich und meine Eltern wohl der anspruchsvollste, weil wir alles geben mussten, um eine einigermaßen vernünftige Zeit hinzulegen. Aber das Peinliche für mich dabei war, dass mein Vater und ich haargenau die gleiche Zeit liefen (Er H55; ich H14). Sollte ich mehr trainieren ???

Der Handy-OL, den ich mit Sebastian Vetter absolvierte, war klasse, na ja zumindest so lange ich ein geladenes Handy hatte. Mitten unter meiner Laufstrecke gab der Akku meines Handys den Geist auf, also musste ich noch mal zurück, einen Ersatzakku auftreiben und dann wieder auf die Strecke, was nicht so toll war.

Mit dem Segway fahren wie Thomas Gottschalk in der Haribo-Werbung - ein Traum. Für mich blieb es kein Traum. Es war klasse, da ich schnell kapierte, wie man fährt und lenkt. Es war einfach nur genial und ich durfte mehrmals die Strecke abfahren. Mein Vater konnte in einer engen Passage seinen Segway nicht richtig kontrollieren und machte einfach mal so einen Posten platt. Au-

Berdem war es ganz lustig zu sehen, wie andere zu draufgängerisch fahren und vom Segway flogen.



Herren WISBI (41 Teilnehmer):

1.	Nykodym Milos	Zabovresky Brno	7:11 min
2.	Brlca Pavel	Zabovresky Brno	7:36 min
3.	Fesselhofer Roland	Wiener Neustadt	7:39 min
16.	Vogl Roland	SV Mietraching	10:47 min
25.	Lange Peter	SV Mietraching	12:39 min
26.	Lange Korbinian	SV Mietraching	12:39 min

Damen WISBI (34 Teilnehmerinnen):

1.	Madlova Vera	Zabovresky Brno	8:35 min
2.	Chroma Katerina	Zabovresky Brno	9:02 min
3.	Simkova Johanka	Zabovresky Brno	9:20 min
6.	Vogl Karin	SV Mietraching	10:57 min
10.	Lange Petra	SV Mietraching	12:14 min

Handy OL (34 Paare)

1.	Cart + Göschl	OLC Wienerwald	23:43 min
2.	Boubela + Benedek	HSV Pinkafeld	24:22 min
3.	Roland + Roland	Henndorf / Mietraching	24:39 min
11.	Karin + Traudi	Mietraching / Wien	30:39 min
	Korbinian + Sebastian	Mietraching / Coburg	Fehlst.

Labyrinth OL (90 Teilnehmer)

1.	Zölde Norberth	OLV Landshut	4:28 min
2.	Elstner Laurenz	ASKÖ Henndorf	4:43 min
3.	Rothauer Lucie	ASKÖ Henndorf	5:15 min
35.	Lange Korbinian	SV Mietraching	7:39 min
42.	Lange Peter	SV Mietraching	8:09 min
44.	Vogl. Roland	SV Mietraching	8:20 min
61.	Vogl Karin	SV Mietraching	10:56 min
	Lange Petra	SV Mietraching	Fehlst.



Österreichischer Ranglistenlauf auf der Postalm 30. Mai 2010

Zur Siegerehrung der Fun-OLs setzte schon mal nach einem Gewitter heftiger Regen ein, der ein wenig nachließ, als wir uns auf den Weg zur 1.100 m hoch gelegenen Postalm machten. Nach dem Wetter der letzten Wochen musste man mit allem rechnen, doch der Parkplatz auf der Alm war schneefrei, nur in den Felswänden konnte man noch Schneefelder entdecken. Bei 6°C hörte der Regen auf und es kam ein sagenhafter Sternenhimmel zum Vorschein. Am Wettkampftag begann es kurz vor der Nullzeit - wie könnte es auch anders sein - wieder zu regnen, was sich den ganzen Wettkampf hindurch hartnäckig hielt, und erst zum Ende wurden wir mit Sonnenschein und einem herrlichen Blick auf die Almen-Kulisse versöhnt.

Nach den Spaß-OLs ging es nun wieder ernsthaft zur Sache und im tiefen, sumpfigen Gelände wurde für manchen der Wettkampf zur Schlamm Schlacht. Zusätzlich waren viele Höhenmeter zu überwinden, viele Almwiesen zu queren und Bäche mehrmals zu durchwaten, wobei man auf den Steinen aufpassen musste, um nicht ins Rutschen zu geraten. Das Gelände wäre bei Trockenheit wohl besser zu belaufen gewesen, doch die Organisation durch den ASKÖ Henndorf war fast perfekt, und die Laufkarte sehr genau, so dass wir alle den Lauf genossen hatten, auch ohne Sonnenschein. Selbst Korbinian kam am Morgen zu der Erkenntnis: „Ich bin ja nicht aus Zucker, und ich bin hier um Spaß am Orientierungslauf zu haben!“ Den hatte er, denn im Ziel angekommen (patschnass bis auf die Haut), freute er sich über seinen guten Lauf und über das tolle Gelände. Peinlich für Petra in diesem Fall war, dass Korbinian (H-14) 4,3 km / 170 Hm / 16 P.) fast die gleichen Streckendaten hatte wie sie (D-45 / 4,5 km / 235 Hm / 16 P.) und dabei um 25 Minuten schneller im Ziel war. Leider war eine Postenstation am Getränkeposten hinter einem Auto gesetzt, so dass er nicht gleich von allen erkannt wurde, was auch Karin zum Verhängnis wurde. Sie hatte bis dahin einen fehlerfreien Lauf, ließ diesen Posten aber rechts liegen und bemerkte dies erst bei der nächsten Kontrollstation - mit dem Zurücklaufen und dem nochmaligen steilen Anstieg konnte sie den Sieg leider abhaken.

H-14 (4,3 km / 170 Hm / 16 P. - 21 Teilnehmer):

1.	Peter Mathias	SU Schöckl	32:24 min
2.	Falk Stefan	Naturfreunde Linz	36:50 min
3.	Schaberl Markus	OLC Graz	36:55 min
7.	Lange Korbinian	SV Mietraching	41:10 min

H-21 kurz (6,0 km / 270 Hm / 17 P. - 22 Teilnehmer):

1.	Fesselhofer Roland	Wiener Neustadt	45:29 min
2.	Arthofer Florian	Wiener Neustadt	46:02 min
3.	Benedek Gustav	HSV Pinkafeld	49:32 min
4.	Vogl Roland	SV Mietraching	50:26 min

H-55 (5,0 km / 230 Hm / 17 P. - 19 Teilnehmer):

1.	Hartinger Franz	Leibnitzer AC	46:50 min
2.	Hones Josef	HSV Ried	49:54 min
3.	Ponweiser Franz	Wiener Neustadt	57:28 min
16.	Lange Peter	SV Mietraching	82:40 min

D-18 Elite (6,1 km / 280 Hm / 15 P. - 13 Teilnehmerinnen):

1.	Arbter Anja	Naturfreunde Wien	51:05 min
2.	Chroma Katerina	Zabovresky Brno	54:13 min
3.	Simkovics Anna	OLC Wienerwald	55:04 min
4.	Biller Anna	SV Mietraching	56:41 min

D-21 kurz (3,8 km / 200 Hm / 17 P. - 16 Teilnehmerinnen):

1.	Konrad birgit	OLC Stubai	47:03 min
2.	Springer-Venhauer Sonja	OLCU Viktring	52:00 min
3.	Piechl Eva	SU Klagenfurt	55:14 min
5.	Vogl Karin	SV Mietraching	62:13 min

D-45 (4,5 km / 235 Hm / 16 P. - 14 Teilnehmerinnen):

1.	Arbter Vera	Naturfreunde Wien	45:28 min
2.	Gittmaier Doris	HSV Ried	47:03 min
3.	Strobl Helene	HSV Pinkafeld	61:03 min
6.	Lange Petra	SV Mietraching	66:31 min



DM Mitteldistanz in Ortrand - Sachsen

12. Juni 2010

Anna und Maria holen Silber !

Der Post SV Dresden war der Ausrichter der Deutschen Meisterschaften im Mitteldistanz-Orientierungslauf. Die „Postler“ hatten dafür die „Knehlener Berge“ nördlich von Dresden als Wettkampfbereich ausgewählt.

Die Hügelgruppe mit vielen steilen Anstiegen und tiefen Rinnen hatte ihre Tücken, denn der dichte Mischwald mit hohen Farnen, Brombeerstrauchern und Brennnesseln erschwerte nicht nur das Laufen, sondern behinderte beim Orientieren auch die Sicht. Entlang der brandenburgisch-sächsischen Grenze boten die Ausrichter den rund 600 Läufern aus ganz Deutschland eine Orientierungslaufkarte mit anspruchsvoller Bahnlegung mit ständigen Richtungswechseln.

Unter schwierigen Bedingungen bewiesen die Läufer aus Mietraching starke Kondition und ein sehr gutes Orientie-

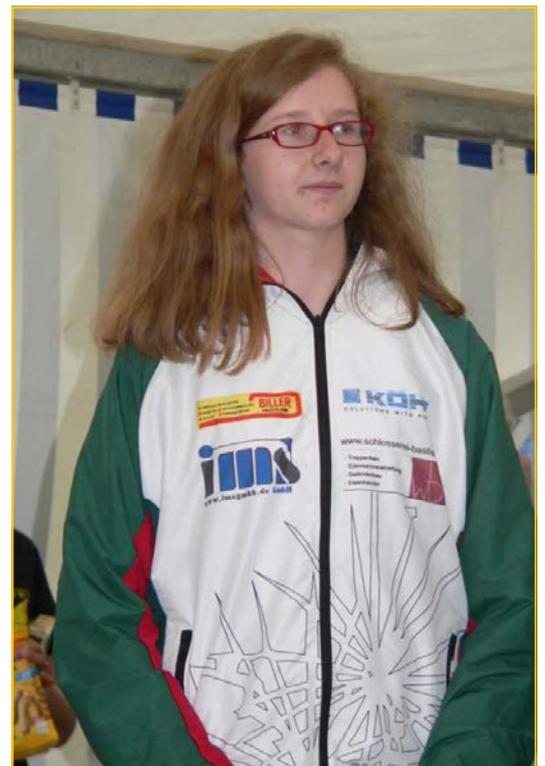
rungsvermogen.

Sehr erfolgreich waren die Juniorinnen des SV Mietraching: Anna Biller musste sich bei harter Konkurrenz der Damen-18 Kategorie nur Dauerrivalin Susen Lösch aus Jena beugen. Nach einer Laufstrecke von 3,2 km und 135 Hohemetern kam die 17jahrige mit knappem Rückstand nach 29.09 Minuten als Zweite ins Ziel, da ihr im Schlussteil der Bahn nach einem bis dahin sehr konzentrierten Lauf ein kleiner Richtungsfehler unterlief, der sie eine Minute kostete. Bei der Siegerehrung war aber die Freude über die Silbermedaille viel größer als die Enttäuschung über den knapp vergebenen Sieg.

Vereinskameradin Maria Lange sicherte sich ebenfalls Silber, hinter der derzeit nicht zu schlagenden Josephine Greiner vom TSV Grünwald. Für Maria war es ein größer Erfolg, da sie seit Wochen an

einer Muskelverletzung laborierte und deshalb stark eingeschränkt war. Die Verletzung war auch der Grund, warum sie die Teilnahme an der Junioren-Weltmeisterschaft in Dänemark absagen musste. Als Ersatz für die 19jahrige wurde vom Trainerrat Anna Biller nachnominiert, die dann von Spanien (Jugend EM) direkt weiter flog nach Aalborg zur WM.

Weitere Mietrachinger zeigten wieder sehr gute Leistungen. Dirk Hartmann war bei den Herren-45 zwar kein Medaillengewinner, doch der sechste Platz unter 52 Teilnehmern ist sehr zufriedenstellend. In der Schulerklasse konnte Hannah Kühne den sechsten Platz bei den Mädchen D-14 verbuchen und Petra Lange komplettierte die Top-Ten-Ergebnisse mit einem zehnten Platz bei den Seniorinnen D-45.



D-14 (1,9 km / 70 Hm / 9 P. - 16 Teilnehmerinnen):

1.	Mühlstein Carla	OSC Kassel	15:55 min
2.	Otto Susanne	ESV Lok Magdeburg	16:37 min
3.	Dingenotto Brit	Teutoburger Wald	16:58 min
6.	Kühne Hannah	SV Mietraching	19:19 min
11.	Bastian Helena	SV Mietraching	25:56 min

D-18 (3,2 km / 135 Hm / 12 P. - 10 Teilnehmerinnen):

1.	Lösch Susen	USV Jena	28:42 min
2.	Biller Anna	SV Mietraching	29:09 min
3.	Schmidt Johanna	Planeta Radebeul	29:58 min

D-20 (4,5 km / 150 Hm / 16 P. - 10 Teilnehmerinnen):

1.	Greiner Josephine	TSV Grünwald	37:52 min
2.	Lange Maria	SV Mietraching	39:47 min
3.	Kunzendorf Anne	Gundelfinger TS	40:31 min

D-19A (3,5 km / 125 Hm / 11 P. - 47 Teilnehmerinnen):

1.	Ansorge Elisabeth	SV Robotron Dresden	33:36 min
2.	Brandt Maike	SV TU Ilmenau	34:51 min
3.	Sembdner Fanny	USV TU Dresden	36:13 min
35.	Vogl Karin	SV Mietraching	64:21 min

D-45 (2,8 km / 130 Hm 9 P. - 23 Teilnehmerinnen):

1.	Hellmann Kerstin	USV TU Dresden	26:10 min
2.	Eronen Jaana	OLV Steinberg	29:38 min
3.	Juckelandt Sabine	USV TU Dresden	33:33 min
10.	Lange Petra	SV Mietraching	39:37 min

H-14 (1,9 km / 70 Hm / 9 P. - 36 Teilnehmer):

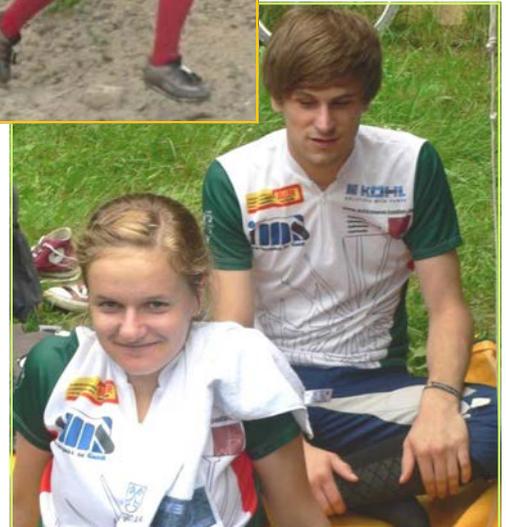
1.	Otto Mark	TOLF Berlin	12:03 min
2.	Kühnhold Tim	WSV Braunlage	14:08 min
3.	Fuchs Arne	OLG Siegerland	14:16 min
18.	Lange Korbinian	SV Mietraching	18:54 min

H-Elite (5,4 km / 220 Hm / 18 P. - 47 Teilnehmer):

1.	Teich Christian	Planeta Radebeul	30:53 min
2.	Krüber Robert	Planeta Radebeul	33:04 min
3.	Wendler Torben	SV Wiss. Quedlinburg	33:27 min
24.	Lange Sebastian	SV Mietraching	43:08 min
33.	Aigner Simon	SV Mietraching	48:58 min

H-21A (4,3 km / 185 Hm / 14 P. - 58 Teilnehmer):

1.	Harston Simon	TSV Budenheim	33:59 min
2.	Bäßler Steffen	SV Bad Dübén	34:22 min
3.	Laske Yves	SV TU Ilmenau	34:52 min
25.	Vogl Roland	SV Mietraching	44:00 min
53.	lange Peter	SV Mietraching	70:42 min



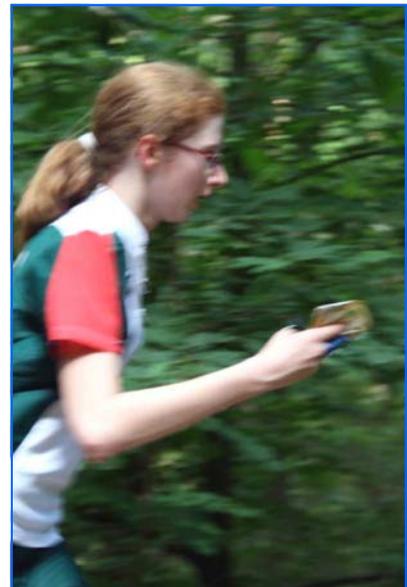
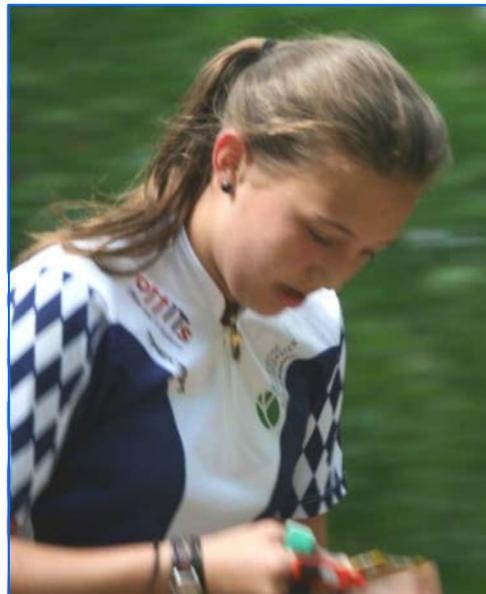
H-45 (3,5 km / 125 Hm / 11 P. - 52 Teilnehmer):

1.	Gossel Heiko	USV TU Dresden	24:57 min
2.	Eppendorfer Jörg	SV Koweg Görlitz	26:58 min
3.	Kleipa Torsten	OLF Mainz	27:17 min
6.	Hartmann Dirk	SV Mietraching	28:07 min
24.	Genatis Uwe	SV Mietraching	36:01 min



Bundesranglistenlauf Langdistanz in Ortrand 13. Juni 2010

Für den Bundesranglistenlauf über die Langdistanz am Sonntag war die Laufkarte erweitert worden, somit blieben die Geländegegebenheiten gleich. Die WM Nominierung hatte Anna Biller so viel Motivation gegeben, dass sie die D-18 Konkurrenz beherrschte und wertvolle Bundesranglistenpunkte sammeln konnte. Helena Bastian (4.) und Hannah Kühne (8.) glänzten mit einstelligen Plätzen in der Kategorie D-14, genauso wie Korbinian Lange bei den Schülern H14, der sich auf den 7. Platz kämpfte. Einen guten Lauf hatte auch Petra Lange und platzierte sich bei den Seniorinnen D-45 auf den vierten Rang.



D-14 (3,5 km / 170 Hm / 10 P. - 17 Teilnehmerinnen):

1.	Mühlstein Carla	OSC Kassel	37:01 min
2.	Müller Dorothea	Post SV Dresden	37:38 min
3.	Friedrichs Birte	MTV Seesen	37:52 min
4.	Bastian Helena	SV Mietraching	42:00 min
8.	Kühne Hannah	SV Mietraching	48:06 min

D-18 (6,0 km / 250 Hm / 15 P. - 10 Teilnehmerinnen):

1.	Biller Anna	SV Mietraching	52:07 min
2.	Rathmann Resi	SV Schmalkalden 04	53:32 min
3.	Lösch Susen	USV Jena	53:44 min

D-Elite (9,0 km / 315 Hm / 21 P. - 13 Teilnehmerinnen):

1.	Schmalfeld Karin	Halle-Ammendorf	64:29 min
2.	Seib Jenny	TK Hannover	74:41 min
3.	Jaeger Meike	Gundelfinger TS	75:12 min
11.	Lange Maria	SV Mietraching	87:53 min

D-19AK (4,1 km / 165 Hm / 11 P. - 25 Teilnehmerinnen):

1.	Ansorge Elisabeth	SV Robotron Dresden	41:29 min
2.	Kaufmann Elisa	USC Leipzig	42:10 min
3.	August Olga	USC Magdeburg	44:44 min
14.	Vogl Karin	SV Mietraching	61:28 min

D-45 (4,6 km / 190 Hm / 13 P. - 27 Teilnehmerinnen):

1.	Hellmann Kerstin	USV TU Dresden	44:41 min
2.	Eronen Jaana	OLV Steinberg	51:06 min
3.	Engel Uta	Ski-Club Helsa	53:15 min
4.	Lange Petra	SV Mietraching	54:08 min

H-14 (3,5 km / 170 Hm / 10 P. - 33 Teilnehmer):

1.	Otto Mark	TOLF Berlin	27:06 min
2.	Fuchs Arne	OLG Siegerland	27:51 min
3.	Hennseler Ole	MTV Seesen	30:11 min
7.	Lange Korbinian	SV Mietraching	35:15 min

H-Elite (12,3 km / 480 Hm / 34 P. - 23 Teilnehmer):

1.	Krüger Robert	Planeta Radebeul	82:17 min
2.	Bergmann Sebastian	SV TU Ilmenau	83:59 min
3.	Lubina Alexander	DJK Adler Bottrop	84:33 min
20.	Aigner Simon	SV Mietraching	123:19 min



H-21AK (7,2 km / 265 Hm / 17 P. - 37 Teilnehmer):

1.	Teich Christian	Planeta Radebeul	43:51 min
2.	Schulte-Zurhausen Roman	DJK Adler Bottrop	45:41 min
3.	Lehmann Karsten	OLV Potsdam	51:12 min
17.	Vogl Roland	SV Mietraching	66:16 min

H-45 (7,3 km / 165 Hm / 15 P. - 65 Teilnehmer):

1.	Finkenstädt Michael	OLV Uslar	47:39 min
2.	Funk Benedikt	OLG Ortenau	53:02 min
3.	Von Gaza Horst	OLV Uslar	53;10 min
19.	Genatis Uwe	SV Mietraching	64:02 min

H-50 (6,7 km / 285 Hm / 14 P. - 21 Teilnehmer):

1.	Brandt Wolfgang	SV TU Ilmenau	55:50 min#
2.	Kaminsky Jan	Halle-Ammendorf	58:39 min
3.	Schote Gerd	OL-Team Wehrsdorf	59:01 min
18.	Lange Peter	SV Mietraching	94:00 min

JUKOLA und VENLA in Finnland 19. / 20. Juni 2010

Die Jukola 2010 in Finnland war eine sehr spezielle Jukola. Es wurde nicht nur ein neuer Teilnehmerrekord aufgestellt; noch nie standen über 1200 Teams im Notstart. Und man kann sich ziemlich sicher sein, dass o-technisch wohl bei keiner Jukola so viele Fehler von Eliteläufern gemacht wurden, wie an diesem Wochenende.

