

JAHRESBERICHT OL-ABTEILUNG 2011

Ticket zur Elite-Weltmeisterschaft

IN DIESER AUSGABE:

DM Sprint	S. 11
DM Mittel	S. 18
DM Klassik	S. 53
DM Staffel	S. 44
D-Cup	S. 56
Trainingslager in Tschechien	S. 36
OO-Cup	S. 31

THEMEN IN DIESER AUSGABE:

- ◆ Bay. Sprint S. 29
- ◆ Bay. Mittel S. 50
- ◆ Bay. Klassik S. 27
- ◆ Bay. Staffel S. 7

Die „kleine Sensation“, wie es Trainer Roland ausdrückt, schaffte Anna Biller am 28. Mai bei den Deutschen Meisterschaften über die Mitteldistanz am Werbellinsee in Brandenburg.

Obwohl noch Juniorin, ging sie dort in der Damen-Elite an den Start und gewann überraschend die Silbermedaille, die erste deutsche Medaille für Bayern in der Elite-Kategorie seit über zehn Jahren. Der Wettkampf zählte zugleich als Qualifikation für die Weltmeisterschaften im August in Sovoie (Frankreich), und die Siegerin sollte direkt dafür nominiert sein. Da die Siegerin Monika Depsta (Siegerland) polnische Staatsangehörige und damit nicht für Deutschland startberechtigt ist, rückte Anna nach. Das bedeutet, dass der Bayerische Turnverband nach Bärbel Vitek vom SV Landau 1989 wieder eine WM-Teilnehmerin beim OL in der Damen-Elite hatte.

Unser aller Gratulation an

ANNA BILLER



Bericht zur Elite-WM in diesem Heft auf Seite 39

DM Ski-OL in Altenberg 29.-30. Januar 2011



Die Umgebung der einstigen Bergstadt Altenberg war der Austragungsort der diesjährigen Deutschen Meisterschaft im Ski-OL in der Lang- und Mitteldistanz. Nicht nur ein dichtes Loipennetz wird zwischen Altenberg und dem tschechischen Nove Mesto den ganzen Winter präpariert, auch einen Skihang mit Lift hat Altenberg zu bieten. Der Hausberg Altenbergs ist der Kahleberg mit 905 m und auch sonst ist das Ge-

lände von Bergen geprägt, denn es befindet sich schließlich auf dem Kamm des Osterzgebirges, das aufgrund seiner Entstehung als Pultschollengebirge besonders im Süden sehr steil abfällt. So waren anspruchsvolle Bahnen und Läufe garantiert. Die Aufgabe mit der Hilfe von Karte und Kompass bestimmte Kontrollpunkte in vorgegebener Reihenfolge mit den Skiern anzufahren, löste aus deutscher Sicht auf der Mittel-

und der Langdistanz bei den Damen Anne Heinemann vom SV Robotron Dresden am besten. Bei den Herren konnte sich auf der Mitteldistanz Eike Bruns durchsetzen, und auf der Langdistanz-Bahn siegte Bern Kohlschmidt.

Mitteldistanz: 5,1 km - H-50:

1.	Olaf Schwenk	Treptower SV 1949	42:05 min
2.	Dietmar Fremder	OL-Team Wehrsdorf	43:47 min
3.	Uwe Genatis	SV Mietraching	45:24 min

Langdistanz: 8,3 km - H-50:

1.	Gerd Schote	OL-Team Wehrsdorf	54:41 min
2.	Olaf Schwenk	Treptower SV 1949	58:35 min
3.	Jörg Leibiger	Post SV Dresden	67:27 min
5.	Uwe Genatis	SV Mietraching	71:13 min

Portugal O-Meeting in Portalegre 05.-08. März 2011



Fasching, Felsen, Frühlingsblumen - Portugal O-Meeting:

Nicht nur für die Weltspitze ist die POM ein guter Formtest zu Beginn der Saison, auch Mietrachinger Oler finden fast jedes Jahr den Weg nach Portugal, wenn bei uns noch tiefster Winter herrscht.

Der jährlich zu Fasching stattfindende Mehrtagelauf lockt zunehmend Oler aus Skandinavien und Mitteleuropa an, und dass das O-Meeting zur Saisonöffnung auch hierzulande kein Geheimtipp mehr ist, zeigte die Anreise von über 40 deut-

schen Läufern nach Portalegre, ca. 200 km östlich von Lissabon.