Doch zuvor musste man erst einmal nach Finnland kommen. Die meisten hatten sich für eine komfortable Lösung - den Flug - entschieden, doch das war den Mietrachingern Roland, Karin, Sebastian, Maria und Anna zu einfach. Etwas abenteuerlicher und länger durfte die Anreise schon sein. So entschied man sich für die Fahrt mit dem Auto - jedenfalls für die Hinreise -, denn Roland hatte einen Deal in Finnland zu machen, er verkaufte dort das Auto seines Vaters und so mussten sich fünf Erwachsene samt Gepäck, Zelt und Verpflegung in das Fahrzeug zwängen. Hatte man anfangs noch die Hoffnung, Roland würde die Müdigkeit übermannen und den Posten des Fahrzeuglenkers und damit auch einen komfortablen Sitzplatz an jemanden anderen abtreten musste man nach einigen Stunden einsehen, dass dies ein Traum bleiben würde. Somit versuchen Maria,

Anna und Sebastian im Font des Wagens immer wieder zweifelt Arme und Beine in angenehmere Positionen zu wechseln, denn diese schliefen im Gegensatz zu den Personen immer wieder ein.

Früh morgens in Polen (Danzig) angekommen hatten alle das Bedürfnis nach Frühstück, doch es war unmöglich, mit Euro zu bezahlen und polnische Währung hatte niemand dabei. Somit wurde aus dem mitgeführten Essen genascht, und versucht, die Wartezeit am Hafen mit etwas Schlaf im Auto zu überbrücken, da man 4 Stunden auf die Fähre nach Finnland warten musste. Auf der Autofähre aber konnte man sich bei der 24stündigen Überfahrt gut erholen - angenehme Kabinen, gutes Essen und Trinken, Fernsehen und eine Sauna waren zum Zeitvertreib geboten.

Auf dem Festland angekommen ging es schnell weiter zum Wettkampfgebiet, denn die Zeit für die Damen zur Venla-Staffel war knapp bemessen.

Bei Regen entwickelte sich das Zeltareal schnell zu einer Rutschbahn und nun ging es rasant an die Vorbereitungen für die ersten Läuferinnen.



Hochinteressant gestaltete sich die Venla-Staffel, die nachmittags gestartet wurde, da es immer wieder dazu kam, dass sich führende Teams nacheinander auf Grund von Fehlern selber aus dem Titelkampf warfen. Am besten mit dem technisch anspruchsvollen Gelände kam Tampereen Pyrintö zurecht. Durch technisch kontrollierte Läufe konnten die Läuferinnen am Ende die Staffel mit fast 5 Minuten Vorsprung für sich entscheiden. Am dem zweiten Platz folgte Ulricehamns OK mit Simone Nig-

gli auf der Schlussrunde. Diese erfuhr am eigenen Leib, wie die kleinste Ungenauigkeit beim Orientieren zu Fehlern führen konnte. Anne Margrethe Hausken vom Halden Skiklubb kam mit der langen Schlusstrecke am Besten zurecht - sie konnte ihren Verein vom neunten auf den dritten Platz laufen. Das deutsche Team „Sportvogel“ hatte mit den vorderen Plätzen nichts zu tun, doch für die Staffel ging es darum eine gute Platzierung heraus zu laufen, was auch bestens gelang. Von 1107 gestarteten Damen-Staffeln erreichten Maria Lange, Karin Vogl, Anna Biller und Eva Ponweiser den hervorragenden 278. Rang. Startläuferin Maria Lange konnte bei trockener Witterung starten und sich im starken Starterfeld mit Platz 459 behaupten. Karin Vogl musste auf der kürzeren zweiten Strecke noch 47 Staffeln an ihr vorüberziehen lassen und übergab auf Platz 506 liegend an Anna Biller. Diese schaffte es auf ihrer über 6 km langen Strecke Platz für Platz gut zu machen und am Ende gabs Platz 320 für die Mietrachingerin. Nun wurde die Österreicherin Eva Ponweiser auf die lange Schlusstrecke geschickt und auch sie konnte noch mal 38 Plätze nach vorne laufen und dem Team Platz 278 sichern.



Beim Herrenrennen erwartete man einen engen Kampf zwischen Kalevan Rasti, Kristiansand OK und Halden SK. Dazu galten ein paar finnische Klubs als Außenseiter. Doch so sollte es nicht kommen. Kristiansand OK verabschiedete sich schon nach der ersten Strecke aufgrund eines Fehlstempels. Kalevan Rasti verpasste auf der zweiten Strecke den Anschluss zur Spitze, so dass Halden SK ab der zweiten Strecke in Führung ging. Diese Führung gab das Team nicht mehr her und baute den Vorsprung zweitweise sogar auf ganze 13 Minuten aus. Thierry G. ging auf der Schlusstrecke mit voller Motivation ins Rennen, aber 13 Minuten schienen dann doch unmöglich. Am Ende konnte Halden locker mit einem Vorsprung von 7 Minuten ins Ziel laufen. Auf dem dritten Platz folgte Vaajakosken Terä, mit fast 18 Minuten Rückstand.

Im Gegensatz zu den Damen mussten hier 7 Mann antreten und viele Läufer ließen im anspruchsvollen Gelände wertvolle Zeit liegen. Leider gehörten da auch einige Mitglieder des Herrenteam „Sportvogel“ dazu. Startläufer



Sebastian Lange hatte aus den Fehlern seiner ersten Jukola gelernt und sich im Vorfeld mit genügend Essen und Trinken versorgt, so dass die Energiereserven für seine 10 km aufgefüllt waren. Vor dem Start fing es dann doch noch an zu regnen, doch das konnte dem Mietrachinger die Laune nicht vermiesen.

Unter fast 1300 Staffelstartern schlug sich Sebastian auf seiner Nachtstrecke beachtlich und kam auf Platz 377 liegend in den Wechselraum. Klitschnass und voller Schlamm übergab er auf den



zweiten Läufer Markus König aus Österreich. Dieser hatte leichte Probleme mit dem Gelände und fiel um 154 Plätze auf Rang 531 zurück. Nun war der Mietrachinger Oldie Dirk Hartmann an der Reihe, doch auch bei ihm lief es an diesem Tag nicht besonders - auch er musste Federn lassen und fiel weiter auf Platz 634 zurück. Aber auch Günther Kradischnig aus Österreich macht es nicht viel besser und packte nochmals 53 Plätze nach hinten drauf. Nun kam die Stunde des Finnen Markku Piironen, der einen hervorragenden Lauf hinlegte und damit 177 Konkurrenten überholen konnte und Roland Vogl auf die vorletzte Bahn schickte. Roland, auch nicht mehr der jüngste, kämpfte verbissen um jede Platzierung und schaffte es, nochmals 52 Ränge nach vorne zu laufen und mit Platz 458 auf den Schlussläufer Andreas Grote zu übergeben. Dieser brauchte all seine Kondition, um die längste Strecke gut hinter sich zu bringen. Wiederum machte das „Sportvogel“-Team einen kleinen Sprung (13 Plätze) nach vorne und freute sich trotz eines nicht optimalen Wettkampfes über Platz 445.

Anschließend ging es gleich zum Flughafen in Helsinki, denn das Auto war schon an seinen Käufer übergeben worden.

Da man die letzten 24 Stunden fast ohne Schlaf auskommen musste, schließlich musste man seine Staffelpartner auch anfeuern, fiel man ziemlich erschöpft in die Flugzeugsitze und wollte nur noch nach Hause.

Doch vielleicht ergibt sich wieder einmal die Möglichkeit einer Jukola Teilnahme, dann sind bestimmt wieder welche aus den Teams dabei.



Jugendeuropameisterschaft in Soria / Spanien

28. Juni - 04. Juli 2010

Die 17 Jährige Anna Biller stand im dies-jährigen achtköpfigen Nationalkader für die Jugend-Europameisterschaft, die in Soria in Spanien ausgetragen wurde. Gleich zum Auftakt beim Langdistanzrennen sorgte ein Gewitter mit zwei Blitzeinschlägen in unmittelbarer Nähe des Ziels mit einem halbstündigen Stromausfall für Aufregung. Die Ergebnisse der Deutschen Läuferinnen und Läufer waren aber mehr durchwachsen als aufregend. Auf einer Strecke von 5,5 km und 230 Höhenmetern hatte Anna 16 Posten zu bewältigen und konnte sich als zweitbeste Deutsche unter 73 Starterinnen in der Kategorie D-18 auf Platz 39 im Mittelfeld positionieren - wie viele andere hatte auch sie Probleme auf dem Weg zum ersten Posten.

Anders als vorhergesagt gab es zum Staffelwettkampf der Jugend-EM eine deutliche Wetterbesserung; und mit der Sonne präsentierte sich die deutschen Athleten auch in einer besseren Form als am Vortag. Mit dem offenen und von vielen parallelen Felsbändern geprägten Gelände stellte der Veranstalter die Teilnehmer vor gänzlich andere Aufgaben als noch beim Einzellauf. Anna Biller kam mit dem Gelände überwiegend sehr gut zurecht und lief als Schlussläuferin der D-18 Staffel ein starkes Rennen. Auf Position sechs ins Rennen geschickt musste sich die Mietrachingerin nur noch von einer norwegischen Läuferin überholen lassen und sicherte der Deutschen Staffel einen hervorragenden 7. Platz.

Das abschließende Sprintrennen wurde sehr temporeich und es war der Tag der Schweizer. Insgesamt 5 Medaillen und weitere 3 Plätze unter den besten Sechs gingen an unsere südlichen Nachbarn. Nach einem flachen Start im Schlosspark ging es rasant bergab in die Innenstadt - auf kurzes steiles Waldgelände folgte der von Routenwahlen geprägte urbane Teil der Bahnen, bevor die Läufer ein weiteres Mal steil bergab in den Zielbereich am Fluss liefen. Hier galt es bei kurzen Übergängen zwischen einzelnen Inseln den Überblick zu behal-



ten. Wie beim Sprint üblich trennten nur sehr geringe Zeitabstände die Platzierungen.

Mit einem kleinen Fehler im Schlussteil reihte sich Anna in der D-18 an 22. Position ein. In der gemeinsamen Analyse kam man mit den Trainern zu dem Schluss, dass zu oft Unsicherheiten zum Verlust entscheidender Sekunden geführt hatten.

Im Anschluss an die Siegerehrung fand die Übergabe der IOF-Flagge an den Ausrichter der nächsten Jugend-EM statt. 2011 sind die Läuferinnen und Läufer Ende Juni in Jindrichuv Hradec in Tschechien zu Gast.



Einzellauf Langdistanz D-18 (73 Teilnehmerinnen):

1.	Franziska Dörig	Schweiz	51:24 min
2.	Andra Cecilia Anghel	Rumänien	53:00 min
3.	Silje U Maurset	Norwegen	53:59 min
39.	Anna Biller	Deutschland	65:12 min

Staffellauf D-18 (26 Staffeln):

1.	Tschechien	1:54:01 Std.
2.	Finnland	1:57:27 Std.
3.	Polen	1:57:28 Std.
7.	Deutschland	2:02:26 Std.
	Susen Lösch	38:12 min
	Resi Rathmann	44:41 min
	Anna Biller	39:33 min

Sprint D-18 (73 Teilnehmerinnen):

1.	Aebi Marion	Schweiz	12:33 min
2.	Marset Silje U	Norwegen	13:26 min
3.	Haikonen Henna-Riikka	Finnland	13:28 min
22.	Biller Anna	Deutschland	14:36 min



Junioren Weltmeisterschaft in Aalborg / Dänemark 01. Juli - 11. Juli 2010



Für Anna blieb nach der Europameisterschaft nicht viel Zeit zum Entspannen, denn sie flog direkt weiter nach Dänemark, wo das Junioren WM-Team schon auf sie wartete. Wie schon berichtet hatte sich Teamkollegin Maria für die WM qualifiziert, aber auf Grund einer Verletzung ihren Startplatz freigegeben. Der Trainerrat hatte Anna nachnominiert, um eine dritte Läuferin für die WM

Damen-Staffel zu haben. Durch die Strapazen der EM-Läufe und die schon beginnenden WM-Läufe gab es für die 17jährige keine Zeit, sich zu regenerieren. Um das Gelände etwas kennen zu lernen startete Anna zum Qualifikationslauf über die Mitteldistanz. Hier verpasste sie mit Platz 24 den Einzug ins A-Finale nur knapp und verzichtete tags darauf aufs B-Finale um fürs Staffellen noch einmal alle Kräfte sammeln zu

können, das traditionell zum Abschluss der Junioren-Weltmeisterschaft statt findet. Das Wettkampfgebiet ca. 30 km südlich von Aalborg unterschied sich aber grundlegend von den durch Dünen und Krüppelkiefern geprägten Küstenwäldern der vorangegangenen Tage. Zu großen Teilen offene, von Heidekraut bewachsene Hänge mit großen Höhenunterschieden verlangten den Läufern alles ab.

Die hochsommerlichen Temperaturen von knapp 30°C sowie die extrem fordernden Bahnen mit zum Teil über 5% Steigung taten ein weiteres. Das Damen-Team ging mit Josephine Greiner (TSV Grünwald) an den Start. Diese übergab schon in fast aussichtsloser Situation an Johanna Schmidt, die ebenfalls wie ihre Vorläuferin einen Posten überlief und

dadurch einen großen Zeitverlust hinnehmen musste. Anna war als Schlussläuferin eingesetzt und konnte nur noch wenige Platzierungen gut machen. Am Ende musste man sich mit einem enttäuschenden 21. Rang begnügen. Mit den Staffelweltmeistern Norwegen (Herren) und Dänemark (Damen) ging eine abwechslungsreiche Junioren

-WM zu Ende, die vor allem für die gastgebenden Dänen ein großer Erfolg war.

Einige organisatorische Defizite warfen zwar kleinere Schatten über die Veranstaltung, aber vor allem die Wettkämpfe konnten mit sehr guten Karten und mehrheitlich guten Bahnen überzeugen.



Vorlauf Damen Mitteldistanz (3.15 km - 43 Teilnehmerinnen)

1.	Anastasia Trubkina	Russland	23:20 min
2.	Lilian Forsgren	Schweden	24:02 min
3.	Mira Kaskinen	Finnland	24:04 min
24.	Anna Biller	Deutschland	28:37 min

Staffel Damen:

1.	Dänemark		2:02:20 Std.
	Emma Klingenberg	45:39 min	
	Eda Bobach	47:30 min	
	Signe Klinting	29:11 min	
2.	Tschechien		2:05:32 Std.
	Dinisa Kosova	51:35 min	
	Jana Knapova	46:32 min	
	Tereza Novotna	27:25 min	
3.	Russland		2:06:00 Std.
	Natalia Vinogradova	46:03 min	
	Anastasia Tikhonova	52:11 min	
	Anastasia Trubkina	27:46 min	
21.	Deutschland		2:55:38 Std.
	Josephine Greiner	57:53 min	
	Johanna Schmidt	80:24 min	
	Anna Biller	37:21 min	

6-Tage-Orientierungslauf von Tirol 26. Juni - 04. Juli 2010

8 Tage - 6 Etappen sowie ein Sprint und ein Prolog. Das waren die Eckpunkte des Mehrtagelaufes, der vom 26. Juni bis zum 4. Juli in Nord- und Südtirol ausgetragen wurde. Charakteristisch für die Wettkämpfe waren anspruchsvolle, abwechslungsreiche Gelände, zahlreiche Höhenmeter sowie beeindruckende Landschaftserlebnisse.

Karin und Roland Vogl hatten diese Veranstaltung schon lange in ihrem Terminkalender eingetragen; doch nicht nur die sportlichen Aspekte waren ausschlaggebend dafür, denn 1500 Teilnehmer versprachen auch ein gutes Geschäft.



Die ersten drei Etappen wurden im italienischen Südtirol ausgetragen. Somit reisten die 1500 Teilnehmer aus ganz Europa zunächst in die westlichen Dolomiten. Ungefähr 25 km südlich von Bozen ging es auf einer Höhe von 1500 Metern zum Karersee, welcher auch als einer der schönsten Alpenseen bezeichnet wird. Zwei Etappen folgten im Gelände am Sonntag und Montag, bevor es am Dienstag zur Hochebene von Deutschneuhofen ging.

Nach drei sehr anspruchsvollen Etappen setzte sich der OL-Tross gen Nordtirol in Bewegung, um am Mittwoch einen Ruhetag oder den extra Sprint im österreichischen Fulpmes zu genießen. Viele Teilnehmer nutzten auch den freien Donnerstag, um Wanderungen im Stubaital, den anliegenden Tälern bzw. Bergen zu unternehmen oder auf kulturelle Erkundungstour ins nahegelegene Innsbruck zu fahren.

Zum Abschluss des 6-Tage-OL's folgten zwei Etappen oberhalb von Mieders im Stubaital und eine Etappe am Obernberger See. Ein besonderes Erlebnis war sicherlich die Rückfahrt vom Wettkampfbereich der vierten und fünften Etappe. Die Strecke zum Parkplatz legten viele Teilnehmer mittels einer knapp 3 Kilometer langen Sommerrodelbahn zurück. Neben diesem Erlebnis bot das fast durchgehend sehr gute Wetter und die Zeitplanung der Veranstalter aus Nord- und Südtirol auch viel Platz für weitere Aktivitäten rund um die Wettkämpfe.

Beim 6-Tage-Lauf wurde es auf den letzten Etappen noch einmal richtig interessant. Das Wettkampfbereich wechselte zwischen sumpfig feucht, sehr steil und sehr detailliert mit zahlreichen Steinen und Kuppen. Die fünfte und sechste Etappe waren gleichzeitig Weltrangistenläufe über die Mittel- und Langdistanz in der Elite-Klasse. Den Sieg über die Langdistanz der Damen-Elite konnte Karin Schmalfeld für sich verbuchen.

Die Gesamtwertung der Eliteklassen gewann bei den Damen Jenny Johansson (Ulricehamns / Schweden) und Klaus Schgaguler (Graz / Österreich) in der Herren-Klasse.

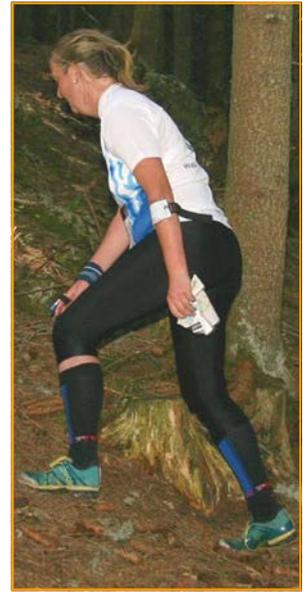
H-21 kurz (87 Teilnehmer):

1.	Lindstam Jacob	GIH Stockholm	Schweden	54:24	53:26	42:30	55:06	26:03	51:12	4:42:41 Std.
2.	Mattle Mirco	DominO-Team	Schweiz	52:00	45:47	48:03	56:32	27:47	58:50	4:48:59 Std.
3.	Dadda Iven P.	NTNUI Orient.	Norwegen	56:41	51:02	44:42	57:45	27:05	60:36	4:57:51 Std.
12.	Vogl Roland	SV Mietraching	Deutschland	66:50	61:09	50:16	65:50	32:33	74:11	5:50:49 Std.



D-21 kurz (57 Teilnehmerinnen)

1.	Akerman Anu	Helsingin	Finnland						
		55:56	40:09	31:08	49:04	24:23	48:54	4:09:34	Std.
2.	Persson Hanna	Ulricehamns O.	Schweden						
		51:02	53:37	38:39	58:34	28:30	57:52	4:48:14	Std.
3.	Hotz-Capeder P.	OL Zimmerberg	Schweiz						
		54:51	49:19	39:40	62:56	34:01	60:52	5:01:39	Std.
	Vogl Karin	SV Mietraching	Deutschland						
		98:16	80:01	62:09	Fehlst.	43:16	Fehlst.		



Gaumeisterschaft Turngau Donau-Wald 04. Juli 2010

Diese Gaumeisterschaft war wohl die schlecht besetzte seit Bestehen dieser Veranstaltung. Insgesamt fanden sich nur 25 Orientierer am Kalteck unterhalb des Vogelsangs ein, um die von Siegfried Liebl vorbereiteten Bahnen in Angriff zu nehmen.

Der Großteil der Teilnehmer - wie auch schon in den letzten Jahren - kam vom SV Mietraching, der Rest aus Deggendorf und Bernried sowie aus dem Gastverein OLV Landshut, der nicht zum Gau gehört. Bevor aber alle Mietrachinger an den Start gehen konnten, mussten sie erst einmal zum Wettkampfgebiet kommen, und an diesem Sonntag fanden sich leider keine Eltern, die ihre Kinder fahren konnten, so dass Fam. Lange mit 3 Autos ausrücken musste (Peter, Petra und Maria), um alle Mietrachinger zum Start zu bringen, der sich am Wanderparkplatz des Vogelsangs befand.

Der ausrichtende Verein TV Osterhofen hatte für die Sommerhitze ein schattiges Plätzchen gewählt, was nach den orientierungstechnisch anspruchsvollen und sehr steilen Bahnen auch nötig war. Viele konnten gar nicht verstehen, wie man auf so „kurzen“ Strecken so lange brauchen konnte. Doch von den Mietrachinger OLern gab es keine Aufgabe und keinen Fehlstempel und am Ende konnte man mit 8 Gaumeistern und 3 weiteren Medaillen sehr zufrieden sein.

D-14 (1,3 km / 65 Hm / 9 P.)

- | | | | |
|----|---------------|----------------|-----------|
| 1. | Kühne Hannah | SV Mietraching | 12:27 min |
| 2. | Gruber Andrea | SV Mietraching | 14:50 min |

D-18 (2,9 km / 200 Hm / 13 P.)

- | | | | |
|----|-----------------|----------------|-----------|
| AK | Schöps Anna | OLV Landshut | 45:47 min |
| 1. | Gruber Daniela | SV Mietraching | 47:46 min |
| 2. | Penzkofer Julia | SV Mietraching | 51:47 min |

D-19 Elite (4,6 km / 290 Hm 18 P.)

- | | | | |
|----|---------------|----------------|-----------|
| 1. | Lange Maria | SV Mietraching | 63:13 min |
| | Hektor Verena | OLA Deggendorf | Aufgabe |

D-45: (2,9 km / 200 Hm / 13 P.)

- | | | | |
|----|-----------------|----------------|-----------|
| AK | Schultze Andrea | OLV Landshut | 51:16 min |
| 1. | Lange Petra | SV Mietraching | 55:50 min |

H-12: (1,3 km / 65 Hm / 9 P.)

- | | | | |
|----|------------------|----------------|-----------|
| 1. | Penzkofer Tobias | SV Mietraching | 15:44 min |
| 2. | Rainer Sebastian | TV Osterhofen | 25:32 min |

H-14: (1,3 km / 65 Hm / 9 P.)

- | | | | |
|----|-----------------|----------------|-----------|
| 1. | Lange Korbinian | SV Mietraching | 12:45 min |
|----|-----------------|----------------|-----------|

H-18: (2,9 km / 200 Hm / 13 P.)

- | | | | |
|----|------------------|----------------|-----------|
| 1. | Penzkofer Markus | SV Mietraching | 43:09 min |
| 2. | Frankl Josef | SV Mietraching | 46:32 min |

H-35: (4,6 km / 290 Hm 18 P.)

- | | | | |
|----|-------------|----------------|-----------|
| 1. | Lange Peter | SV Mietraching | 72:21 min |
|----|-------------|----------------|-----------|



10 Jahre Orientierungslauf in Mietraching - 11. Juli 2010 Jubiläums-Orientierungslauf und Sommerbiathlon

Die Orientierungslauf-Abteilung des SV Mietraching feierte mit rund 50 Teilnehmern mit einem Jubiläums-OL und einem Sommerbiathlon bei heißem Sommerwetter ihr 10jähriges Bestehen.

Unterstützt durch viele Helfer konnte Abteilungsleiterin Karin Vogl nicht nur Mietrachinger zu diesem sportlichen Fest begrüßen, auch Sportler aus Degendorf, Osterhofen, Greising und sogar Burgweinting fanden sich am Mietrachinger Sportplatz ein.

Zu Beginn gab es einen Orientierungslauf mit drei verschiedenen langen und orientierungstechnisch unterschiedlichen Strecken. Auf der längeren A-Bahn hieß der Sieger Siegfried Liebl vom TV Osterhofen gefolgt von Maria Lange (SVM) und von Gertrud Liebl (TV Osterhofen). Die Mietrachingerin Hannah Kühne verwies auf der kürzeren B-Bahn die Vereinskollegen Korbinian Lange und Daniela Gruber auf die Plätze. Da sich viele ihre Kraft noch für den Biath-

lon aufsparen wollten, starteten auch erfahrene Orientierungsläufer auf der Anfänger C-Strecke, wo es einen Doppelsieg für das Brüderpaar Markus und Tobias Penzkofer gab, die an diesem Tag für den Schützenverein „Fröhliche Bergler“ Greising starteten. Den dritten Platz belegte Willi Bastian von der Schlosserei Bastian. Als jüngster Teilnehmer wagte sich der 5-jährige Lukas Kahra mit seinem Papa auf die 1 km lange Dorfstrecke.



Medaillengewinner beim Jubiläums-OL: v. links Willi Bastian, Markus Penzkofer, Tobias Penzkofer, Korbinian Lange, Hannah Kühne, Daniela Gruber, Lukas Kahra und Maria Lange

Danach ging es für die Teilnehmer zum Biathlon. Hier musste zweimal eine ca. 600 m lange Laufrunde um das Schulgelände absolviert werden, bevor es jedes Mal zum Schießstand auf den Sportplatz ging; jeder Fehlschuss brachte aber eine 40 m Strafrunde ein. Ungefährliche Lasergewehre ermöglichten auch den jüngeren Sportlern die Teilnahme an diesem Wettbewerb. Die Beaufsichtigung der Schießstände übernahm die Reservistenkameradschaft Mietraching.

Gestartet und gewertet wurde in verschiedenen Altersklassen, doch es gab am Schluss auch eine Mannschaftswertung, bei der die schnellsten Drei eines gestarteten Vereins - egal welche Altersklasse - die erste Mannschaft bildeten, die nächsten Drei die zweite Mannschaft usw.

Die Platzierten im Orientierungslauf und beim Biathlon erhielten bei der Siegerehrung Medaillen. Einen Pokal gab es für den jüngsten Teilnehmer beim OL. Ebenfalls geehrt wurde der Jüngste beim Biathlon (Patrick Oswald), der gemeinsam mit Oma Christa Oswald (als älteste Teilnehmerin) einen Pokal überreicht bekam.

In der Mannschaftswertung gab es einen knappen Sieg der Mietrachinger Orientierungsläufer I mit 20:40 min in der Besetzung Roland Vogl, Florian Kerschl und Daniela Gruber. Der zweite Platz ging an die Fröhlichen Bergler Greising I, und den dritten Rang erkämpften sich die Orientierungsläufer vom SV Burgweinting.

Bei Kaffee und Kuchen und mit einer Tombola am Ende der Siegerehrung ließ man den sportlichen Nachmittag ausklingen.

Jubiläums-Orientierungslauf:**Bahn A:**

1.	Liebl Siegfried	TV Osterhofen	58:26 min
2.	Lange Maria	SV Mietraching	59:22 min
3.	Liebl Gertrud	TV Osterhofen	72:03 min

Bahn B:

1.	Kühne Hannah	SV Mietraching	35:00 min
2.	Lange Korbinian	SV Mietraching	35:04 min
3.	Gruber Daniela	SV Mietraching	38:07 min
6.	Intsiful Sabine	SV Mietraching	46:39 min
7.	Kahra Herbert	SV Mietraching	46:40 min
11.	Eckl Stefan	SV Mietraching	56:58 min
	Mayer Maria	SV Mietraching	Fehlst.

Bahn C:

1.	Penzklfer Markus	Greising	7:20 min
2.	Penzkofer Tobias	Greising	8:26 min
3.	Bastian Willi	Schlosserei B.	8:58 min
11.	Kahra Lukas	SV Mietraching	17:10 min
12.	Gruber Andrea	SV Mietraching	18:50 min

**Sommerbiathlon 2010:****D-16:**

1.	Gruber Daniela	SV Mietraching	3 Strafrunden	7:20 min
2.	Kühne Hannah	SV Mietraching	1 Strafrunde	7:35 min
3.	Bastian Helena	Schlosserei Bastian	8 Strafrunden	8:43 min

H-16:

1.	Kellermann Sebastian	Greisinger Schützen	0 Strafrunden	6:59 min
2.	Penzkofer Markus	Greisinger Schützen	1 Strafrunde	7:05 min
3.	Penzkofer Tobias	Greisinger Schützen	0 Strafrunden	7:06 min
7.	Lange Korbinian	SV Mietraching	3 Strafrunden	7:42 min
9.	Bretzendorfer Tobias	SV Mietraching	4 Strafrunden	8:47 min
10.	Holzbauer Florian	SV Mietraching	4 Strafrunden	9:52 min
15.	Frankl Martin	SV Mietraching	2 Strafrunden	13:32 min
17.	Frankl Thomas	SV Mietraching	6 Strafrunden	16:01 min

D-49:

1.	Wacker Birgit	LV Deggendorf	1 Strafrunde	7:44 min
2.	Bastian Verena	Schlosserei Bastian	2 Strafrunden	7:50 min
3.	Geiger Tanja	Greisinger Schützen	0 Strafrunden	8:43 min
4.	Lange Maria	SV Mietraching	8 Strafrunden	8:50 min
7.	Frankl Elfriede	SV Mietraching	2 Strafrunden	10:35 min

H-49:

1.	Vogl Roland	SV Mietraching	4 Strafrunden	6:23 min
2.	Bastian Willi	Schlosserei Bastian	1 Strafrunde	6:36 min
3.	Kerschl Florian	SV Mietraching	5 Strafrunden	6:57 min
4.	Bretzendorfer Hans	SV Mietraching	7 Strafrunden	7:52 min

Mannschaftswertung Biathlon:

1.	SV Mietraching I	Vogl Roland, Kerschl Florian, Gruber Daniela	20:40 min
2.	Greisinger Schützen I	Kellermann Sebastian, Penzkofer Markus, Penzkofer Tobias	21:10 min
3.	SV-Burgweinting	Nürnberger Julian, Schwarck Philipp, Casanova Riccardo	23:01 min
4.	SV Mietraching II	Kühne Hannah, Lange Korbinian, Bretzendorfer Hans	23:09 min
7.	SV Mietraching III	Bretzendorfer Tobias, Lange Maria, Gruber Andrea	26:48 min
10.	SV Mietraching IV	Holzbauer Florian, Frankl Elfriede, Frankl Martin	33:59 min



Zum Dank für die viele Zeit, die Karin und Roland in diese Abteilung investieren, erhielten sie einen Silberschuh für die 10 Jahre Orientierungslauf in Mietraching – Gold gibt es dann beim 20jährigen Jubiläum!

Bayerische Meisterschaft Mitteldistanz in München 17. Juli 2010

Zum ersten Mal waren die Mitteldistanz-Strecken als Meisterschaft ausgeschrieben - bisher immer nur Bestenkämpfe. - und im Osten Münchens vom TSV Grünwald organisiert.

Im eiszeitlich geprägten Gelände mit einem anspruchsvollen Höhenrelief erwartete die etwa 150 Teilnehmer ein sehr schnell zu belaufender Wald und orientierungstechnisch anspruchsvolle Bahnen. Die angereisten Orientierer vom SV Mietraching kamen mit diesen Gegebenheiten aber überwiegend sehr gut zurecht und konnten sich am Ende

mit vier Gold-, vier Silber- und drei Bronzemedailles als erfolgreichster Verein feiern lassen.

Als erste Elitesiegerin mit neun Minuten Vorsprung über diese Distanz wurde Maria Lange gefeiert; ihr Bruder Sebastian verpasste in der Herrenelite den Sieg nur knapp und wurde wieder mal Zweiter hinter Ralph Körner aus Landshut.

Bei den Schülerinnen D-14 dominiert zur Zeit Mietrachings Nachwuchs: Helena Bastian siegte souverän vor Hannah Kühne und Andrea Gruber schaffte den vierten Platz. Auch Nationalmann-

schaftsmitglied Anna Biller gab sich bei den Juniorinnen keine Blöße und siegte in bewährter Manier mit einem 8-Minuten-Vorsprung. Karin Vogl durfte sich in einem knappen Rennen am Ende über Bronze in der Damen-35 freuen; mit einem Sieg dagegen konnte Petra Lange in der Damen-45 glänzen. Tobias Penzkofer (H-12) und Korbinian Lange (H-14) schafften beide den Sprung aufs Podest und wurden jeweils Dritter in ihren Kategorien. Juniorenläufer Lukas Kühne erlief sich die Silbermedaille in der Kategorie H-18 genauso wie Roland Vogl bei den Senioren H-35.

D-14 (1,8 km / 55 Hm / 8 P.) - 5 Teilnehmer

1.	Helena Bastian	SV Mietraching	24:38 min
2.	Hannah Kühne	SV Mietraching	27:01 min
3.	Silvia Casanova	OLG Regensburg	27:35 min
4.	Andrea Gruber	SV Mietraching	30:50 min

D-18 (2,5 km / 75 Hm / 11 P.) - 8 Teilnehmer

1.	Anna Biller	SV Mietraching	20:02 min
2.	Stephanie Fischer	OLG Regensburg	28:49 min
3.	Lena Brückner	OLG Regensburg	29:01 min
7.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	37:03 min
8.	Daniela Gruber	SV Mietraching	41:22 min

D-35 (3,0 km / 85 Hm / 10 P.) - 7 Teilnehmer

1.	Milena Grifoni	OLG Regensburg	32:02 min
2.	Gertrud Liebl	TV Osterhofen	34:02 min
3.	Karin Vogl	SV Mietraching	35:00 min

D-45 (2,3 km / 70 Hm / 10 P.) - 6 Teilnehmer

1.	Petra Lange	SV Mietraching	30:08 min
2.	Birgit Spangenberg	OLG Regensburg	31:33 min
3.	Martina Huth	TV Coburg Neuses	32:31 min

D-19 Elite (3,7 km / 115 Hm / 12 P.) - 5 Teilnehmer

1.	Maria Lange	SV Mietraching	34:18 min
2.	Susan Kurth	OLA Deggendorf	43:35 min
3.	Johanna Scheler	TV Coburg Neuses	43:43 min



H-12 (1,2 km / 25 Hm / 7 P.) - 5 Teilnehmer

1.	Riccardo Casanova	OLG Regensburg	7:52 min
2.	Victor Gonet	Frankreich	8:46 min
3.	Tobias Penzkofer	SV Mietraching	8:53 min

H-14 (1,8 km / 55 Hm / 8 P.) - 6 Teilnehmer

1.	Tobias Spangenberg	OLG Regensburg	16:48 min
2.	Lukas Janischowsky	OLG Regensburg	17:35 min
3.	Korbinian Lange	SV Mietraching	18:11 min
4.	Tom Aigner	SV Mietraching	21:47 min

H-18 (4,7 km / 130 Hm / 16 P.) - 5 Teilnehmer

1.	Robin Ohme	OLA Deggendorf	46:05 min
2.	Lukas Kühne	SV Mietraching	48:00 min
3.	Marco Elflein	OLG Regensburg	50:23 min

H-35 (4,7 km / 130 Hm / 16 P.) - 8 Teilnehmer

1.	Uwe Weid	TV Coburg Neuses	38:50 min
2.	Roland Vogl	SV Mietraching	40:24 min
3.	Dieter Lexen	OLG Regensburg	42:25 min

H-45 (3,7 km / 115 Hm / 12 P.) - 17 Teilnehmer

1.	Thomas Scheler	TV Coburg Neuses	32:30 min
2.	Jens Hartmann	WSV Bernried	37:27 min
3.	Siegfried Liebl	TV Osterhofen	37:49 min
	Peter Lange	SV Mietraching	Aufgabe

H-19 Elite (4,7 km / 130 Hm / 16 P.) - 15 Teilnehmer

1.	Ralph Körner	OLV Landshut	31:48 min
2.	Sebastian Lange	SV Mietraching	34:52 min
3.	Thomas Schöps	OLV Landshut	40:32 min
15.	Alexander Blau	SV Mietraching	94:54 min



4. Bayerncuplauf in Glonn bei München 18. Juli 2010

Nach einer sehr regnerischen Nacht fand tags darauf noch ein Bayerncup-Lauf über die Langdistanz im selben Gelände statt, was sich nach den Niederschlägen zur reinen Schlamm-schlacht entwickelte. Einen Vorteil gab es aber, die Mücken und der Gestank des Vortages waren auf der mit frischer Gülle getränkten Zielwiese nicht mehr so schlimm.

Aber auch bei widrigen Wetterverhältnissen dominierten die Sportlerinnen und Sportler aus Mietraching und konnten vier Tagessiege für sich verbuchen.

Gleich einen dreifach Erfolg setzte das Mietrachinger D-14 Mädchentrio. Hier siegte Hannah Kühne vor Helena Bastian und Andrea Gruber. Die Seniorinnen Petra Lange und Karin Vogl konnten

auf Platz eins und zwei vorlaufen. Die Schüler Tom Aigner und Korbinian Lange belegten in der H-14 die Ränge zwei und drei. Roland Vogl konnte seine orientierungstechnischen Fähigkeiten voll ausspielen und siegte bei den Senioren H-35 ebenso wie Maria Lange, die ihre Konkurrenz in der Damen-Elite auf die Plätze verwies.

D-14: (4,0 km / 13 P. - 5 Teilnehmer)

1.	Hannah Kühne	SV Mietraching	42:24 min
2.	Helena Bastian	SV Mietraching	42:52 min
3.	Andrea Gruber	SV Mietraching	45:33 min

D-18: (4,7 km / 13 P. - 8 Teilnehmer)

1.	Laura Späth	OLG Regensburg	48:03 min
2.	Annkathrin Greiner	MTK Bad Harzburg	49:49 min
3.	Anna Schöps	OLV Landshut	50:04 min
6.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	56:57 min
8.	Daniela Gruber	SV Mietraching	65:58 min

D-35: (5,6 km / 13 P. - 7 Teilnehmer)

1.	Christiane Geiger	OLA Deggendorf	53:18 min
2.	Karin Vogl	SV Mietraching	56:21 min
3.	Milena Grifoni	OLG Regensburg	57:16 min

D-45: (4,7 km / 13 P. - 9 Teilnehmer)

1.	Petra Lange	SV Mietraching	50:57 min
2.	Monika Amann	OLG St. Gallen	53:47 min
3.	Birgit Spangenberg	OLG Regensburg	54:46 min

H-14: (4,0 km / 13 P. - 6 Teilnehmer)

1.	Lukas Janischowsky	OLG Regensburg	35:31 min
2.	Tom Aigner	SV Mietraching	35:52 min
3.	Korbinian Lange	SV Mietraching	36:38 min

H-35: (7,7 km / 22 P. - 9 Teilnehmer)

1.	Roland Vogl	SV Mietraching	61:09 min
2.	Alex Reichmuth	OLK Piz Hasi	65:24 min
3.	Klemens Janischowsky	OLG Regensburg	68:28 min

D-19 Elite: (6,8 km / 14 P. - 6 Teilnehmer)

1.	Maria Lange	SV Mietraching	60:14 min
2.	Susann Kurth	OLA Deggendorf	63:58 min
3.	Britta Meißner	TV Coburg Neuses	71:00 min



Online-Cup in Slowenien 5-Tage-Orientierungslauf 24.-28. Juli 2010



Zum Sommerpausenauftritt der deutschen Orientierer machten sich sechs Mietrachinger und ein Comuger auf den Weg nach Slowenien, um dort am Internationalen 5-Tage-Orientierungslauf, dem „OO-Cup“, teilzunehmen.

Fast 1100 Teilnehmer aus der ganzen Welt fanden sich dazu im nördlichen Slowenien ein. In der Region um Kamnik, nordöstlich von Ljubljana gelegen, wurden zunächst zwei Etappen in bewaldeten Karstgebieten im Flusstal der Svinja ausgetragen, bevor die OL-Karawane sich gleich dreimal in Richtung des

auf 1500 Metern hoch gelegenen Hochplateaus „Velika Planina“ begab. Hier wurde aber mehr in offenem und halboffenem Gebiet gelaufen, was gleichzeitig ein höheres Lauftempo zuließ, doch dadurch auch die Fehlerquote in der Feinorientierung erhöht wurde.

Die längeren Strecken führten vor allem auf der dritten, aber auch auf der abschließenden Etappe über alpine Hänge, die durch viele Felsen und liegende Bäume überaus kräftezehrend und anspruchsvoll waren.



Zur ersten Etappe setzte mit einem Gewitter auch heftiger Regen ein, doch die weiteren Tage gab es nicht zu heiße, angenehme Lauftemperaturen um die 20 Grad.

Am vierten und fünften Tag mussten alle Teilnehmer einen sehr beschwerlichen und steilen 45-minütigen Aufstieg in Kauf nehmen, um überhaupt ins Zielgebiet zu gelangen. Auf dem Hochplateau Velika Planina aber wurde man mit einem herrlichen Ausblick für die Strapazen belohnt.

Nur leider musste man diesen Weg nach den Etappen auch wieder ins Tal absteigen, wo so manchem die Knie wackelten.

Maria Lange erlief sich zwei Etappensiege und kämpfte bis zum Schluss mit einer Französin um den Gesamtsieg; leider hatte Maria auf der letzten Etappe einen größeren Fehler zu verbuchen, so dass sie den Sieg am Ende knapp verpasste aber sich dennoch über Platz zwei freuen konnte. Doch auch die weiteren Mietrachinger erzielten beachtliche Ergebnisse.



Nur Korbinian Lange kam nicht in die Gesamtwertung, denn als er bei der ersten Etappe am Start stand, begann es heftig zu gewittern, so dass er den Start abbrach und somit nicht mehr in der Gesamtwertung geführt wurde; die weiteren Läufe aber konnte er sich immer mit sehr guten Zeiten im vorderen Mittelfeld platzieren.

Insgesamt verbrachte das Mietrachinger OL-Sextett mit Coburger Anhang eine anstrengende und anspruchsvolle, aber auch sehr schöne OL-Woche dank guter Organisation und eindrucksvoller Landschaft, und so mancher freut sich schon auf die nächstjährige zehnte Auflage dieser Veranstaltung.



Doch nicht nur beim Orientierungslauf konnten die sieben was erleben: Übernachtet wurde auf einem Campingplatz nahe des Flusses Savinja und die Besitzerin sprach sogar ein paar Worte Deutsch. Hier war es auch sehr ruhig und erholsam, nur das Wasser der Duschen war wohl direkt aus dem Fluss gezapft, denn warm war dieses nicht. Leider war aber auch jedes Mal am Campingplatz die Sonne hinter den Wolken verschwunden, so dass man sich nach der Dusche à la Kneipp nicht sonderlich aufwärmen konnte. Trotzdem ließ man sich zwei mal am steinigen Ufer der Savinja nieder um evtl. zu schwimmen, doch nur die Harten (Korbinian, Maria, Fabi und Peter) wagten sich ins Wasser. Beim abendlichen Beisammensein brauchte man alle Jacken, um der Kälte zu trotzen, aber die Mahlzeit wurde trotzdem im Freien eingenommen, und mit Wein, Bier und einem Schnäpschen wurde versucht, sich von innen zu wärmen. Doch bald wurden die Betten aufgesucht, denn die Strapazen des Tages gingen nicht spurlos an den Orientieren vorbei.

Bei der Heimfahrt wurde in Windischgarsten in Österreich Halt gemacht, um sich noch zwei Fahrten auf der längsten Sommerrodelbahn Europas zu gönnen.

H-20 (16 Teilnehmer):

1.	Bjarne Friedrichs	Deutschland	28:16	40:42	56:21	22:37	48:56	3:16:52 Std.
2.	Jioi Neeas	Tschechien	26:40	41:21	58:57	24:41	48:39	3:20:18 Std.
3.	Pavel Kubat	Tschechien	28:02	41:37	61:05	22:16	48:17	3:21:17 Std.
11.	Fabian Scheler	Coburg-Neuses	43:05	65:42	105:32	32:00	83:15	5:29:34 Std.

H-14 (38 Teilnehmer):

1.	Mikkel Aaen	Dänemark	18:22	17:37	21:22	12:46	19:37	1:29:44 Std.
2.	Alexander Zasloukin	Russland	21:44	21:49	24:19	18:22	25:18	1:51:32 Std.
3.	Araud Perrin	Frankreich	24:53	23:29	33:53	14:34	22:41	1:59:30 Std.
	Korbinian Lange	SV Mietraching		29:30	34:44	20:44	43:24	

H-21 kurz (43 Teilnehmer):

1.	Ville Sabel	Finnland	24:35	32:10	45:40	25:14	38:39	2:46:18 Std.
2.	Anders Tarandi	Schweden	28:42	35:00	51:21	24:52	42:51	3:02:46 Std.
3.	Anssi Muikku	Finnland	28:13	34:43	53:48	23:32	44:15	3:04:31 Std.
11.	Roland Vogl	SV Mietraching	34:25	45:33	59:01	29:49	67:45	3:56:33 Std.