Anfangs ließ die Sonne allerdings noch auf sich warten, Die erste Etappe fand bei kühlem Wind auf dem Gestüt Coudelaria de Alter statt, auf dem vor 200 Jahren die reinrassigen Pferde für die königliche Reitschule gezüchtet wurden. Nach einer Warmlaufrunde im Dressurzirkel gingen die Langdistanz-Bahnen durch das 300 Hektar große Außengelände, rund um natürliche Wassergräben, künstliche Hindernisse und vorbei an vielen

einzelnen Dickichten und Steinen.

Und es wurde noch besser. Nicht nur das Wetter steigerte sich, sondern auch die Bahnen wurden technisch sehr anspruchsvoll. Am zweiten Tag standen die Posten zwischen geschälten Korkeichen in einer mit unzähligen Einzelsteinen gespickten Hügellandschaft. Die Bahnen der Mitteldistanz erforderten ständigen Kartenkontakt, so dass es nicht verwundert, dass kaum ein Läufer die rosa, gelben und weißen Blumentepiche unter seinen Füßen bemerkte.

Doch der Schwierigkeitsgrad wurde bei der für die Eliteklassen als Weltranglistenlauf (WRE) ausgeschriebenen dritten Etappe sogar noch einmal gesteigert. Bei der Mitteldistanz auf einer überwiegend schwarz-graugelben Karte galt es, das Tempo trotz der meist sehr guten Belaufbarkeit bewusst zu drosseln, um die Übersicht in den diffizilen Felsformationen nicht zu verlieren.

Lediglich beim zusätzlichen Nachtsprint in Portalegre wurde das Potential der Altstadt mit ihren vielen engen Gassen nicht voll ausgeschöpft. Doch die Mietrachinger legten

anstatt des Laufes einen gemütlichen „Ruhe-Abend“ in einem Restaurant ein.

Die letzte Etappe wiederum fand in demselben Gelände wie der WRE statt, allerdings erforderte die Bahnlegung des Langdistanz-OLs diesmal vermehrt Routenwahlentscheidungen und Kompasslauf zwischen den Felsnestern, so dass der Kilometerschnitt deutlich sank.

In der Damen-Elite blieb die Schwizerin Simone Niggli-Luder einmal mehr das Maß der Dinge und holte sich ungeschlagen den Gesamtsieg.

Den Veranstaltern konnte man für die gute Organisation und der Wahl des erstklassigen Geländes nur loben. Und wer zudem noch ein Freund von Weinproben (so wie Georg, Karin und Roland), direkt vom Baum gepflückten Orangen (so wie Maria), bunten Frühblühern und den ersten warmen Sonnenstrahlen des Jahres (wie Fabian und Anna) ist, der sollte sich die POM 2012 vom 18.-21. Februar 2012 unbedingt schon im Kalender vormerken.



Gesamtwertung H-20 (54 Teilnehmer):

1.	Rafal Podzinski	PJT	62:22	27:38	29:05	72:15	3942.6 Punkte
2.	Jan Petrzela	OK Kare	59:11	28:21	31:38	72:17	3887.1 Punkte
3.	Michal Olejnik	PJT	58:55	32:50	31:42	72:06	3759.1 Punkte
30.	Fabian Scheler	Coburg-Neuses	95:05	43:09	46:33	107:44	2554.0 Punkte

Gesamtwertung D-20 (43 Teilnehmerinnen):

1.	Emmi Mähönen	Team Finland	55:12	31:49	41:20	54:57	3475.8 Punkte
2.	Anna rusova	Individual LTU	55:56	31:10	44:42	59:26	3350.0 Punkte
3.	Josephine Greiner	TSV Grünwald	56:18	40:50	39:54	56:29	3268.7 Punkte
12.	Anna Biller	SV Mietraching	56:23	41:31	42:29	62:47	3113.5 Punkte
19.	Maria Lange	SV Mietraching	61:40	44:18	51:18	65:03	2822.7 Punkte

Gesamtwertung H-40 (69 Teilnehmer):

1.	Armando Sousa	ADFA	62:47	28:52	39:47	68:48	3609.8 Punkte
2.	Pet Jansson	OK Djerf	66:05	32:15	33:34	71:41	3565.6 Punkte
3.	Nils Schmiedeberg	Neubrandenburg	64:03	35:29	38:17	71:27	3400.8 Punkte
15.	Roland Vogl	SV Mietraching	82:31	38:42	44:29	85:14	2879.2 Punkte

Gesamtwertung D-40 (27 Teilnehmerinnen):