H-55 (50 Teilnehmer):

1.	Insaf Ishmukhametov	Russland	35:47	40:31	54:41	23:57	48:00	3:22:56 Std.
2.	Mikael Tarandi	Schweden	37:46	43:38	60:11	26:18	47:07	3:35:00 Std.
3.	Sándor Fey	Rumänien	35:11	42:32	65:22	27:27	59:40	3:50:12 Std.
35.	Peter Lange	SV Mietraching	105:15	96:42	120:55	47:58	93:37	7:44:27 Std.

D-21 kurz (29 Teilnehmer):

1.	Heidi Stokseth	Norwegen	37:04	33:00	29:18	20:41	31:16	2:31:19 Std.
2.	Ksenia Chernykh	Russland	39:53	35:18	28:31	23:24	38:51	2:45:57 Std.
3.	Jenni Järvinen	Finnland	33:09	38:42	33:51	24:19	37:22	2:47:23 Std.
8.	Karin Vogl	SV Mietraching	41:00	51:02	45:28	27:55	49:18	3:34:43 Std.

D-45 (38 Teilnehmer):

1.	Vicky Thornton	England	35:34	41:35	39:18	27:19	52:09	3:15:55 Std.
2.	Anne Udd	Schweden	37:23	41:50	45:07	27:20	53:37	3:25:17 Std.
3.	Loise Langhurst	England	40:18	56:43	58:40	27:09	42:07	3:44:57 Std.
10.	Petra Lange	SV Mietraching	54:22	52:41	71:13	31:08	67:55	4:37:19 Std.

D-20 (5 Teilnehmer):

1.	Magalie Cordeiro	Frankreich	35:59	45:56	61:01	28:08	55:57	2:31:19 Std.
2.	Maria Lange	SV Mietraching	38:20	46:10	59:22	27:39	57:06	2:45:57 Std.
3.	Maylis Denaix	Frankreich	47:11	66:26	115:51	41:14	93:51	6:04:33 Std.



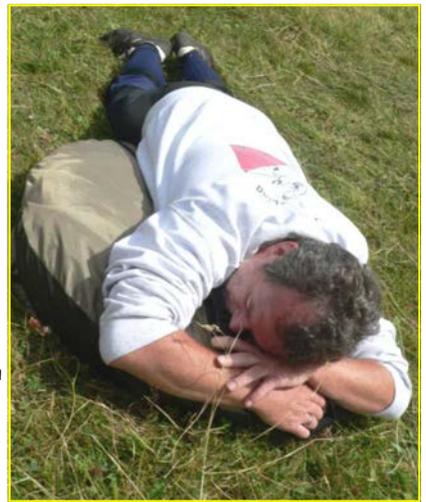
Peter, Maria und Korbinian gratulieren Fabian Scheler zum Equipmentkauf bei Sportvogel.



Und hier das weltbeste Verkaufsteam:
Georg Biller, Karin Vogl, Roland Vogl, Jens Hartmann



Manchmal ist Peter einfach nicht wieder zu erkennen !



Merell Adventure-Race in Roding 31. Juli 2010

Juli, August und September sind die Monate der Merell-Adventure Races in Deutschland; dann nämlich stellen sich durchtrainierte Frauen und Männer in Zweierteams den knallharten Anforderungen in freier Natur, und nur die Härtesten kommen durch bei Trekking, Orientierungsaufgaben, Kajak fahren, Mountainbiking, Abseilen, Klettern und einigen weiteren abenteuerlichen Überraschungen.

Gerade mal einen Tag aus Slowenien zurück stürzten sich vier Mietrachinger in zwei Mixed-Teams in dieses Abenteuer. Maria Lange und Roland Vogl waren für die Challenger-Klasse gemeldet, und

Karin Vogl mit Peter Lange wollten sich in der Anfängerklasse versuchen.

Die treibende Kraft für dieses Unternehmen war Roland, der mal „was Neues“ ausprobieren wollte. Angeboten wurden eigentlich unterschiedliche Streckenlängen in den Kategorien Einsteiger, Challenger und Master, so dass sowohl den Einsteigern als auch erfahrenen Racern jede Menge Outdoor-Spaß im Wettkampf-Format geboten werden konnte. Leider waren zu wenig Anmeldungen für die Einsteiger-Klasse, so dass das hier gemeldete Team „Die Einsteiger“ mit Karin und Peter in die Challenger-Klasse hoch starten mussten

und somit direkte Konkurrenten des Teams „Die Orientierungsläufer“ mit Maria und Roland wurden. Anstatt 30 km und 300 Höhenmeter waren nun plötzlich ca. 50 km und 800 Höhenmeter zu bewältigen, was für die beiden einen Ausstieg während des Rennens sehr wahrscheinlich machte. Doch die größte Bandbreite an Erlebnissen bot wohl die Master-Klasse. Sie erforderte allerdings auch einiges an Ausdauer und Durchhaltevermögen, denn 250 km und 3.500 Höhenmeter benötigen eine gute Vorbereitung - es waren auch nur 6 Teams gestartet und 3 davon kamen ins Ziel.



Freitag Abend gab es eine Einführung in den Wettkampf. Bei diesem „Briefing“ bekamen die Teilnehmer auch schon ihre Karten für den nächsten Tag - allesamt topographische Karten und keine einzige OL-Karte. Zudem musste jedes Team sich die Kontrollposten selbst einzeichnen, was sich bei 28 Teams etwas schwierig gestaltete, da nur eine fertige Karte zur Verfügung stand, und diese sofort umlagert wurde. Nach dem nervenaufreibenden Kampf beim Abzeichnen ging es zur Lagebesprechung ins Wohnmobil und hier entwarf jede Mannschaft für sich ihre Strategie.

28 Teams starteten also in der Challenger-Klasse am Samstag Morgen um

9.00 Uhr ausgerüstet mit Stadtplan und Kompass am Rodinger Tennisheim zu einem Stadt-Orientierungslauf über ca. 4 km (obwohl nur 2 km angegeben waren). Anschließend wurden die Schutzausrüstung, Helm und Inliner angelegt, um die 6 km lange Strecke bis zur nächsten Etappe sicher bewältigen zu können. Hier nahm das Unheil für Karin ihren Lauf. Zunächst flott und trotzdem regenerierend auf der Strecke unterwegs verlor sie in einem abschüssigen Teil die Kontrolle über ihre Skates und stürzte. Mit einer schmerzhaften Bänderdehnung am Knie musste sie das Rennen an dieser Stelle leider beenden, so dass nur noch ein Team des SV Mietraching (Maria und Roland) um eine

gute Platzierung mit kämpfen konnte.





Nach dem Skaten verstauten die Teilnehmer alle Sachen in einem Kajak und paddelten den Regen flussabwärts, wo das SVM-Team viel Zeit verlor. Sie versuchten alles was möglich war, doch ihr Kajak konnten sie nicht richtig unter Kontrolle bringen, wurden auf dem Fluss von allen anderen überholt und kamen als letzte am nächsten Kontrollposten an. Hierzu musste Maria am Flussufer aussteigen, im Dickicht den Posten quittieren und auf eine Brücke laufen, von wo aus sie sich in das Kajak abseilte, das ihr Partner in der Zwischenzeit unter die Brücke manövrierte und versuchte im Gewässer ruhig zu halten. Dies gelang bravourös



und nach einer Bojenumrundung ging es zum Anlegeplatz. Nach einem Energieriegel und viel Flüssigkeit starteten „Die Orientierungsläufer“ zur Aufholjagd, denn ihre Paradedisziplin - ein 9 km langer OL im dichten Wald - stand auf dem Programm und die Laufroute hatte sich das Team schon erarbeitet. Gespickt wurde dieser Lauf von zwei Sonderstationen: ein Kontrollposten war auf der anderen Flussseite platziert, so dass man einen Umweg von drei Kilometer in Kauf nahm oder man schwamm hinüber, was Roland Vogl auch tat. Durch die vielen Regenfälle war die Strömung aber sehr stark und forderte die ganze Kraft des Mietrachingers. Als zweite Sonderaufgabe musste ein Partner auf eine 20 m hohe Buche klettern - diesen Part übernahm die 19jährige; sie hatte Mühe, die weit auseinander gewachsenen Äste zu erreichen und innerhalb drei Minuten eine im Baumwipfel befestigte Hupe zu drücken - aber sie schaffte es und nach der anschließenden Skatingstrecke zurück zum Tennisheim hatten sich die beiden schon vom letzten auf den fünften Platz vorgearbeitet.



Nach einer Schießeinlage mit Lasergewehren, die nicht für die gegebene Entfernung eingestellt waren, und den daraus resultierenden Strafrunden um das Tennisheim ging es weiter zu Fuß zum Trekking. Auf einer 16 km langen Strecke im Gelände mussten mehrere Kontrollposten quittiert werden, und auch hier konnte das Mietrachinger Mixed-Team ihre Orientierungsfähigkeit ausspielen. Wieder am Zeitmesspunkt Tennisheim angekommen hatten sie alle Teilnehmer bis auf ein Team überholt, doch nun mussten die Energiespeicher erst Mal aufgefüllt werden bevor es zur letzten Disziplin, dem Mountainbiking ging.



Mit schweren Beinen schwangen sich Maria und Roland aufs Rad und ab ging's auf die abschließenden 20 km durch Dörfer und Wälder der umliegenden Umgebung. Das bis dahin führende Team (7:14 Std.) konnten sie leider nicht mehr einholen, aber als sensationelle Zweitplatzierte aller Challenger-Teams und somit Sieger der Mixed-Kategorie fuhren die Mietrachinger vollkommen erschöpft aber glücklich nach 7:35 Stunden über die Ziellinie.

Die richtige Einschätzung ihrer Ausdauer, Orientierungsfähigkeit und vor allem ihr Teamgeist und das Vertrauen aufeinander haben Mietrachings „Orientierungsläufer“ diese Anstrengung meistern lassen.

Adventure Racing ist eine Wettkampfform, die v.a. in Australien, Neuseeland und den USA verbreitet ist, doch langsam findet es auch in Europa mehr und mehr Anhänger, und welche Disziplinen integriert werden, bleibt dem Einfallsreichtum der Organisatoren überlassen. Man darf sich also im nächsten Jahr wieder überraschen lassen. Vielleicht startet ja dann wieder ein OL-Team des SV Mietraching.



Challenger Mixed:

- | | | |
|----|-------------------------|--------------|
| 1. | Die Orientierungsläufer | 7:35 Stunden |
| 2. | No Limits | 9:14 Stunden |
| 3. | Johara | 9:25 Stunden |

Challenger Damen:

- | | | |
|----|-------------------|---------------|
| 1. | USV TU Dresden | 9:14 Stunden |
| 2. | Stirb langsam 2.0 | 9:41 Stunden |
| 3. | Speedchicks | 10:31 Stunden |

Challenger Herren:

- | | | |
|----|------------------------|--------------|
| 1. | Einhörnern bressiert's | 7:14 Stunden |
| 2. | Vibrations in Sports | 8:25 Stunden |
| 3. | Team FeSe | 8:49 Stunden |

Master Mixed:

- | | | |
|----|--------|---------------|
| 1. | AZYMUT | 47:58 Stunden |
|----|--------|---------------|

Master Herren:

- | | | |
|----|---------------|---------------|
| 1. | Vozová Hradba | 39:43 Stunden |
| 2. | Alpine Pro | 40:08 Stunden |

Trainingslager und Cerkno-Cup in Slowenien 10.-15. August 2010



Und schon wieder ging es nach Slowenien, denn das alljährliche Trainingslager der OL-Abteilung stand auf dem Programm und führte 17 Mietrachinger nach Nova Gorica in Slowenien. Damit alle Leute und deren Gepäck untergebracht werden konnte, organisierte Roland wieder den „Orgelbauer-Bus“ seines Bruders und Langes waren mit zwei PKW, die von Peter und Maria gefahren wurden, vertreten. Dienstag Morgen war die Abfahrt geplant, denn nachmittags sollte schon auf der Fahrt zur Unterkunft der erste Trainingsort angepeilt werden. Hier kamen auch alle gehörig ins Schwitzen, und das nicht nur wegen der 30 Grad Sommerhitze, sondern auch wegen der vielen Höhenmeter, die im sehr steilen Gelände zu absolvieren waren. Nur Karin hatte sich mal wieder galant aus der Affäre gezogen: mit ihrem lädierten Knie faulenzte sie während sich die anderen anstregten und las im Schatten der Bäume ein gutes Buch. Nach dem Training gab es noch eine Erfrischung im eiskalten Fluss bevor alle aufbrachen, um die erste Unterkunft aufzusuchen.



Und das im wahrsten Sinne des Wortes, denn die Fahrt dort hin wurde zur regelrechten Suche: die Navigationsgeräte führten uns in der Grenzstadt Nova Gorica einmal in den slowenischen Teil,

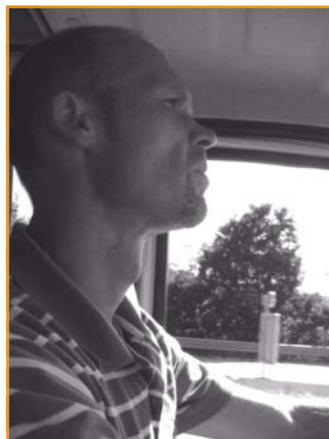
plötzlich aber fuhren wir über die Grenze und waren in Italien, zudem fanden wir uns in engen Gassen wieder, wo man nicht mehr wenden konnte und vor allem Roland mit dem Bus Probleme hatte wieder ohne Schrammen zurück zu fahren. Er hatte zwar keine Abstandssensoren, doch genug rufende Kinder, die neben dem Fahrzeug herliefen und sich lauthals bemerkbar machten, wenn eine Dachrinne, eine Treppe oder ein PKW im Weg war.



Hilfe ! Wir sind mit Roland unterwegs!

Nach einer Stunde Rumirren und einigen Flüchen aufs „Navi“ kamen wir nun doch bei der Unterkunft an - nur waren wir uns nicht ganz sicher, denn gehört hatten wir, dass wir in einer Art Bauernhof mit Weinausschank übernachten - tatsächlich aber standen wir vor einer Art Jugendherberge im moderneren Plattenbaustil. Doch das war uns nun egal; wir wollten einfach nur saubere Betten, eine Dusche und Essen!

Die Zweibettzimmer waren o.k., die Gemeinschaftsduschen leider am Gang und das Essen war in der Kantine zwar reichlich, aber wir saßen nicht in einem Gourmetrestaurant.



Dafür aber hatten wir freien Internetzugang, nettes Personal, Getränkeautomaten auf allen Etagen und einen großen Außenbereich mit Volleyballfeld, Fußball- und Basketballplatz, zudem hielt das Wetter noch was die Jahreszeit versprach - Sommer-temperaturen.

Die Anreise zum Training am nächsten Tag führte über Serpentinaen zu einem malerischen Plateau. Von hier aus ging es auf Postensuche im von vielen Felsen und Dolinen geprägten Wald, und alle Teilnehmer gönnten sich nach der Anstrengung eine Brotzeit auf der „Zielwiese“.



Dann machte sich die Gruppe auf ins „entfernte“ Italien, um in der Nähe bei Monfalcone im Meer zu baden. Die Anfahrt war lang und in den Autos ohne Klimaanlage wuchs der Wunsch nach Wasser, Abkühlung, Strand und Spaß. Der Strand war schön, doch um Schwimmen zu können mussten alle einen fast 20minütigen Fußmarsch im knöcheltiefen Salzwasser durch Schilf hinter sich bringen; der Trainingsplan wurde mal eben kurzfristig mit „Aqua-Jogging“ ergänzt.

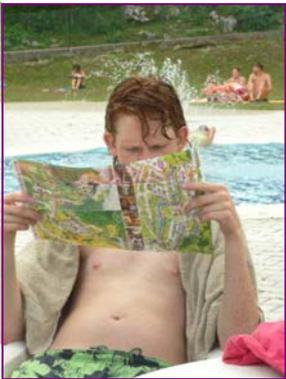
Für den dritten und letzten Trainingstag waren von Trainer Roland Einer-Staffeln vorbereitet worden, d.h. im flachen, offenen Waldgebiet hatte Jeder vier kurze Schlaufen mit dem selben Start- und Zielpunkt abzulaufen. Dies machte allen sehr viel Spaß, denn die Zeiten flossen in eine Mannschaftswertung ein, die vom Beginn bis zum Ende des Trainingslagers mit mehreren Spielen und OL-Einheiten kombiniert wurde.



Anschließend siedelte die Gruppe auf einen Campingplatz in der Nähe von Postojna um, denn zum Abschluss des Trainingslagers war die Teilnahme am Internationalen 3-Tage OL „Cerkno-Cup“ geplant, der alle zwei Jahre südwestlich von Lubljana in Godovic ausgetragen wird.

Am Campingplatz „Pivca Jama“ angekommen bezogen gleich alle voller Erwartung ihre Steinhütten, die sich unter hohen Bäumen an die Hänge schmiegen: optisch wunderschön, doch man musste erst mal Lüften, um den Modergeruch aus den Räumen zu vertreiben. Leider hatten einige Hütten kein warmes Wasser, doch dafür das große Duschhaus. Zudem gab es auf dem Gelände ein kleines Schwimmbassin mit äußerst kaltem Wasser, was aber manche nicht davon abhielt hineinzuspringen.

Bei einem Spaziergang im weitläufigen Areal wurde sogar ein Beachvolleyballplatz entdeckt, der ebenfalls am selben Abend noch genutzt wurde, um ein Match auszutragen. Betreuer Karin, Petra und Peter waren kritische Zuschauer und Roland wurde kurzer Hand als Schiedsrichter eingeteilt.



Dieses Jahr beging der Cerčno-Cup als Traditionsveranstaltung sein 15jähriges Jubiläum und doch fanden sich nur etwas mehr als 200 Orientierungsläufer ein, wohl auch, weil parallel dazu die Elite-Weltmeisterschaft im norwegischen Trondheim statt fand. Somit waren auch die Eliteklassen bei dem im Rahmen der ersten Etappe statt findenden Weltranglistenlaufes nicht topp besetzt.

Pünktlich zum Beginn des Wettkampfes verabschiedete sich der Sommer und es begann heftig zureggen, so dass es im ruppigen, schwer belaufbaren und mit unzähligen Dolinen durchzogenen Karstgelände für die Läuferinnen und Läufer noch schwieriger wurde Tempo zu machen. Viele Passagen mussten im Schrittempo passiert werden, da die Gefahr abzurutschen und sich zu verletzen zu hoch war. Maria Lange - normalerweise in der D-20 startend - musste beim Weltranglistenlauf über die Mitteldistanz in der Damen-Elite starten. Leider blieben der Mietchingerin Weltranglistenpunkte verwehrt, obwohl sie nur mit geringem Rückstand auf die siegreiche Schwedin Kristin Hylander auf den zweiten Platz lief, denn in der Damenkonkurrenz waren keine Läuferinnen mit ausreichend hohen Weltranglistenpunkten am Start, somit konnten mangels Berechnungsgrundlage in der D-Elite keine Punkte vergeben werden. Der Rest der Mietchinger Truppe zeigte aber schon mal ansatzweise, dass sich die Trainingsläufe im Vorfeld gelohnt hatten - vor allem Anna Biller konnte an diesem Tag in der Kategorie D-18 mit 6 Minuten Vorsprung einen souveränen Sieg feiern. Auch Hannah Kühne (D-14), Daniela Gruber (D-16) und Alex Blau (H-20) schafften den Sprung unter die Besten und wurden jeweils Dritter.

Abends wurden wir dann im Campingrestaurant mit einem 3-Gänge Menü verwöhnt und konnten unsere Energiespeicher wieder vollständig auffüllen. Doch große Pause für Langeweile gab es auch noch nicht, wenn die Sonne unterging. Roland hatte sich wieder mal ein spezielles Spiel ausgedacht, Jede Mannschaft erhielt einen Plan des Campingplatzes und musste sich Postenstandorte mit einem zusätzlichen Sonderposten ausdenken und dazu eine Postenbeschreibung entwerfen. Natürlich sollte es so schwierig sein, dass die Gegner in der vorgegebenen Zeit nicht alle Posten finden. Dem Einfallsreichtum waren keine Grenzen gesetzt - es musste sich nur alles innerhalb des Geländes abspielen. Manche zogen sogar in Erwägung, einen Posten in den Wohnwagen anderer Leute zu setzen, doch dies wurde wieder verworfen. Alle waren mit Feuereifer dabei und hinterher musste man feststellen dass „nur ein Spiel“ auch anstrengend sein kann.



Die zweite Etappe war wohl etwas weniger feingliedrig als die erste, doch leider mit vielen Dickichten durchzogen, so dass das Gelände auch weiterhin keine schnellen Laufzeiten zuließ. Entsprechend anspruchsvoll gestalteten sich die Routenwahlen, bei denen weite Umwege auf den Wegen oft die schnellere Alternative darstellten. Auch an diesem Tag schafften es wieder einige Mietrachinger, sich unter den besten Drei zu platzieren: Helena Bastian (2./D-14), Anna Biller (2./D-18), Maria Lange (2./D-20), Petra Lange (3./D-45), Peter Lange (3./H-55) und Alex Blau (3./H-20). Auch wagten sich manche nach dieser Etappe in den See im Zielgelände, der sehr schön zwischen den Hängen des Laufgebietes eingebettet war. Die Sonne ließ sich zwar nicht sehen, aber es regnete nicht mehr.

Bei der Rückfahrt zur Unterkunft entpuppten sich Rolands Mitfahrer als wahre Kulturfanatiker: in der Nähe von Pivca Jama gab es eine „Felsenburg“, die direkt an und in eine hohe Felsmauer gebaut wurde. Die Kinder drängten Roland, diese zu besichtigen und der nahm diesen kleinen Abstecher gerne ins „Bildungsprogramm“ der OL-Abteilung auf. Die anderen hingegen wurden nicht über den Ausflug informiert und verpassten somit ein kulturelles Highlight.



Nach der zweiten Etappe gab es für die Mannschaften aber noch ein anderes Highlight à la Roland: Es wurde im See ein Staffelwettbewerb veranstaltet. Hierzu hatten beide Mannschaften in den Tagen zuvor schon ein Floß aus leeren Getränkeflaschen basteln müssen, das auch eine Fracht transportieren konnte (wie schwer und wie viel wusste niemand). Nun war es soweit das Floß kam zum Einsatz. Jeder musste mit OL-Kleidung und OL-Schuhen in den See springen, trockene Kleidung, etwas zu Trinken und einen Müsliriegel wasserfest verpackt in einer Tüte auf das Floß legen und damit zu einer Einbuchtung schwimmen, dort die Fracht abladen und mit dem leeren Floß auf die gegenüberliegende Seite des Sees schwimmen und dort mit einer Stempelzange in eine „Plastikstempelkarte“ quittieren, um anschließend wieder ans Ufer zu schwimmen, seine nassen OL Klamotten ausziehen und das Floß an den nächsten Staffelpartner übergeben. Am Schluss mussten alle gemeinsam ins



Wasser und die gesamte abgelegte Fracht wieder mit dem Floß an Land schaffen.

Roland eröffnete diesen Spaß mit einem Kopfsprung ins kühle Nass, um den Ablauf zu demonstrieren.



Peter war als „Bademeister“ jederzeit bereit, sich in die Fluten zu stürzen, und Maria hatte ihr „Säckchen“ schon geschnürt.





Während sich manche nach den Strapazen mit „Freischwimmen“ erholten wurden von den Veranstaltern die Posten und von Petra der Mietrachinger Müll eingesammelt.



Am Abend des gleichen Tages wurde auch schon wieder gepackt, denn nach der abschließenden Etappe des dritten Tages war geplant, gleich nach dem Wettkampf nach Hause zu fahren.

Nach der gewittrigen ersten Etappe zeigte sich das Wetter nun immer von der besseren Seite und der Wettkampf fand mit dem dritten Lauf ein richtig sonniges Ende. Und auch die Mietrachinger Teilnehmer kamen noch einmal richtig in Fahrt und kamen mit dem felsigen Untergrund in dem dichten Bewuchs immer besser zurecht und konnten mit sieben Podestplatzierungen im Gesamtklassement glänzen. Hier gab es aber lediglich einen deutschen Gesamtsieg zu bejubeln und der ging mit Petra Lange ganz überraschend nach Mietraching.



In der Damenklasse-45 konnte sie auf der Schlussetappe einen Elf-Minuten-Vorsprung auf die Konkurrenz herauslaufen und katalpulierte sich somit vom vierten auf den ersten Gesamtplatz nach vorne.

Die Nachwuchsläufer des SV Mietraching setzten sich ebenfalls glanzvoll in Szene. Auch Korbinian Lange schaffte einen Sensations-Etappensieg und konnte sich dann am Ende auf den dritten Gesamtrang vorlaufen. Auch Hannah Kühne (D-14) und Daniela Gruber (D-16) konnten sich mit der zweitbesten Laufzeit des Tages in der Gesamtwertung auf den dritten Podestplatz vorarbeiten genauso wie Alex Blau, der nach drei dritten Plätzen ebenfalls Bronze überreicht bekam.

Carla Willfahrt, die hier ihren ersten Mehrtage-Lauf absolvierte, startete in der offenen Kategorie Anfänger und schaffte mit zwei zweiten und einem dritten Platz am Ende Gesamtplatz drei.

Anna Biller (D-18) verlor nach einem Fehler auf der letzten Etappe den sicher geglaubten Gesamtsieg und musste sich mit 9 Sekunden denkbar knapp der Schwedin Ida Hylander geschlagen geben. Gegen deren Schwester Kristin Hylander hatte auch Maria Lange in der D-20 keine Chance und durfte sich am Ende, genau wie Anna Biller, über die Silbermedaille freuen.

H-14: (8 Teilnehmer)

1.	Nilsson Oliver	Schweden	18:47	15:47	22:04	56:38 min
2.	Dobnik Rafael	Österreich	16:48	17:03	25:25	59:16 min
3.	Lange Korbinian	SV Mietraching	19:49	30:52	17:53	68:34 min

H-16: (11 Teilnehmer)

1.	Nilsson Daniel	Schweden	23:09	41:41	26:09	1:30:59 Std.
2.	Nokrý Ondrej	Tschechien	22:55	47:24	30:47	1:41:06 Std.
3.	Hall Didrik	Schweden	20:58	62:40	28:46	1:52:24 Std.
5.	Penzkofer Markus	SV Mietraching	61:52	81:27	63:40	3:26:59 Std.

H-18: (12 Teilnehmer)

1.	Mokrý Stanislav	Tschechien	20:53	42:25	35:36	1:38:54 Std.
2.	Wejas Daniel	Schweden	23:26	46:06	34:12	1:43:44 Std.
3.	Borstnik Andrej	Slowenien	25:24	47:46	36:16	1:49:26 Std.
8.	Kühne Lukas	SV Mietraching	43:15	70:50	83:22	3:17:27 Std.

H-20: (3 Teilnehmer)

1.	Hall Henning	Schweden	42:05	57:27	47:27	2:26:59 Std.
2.	Ekman Christoffer	Schweden	52:46	52:52	46:08	2:31:46 Std.
3.	Blau Alex	SV Mietraching	73:41	129:01	80:50	4:43:32 Std.

H-35: (15 Teilnehmer)

1.	Niggli Jurg 3:01:54 Std.	Frankreich	43:41	77:49	60:24	
2.	Björkqvist Niklas	Finnland	49:16	77:58	60:41	3:07:55 Std.
3.	Milan Pavel	Tschechien	47:26	82:28	58:33	3:08:27 Std.
5.	Vogl Roland	SV Mietraching	55:35	91:51	67:16	3:34:42 Std.

D-14: (11 Teilnehmer)

1.	Scherlin Amanda	Schweden	15:54	18:49	23:12	57:55 min
2.	Bores Escudero Yara	Spanien	19:49	22:15	19:58	62:02 min
3.	Kühne Hannah	SV Mietraching	20:11	23:51	21:17	65:19 min
6.	Bastian Helena	SV Mietraching	26:32	20:56	31:54	79:22 min
8.	Gruber Andrea	SV Mietraching	24:50	24:31	47:52	97:13 min

D-16: (8 Teilnehmer)

1.	Hylander Rebecka	Schweden	22:53	52:06	43:40	1:58:39 Std.
2.	Bergström Louise	Schweden	32:35	76:20	59:40	2:48:35 Std.
3.	Gruber Daniela	SV Mietraching	40:45	89:43	51:47	3:02:15 Std.
4.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	46:46	83:44	56:47	3:07:17 Std.

D-18: (5 Teilnehmer)

1.	Hylander Ida	Schweden	41:44	51:25	36:48	2:09:57 Std.
2.	Biller Anna	SV Mietraching	28:41	57:52	43:33	2:10:06 Std.
3.	Tollmar Klara	Schweden	34:39	72:17	52:30	2:39:26 Std.

D-20: (5 Teilnehmer)

1.	Hylander Kristin	Schweden	36:48	59:06	45:33	2:21:27 Std.
2.	Lange Maria	SV Mietraching	37:27	67:15	53:45	2:38:27 Std.

D-45: (6 Teilnehmer)

1.	Lange Petra	SV Mietraching	55:37	84:39	56:43	3:16:59 Std.
2.	Wagner Ulrike Gabriele	Österreich	66:54	73:19	67:05	3:27:18 Std.
3.	Zemp Campana Silvia	Schweiz	44:39	88:38	81:54	3:35:11 Std.

H-12: (10 Teilnehmer)

1.	Carlsson Carl	Schweden	22:34	12:28	11:07	46:09 min
2.	Fencł Jonas	Tschechien	21:00	13:31	13:29	48:00 min
3.	Meier Florian	Österreich	39:36	14:08	15:28	69:12 min
5.	Penzkofer Tobias	SV Mietraching	36:19	16:47	25:26	78:32 min

Beginners: (5 Teilnehmer)

1.	Antonacci Isac	Schweden	36:09	31:55	24:48	1:32:52 Std.
2.	Fenclova marketa	Tschechien	38:50	26:16	30:38	1:35:44 Std.
3.	Willfahrt Carla	SV Mietraching	37:09	29:02	31:47	1:37:58 Std.

H-55: (9 Teilnehmer)

1.	Dobnik Günther	Österreich	35:02	71:34	48:07	2:34:43 Std.
2.	Kopanicak Vladimir	Slowakei	38:11	78:27	52:05	2:48:43 Std.
3.	Henek Milan	Tschechien	59:59	97:01	69:19	3:46:19 Std.
	Lange Peter	SV Mietraching	52:07	79:12	Fehlst.	

Mit einer schönen Siegerehrung bei strahlendem Sonnenschein ging diese Veranstaltung, die im ruppigen Karstgelände den Teilnehmern alle orientierungs- und lauftechnischen Fähigkeiten abverlangte, zu Ende. Und auch das Trainingslager 2010 der Mietrachinger Orientierer wurde mit der anschließenden langen Heimfahrt schon wieder Geschichte.

Die Erinnerung an eine schöne Woche mit vielen tollen Eindrücken und einer schönen Gemeinschaft bleibt aber dauerhaft.

Ein großes Dankeschön wieder einmal an Karin und Roland, die ganze Organisation !



Senioren Weltmeisterschaft in Neuchatel / Schweiz 31. Juli - 07. August 2010



Vom 31. Juli bis zum 07. August kämpften in Neuchatel in der Schweiz über 4100 Senioren-Orientierer um die begehrten WM-Medaillen - darunter auch Dirk Hartmann vom SV Mietraching.

Ausgetragen wurde dieses Großereignis in La chaux-de-Fonds in der Schweiz. Nach den enttäuschenden Teilnehmerzahlen im Vorjahr dürften die Veranstalter mit der Masse der Seniorenmeldungen zufrieden sein.

Beim Sprint Vorlauf konnte sich Dirk Hartmann fürs A-Finale qualifizieren und startete somit beim Finale in Neuchatel in vorderster Front. Die ä-

ßeren Bedingungen im Finale waren ähnlich wie in der Qualifikation am Tage zuvor sehr gut. Auch sonst hatten beide Etappen im Schweizer Jura viele Gemeinsamkeiten. Die Sprints führten durch die vielen kleineren und größeren Gassen der Städte. Auflockerung erfuhr das urbane Gebiet durch kleinere Parks. Die Routenwahl spielte damit eine entscheidende Rolle. Speziell im Finale war durch die zahlreichen Treppen und die erhöhten Temperaturen gegenüber dem 500m höher gelegenen La Chaux-de-Fonds eine sehr gute Ausdauer gefordert.

Weiter auf dem Programm standen dann die Qualifikationsrennen für die Langdistanz, wo der Mietrachinger souverän ins A-Finale gelangte.

Austragungsort der Finals war ein schönes Gebiet des Schweizer Juras. In Le Cernil ging es dann in das WM-Staffel-Gelände von 1981. Hier wurde den mehr als 4000 Teilnehmern ein anspruchsvolles Terrain mit teils feingliedrigem Höhenprofil, felsigen Abschnitten und dank zahlreicher Pfade weitgehend schneller Beaufbarkeit geboten. Vor allem gegenüber der krafraubenden, felsigen Qualifikation war Letzteres für einige Teilnehmer eine willkommene Abwechslung.

Im kommenden Jahr wird die Senioren WM im ungarischen Pécs stattfinden, bevor dann 2012 die Region rund um Bad Harzburg Schauplatz der Großveranstaltung sein wird.



Sprint-Finale M45-A: (2,1 km / 70 Hm / 13 P.)

1.	Christian Aebersold	Brügg BE	13:36 min
2.	Martin Mares	Novy Bor	13:37 min
3.	Domenico Lepori	Le Mont-sur-Lausan	13:42 min
55.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	16:23 min

Langdistanz-Finale M45-A: (7,3 km / 310 Hm / 22 P.)

1.	Keijo Prkkinen	FIN-Ylikiminki	49:08 min
2.	Urs Widler	SUI-Zürich	52:57 min
3.	Domenico Lepori	SUI-Le Mont-sur-Lausan	53:23 min
46.	Dirk Hartmann	GER-SV Mietraching	64:05 min

Biathlon OL Weltmeisterschaft in Dänemark 16.-19. September 2010 **Gold und Silber für Dirk Hartmann**

Der Einladung der Dänischen Militär Sports Association und des Kolding Orientierungslauf-Clubs zur diesjährigen Weltmeisterschaft im Biathlon-OL (kurz WCBO) folgte Dirk Hartmann und reiste nach Nymindegab.



Nach der Ankunft und der Anmeldung erfolgte ein Schieß- und Lauftraining. Nach der offiziellen Eröffnungsfeier gab es noch eine Vorbesprechung, um alle Einzelheiten für diesen Wettkampf zu erfahren.

World Championships in Biathlon Orienteering Nymindegab and Frederikshaab, Denmark 16th - 19th September 2010

Auch beim Biathlon-OL gibt es verschiedene Disziplinen: Sprint - Langdistanz - Staffel.

Die Wettkämpfe spielten sich im Gelände rund um die Militärkaserne in Nymindegab ab., und im typischen westlichen Jutland war das Terrain geprägt von vielen Sanddünen.

Nach einigen Schießfehlern konnte sich Dirk in der Kategorie H-45 hinter einem Dänen aber doch noch auf Platz zwei einreihen und hatte zum Auftakt der Veranstaltung schon mal seine erste

Medaille eingeholst.

Im schnell belaubaren und etwas hügeligen Gelände wurde der Langdistanz-Wettkampf ausgetragen. Nach einer markierten Pflichtstrecke von 3 km ging es zur freien Orientierung auf die 8,5 km lange und mit 18 Kontrollposten gespickten freien OL-Bahn. Hier hatte der Mietrachinger durch sehr viele Schießfehler leider den Anschluss an die Spitze verloren und musste sich am Ende mit Platz 6 zufrieden geben.

Angespornt durch diese für ihn nicht

zufriedenstellende Leistung versuchte Dirk Hartmann beim Staffellauf mit seinem Partner Frank Braatz noch einmal aufs Ganze zu gehen. Die zweit schnellste Laufzeit durch Dirk und ein gutes Schießergebnis seines Staffelpartners sicherten den beiden am Schluss den Sieg und damit die erhoffte Goldmedaille.

GRATULATION

WM Biathlon Sprint H-45: (2,4 km / 10 P.)

1.	Jes Mose Jensen	Dänemark	22:08 min	(2-0-0)
2.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	26:46 min	(5-5-0)
3.	Bendt Bossen	Dänemark	28:52 min	(2-2-0)

WM Biathlon Classic H-45: (3,1 km / 8,5 km / 18 P.)

1.	Jes Mose Jensen	Dänemark	2:11:21 Std.	(18-2-6-0)
2.	Bendt Bossen	Dänemark	2:38:35 Std.	(13-5-6-0)
3.	Christian Knudsen	Dänemark	2:42:28 Std.	(6-7-6-0)
6.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	2:50:17 Std.	(28-10-10-0)

WM-Biathlon Staffel H-45: (6,8 km / 19 P.)

1.	GER Team 1		2:10:59 Std.	
	Frank Braatz	71:52 min	(1-3-0)	
	Dirk Hartmann	59:07 min	(4-4-0)	
2.	DEN Team 1		2:16:47 Std.	
3.	SWE Team 1		2:17:08 Std.	



Deutsche Staffelmeisterschaft in Derenburg / Sachsen-Anhalt 18. September 2010 - Bronze für unsere D-14 Mädchen



Bronze für Andrea, Helena und Hannah

750 Orientierungsläufer reisten nach Sachsen-Anhalt, um bei den Deutschen Staffelmeisterschaften im Waldgebiet bei Derenburg um Siege und gute Platzierungen zu kämpfen. Auch der SV Mietchaching gehörte im Vorfeld zu den erweiterten Medailenaspirenden in der Damen-Elite und bei den Schülerinnen der D-14 Kategorie.

Diese begannen auch mit Hannah Kühne, die als Startläuferin bei den D-14 Mädchen einen soliden Lauf zeigte und nach 2,7 Kilometern und fast 31 Minuten als Viertplatzierte auf Andrea Gruber wechselte.

Diese musste versuchen, den Rückstand von vier Minuten auf den Bronzeplatz zu reduzieren, was hervorragend gelang. Auf ihrer Runde konnte sie die Läuferin vom Kaulsdorfer OLV überholen und somit auf Platz drei liegend auf Schlussläuferin Helena Bastian übergeben.

Helena zeigte Nerven und ließ nach einigen Orientierungsfehlern die

starke letzte Läuferin vom MTV Seesen herankommen. Mit einem fulminanten Schlussspurt sicherte Bastian aber ihrer Staffel mit 15 Sekunden Vorsprung die Bronzemedaille und wurde von den Teamkameradinnen mit überschwänglicher Freude nach einer Gesamtzeit von 1:31:01 Stunden hinter dem Ziel empfangen. Sieger wurde der USV Jena.

Die Damen-Elite war mit 19 Staffeln so gut besetzt wie lange nicht mehr. Die Mietchachinger Damen konnten leider nicht in der gleichen Konstellation wie im vergangenen Jahr antreten, wo sie den vierten Platz belegten, denn Jana Faltejskova hatte starke Knieprobleme und musste auf den Start verzichten. Damit die beiden Top-Läuferinnen Anna Biller und Maria Lange die Möglichkeit der Staffelteilnahme hatten, wurde Seniorenläuferin Petra Lange ins Team geholt.

Maria Lange, sonst immer Schlussläuferin, versuchte sich diesmal an der Startposition und machte ihre Sache sehr gut. Die großflächigen Brombeersträu-

cher und viel Bruchholz erschwerten das Laufen extrem, so dass den Läuferinnen auf ihren fast sieben Kilometer langen Runden alles abverlangt wurde. Maria konnte gut mithalten und klatschte mit nur vier Minuten Rückstand auf Platz neun liegend auf die jüngste Eliteläuferin im Feld, die 17-jährige Anna Biller, ab. Diese zeigte im abwechslungsreichen Vorhargelände einen souveränen Lauf.

Mit Bestzeit auf der mittleren Strecke katapultierte sie ihr Team nach zwei Runden mit hauchdünnem Vorsprung in Führung.

Doch Schlussläuferin Petra Lange hätte zaubern müssen, um gegen die starken und vor allem um viele Jahre jüngeren Konkurrentinnen bestehen zu können. Somit reichte am Ende eine solide Leistung der 47jährigen nur zu Rang acht der Mietchachinger Staffel. Der Sieg ging hier an den USV TU Dresden vor Planeta Radebeul und USV Jena.



D-Elite: Petra, Anna und Maria

Bei den kurzen Rahmenstaffeln starteten der 13-jährige Korbinian Lange mit seinem Vater Peter und Georg Biller vom WSV Bernried. Dieses Team belegte unter 43 Staffeln den hervorragenden 14. Rang.

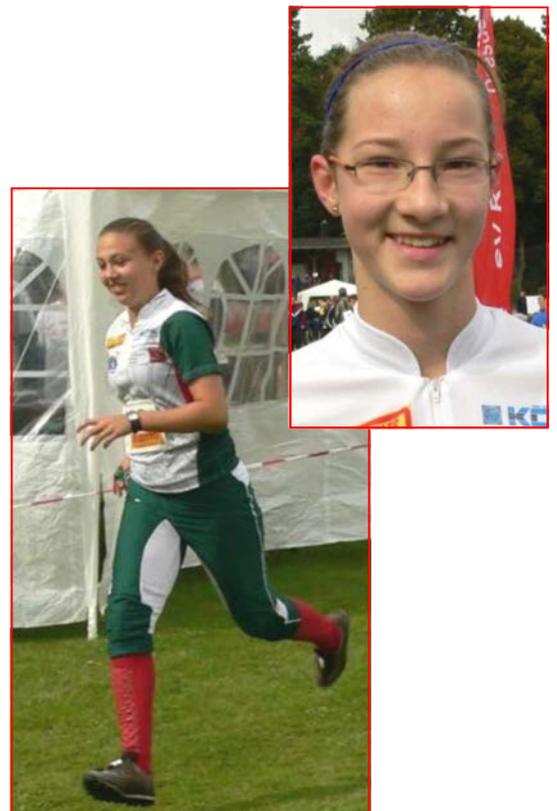
Abends bei der Siegerehrung wurde der Erfolg der Jüngsten groß gefeiert und nach Erhalt der Bronzemedaille gab es Sekt für alle von der Abteilungsleiterin.



Rahmen: Peter, Korbinian, Georg

D-14 Staffel (6 Staffeln):

1.	USV Jena 1		68:56 min.
	Susanne Otto	21:14	
	Luise Arnold	26:36	
	Leonore Winkler	21:06	
2.	OSC Kassel 1		74:15 min.
	Paula Mühlstein	22:55	
	Sarah Grimm	24:50	
	Carla Mühlstein	26:30	
3.	SV Mietraching		91:01 min
	Hannah Kühne	30:41	
	Andrea Gruber	29:04	
	Helena Bastian	31:16	



D-Elite Staffeln (18 Staffeln):

1.	USV TU Dresden 1	2:35:28 Std.
	Fanny Sembdner	55:19 min
	Sonnhild Knoblauch	52:24 min
	Cornelia Eckardt	47:45 min
2.	Planeta Radebeul 1	2:44:56 Std.
	Ieva Grahl	52:41 min
	Karoline Röhnert	56:16 min
	Johanna Schmidt	55:59 min
3.	USV Jena 1	2:49:11 Std.
	Claudia Günther	57:09 min
	Friederike Graumann	55:42 min
	Marie Winkler	56:20 min
8.	SV Mietraching	2:57:54 Std.
	Maria Lange	55:15 min
	Anna Biller	52:23 min
	Petra Lange	70:16 min

Rahmen kurz Staffeln (43 Staffeln):

1.	USV Jena 1	1:16:05 Std.
	Friedrich Arnold	21:10 min
	Veit Slodowski	33:30 min
	Marcus Lauterbach	21:25 min
2.	Post SV Dresden 1	1:21:40 Std.
	Paul Leidinger	21:22 min
	Rolf Weinert	27:04 min
	Hans-Jürgen Busch	33:14 min
3.	MTK Bad Harzburg 1	1:24:25 Std.
	Martin Dähnn	24:19 min
	Kjell Dähnn	26:06 min
	Bianca Dähnn	34:00 min
14.	SV Mietraching	1:40:17 Std.
	Korbinian Lange	25:54 min
	Peter Lange	41:33 min
	Georg Biller sen.	32:50 min



Ehre wem Ehre gebührt !

Gratulation von allen zu Bronze !



Bundesranglistenlauf in Halberstadt / Sachsen-Anhalt 19. September 2010



Karin fungierte an diesem Wochenende nur als Betreuerin, da sie durch ihre Adventure-Race Einlage immer noch gehandicapt war und ließ sich deshalb nur die warme Herbstsonne ins Gesicht scheinen. Die anderen aber mussten auch am Sonntag wieder ran.

Das Gelände zum Bundesranglistenlauf südlich von Halberstadt ähnelte dem vom Vortag. Offene Teilstücke wechselten mit viel Bodenbewuchs und durch Abholzung schlecht belaufbaren Gebieten. Ebenso lockerten Felsformationen

die Wahl der Postenstandorte auf. Einzig die größere Anzahl der Höhenmeter und die urbanen Abschnitte charakterisierten diese Strecke.