1.	Michela Conti	Ulu's Reisewelt	50:47	33:41	36:09	55:15	3940.4 Punkte
2.	Elisabeth Fries	Umeå OK	50:52	32:43	38:48	64:24	3759.2 Punkte
3.	Karin Müller	OLV Zug	54:23	45:10	35:02	64:05	3520.4 Punkte
11.	Karin Vogl	SV Mietraching	67:07	45:31	56:43	85:12	2741.6 Punkte

Gesamtwertung H-50 (74 Teilnehmer):

1.	Jon Bjorgum	Kristiansand OK	45:20	28:40	29:13	52:50	3989.7 Punkte
2.	Per-Olof Derebrant	SOK Aneby	50:09	29:08	32:29	54:40	3744.5 Punkte
3.	Lars Lindgren	Cerveza OL	44:52	31:13	31:27	60:23	3722.3 Punkte
68.	Georg Biller sen.	WSV Bernried	74:59	49:48	61:16	Fehlst.	1650.9 Punkte



D-Kader Lehrgang in Mietraching 25.-27. März 2011

Mit dem neuen Kadertrainer Uwe Weid traf sich der bayerische OL-Nachwuchs in Mietraching zum Frühjahrslehrgang, um in anspruchsvollem Gelände den D- und E-Kader zu trainieren.

Das Programm des Trainingswochenendes umfasste vier OL-Trainingseinheiten, die durch ihre Unterschiedlichkeit eine breite Sparte des OL-technischen Könnens abverlangten und die läuferische Verfassung nach dem Winter zeigen sollten.

Gleich am Freitag stand eine Nacht-Einheit an, die von Roland Vogl vorbereitet wurde. Die Strecke verlief für die kurze Bahn vollständig im Ortsbereich von Mietraching, so dass auch die Jüngsten ohne Nacht-OL-Erfahrung alleine an den Start gehen konnten. Die längere Bahn führte die erfahreneren Läufer auch teilweise in den Wald und stellte sie vor einige interessante Routenwahlprobleme. Hier zeigte sich, dass es

schon einige „alte Hasen“ im Kader gibt, die mühelos und schnell die 2,6 km lange Strecke bewältigen.

Der Samstag begann mit einem Schlaufen-OL in Schaufing. Gut aufgewärmt und gedehnt mussten sich die Nachwuchs-Läufer jedoch schon vor der ersten Einheit bei einem kleinen Wettlauf um den Parstweiherr beweisen. Beim Wettlauf durften die beiden Schnellsten des Vorabends mit fünf Sekunden Vorsprung an den Start gehen. Der Schlaufen-OL wurde von den Trainern genutzt, um bei vielen Läufern als „Schatten“ hinterher zu laufen.

In der Mittagspause wurden dann die Details des Trainings analysiert und besprochen. Wertvolle Tipps, theoretisch und praktisch, gab es dann am Nachmittag. Nachmittags wurde die gesamte Gruppe von 34 Teilnehmern in sechs Gruppen aufgeteilt. Jede Gruppe lief mehrere kurze (ca. 1 bis

1,5 km lange) Mini-OLs auf der berühmten „Kniebrecher-Karte“.

Erschöpft von den Trainingseinheiten konnten am Samstagabend alle im Erlebnisbad Elypso in Deggendorf neue Kraft für den Sonntag tanken.

Hier stand ein wettkampfähnlicher Normal-OL in Benried auf dem Programm. Gelaufen wurde auf drei Bahnen. Das anspruchsvolle Bayerwald-Gelände in Verbindung mit den vielen Höhenmetern verlangte den Teilnehmern alles ab.

Den Abschluss des Lehrgangs bildete das gemeinsame Mittagessen in Bernried und die Abschlussbesprechung.

Landestrainer Uwe Weid und Landesfachwart Benjamin Forkel leiteten das Kader-Wochenende souverän und hatten tatkräftige Unterstützung durch zahlreiche Helfer.



Niederbayerische Solathlon Meisterschaft in Osterhofen 02. April 2011

Mit den niederbayerischen Einzelmeisterschaften im Solathlon setzte der Turnbezirk gleich zu Saisonbeginn einen sportlichen Akzent.

Bereits zum dritten Mal führten die Orientierer beiderseits der Donau diese neue Wettkampfform durch, die mit 29 Startern viel Zuspruch erfuhr. Bei den Wettkämpfen hatten die Starter zunächst eine etwa 1,5 km lange Runde mit acht Kontrollposten zu absolvieren, bevor sie wieder in den Startbereich kamen, um dort die Abgabe einer Serie von fünf Lichtimpulsen mit einer Laserpistole auf fünf verschiedene elektronische Ziele abzugeben.