Neun Mietrachinger gingen an den Start und konnten mit ihren Ergebnissen teilweise sehr zufrieden sein. Die 19jährige Maria Lange musste in der Damen-Elite starten, hatte 9,6 km mit 260 Höhenmetern zu bewältigen und rangierte nach 93 Minuten mit Platz sechs im vorderen Mittelfeld.

Das D14-Trio des SVM, vom Erfolg des Vortages angespornt, belegte nach 2,8 km folgende Plätze: Helena (5.), Hannah (9.) und Andrea (12.).

Die H14-Kategorie war mit 41 Gemeldeten eine der stärksten. Korbinian Lange musste sich nach einigen Fehlern beim Orientieren auf der 4,1 km langen Strecke mit Platz 20 zufrieden geben.

Für Anna Biller, die durch den Staffel-Elitestart mehr Kilometer in den Beinen hatte als ihre Mitstreiterinnen, gab es diesmal keinen Sieg, aber immerhin Platz vier unter 16 Läuferinnen.

Seniorin Petra Lange schaffte es unter 38 Läuferinnen auf einen hervorragenden neunten Rang und Gatte Peter Lange belegte Platz 27 bei den Herren-50.



Damen-Elite (9,6 km / 260 Hm / 24 P. - 14 Teilnehmer):

1.	Karin Schmalfeld	BSV Halle-Ammendorf	72:05 min
2.	Gunda Fischer	OLV Weimar	81:20 min
3.	Anne Heinemann	SV Robotron Dresden	83:44 min
6.	Maria Lange	SV Mietraching	93:37 min

D-14 (2,8 km / 90 Hm / 12 P. - 20 Teilnehmer):

1.	Carla Mühlstein	OSC Kassel	26:06 min
2.	Leonore Winkler	USV Jena	26:23 min
3.	Bite Friedrichs	MTV Seesen	26:34 min
5.	Helena Bastian	SV Mietraching	29:35 min
9.	Hannah Kühne	SV Mietraching	32:01 min
12.	Andrea Gruber	SV Mietraching	34:52 min

H-14 (4,1 km / 125 Hm / 11 P. - 41 Teilnehmer):

1.	Mark Otto	TOLF Berlin	31:30 min
2.	Kilian Kempe	Planeta Radebeul	33:57 min
3.	Magnus Struckmann	Braunschweiger MTV	35:50 min
20.	Korbinian Lange	SV Mietraching	45:20 min

D-18 (6,3 km / 175 Hm / 14 P. - 16 Teilnehmer):

1.	Resi Rathmann	SV Schmalkalden 04	55:04 min
2.	Susen Lösch	USV Jena	58:05 min
3.	Corinna Nieke	USV TU Dresden	62:44 min
4.	Anna Biller	SV Mietraching	62:50 min

D-45 (4,8 km / 155 Hm / 15 P. - 38 Teilnehmer):

1.	Karin Kraemer	Post SV Dresden	46:51 min
2.	Jaana Eronen	OLV Steinberg	52:04 min
3.	Cornelia Roßberg	USG Chemnitz	53:00 min
9.	Petra Lange	SV Mietraching	58:16 min

H-50 (7,0 km / 255 Hm / 20 P. - 31 Teilnehmer):

1.	Jan Kaminsky	BSV Halle-Ammendorf	64:23 min
2.	Sergej Sonnenberg	Osnabrücker TB	67:26 min
3.	Norbert Zenker	USV TU Dresden	68:32 min
27.	Peter Lange	SV Mietraching	112:48 min



5. Bayerncuplauf in Langfurth 25. September 2010

Am Ortsende von Langfurth hatte der TV Osterhofen sein WKZ eingerichtet, wo es natürlich wieder die besten Kuchen und Torten von Gertrud Liebl gab.

Bei Dauernieselregen und Temperaturen um die 12 Grad hüllte sich der Brotjacklriegel in ein dichtes Nebelkleid, was es für die Läufer zu durchdringen galt. Zum Start hatte man einen fast 20minütiugen Anstieg zum Wanderparkplatz zu bewältigen. Hier waren die meisten nun aufgewärmt

und es konnte am Start der Kampf um Ranglistenpunkte beginnen. In den nassen Hängen und Felspassagen musste man aufpassen, um nicht auszurutschen oder gar in ein Loch zu treten, und beim Zieleinlauf, der bergab auf einer Wiese führte, gab jeder noch mal richtig Gas

Für die Mietrachinger gab es an diesem Nachmittag doch wieder ein sehr gutes Gesamtergebnis, denn mit sieben Kategoriensiegen konnte man wirklich zufrieden sein.



D-14 (3,4 km / 100 Hm / 11 P. - 4 Teilnehmer):

1.	Kühne Hannah	SV Mietraching	29:07 min
2.	Gruber Andrea	SV Mietraching	35:57 min
3.	Kolehmainen Emilia	TSV Grünwald	41:01 min

D-18 (4,4 km / 165 Hm / 15 P. - 6 Teilnehmer):

1.	Späth Laura	OLG Regensburg	57:04 min
2.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	57:17 min
3.	Schöps Anna	OLV Landshut	60:00 min
6.	Gruber Daniela	SV Mietraching	64:13 min

D-19 Elite (5,4 km / 270 Hm / 19 P. - 5 Teilnehmer):

1.	Lange Maria	SV Mietraching	57:49 min
2.	Lorenz-Baath Katrin	TSV Grünwald	64:21 min
3.	Scheler Johanna	TV Coburg Neuses	71:12 min

D-45 (4,4 km / 165 Hm / 15 P. - 5 Teilnehmer):

1.	Lange Petra	SV Mietraching	61:39 min
2.	Huth Martina	TV Coburg Neuses	66:05 min
3.	Schultze Andrea	OLV Landshut	69:25 min

H-12 (1,8 km / 60 Hm / 7 P. - 3 Teilnehmer):

1.	Simbürger Florian	OLG Regensburg	19:13 min
2.	Penzkofer Tobias	SV Mietraching	24:13 min
3.	Schwarck Philipp	OLG Regensburg	71:58 min

H-14 (3,4 km / 100 Hm / 11 P. - 9 Teilnehmer):

1.	Lange Korbinian	SV Mietraching	25:21 min
2.	Stengel Samuel	TV Coburg Neuses	28:30 min
3.	Janischowsky Lukas	OLG Regensburg	29:23 min

H-18 (6,6 km / 330 Hm / 20 P. - 2 Teilnehmer):

1.	Kühne Lukas	SV Mietraching	73:50 min
2.	Elflein Marco	OLG Regensburg	88:29 min

H-19 kurz (5,4 km / 270 Hm / 19 P. - 6 Teilnehmer):

1.	Ebneth Maximilian	OLG Regensburg	69:22 min
2.	Zoltner Dietmar	OLV Landshut	75:21 min
3.	Meißner Bernhard	TV Coburg Neuses	80:22 min
4.	Blau Alexander	SV Mietraching	85:16 min

H-35 (6,6 km / 330 Hm / 20 P. - 11 Teilnehmer):

1.	Weid Uwe	TV Coburg Neuses	61:49 min
2.	Wiesinger Peter	TSV Grünwald	62:30 min
3.	Vogl Roland	SV Mietraching	66:53 min

H-45 (5,4 km / 270 Hm / 19 P. - 14 Teilnehmer):

1.	Scheler Thomas	TV Coburg Neuses	51:07 min
2.	Böhme André	OLG Regensburg	61:03 min
3.	Baath Veikko	TSV Grünwald	63:20 min
7.	Lange Peter	SV Mietraching	78:44 min

Offen kurz (1,8 km / 60 Hm / 7 P. - 2 Teilnehmer):

1.	Penzkofer Cäcilia	SV Mietraching	19:11 min
2.	Reinwald Elisabeth	OLG Regensburg	60:45 min

Offen mittel (3,4 km / 100 Hm / 11 P. - 2 Teilnehmer):

1.	Vogl Karin	SV Mietraching	40:16 min
2.	Willfahrt Carla	SV Mietraching	46:15 min



6. Bayerncuplauf in Freising 26. September 2010

Regen wie am Vortag - so lautete die Wettervorhersage, doch die Wetterfrösche hatten sich geirrt: es blieb trocken an diesem Sonntag Vormittag im Freisinger Forst und gegen Mittag zeigte sich sogar die Sonne und die Temperaturen stiegen deutlich über 10 Grad.

So wurden die 115 Teilnehmer beim 6. BC-Lauf nur von unten nass, wenn sie sich ihre Routen durch den Unterbewuchs suchten, was kaum zu vermeiden war, da es davon in diesem Laufgebiet ziemlich viel - vielleicht viel zu viel gab!

Rund um den Freisinger Walderlebnis-

pfad waren die Posten gesetzt und durch falsche Routenwahl konnte man gleich mehrere Minuten verlieren, wenn man plötzlich im „dichten Grün“ stecken blieb. Doch nicht immer war die Wege-Route außen herum die schnellere, so dass der Instinkt für die richtige Route ebenso entscheidend war wie die läuferische Stärke. Das Echo im Ziel war sehr

unterschiedlich, doch die meisten empfanden dieses Wettkampfgelände als zu dornig mit zu viel Bodenbewuchs.

Der SV Mietraching hatte natürlich bei den Kategorien-Siegen wieder ein Wörtchen mit zu reden und konnte drei davon für sich entscheiden.

Offen mittel (2,7 km / 100 Hm / 10 P. - 11 Teilnehmer):

1.	Deixler Norbert	TSV Grünwald	31:55 min
2.	Deixler Bettina	TSV Grünwald	33:56 min
3.	Vogl Karin	SV Mietraching	38:50 min

D-14 (2,4 km / 60 Hm / 8 P. - 5 Teilnehmer):

1.	Kühne Hannah	SV Mietraching	23:53 min
2.	Kolehmainen Emilia	TSV Grünwald	26:28 min
3.	Bastian Helena	SV Mietraching	27:12 min
4.	Gruber Andrea	SV Mietraching	27:15 min

D-18 (2,7 km / 100 Hm / 10 P. - 7 Teilnehmer):

1.	Biller Anna	SV Mietraching	27:10 min
2.	Späth Laura	OLG Regensburg	29:18 min
3.	Gruber Daniela	SV Mietraching	31:12 min
7.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	36:56 min

D-19 Elite (3,6 km / 120 Hm / 14 P. - 7 Teilnehmer):

1.	Greiner Josephine	TSV Grünwald	31:13 min
2.	Lange Maria	SV Mietraching	33:15 min
3.	Lorenz-Baath Katrin	TSV Grünwald	36:37 min

D-45 (2,7 km / 100 Hm / 10 P. - 3 Teilnehmer):

1.	Lange Petra	SV Mietraching	36:32 min
2.	Huth Martina	TV coburg Neuses	37:37 min
3.	Kolehmainen Anne	TSV Grünwald	39:13 min

H-12 (1,6 km / 50 Hm / 6 P. - 3 Teilnehmer):

1.	Simbürger Florian	OLG Regensburg	16:07 min
2.	Schwarck Philipp	OLG Regensburg	25:43 min
3.	Penzkofer Tobias	SV Mietraching	37:13 min

H-14 (2,4 km / 60 Hm / 8 P. - 9 Teilnehmer):

1.	Janischowsky Lukas	OLG Regensburg	19:28 min
2.	Lange Korbinian	SV Mietraching	19:43 min
3.	Repertz Michael	OLV Landshut	21:45 min

H-18 (5,1 km / 180 Hm / 18 P. - 2 Teilnehmer):

1.	Elflein Marco	OLG Regensburg	49:08 min
2.	Kühne Lukas	SV Mietraching	51:48 min

H-35 (5,1 km / 180 Hm / 18 P. - 8 Teilnehmer):

1.	Weid Uwe	TV Coburg Neuses	42:26 min
2.	Wiesinger Peter	TSV Grünwald	44:30 min
3.	Janischowsky Klemens	OLG Regensburg	46:21 min
5.	Vogl Roland	SV Mietraching	51:46 min

H-45 (3,6 km / 120 Hm / 14 P. - 13 Teilnehmer):

1.	Scheler Thomas	TV Coburg Neuses	27:52 min
2.	Baath Veikko	TSV Grünwald	33:25 min
3.	Liebl Siegfried	TV Osterhofen	34:02 min
9.	Lange Peter	SV Mietraching	48:03 min



Deutsche Meisterschaft Klassik in Siegen

02. Oktober 2010

2 x Bronze für Anna und Maria



An diesem Wochenende kamen rund 700 Orientierer aus ganz Deutschland - darunter auch 12 Teilnehmer vom SV Mietraching - in das entfernte Siegerland, um bei den letzten nationalen Wettkämpfen dieses Jahres noch einmal um Medaillen und Bundesranglistenpunkte zu kämpfen.

Am Samstag, dem ersten Wettkampftag,

wurden in der Königsdisziplin des Orientierungslaufes - der Langdistanz - die Deutschen Meister in den jeweiligen Altersklassen gesucht. Ein teilweise sehr steiles Gelände, mit wechselweise toll belaufbarem Hochwald, ruppigen Brombeerefeldern und sehr dichten Dickichten, verlangte den Sportlern dabei konditionell alles ab. Auch das unerwar-

tet schlechte und regnerische Wetter machte den Wald nass, matschig und die Beine auf den vielen Kilometern schwer. Der Wettkampf - ganz langdistanztypisch - wurde meist bei den Routenwahlentscheidungen auf den langen Postenabständen entschieden. Wer hier nicht mutig die Höhenmeter auf der kräftezehrenden direkten Route in Kauf nahm, wurde meist auf den langen Umlaufwegen mit viel Zeitverlust bestraft.

Alle liefen mit vollem Körpereinsatz, um das Optimum aus sich heraus zu holen. Am besten gelang dies wohl den Nationalkaderläuferinnen Anna Biller und Maria Lange, die zum Saisonabschluss noch einmal eine starke Leistung zeigten.

Bei den Damen-18 musste sich Anna Biller nur den Dauerrivalinnen Susen Lösch (Jena) und Resi Rathmann (Schmalkalden) geschlagen geben. Auf den sehr laufbetonten 5,7 km, die mit 270 Höhenmetern gespickt waren, konnte sie nach einer Stunde den Zielposten als Drittplatzierte stempeln und sich verdient über die Bronzemedaille freuen.



Auch Maria Lange stand bei ihrem Lauf (7,6 km / 330 Höhenmeter) immer wieder vor Routenwahlproblemen und entschied sich meist für die direkte Route, was sich am Ende für die 19jährige auch auszahlte. Nach 1:13 Stunden kam sie auf dem Bronzerang ins Ziel und freute sich über die erkämpfte Medaille.

Bitter ging die Entscheidung in der H-40 Kategorie für Roland Vogl aus. Bis zum Ende des Rennens lag er sicher auf dem dritten Rang, doch der letzte Starter schnappte ihm das sicher geglaubte Bronze weg und verdrängte Vogl auf den undankbaren 4. Urkundenplatz.

In der Schülerkategorie H-14 zeigte Korbinian Lange einen schnellen Lauf. Leider hatte er in den feingliedrigen Waldgebieten mit vielen Loch- und Senkenreihen kleine Orientierungsfehler, so dass er sich am Ende auf Platz 6 liegend über eine Urkunde freuen durfte.

Über einen Zweiten Platz durfte sich Peter Lange in der Rahmenkategorie H-21B freuen. Nach einem schnellen und sicheren Wettkampf stempelte er nach 57 Minuten den letzten Posten.

Bei den D-14 Mädels lief es an diesem Tag nicht so gut. Mit einigen orientierungstechnischen Fehlern mussten Hannah Kühne und Helena Bastian die Urkundenplätze abschreiben und reihten sich auf den Plätzen 7 und 9 ein.

Ebenfalls knapp an einer Top-6 Platzierung lief Petra Lange (D-45) vorbei. Am Ende fehlte eine Minute auf Platz 6.

Simon Aigner und Sebastian Lange, der extra aus England angeflogen war, waren beide erkältet. Simon startete deswegen in der kürzeren Rahmenkategorie H-21AL (21. Platz) und Sebastian versuchte sich zwar in der H-21 Elite, brach diese Strecke aber ab, um seine Kräfte für den darauffolgenden Tag zu schonen.



Die Besten des Tages: Anna Biller, Korbinian Lange, Roland Vogl, Maria Lange

D-14 (4,1 km / 210 Hm / 9 P. - 20 Teilnehmer):

1.	Dorothea Müller	Post SV Dresden	40:12 min
2.	Leonore Winkler	USV Jena	41:36 min
3.	Susanne Otto	ESV Lok Magdeburg	43:14 min
7.	Hannah Kühne	SV Mietraching	48:06 min
9.	Helena Bastian	SV Mietraching	50:41 min

D-18 (5,7 km / 270 Hm / 11 P. - 16 Teilnehmer):

1.	Susenn Lösch	USV Jena	56:32 min
2.	Resi Rathmann	SV Schmalkalden	59:08 min
3.	Anna Biller	SV Mietraching	60:13 min

D-20 (7,6 km / 330 Hm / 16 P. - 10 Teilnehmer):

1.	Josephine Greiner	TSV Grünwald	67:46 min
2.	Anne Kunzendorf	Gundelfinger TS	72:13 min
3.	Maria Lange	SV Mietraching	73:42 min



Helena, Korbinian und Hannah erhalten noch Anweisungen vorm Lauf vom Trainer.

D-45 (5,2 km / 220 Hm / 11 P. - 28 Teilnehmer):

1.	Heidrun Finke	OLV Uslar	53:05 min
2.	Uta Engel	SC Helsa	58:08 min
3.	Karin Kraemer	Post SV Dresden	59:25 min
7.	Petra Lange	SV Mietraching	66:08 min

H-14 (4,5 km / 185 Hm / 11 P. - 29 Teilnehmer):

1.	Mark Otto	TOLF Berlin	36:28 min
2.	Arne Fuchs	OLG Siegerland	39:49 min
3.	Leo Graumann	Lok Berlin-Schöneweide	40:49 min
6.	Korbinian Lange	SV Mietraching	43:41 min

H-21A lang (11,1 km / 520 Hm / 25 P. - 33 Teilnehmer):

1.	Christian Töpfer	USV Jena	1:27:46 Std.
2.	Henryk Dobslaw	USV TU Dresden	1:28:22 Std.
3.	Falk Martin	USC Leipzig	1:31:05 Std.
21.	Simon Aigner	SV Mietraching	1:56:07 Std.

H-40 (8,6 km / 400 Hm / 17 P. - 25 Teilnehmer):

1.	Raik Zschäckel	Alex Berlin	66:18 min
2.	Andreas Lückmann	Post SV Dresden	71:29 min
3.	Uwe Brettschneider	Kaulsdorfer OLV	73:14 min
4.	Roland Vogl	SV Mietraching	76:21 min

H-45 (7,7 km / 310 Hm / 16 P. - 43 Teilnehmer):

1.	Michael Finkenstädt	OLV Uslar	60:07 min
2.	Matthias Müller	Post SV Dresden	62:16 min
3.	Heiko Gossel	USV TU Dresden	63:05 min
29:	Uwe Genatis	SV Mietraching	92:48 min

H-21 B (4,5 km / 185 Hm / 11 P. - 7 Teilnehmer):

1.	Philip Rehorst	TSC Dortmund	50:59 min
2.	Peter Lange	SV Mietraching	57:17 min
3.	Michael Krämer	SC Oberodenthal	78:10 min

H-21 Elite (13,1 km / 620 Hm / 29 P. - 24 Teilnehmer):

1.	Christian Teich	Planeta Radebeul	1:30:33 Std.
2.	Wieland Kundisch	USV TU Dresden	1:35:37 Std.
3.	Philipp Müller	Post SV Dresden	1:36:06 Std.
	Sebastian Lange	SV Mietraching	Aufgabe



Deutschland Cup in Siegen

03. Oktober 2010

Die tollen Leistungen der Einzelmeisterschaft galt es nun am nächsten Tag bei etwas besserem Wetter aber im gleichen Wettkampfwald bei der Staffel des Deutschlandcups zu wiederholen.

Der SV Mietraching startete hier mit 2 Mannschaften und die erste Mannschaft in der Top-Besetzung: Sebastian Lange, Simon Aigner, Anna Biller, Maria Lange und Roland Vogl. Im Vorfeld schon wurde unter den bayerischen Teilnehmerstaffeln auch der OLV Landshut und der TV Coburg Neuses als große Konkurrenz gefürchtet. Das Ziel war es, auf alle Fälle wieder beste bayerische Staffel zu werden. Hierauf wurden alle Teammitglieder nochmals von Sebastian gut eingestellt. Er selber musste sich aber vor dem Start eingestehen, so nervös wie noch nie zu sein. Doch nicht nur er, auch die anderen bayerischen Startläufer konnte ihre Nervosität nicht verbergen.

Sebastian versuchte gleich im steilen Startanstieg Boden gegenüber den

restlichen 80 teilnehmenden Staffeln gut zu machen. Nach einigen kleinen o-technischen Fehlern und fast 34 Minuten später konnte er auf einem soliden 17. Platz liegend an Simon Aigner übergeben. Dieser konnte auf der kürzeren zweiten Laufstrecke einige Konkurrenten im Wald überholen und sich auf Platz 10 vorkämpfen und somit die bayerische Konkurrenz auf Distanz halten. Anna Biller ging auf die nur 1,8 km lange Kurzstrecke und konnte nach einer schnellen Runde die Platzierung 10 halten. Auf der nachfolgende Mittelstrecke gab Maria Lange nochmals richtig Gas und konnte mit einer tollen Leistung ihre Staffel auf Platz 9 vorschieben. Nun hing alles an Schlussläufer Roland Vogl.

Nach vorne war nicht mehr viel möglich, doch nach hinten musste Roland aufpassen. Für ihn ungewohnt nervös startete der Mietrachinger in seine lange Schlussrunde und machte auch gleich zum ersten Posten einen Fehler. Am Sichtposten lag der Mietrachinger noch in den Top-Ten, doch nach kleinen Unsi-

cherheiten auf der Schlusschleife ging es im Zielsprint wie schon so oft gegen die Mannschaft von Adler Bottrop - völlig verausgabt fehlten am Ende doch drei Sekunden auf den erhofften 10. Platz. Die gesamte Mannschaft freute sich aber dennoch über das sehr gute Abschneiden, und nach einer Gesamtzeit von 2:17:23 Stunden durfte man als beste bayerische Staffel über Platz elf jubeln.

Die zweite Mietrachinger Mannschaft war mit den Seniorenläufern Uwe Genatis und Peter Lange sowie mit dem jungen Dreiergespann Hannah Kühne, Helena Bastian und Korbinian Lange angetreten. Die beiden älteren waren für die Start- und für die Schlussrunde eingeteilt, so dass sich die Jungen auf den mittleren kürzeren Strecken voll austoben und viel Erfahrung sammeln konnten. Am Ende reichte es nach 3:25:51 Stunden zum 58. Gesamtplatz.