Bei Fehlschüssen war eine entsprechende Anzahl von Strafrunden (je ca. 100 m) zu absolvieren. Dann folgte eine zweite Runde mit erneut acht Posten, die aber in einem anderen Bereich lagen. Erneut abgeschlossen wurde diese Bahn mit einer Fünferschussserie. Nur die Herren der H-19 und H-35 hatten noch eine weitere Runde zu laufen, während die jüngsten Starter bis D/H-14 nur eine Runde zurücklegen mussten.

Die Veranstaltung wurde im Stadtpark von Osterhofen ausgetragen und stand unter der Regie der OLA

TSV Deggendorf.

Die Siegerehrung nahmen die Vorsitzende des Turnbezirks Niederbayern Angela Saller und Ehrenvorsitzender Günter Braun vor.

Nur ein Teil der Mietrachinger Läufer war hier am Start, da einige an diesem Tag in Tschechien weilten, um sich dort ein Paintball-Battle zu liefern. Dies soll aber die Leistung der anwesenden SVMLer in keinsten Weise schmälern.

Mit fünf Titeln und insgesamt 12 Medaillen war die Ausbeute überaus zufriedenstellend.

Lipica Open in Slowenien 12.-13. März 2011



Zwei anspruchsvolle Wettkämpfe erlebten die rund 800 Teilnehmer des Lipica Open im Westen Sloweniens. Schon seit Jahren lockt der internationale 2-Tage-OL

zum Saisonbeginn viele Top-Läufer ins diffizile Karstgelände rund um den für die weißen Lipizzanerpferde berühmten Ort Lipica - so auch bei der 20. Auflage mit einer Mitteldistanz nach Lipica und

einer Langdistanz bei Dutovlje.

Durchweg trockenes und weitgehend sonniges Wetter mit angenehm milden Temperaturen begleitete die Starter aus 14 Nationen. Beide Läufe zeichneten sich durch das bekannt schwere Negativrelief des Karstgebietes mit seinen zahlreichen Dolinen und Felslöchern aus.

Vor allem auf der Mitteldistanz-Etappe zum Auftakt kam eine besonders schwere Belaufbarkeit des Geländes durch kraftraubende Geröll- und Blockfelder hinzu.

Eine große Orientierungshilfe boten an beiden Tagen einmal mehr die zahlreichen Steinmauern, die sich kreuz und quer durchs Gelände zogen.

Gute Karten und eine ansprechende Bahnlegung jedoch schlechte Rahmenorganisation prägten die Läufe. Es gab nicht ausreichend Getränke im Ziel und trotz Einzeichnung in der Karte waren die Getränkeposten nicht vorhanden, was über die Kraftraubende Langdistanz sehr negativ bewertet wurde.

Gesamtwertung H40 (23 Teilnehmer):

1.	Ferenc Viniczai	Ungarn	27:14	65:44	92:58 min
2.	Kaniski Tomislav	Kroatien	31:16	63:55	95:11 min
3.	Stockmayer Michael	Österreich	27:24	69:11	96:35 min
12.	Vogl Roland	SV Mietraching	42:50	85:47	128:37 min

Bayerische Staffelmeisterschaft in Altenstadt 09. April 2011

Zum Einstieg in die bayerische Orientierungslaufsaison 2011 hatte der TSV Grünwald zum Großwettkampf in die Wälder von Altenstadt in der Nähe der König-Ludwig-Schlösser zur Bayerischen Staffelmeisterschaft geladen.

Bei traumhaftem Frühlingwetter stellten sich auch sieben Staffeln des SV Mietraching dem ersten Wettkampf der Saison, der in diesem Jahr ganz ungewöhnlich gleich mit einer Meisterschaft begann. Auf bayerischer Ebene müssen die zwei Staffelpartner jeweils zwei Wettkampfrunden absolvieren. (Bei der DM Staffel dagegen gibt es ein Staffeltrio und jeder Läufer hat eine Strecke zu bewältigen) Die Streckenlängen variierten bei den Jüngsten der Schüler-Kategorien D/H-14 mit zweimal ca. 1,8 km bis zu zweimal 3,5 km in der Herren-Elite. Das Wettkampfgelände war nicht allzu steil, doch im offenen Mischwald wurde das Laufen durch liegen gebliebenes Altholz nach den letzten Waldarbeiten stark erschwert. Die Orientierungskomponente war bei diesem Staffeltwettkampf nicht so ausgeprägt, so dass am Ende wohl die Laufkondition über Sieg oder Niederlage entschied.