Das bayerische Top-Team:

Roland Vogl, Maria Lange, Anna Biller, Simon Aigner und Sebastian Lange



Team SV Mietraching II

Peter Lange, Helena Bastian, Hannah Kühne, Korbinian Lange und Uwe Genatis

1.	Planeta Radebeul		1:59:20 Std.
	Brandt Christoph	28:23	
	Hickethier Manfred	25:23	
	Röhnert Karoline	16:07	
	Röhnert Max	22:36	
	Teich Christian	26:51	
2.	USV TU Dresden		1:59:30 Std.
	Dobslaw Henryk	30:54	
	Gossel heiko	22:05	
	Eckardt Cornelia	14:34	
	Leideck Karsten	23:34	
	Kundisch Wieland	28:23	
3.	USV Jena		2:03:07 Std.
	Töpfer Christian	33:57	
	Zentgraf Georg	20:57	
	Lösch Susen	14:13	
	Lösch Steffen	24:40	
	Lösch Sören	29:20	



11. SV Mietraching 1 2:17:23 Std.

Lange Sebastian	33:47
Aigner Simon	23:59
Biller Anna	14:40
Lange Maria	29:15
Vogl Roland	35:42



13. TV Coburg Neuses 1 2:19:10 Std.

Scheler Fabian	35:33
Scheler Thomas	24:46
Scheler Johanna	17:01
Forkel Benny	29:37
Schmidt Jan	32:13



14. OLV Landshut 2:21:21 Std.

Hergert Alexander	33:18
Zoltner Helge	24:41
Schöps Anna	17:21
Schöps Thomas	33:00
Körner Ralph	33:01

58. SV Mietraching 2 3:25:51 Std.

Genatis Uwe	45:13
Lange Korbinian	34:18
Kühne Hannah	16:58
Bastian Helena	49:54
Lange Peter	59:28



Arge Alp Wettkämpfe im Trentino / Italien 09./10. Oktober 2010

Auch in diesem Jahr konnte sich das bayerische Team auf die Unterstützung Mietracher Leistungsträger verlassen.

Staffel- und Einzelwettbewerbe wurden auf der Paganella-Hochebene in den Kommunen Andalo und Molveno ausgetragen. Alpin geprägtes Laufgelände zwischen 1000 und 1400 m über Meereshöhe bot zahlreiche Herausforderungen sowohl in orientierungstechnischer wie auch in konditioneller Hinsicht.

Der Staffellauf am Samstag war geprägt von einem kuppigen bis steilen, aber meist schnell belaufbaren Gelände, bei dem das Orientieren anhand von Braunobjekten die am meisten geforderte Technik darstellte. Entsprechend viele Orientierungsfehler waren die Folge, was zu spannenden Entscheidungen führte. Die Überraschung des Tages aus deutscher Sicht gelang der bayerischen Damenelite-Staffel, die sich in der Besetzung Katrin Lorenz-Baath, Bettina Schlaefke und Maria Lange (SV Mietraching) sensationell die Bronzemedaille erlief.

Ebenfalls auf den Bronzerang kam die bayerische D-14 Staffel mit Silvia Casanova, Emilia Kolehmainen und Hannah Kühne vom SV Mietraching.

Weitere Podestplatzierungen waren gegen die starken Delegationen, insbesondere aus der Schweiz und dem gastgebenden Trentino, für die deutschen Teilnehmer nicht drin.

D-14:

1.	Ticino	1:13:40 Std.
	Balmelli Lea	26:07
	Beltraminelli Anna	25:04
	Bolis Noa	22:29
2.	Trentino	1:14:32 Std.
	Lucian Elisa	21:54
	Taufer Arianna	30:29
	Taufer Francesca	22:09
3.	Bayern	1:28:07 Std.
	Casanova Silvia	31:43
	Kolehmainen Emilia	31:25
	Kühne Hannah	24:59

D-35:

1.	Graubünden	1:47:01 Std.
	Kamm-Zimonyi Monika	32:50
	Attinger Käthi	43:51
	Diethelm Gabriela	30:20
2.	Trentino	1:50:19 Std.
	Bertoldi Claudia	33:34
	Bassani Paola	35:56
	Grabar Christina	40:49
3.	Ticino	1:59:19 Std.
	Pedrazzini Eleonara	44:44
	Gianoni Laura	42:29
	Conti Michela	32:06
7.	Bayern 1	2:09:39 Std.
	Geiger Christiane	44:55
	Wagner Helga	44:49
	Grifoni Milena	39:55
10.	Bayern 2	2:46:46 Std.
	Vogl Karin	54:37
	Schwarzkopf Irma	62:02
	Weid Angelika	50:07



D-45:

1.	Trentino	1:38:13 Std.
	Doff-Sotta Maria Claudia	31:28
	Gottardini Elena	33:04
	Zotta Carla	33:41
2.	Graubünden	1:44:31 Std.
	Schweizer-Müller Kathi	29:47
	Sauter Christine	44:52
	Wolf Ursula	29:52
3.	Ticino	1:45:33 Std.
	Mazzucchelli Claudia	37:14
	Guglielmetti Daniela	37:32
	Zemp Silvia	30:47
5.	Bayern	2:04:19 Std.
	Seidl Silvia	40:40
	Schultze Andrea	43:01
	Lange Petra	40:38

Damen-Elite:

1.	St. Gallen	2:03:00 Std.
	Dörig Franziska	37:06
	Fässler Monika	42:42
	Fässler Mirjam	43:12
2.	Südtirol	2:03:31 Std.
	Kirchlechner Christine	38:13
	Torggler Jutta	45:18
	Murer Johanna	40:00
3.	Bayern	2:15:19 Std.
	Lorenz-Baath Katrin	44:37
	Schlaefke Bettina	45:11
	Lange Maria	45:31

H-14:

1.	Trentino	1:12:01 Std.
	Scalet Riccardo	29:13
	Debertolis Mattia	22:28
	Bettega Fabiano	20:20
2.	St. Gallen	1:17:38 Std.
	Künzi Lukas	33:20
	Deininger Lukas	24:30
	Imhof Michael	19:48
3.	Ticino 2	1:19:02 Std.
	Gaia Luca	26:47
	Mina Alessio	25:03
	Pezzati Tobia	27:12
6.	Bayern	1:35:57 Std.
	Janischowsky Lukas	29:41
	Vogler Tim	37:01
	Lange Korbinian	29:15

H-35:

1.	Trentino	1:53:20 Std.
	Dalla Santa Dennis	39:54
	Pagliari Deniele	36:18
	Tavernaro Michele	37:08
2.	St. Gallen	2:02:43 Std.
	Rusch Thomas	42:45
	Seger Simon	40:23
	Kunz Patrick	39:35
3.	Ticino	2:04:46 Std.
	Pedrini Gigi	44:05
	Boiani Tiziano	39:01
	Castelli Stefano	41:40
6.	Bayern	2:22:01 Std.
	Vogl Roland	43:22
	Janischowsky Klemens	52:43
	Lexen Gert	45:56

H-45:

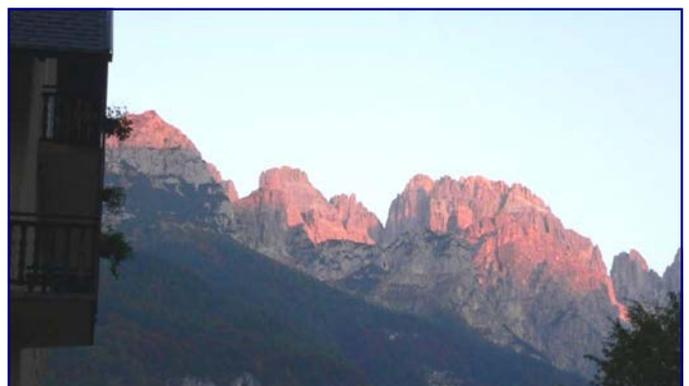
1.	Ticino	1:50:09 Std.
	Vicari Silvio	36:50
	Guglielmetti Michele	41:17
	Tettamanti Roberto	32:02
2.	Trentino	1:52:27 Std.
	Casagrande Enrico	36:38
	Paoli Giorgio	44:31
	Corradini Nicolo	31:18
3.	Graubünden	1:58:31 Std.
	Gordon Riet	40:01
	Puntschart Adrian	37:03
	Brühwiler Urs	41:27
13.	Bayern 3	3:06:45 Std.
	Elflein Hans-Jürgen	62:33
	Biller Georg sen.	62:00
	Lange Peter	62:12

Herren-Elite:

1.	Salzburg	2:05:54 Std.
	Vaisänen Henrik	43:40
	Merl Robert	43:09
	Pohjala Johannes	39:05
2.	Ticino	2:14:05 Std.
	Asmus Manuel	46:21
	Maddalena Stefano	45:30
	Santini Alessandro	42:14
3.	Trentino	2:18:28 Std.
	Dalla Valle Roberto	43:53
	Cristellon Stefano	52:27
	Rigoni Carlo	42:08
13.	Bayern 2	2:58:28 Std.
	Scheler Fabian	58:00
	Aigner Simon	56:49
	Schöps Thomas	63:39

Offen:

1.	Trentino	2:20:53 Std.
	Mantega Silvia	38:36
	Guidolin Manuela	42:43
	Perconti Erica	59:34
2.	Thurgau	2:22:23 Std.
	Guhl Jan	30:35
	Hug Anna	50:36
	Guhl Melanie	61:12
3.	Bayern 3	2:24:07 Std.
	Lieske Johanna	35:07
	Penzkofer Julia	48:36
	Huber Julia	60:24
4.	Bayern 2	2:25:28 Std.
	Casanova Riccardo	46:32
	Gruber Daniela	37:06
	Ebenbeck Robert	61:50





Am Sonntag wartete das erste Highlight für die Starter der längeren Kategorien schon vor dem Wettkampf des Einzellaufes. Die Läufer wurden mit der Seilbahn in offenen 2-Mann-Stahlkörben zum Start transportiert, was manchen große Überwindung kostete, bei Kälte hoch in der Luft zu schweben - eigent-

lich nur etwas für Schindelfreie !!!

Mit 350 Metern Startüberhöhung ging es in das Hanggelände am Osthang des Brenta-Massivs. Der Schlüssel zum Erfolg war das Halten der richtigen Höhe in den detailarmen, aber mit zahlreichen kleinen Mulden durchzogenen Hängen und die meist nicht einfache Entschei-

dung über die Route zum nächsten Posten: oben, unten oder ???

Die besten deutschen Ergebnisse lieferten wiederum die Mietrachinger Orientierer: Maria Lange glänzte mit Silber in D 19-20 und Hannah Kühne holte sich Bronze in D 13-14.



D-14 (3,2 km / 80 Hm - 25 Teilnehmer):

1.	Noa Bolis	Ticino	30:25 min
2.	Corradini Stefania	Trentino	31:38 min
3.	Kühne Hannah	Bayern	33:28 min

D-16 (3,8 km / 115 Hm - 27 Teilnehmer):

1.	Imhof Lena	St. Gallen	40:39 min
2.	Schönenberger Barbara	St. Gallen	40:54 min
3.	Meneghel Laura	Trentino	41:34 min
20.	Gruber Daniela	Bayern	60:02 min
21.	Penzkofer Julia	Bayern	64:49 min

D-20 (5,4 km / 125 Hm - 1 Teilnehmer):

1.	Fässler Mirjam	St. Gallen	48:12 min
2.	Lange Maria	Bayern	52:22 min
3.	Zanetel Claudia	Trentino	56:00 min

D-40 (4,9 km / 100 Hm - 17 Teilnehmer):

1.	Sedran Anna	Lombardia	49:26 min
2.	Wolf Ursula	Graubünden	51:46 min
3.	Grabar Christina	Trentino	55:40 min
14.	Vogl Karin	Bayern	80:22 min

D-45 (4,5 km / 80 Hm - 17 Teilnehmer):

1.	Zemp Silvia	Ticino	58:30 min
2.	Schweizer-Müller Kathi	Graubünden	60:41 min
3.	Seidl Silvia	Bayern	63:49 min
6.	Lange Petra	Bayern	69:58 min

H-14 (3,6 km / 105 Hm - 41 Teilnehmer):

1.	Attinger Florian	Graubünden	24:06 min
2.	Bettega Fabiano	Trentino	25:16 min
3.	Pezzati Tobia	Ticino	25:37 min
11.	Lange Korbinian	Bayern	35:12 min

H-35 (8,8 km / 270 Hm - 18 Teilnehmer):

1.	Rigoni Carlo	Trentino	68:49 min
2.	Seger Simon	St. Gallen	71:51 min
3.	Kamm Jan	Graubünden	73:42 min
8.	Vogl Roland	Bayern	91:08 min

H-50 (6,1 km / 130 Hm - 29 Teilnehmer):

1.	Cavazzani Augusto	Trentino	53:27 min
2.	Guglielmetti Michele	Ticino	56:32 min
3.	Sauter Silvio	Graubünden	56:41 min
	Lange Peter	Bayern	Aufgabe



H-Elite (11,2 km / 360 Hm - 39 Teilnehmer):

1.	Pohjala Johannes	Salzburg	1:19:35 Std.
2.	Santini Alessandro	Ticino	1:22:16 Std.
3.	Dallavalle Luca	Trentino	1:23:37 Std.
34.	Aigner Simon	Bayern	2:01:41 Std.

In der Länderwertung sicherte sich das Gastgeberteam Trentino den Sieg vor dem Titelverteidiger Ticino. Auf den Rängen drei und vier folgen die weiteren Schweizer Kantone St. Gallen und Graubünden, dahinter holte das Team aus Bayern wie schon in den Vorjahren wieder Platz fünf unter den zehn Arge-Alp Regionen.



Im kommenden Jahr wird - wieder am zweiten Oktoberwochenende - Bayern der Gastgeber und Regensburg der Austragungsort der ARGE ALP Wettbewerbe sein.

Das bewährte Ausrichterteam des Alpen-Adria-Cups 2009 verspricht auch für den zweiten Alpenländervergleich interessante und anspruchsvolle Wettbewerbe und ein Wiedersehen mit dem Gelände „Rocks Paradise“. Dabei soll dann auch den benachbarten deutschen Bundesländern die Teilnahme an den Wettbewerben als Gastmannschaften ermöglicht werden.

Bayerische Einzelmeisterschaft in Sinzing 16. Oktober 2010

Die Orientierungsläufer des SV Mietraching stellten sich noch einmal zum Saisonabschluss der bayerischen Konkurrenz und konnten mit der Medaillenausbeute hoch zufrieden sein.

Der Veranstalter - die OLG Regensburg - hatte für die Einzelmeisterschaft am Samstag eine neue OL-Karte in der Nähe von Sinzing aufgenommen: „Weiherholz“ war geprägt von vielen Wegen und Schneisen und durch wenig ausgeprägte Geländeformationen, so dass durch die einfachen Postenstandorte (wenn ein Posten stand – denn manchmal kam es vor, dass kein Postenschirm vorhanden war und der Postenständer am Boden lag) die Wett-

kämpfe über die läuferische Komponente entschieden wurden, was für die alten Orientierungshasen nicht unbedingt von Vorteil war. Doch die Jugend des SVM zeigte, dass auch die Tempopassagen auf den langen Postenverbindungen kein Problem darstellte. Das zeigte auch die Medaillenbilanz am Ende des Tages:

Herausragende 11 Mal konnte Edelmetall errungen werden:

Gold ging nach souveränen Läufen an Maria Lange in der Damen-Elite, an Anna Biller bei den Damen-18, Lukas Kühne (H-18) und an Helena Bastian in der Schülerkategorie D-14. Doch auch Seni-

or Dirk Hartmann verwies seine Konkurrenz auf die Plätze in H-45.

Silber sicherten sich die jüngsten Mietrachinger: Tobias Penzkofer (H-12), Korbinian Lange (H-14) und Hannah Kühne (D-14).

Mit Bronze komplettierte Andrea Gruber (D-14) den Mietrachinger Dreifacherfolg, aber auch für die Seniorenläufer Roland Vogl (H-35) und Petra Lange (D-45) reichte es noch für den dritten Platz.

Leider war das Wetter durchgehend regnerisch und kalt und die Duschen im Sinzinger Sportheim nach den ersten paar warmen Tropfen ebenfalls sehr erfrischend.

D-14 (4,2 km / 70 Hm / 12 P. - 6 Teilnehmer):

1.	Bastian Helena	SV Mietraching	39:20 min
2.	Kühne Hannah	SV Mietraching	42:24 min
3.	Gruber Andrea	SV Mietraching	48:14 min

D-18 (6,1 km / 130 Hm / 14 P. - 9 Teilnehmer):

1.	Biller Anna	SV Mietraching	55:30 min
2.	Schöps Anna	OLV Landshut	58:37 min
3.	Brückner Lena	OLG Regensburg	59:35 min
6.	Gruber Daniela	SV Mietraching	64:01 min
7.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	76:24 min

D-19 Elite (7,6 km / 220 Hm / 12 P. - 4 Teilnehmer):

1.	Lasnge Maria	SV Mietraching	59:08 min
2.	Meißner Britta	TV Coburg Neuses	83:04 min
3.	Krämer Anna	TV Coburg Neuses	87:51 min

D-35 (6,8 km / 150 Hm / 13 P. - 7 Teilnehmer):

1.	Liebl Gertrud	TV Osterhofen	74:50 min
2.	Ropertz Jana	OLV Landshut	76:22 min
3.	Groß Katja-Christine	OLG Regensburg	76:37 min
4.	Vogl Karin	SV Mietraching	98:39 min
5.	Intsiful Sabine	SV Mietraching	107:47 min



D-45 (6,1 km / 130 Hm / 14 P. - 4 Teilnehmer):

1.	Seidl Silvia	OLA Deggendorf	64:27 min
2.	Spangenberg Birgit	OLG Regensburg	64:34 min
3.	Lange Petra	SV Mietraching	66:34 min

H-12 (2,3 km / 30 Hm / 7 P. - 6 Teilnehmer):

1.	Lehner Quirin	OLG Regensburg	20:09 min
2.	Penzkofer Tobias	SV Mietraching	24:03 min
3.	Schwarck Philipp	OLG Regensburg	29:05 min

H-14 (4,2 km / 70 Hm / 12 P. - 9 Teilnehmer):

1.	Janischowsky Lukas	OLG Regensburg	33:00 min
2.	Lange Korbinian	SV Mietraching	33:43 min
3.	Schmid Alexander	MTV Bamberg	37:14 min

H-18 (8,3 km / 250 Hm / 19 P. - 4 Teilnehmer):

1.	Kühne Lukas	SV Mietraching	66:37 min
2.	Ohme Robin	OLA Deggendorf	71:20 min
3.	Eflein Marco	OLG Regensburg	81:24 min

H-35 (8,3 km / 250 Hm / 19 P. - 9 Teilnehmer):

1.	Weid Uwe	TV Coburg Neuses	60:01 min
2.	Wiesinger Peter	TSV Grünwald	61:01 min
3.	Vogl Roland	SV Mietraching	62:35 min

H-45 (7,6 km / 220 Hm / 12 P. - 17 Teilnehmer):

1.	Hartmann Dirk	SV Mietraching	55:50 min
2.	Greiner Martin	TSV Grünwald	56:18 min
3.	Lexen Dieter	OLG Regensburg	58:32 min
13.	Lange Peter	SV Mietraching	88:54 min



Bayerische Staffelmeisterschaft in Forstmühle 17. Oktober 2010

Erfolgsgestärkt ging man am Sonntag bei schon fast eisigen Temperaturen bei den Staffelmeisterschaften in Forstmühle an den Start.

Die gleichnamige Karte zeigte ein ganz anderes Laufterrain als die Karte des Vortages; viele Felsen, Steinfelder und Dickichte mit engen Postenstandorten luden diesmal zur Feinorientierung ein. Die intelligente und orientierungstechnisch anspruchsvolle Bahnlegung machte diese Veranstaltung zu einem „heißen“ Wettkampf im sehr kalten Oktober.

Von sieben gestarteten Mietrachinger Zweier-Staffeln, von denen jeder Läufer zwei Bahnen zu absolvieren hatte, schafften es sechs in die Medaillenränge.

Einen klaren Start-Ziel-Sieg sicherte sich die Damen-Elite-Staffel mit Maria Lange und Anna Biller, ebenso wie die D-14 Staffel mit Andrea Gruber und Helena Bastian. Ganz unerwartet konnte auch das Duo Karin Vogl und Petra Lange (D-35) nach anfänglichem Rückstand auf Gold vorlaufen.

Erstmals in diesem Jahr durften Mädchen auch in Jungen-Kategorien starten - dies ermöglichte Hannah Kühne mit Korbinian Lange in der H-14 zu laufen. Beide machten ihre Sache sehr gut und erliefen sich die Silbermedaille - der Sieg wurde nur um 13 Sekunden verpasst. Das zweite H-14 Gespann (Tobias Penzkofer und Tobias Bretzendorfer) landete auf dem undankbaren vierten Rang.

Ebenfalls Silber erkämpften sich die D-18 Mädchen Daniela Gruber und Julia Penzkofer.

Bei den H-18 Staffeln sah es für Mietraching nach drei Teilstrecken nicht nach einer guten Platzierung aus, doch Lukas Kühne zeigte auf seiner Schlussrunde noch einmal seine Klasse und katapultierte sich und seinen Partner Markus Penzkofer nach vorne zum Gewinn der Bronzemedaille.

Das H-45 Team mit Peter Lange und Dirk Hartmann lag auf aussichtsreicher Position, doch Peter hatte wahrscheinlich einen Posten vergessen zu stemeln, denn auf seinem Chip fehlte eine Postennummer, somit wurden beide wegen Fehlstempels disqualifiziert.



D-14:

1.	SV Mietraching		1:15:05 Std.
	Andrea Gruber	18:57 / 25:06	
	Helena Bastian	14:22 / 16:40	
2.	OLG Regensburg		1:43:22 Std.
	Silvia Casanova	18:52 / 21:53	
	Luisa Hofmann	30:00 / 32:37	

D-18:

1.	OLG Regensburg		1:18:48 Std.
	Laura Späth	20:51 / 18:16	
	Stephanie Fischer	20:46 / 18:55	
2.	SV Mietraching		1:26:27 Std.
	Daniela Gruber	21:18 / 19:52	
	Julia Penzkofer	26:48 / 18:29	

D-19 Elite:

1.	SV Mietraching		1:21:22 Std.
	Maria Lange	19:31 / 17:56	
	Anna Biller	25:51 / 18:04	
2.	TV Coburg Neuses		1:30:08 Std.
	Britta Meißner	22:48 / 19:45	
	Johanna Scheler	24:52 / 22:43	
3.	OLG Regensburg		1:40:09 Std.
	Julia Huber	26:02 / 23:32	
	Lena Brückner	25:11 / 25:24	

**D-35:**

1.	SV Mietraching		1:26:30 Std.
	Karin Vogl	23:07 / 20:02	
	Petra Lange	23:57 / 19:24	
2.	OLA Deggendorf		1:33:29 Std.
	Christiane Geiger	21:14 / 20:16	
	Silvia Seidl	31:24 / 20:35	
3.	OLV Landshut		1:34:03 Std.
	Jana Ropertz	22:34 / 20:03	
	Andrea Schultze	30:39 / 20:47	

**H-14:**

1.	OLG Regensburg		56:29 min
	Riccardo Casanova	13:54 / 17:23	
	Lukas Janischowsky	11:35 / 13:37	
2.	SV Mietraching		56:42 min
	Korbinian Lange	10:57 / 14:39	
	Hannah Kühne	13:01 / 18:05	
3.	OLG Regensburg		77:52 min
	Quirin Lehner	12:40 / 17:17	
	Korbinian Lehner	27:29 / 20:26	
4.	SV Mietraching		78:45 min
	Tobias Penzkofer	12:58 / 22:16	
	Tobias Bretzendorfer	17:35 / 25:56	



H-18:

1.	OLG Regensburg		1:51:53 Std.
	Daniel Janischowsky	23:49 / 29:11	
	Fabian Janischowsky	25:37 / 33:16	
2.	OLG Regensburg		1:52:49 Std.
	Tobias Kuhn	32:59 / 28:19	
	Robin Ohme	25:21 / 26:10	
3.	SV Mietraching		2:02:51 Std.
	Markus Penzkofer	31:27 / 35:16	
	Lukas Kühne	27:15 / 28:53	

**H-45:**

1.	TSV Grünwald		1:15:49 Std.
	Uwe Beierlein	20:26 / 18:56	
	Martin Greiner	19:00 / 17:27	
2.	TV Coburg Neuses		1:28:17 Std.
	Stephan Krämer	22:28 / 22:58	
	Stefan Kirsch	22:57 / 19:54	
3.	MTV Bamberg		1:31:10 Std.
	Liviu Nikolaus	24:21 / 23:48	
	Roger Helling	23:31 / 19:30	
	SV Mietraching		Fehlst.
	Peter Lange	Fehlst. / 23:27	
	Dirk Hartmann	19:00 / 16:55	



Mietrachings Medallenträger:

V. li. Karin Vogl, Petra Lange, Anna Biller, Maria Lange, Andrea Gruber, Lukas Kühne, Helena Bastian, Hannah Kühne, Korbinian Lange, Markus Penzkofer, Julia Penzkofer, Daniela Gruber

Bayerncup Gesamtwertung 2010

1.	Lauf	01.05.2010	Coburg	TV Coburg-Neuses
2.	Lauf	02.05.2010	Zückshut	MTV Bamberg
3.	Lauf	17.07.2010	Glonn	TSV Grünwald
4.	Lauf	18.07.2010	Glonn	TSV Grünwald
5.	Lauf	25.09.2010	Langfurth	TV Osterhofen
6.	Lauf	26.09.2010	Freising	OLV Landshut
7.	Lauf	16.10.2010	Sinzing	OLG Regensburg

Kategorie: D13-14

1.	Helena Bastian	SV Mietraching	400,00 Punkte	6 Läufe
2.	Hannah Kühne	SV Mietraching	392,77 Punkte	5 Läufe
3.	Andrea Gruber	SV Mietraching	355,74 Punkte	7 Läufe

Kategorie: D15-18

1.	Anna Biller	SV Mietraching	400,00 Punkte	5 Läufe
2.	Laura Späth	OLG Regensburg	384,20 Punkte	7 Läufe
3.	Anna Schöps	OLV Landshut	376,52 Punkte	5 Läufe
5.	Daniela Gruber	SV Mietraching	346,36 Punkte	7 Läufe
7.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	333,70 Punkte	7 Läufe

Kategorie: D19Elite

1.	Maria Lange	SV Mietraching	400,00 Punkte	7 Läufe
2.	Katrin Lorenz-Baath	TSV Grünwald	350,57 Punkte	5 Läufe
3.	Susan Kurth	OLA Deggendorf	348,39 Punkte	5 Läufe

Kategorie: D35

1.	Milena Grifoni	OLG Regensburg	400,00 Punkte	7 Läufe
2.	Gertrud Liebl	TV Osterhofen	393,70 Punkte	6 Läufe
3.	Katja-Christine Groß	OLG Regensburg	380,82 Punkte	7 Läufe
6.	Karin Vogl	SV Mietraching	353,91 Punkte	5 Läufe
9.	Sabine Intsiful	SV Mietraching	69,43 Punkte	1 Lauf

Kategorie: D45

1.	Petra Lange	SV Mietraching	400,00 Punkte	7 Läufe
2.	Birgit Spangenberg	OLG Regensburg	377,16 Punkte	5 Läufe
3.	Silvia Seidl	OLA Deggendorf	377,03 Punkte	5 Läufe

Kategorie: H12

1.	Riccardo Casanova	OLG Regensburg	400,00 Punkte	7 Läufe
2.	Tobias Penzkofer	SV Mietraching	361,85 Punkte	7 Läufe
3.	Florian Simbürger	OLG Regensburg	200,00 Punkte	2 Läufe

Kategorie: H13-14

1.	Lukas Janischowsky	OLG Regensburg	400,00 Punkte	7 Läufe
2.	Korbinian Lange	SV Mietraching	393,55 Punkte	7 Läufe
3.	Tobias Spangenberg	OLG Regensburg	376,99 Punkte	4 Läufe
9.	Thomas Aigner	SV Mietraching	176,14 Punkte	2 Läufe

Kategorie: H15-16

1.	Valtteri Kolehmainen	TSV Grünwald	400,00 Punkte	5 Läufe
2.	Daniel Janischowsky	OLG Regensburg	382,75 Punkte	7 Läufe
3.	Wolfram Pohl	TV Coburg Neuses	375,01 Punkte	7 Läufe

Kategorie: H17-18

1.	Robin Ohme	OLA Deggendorf	400,00 Punkte	5 Läufe
2.	Lukas Kühne	SV Mietraching	390,86 Punkte	4 Läufe
3.	Marco Elflein	OLG Regensburg	366,18 Punkte	7 Läufe

Kategorie: H19Elite

1.	Ralph Körner	OLV Landshut	400,00 Punkte	7 Läufe
2.	Teodor Yordanov	TSV Grünwald	390,75 Punkte	7 Läufe
3.	Josef Fenzl jun.	OLG Regensburg	348,61 Punkte	6 Läufe
9.	Sebastian Lange	SV Mietraching	290,35 Punkte	4 Läufe
22.	Alexander Blau	SV Mietraching	90,46 Punkte	2 Läufe

Kategorie: H35

1.	Uwe Weid	TV Coburg Neuses	400,00 Punkte	4 Läufe
2.	Peter Wiesinger	TSV Grünwald	397,27 Punkte	6 Läufe
3.	Roland Vogl	SV Mietraching	386,85 Punkte	7 Läufe

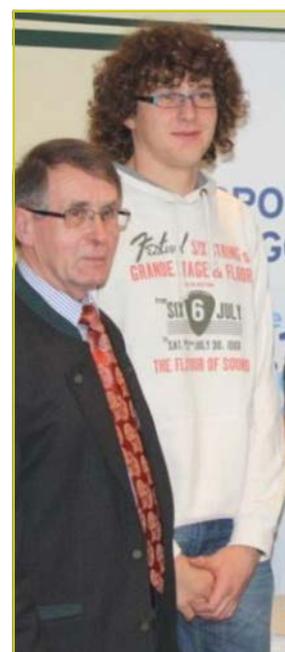
Kategorie: H45

1.	Thomas Scheler	TV Coburg Neuses	400,00 Punkte	7 Läufe
2.	Helge Zoltner	OLV Landshut	368,54 Punkte	7 Läufe
3.	Dieter Lexen	OLG Regensburg	354,32 Punkte	4 Läufe
20.	Peter Lange	SV Mietraching	247,91 Punkte	5 Läufe
23.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	200,00 Punkte	2 Läufe

Sporttalentehrung in Langenisarhofen 05. November 2010

Das „Sporttalent“ dient zur Ehrung der Nachwuchssportler im Landkreis Deggendorf. Schon seit mehreren Jahren gibt es diese Auszeichnung für die verschiedensten Sportarten. Bestimmte Richtlinien müssen von den Jungsportlern erfüllt werden, um eine der begehrten Glastrophäen in Händen halten zu können.

In diesem Jahr war die Orientierungslaufabteilung des SV Mietraching sehr stark vertreten, denn Helena Bastian, Anna Biller, Andrea Gruber, Hannah Kühne, Lukas Kühne und Korbinian Lange wurden für diese Ehrung nominiert; entsprechend stolz konnten sie im Landgasthof Schmatz in Langenisarhofen ihren Preis in Empfang nehmen.



Lizenzverlängerungs-Lehrgang für OL-Übungsleiter in Regensburg 05.-06. November 2010

An diesem Wochenende wurde der erste Lizenzverlängerungslehrgang nach der Einführung der neuen Ausbildungsrichtlinien durchgeführt.

Lehrgangsführer Alfons Ebner und Stephan Schneuwly konnten erfreulicherweise 15 Teilnehmer, darunter auch 3 Mietrachinger (Karin und Roland Vogl und Petra Lange) an der Uni Regensburg begrüßen.

Der Freitag Abend war der Theorie ge-

widmet. Im ersten Teil davon wurde über verschiedene Trainingsformen für Fortgeschrittene in verschiedenen Geländen referiert. Anschließend wurde es international, denn IOF Mitglied Maria Silvia Viti aus Rom berichtete über Schul-OL-Projekte in Italien.

Am Samstag hieß es dann am Vormittag Trainingsplanung im Team für verschiedene Formen des Winter-Technik-Trainings im Verein zu erarbeiten. Nach dem gemeinsamen Mittagessen stellte

Roland seinen Trainingsvorschlag den rund 40 Trainingsteilnehmern aus dem Raum Regensburg vor, und alle machten begeistert mit.

Mit Abschluss des Trainings war auch diese Lizenzverlängerung wieder zu Ende, diesmal mit einem Novum: die 14 Teilnehmer sind nämlich die ersten Übungsleiter in Bayern, die die neuen „Trainer C“ Lizenzen nach der neuen Ausbildungsrichtlinie des BTV bekommen.



Venedig-Stadt-Orientierungslauf 14. November 2010

1980 wurde dieser nun schon traditionelle Stadt-Orientierungslauf in Venedig zum ersten Mal ausgetragen. 108 Starter gingen damals beim 1. „Meeting Orientamento di Venezia (MOV)“ auf drei verschiedenen Bahnen an den Start.

30 Jahre später ist aus dem Stadt-OL von Venedig längst ein Klassiker geworden, den immer mehr Läufer als Abschluss der OL-Saison sehen. Auch für einige Bayern - darunter auch Mietrachinger Orientierer - ist es fast schon zur Gewohnheit geworden, sich Mitte November noch einmal dem Vergleich mit Europas Läufern zu stellen. Rund 4000 Teilnehmer kamen aus allen Richtungen nach Venedig geströmt, um sich am Sonntagvormittag im Wettkampf durch das Gewühl der Touristen zu kämpfen.

Beim 31. Venedig Stadt-OL gab es ganz neue Herausforderungen zu bewältigen, denn der österreichische Bahnleger „Goggi“ Wolfgang Pötsch hatte zum ersten Mal Schmetterlingsposten in die Bahnlegung eingebaut; das sind Kontrollposten, die mehrmals nach einer kleinen Laufschleife anvisiert und quittiert werden mussten. Dies gestaltete die Orientierung noch schwieriger als in

den vergangenen Jahren, und so mancher hatte Probleme sich im Gassenwirrwarr nach mehreren Drehungen nicht zu verirren.

Roland Vogl, Petra, Peter und Korbinian Lange stellten sich ebenfalls dieser Herausforderung. Doch das Unternehmen Venedig war fast schon zu Ende bevor es richtig begonnen hatte, denn Karin Vogl hatte sich eine Woche zuvor im Faustballtraining („Ball über die Schnur“ - wie es Peter immer nennt) einen Muskelfaserriss zugezogen und konnte nur mit Krücken gehen. Doch wie sollte sie das auf dem langen Anmarsch durch Venedig schaffen - also wollte Roland die Fahrt dorthin schon abblasen, doch Peter hatte eine Lösung parat: man lieh sich kurzerhand einen Rollstuhl aus und mit dem wurde Karin von Korbinian durch die Einkaufsmeilen und die Gassen Venedigs geschoben. An den Treppen hüpfte sie auf und ab und Roland und Peter waren die Lastenesel für den Rollstuhl. Somit aber wurde Karin das Erlebnis Venedig nicht verwehrt und die restlichen vier Mietrachinger konnten sich dem Applaus eines Fans sicher sein.

Unser Jüngster - Korbinian - hatte in der Klasse H-14 mit 140 Konkurrenten zu kämpfen. Nach 4,2 km Luftlinie, 19 Posten und 44:10 Minuten erreichte er abgekämpft aber äußerst zufrieden das Ziel. Hier hatte er Umwege durch unzählige Gassen und über 27 Brücken zu laufen, bei denen er gemessene 6,4 km zurücklegte.

Dies zeigt, dass die Strecken in diesem Jahr für alle Kategorien etwas zu lang waren. Dies schlug sich auch in den Zeiten der anderen Mietrachinger nieder: Roland Vogl schaffte seine 8,2 km Luftlinie auch nur in 84 Minuten und wurde unter 84 Teilnehmern in der Kategorie H-40 Vierzigster. In der Kategorie D-45 waren 84 Läuferinnen gemeldet und Petra Lange gelang nur ein 48. Platz im Mittelfeld, und auch Peter Lange (H-50) musste sich nach 86 Minuten auf Platz 102 von 135 Gestarteten einreihen.

Doch der besondere Flair dieser Stadt und die hohen orientierungstechnischen Anforderungen werden auch im nächsten Jahr wieder einige Mietrachinger reizen, über die Brücken von Venedig zu laufen.



Besichtigung der Stadt „Palma-Nova“





H 13-14: (4.2 km)

1.	Peregi Daniel	Ungarn	31:51 min
2.	Toth Adrian	Ungarn	32:36 min
3.	Tobia Pezzati	Schweiz	32:38 min
61.	Lange Korbinian	Deutschland	44:10 min

H 40 (8.2 km):

1.	Moosberger Sven	Schweiz	59:35 min
2.	Petrivalsky Marek	Tschechien	64:54 min
3.	Ward Martin	Großbritannien	65:07 min
40.	Vogl Roland	Deutschland	84:42 min

H 50 (6.8 km):

1.	Maalen Ivar	Norwegen	53:06 min
2.	Sacher Martin	Schweiz	53:13 min
3.	Derebrandt P-O	Schweden	53:55 min
102.	Lange Peter	Deutschland	86:00 min

D 45 (6.2 km):

1.	Zotta Carla min	Italien	63:14 min
2.	Feer Rosmarie	Schweiz	63:21 min
3.	Pribakovic Ana	Slowenien	65:33 min
48.	Lange Petra	Deutschland	92:07 min



Deg-Park-Tour 2010 - Gesamtwertung

Dieses Jahr besuchten so wenig Starter wie noch nie die Läufe der Deg-Park-Tour.

Gedacht als zusätzliche Trainingseinheit im Wettkampfmodus wurde diese Laufserie von Ralph Körner in Deggendorf ins Leben gerufen. Die Gauvereine TV Osterhofen, LV Deggendorf, WSV Bernried und der SV Mietraching erklärten sich als Ausrichter der Läufe bereit.

In den letzten Jahren wurden insgesamt 9 Läufe übers Jahr verteilt (jeder erste Donnerstag im Monat - außer August) angeboten und davon flossen die besten fünf in die Gesamtwertung mit ein.

In der Saison 2011 gibt es ebenfalls wieder 9 Läufe, aber nun werden die besten 7 Läufe gewertet.

Vor allem für Kinder und erwachsene Neulinge eignet sich diese Laufserie um

ein wenig in den Orientierungssport zu schnuppern und in lockerer Atmosphäre nach dem Wettkampf über seine Routenwahlen zu diskutieren.

Bei den Damen wurde heuer Dauersiegerin Maria Lange von Anna Biller abgelöst.

Gesamtwertung Damen:

1.	Biller Anna	SV Mietraching	490,00 Punkte	6 Läufe
2.	Lange Maria	SV Mietraching	470,24 Punkte	5 Läufe
3.	Bastian Helena	SV Mietraching	457,90 Punkte	8 Läufe
5.	Gruber Daniela	SV Mietraching	424,25 Punkte	6 Läufe
6.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	419,55 Punkte	9 Läufe
7.	Kühne Hannah	SV Mietraching	401,69 Punkte	6 Läufe
8.	Gruber Andrea	SV Mietraching	357,54 Punkte	9 Läufe
10.	Penzkofer Cäcilia	SV Mietraching	317,52 Punkte	8 Läufe
11.	Intsiful Sabine	SV Mietraching	275,83 Punkte	4 Läufe
13.	Vogl Karin	SV Mietraching	188,02 Punkte	3 Läufe
15.	Lange Petra	SV Mietraching	127,87 Punkte	2 Läufe
21.	Bastian Verena	SV Mietraching	60,43 Punkte	1 Lauf
22.	Mindt Birgit	SV Mietraching	50,00 Punkte	1 Lauf
23.	Willfahrt Carla	SV Mietraching	47,72 Punkte	1 Lauf



Gesamtwertung Herren:

1.	Körner Ralph	OLV Landshut	500,00 Punkte	6 Läufe
2.	Liebl Siegfried	TV Osterhofen	425,35 Punkte	9 Läufe
3.	Vogl Roland	SV Mietraching	401,10 Punkte	5 Läufe
4.	Kühne Lukas	SV Mietraching	394,62 Punkte	5 Läufe
5.	Lange Korbinian	SV Mietraching	373,70 Punkte	8 Läufe
6.	Penzkofer Markus	SV Mietraching	332,43 Punkte	6 Läufe
7.	Lange Sebastian	SV Mietraching	300,00 Punkte	3 Läufe
8.	Aigner Thomas	SV Mietraching	288,24 Punkte	4 Läufe
9.	Bastian Willi	SV Mietraching	266,41 Punkte	5 Läufe
12.	Bretzendorfer Tobias	SV Mietraching	243,77 Punkte	6 Läufe
15.	Frankl Josef jun.	SV Mietraching	172,65 Punkte	4 Läufe
17.	Lange Peter	SV Mietraching	158,33 Punkte	3 Läufe
19.	Blau Alexander	SV Mietraching	128,06 Punkte	2 Läufe
25.	Aigner Julian	SV Mietraching	70,62 Punkte	1 Lauf
26.	Stoiber Albert	SV Mietraching	63,17 Punkte	1 Lauf
27.	Scharnböck Andreas	SV Mietraching	59,20 Punkte	1 Lauf
30.	Faltejsek Lukás	SV Mietraching	48,13 Punkte	1 Lauf
31.	Krampf Johanna	SV Mietraching	34,23 Punkte	1 Lauf
33.	Bergmann Marius	SV Mietraching	32,15 Punkte	1 Lauf

**Gesamtwertung Kids:**

1.	Penzkofer Tobias	SV Mietraching	500,00 Punkte	7 Läufe
2.	Bretzendorfer Theresa	SV Mietraching	383,98 Punkte	6 Läufe
3.	Bastian Amelie	SV Mietraching	241,69 Punkte	6 Läufe
4.	Bastian Max	SV Mietraching	165,88 Punkte	3 Läufe
6.	Mindt Yvonne	SV Mietraching	154,31 Punkte	2 Läufe
7.	Holzbauer Florian	SV Mietraching	143,20 Punkte	3 Läufe
8.	Geiger Lara	SV Mietraching	109,84 Punkte	2 Läufe
14.	Swoboda Hannah	SV Mietraching	34,75 Punkte	1 Lauf







„Das Wort zum Sonntag? zur Woche? zur Saison 2010 !!!

von Karin Vogl

Es war ein schönes OL-Jahr!

Ich erinnere mich an viele schöne OLs. Na gut, es hat auch ein paar Regen-OLs gegeben. Wir waren wieder einmal in ganz Deutschland unterwegs. Unser Sommertrainingslager in Slowenien hat mir auch sehr viel Spaß gemacht. Die Bahnen waren ziemlich schwer, aber dadurch haben wir viel gelernt. Ein kleiner Teil vom SV Mietraching war in Finnland bei der Jukola bzw. Venla. Es war wiederum sehr anspruchsvoll und ein tolles Erlebnis aufgrund der großen Anzahl an Staffeln (über 1000).

Sehr gefreut habe ich mich über die Bronzemedaille unserer D-14 Mädels bei der Deutschen Staffelmehrschaft. Obwohl zwei der drei Mädels unter ihren Möglichkeiten gelaufen sind, reichte es dennoch für eine Medaille. Gratulation! Und diese Medaille wurde von SV Mietraching-Mädchen 6 Jahre nach der ersten DM-Medaille des SVM in der D 14 Kategorie geholt. Juhuu!

Ich möchte diese Abschlussworte aber auch nutzen, um einen Aufruf zu machen: Wir brauchen Nachwuchs! Wir müssen wieder verstärkt versuchen, neue Sportler für den OL zu gewinnen. Ich möchte euch bitten, in eurem Umfeld zu versuchen, Freunde, Verwandte und Bekannte zu überzeugen, den OL mal auszuprobieren. Helft mit,! Es kostet viel Kraft, Leute für den OL zu gewinnen!

Großen Respekt habe ich vor der Leistung der Familie Penzkofer: Sie haben die Karte Greising aufgenommen. Ich weiß, wie viel Arbeit und Zeit da dran hängt! Danke! Nachahmer sind herzlich willkommen!

Vergessen möchte ich nicht den im April 2010 von uns in Schaufling veranstalteten Jugend- und Juniorenländervergleichskampf. Die Veranstaltung war einwandfrei organisiert. Das haben mir mehrere Leute gesagt. Dank an Euch alle für eure Mithilfe! Ich werde nicht vergessen, wie das Team Bayern bei der Siegerehrung in Lederhosen und Dirndl eingezogen ist und den von den „Gruber Schwestern“ uns beigebrachten Tanz aufgeführt hat. Respekt, das hat echt was her gemacht! Dass dann Bayern zum ersten Mal seit Bestehen des JLVK diesen gewonnen hat, war dann noch das I-Tüpfelchen.

Ich freue mich auf ein neues OL-Jahr 2011 mit Euch!

Eure Abteilungsleiterin Karin Vogl