Der SV Mietraching legte in diesem Jahr auch gleich richtig los:

In der Damen-Elite sicherten sich Maria Lange und Anna Biller die erwartete Goldmedaille. Nach einem souveränen Start-Ziel-Sieg hatten sie einen Vorsprung von 23 Minuten auf die folgenden Staffeln.

Nicht ganz so deutlich und etwas überraschend konnte sich auch das Herren-Elite Duo Lukas Kühne und Sebastian Lange nach anfänglichem Rückstand auf Platz eins vorarbeiten und krönten damit ihr Winterlauftraining. Nur drei Minuten dahinter landete das favorisierte Team aus Landshut.

Doch damit nicht genug: einen souveränen Doppelsieg feierten die SVM-Mädchen in der Kategorie D15-18. Die Siegerstaffel mit Helena Bastian und Hannah Kühne erlief sich einen Vorsprung von 31 Minuten auf ihre Vereinskolleginnen Andrea Gruber und Julia Penzkofer.

Bei den Schülern H-14 dominierte wie erwartet die Staffel aus Regensburg, doch Tobias Penzkofer und Korbinian



Lange konnten der zweiten Regensburger H-14 Staffel Paroli bieten und sich mit nur 3 Sekunden Vorsprung den Silberplatz sichern.

Zu einem niederbayerischen Duell zwischen dem SV Mietraching und dem TV Osterhofen kam es in der Kategorie H-35. Hier hatten noch vor der letzten Runde Gertrud und Siegfried Liebl aus Osterhofen die Nase knapp vorne, doch der Schlussläufer der Mietrachinger - Roland Vogl - lief sich und seinen Partner Peter Lange am Ende zur Goldmedaille, und das gemischte Doppel vom TVO freute sich über Silber.

Sieger des Staffeltcups, bei dem auch Läufer aus verschiedenen Vereinen zusammen laufen dürfen, wurde der Mietrachinger Alexander Blau mit Laufkollege Karl-Heinz Seefeld aus Uslar.

Mit dieser Medaillenausbeute war der SV Mietraching (4 Gold / 2 Silber) hinter der OLG Regensburg (4 Gold / 3 Silber / 5 Bronze), die aber mit 15 Staffeln ins Rennen gegangen war, der zweitbeste Verein des Tages.



Damen-Elite:

1.	SV Mietraching	Maria Lange	(29:28 / 25:14)	1:48:57 Std.
		Anna Biller	(28:19 / 25:56)	
2.	TV Coburg Neuses	Britta Meißner	(35:58 / 31:37)	2:11:22 Std.
		Johanna Scheler	(33:15 / 30:32)	
3.	OLG Regensburg	Lena Brückner	(35:31 / 40:39)	2:39:40 Std.
		Julia Huber	(42:19 / 41:11)	

Herren-Elite:

1.	SV Mietraching	Lukas Kühne	(26:20 / 25:59)	1:39:12 Std.
		Sebastian Lange	(23:29 / 23:24)	
2.	OLV Landshut	Alexander Hergert	(26:14 / 28:33)	1:43:06 Std.
		Ralph Körner	(25:14 / 23:05)	
3.	TV Coburg Neuses	Benjamin Forkel	(27:13 / 27:22)	1:47:40 Std.
		Fabian Scheler	(27:13 / 25:52)	

Damen 15-18:

1.	SV Mietraching	Helena Bastian	(28:12 / 19:17)	1:42:03 Std.
		Hannah Kühne	(31:12 / 23:22)	
2.	SV Mietraching	Andrea Gruber	(42:15 / 28:20)	2:13:13 Std.
		Julia Penzkofer	(36:54 / 25:44)	

Damen-35:

1.	OLG Regensburg	Katja Groß	(28:34 / 22:42)	1:46:07 Std.
		Milena Grifoni	(32:57 / 21:54)	
2.	OLA Deggendorf	Susan Kurth	(35:57 / 19:04)	1:47:12 Std.
		Christiane Geiger	(30:42 / 21:29)	
3.	OLG Regensburg	Helga Wagner	(30:35 / 23:02)	1:53:22 Std.
		Birgit Spangenberg	(37:00 / 22:45)	
4.	SV Mietraching	Karin Vogl	(36:02 / 24:17)	1:56:55 Std.
		Petra Lange	(31:53 / 24:43)	

Herren 14:

1.	OLG Regensburg	Lukas Janischowsky	(11:16 / 13:46)	51:37 min
		Tobias Spangenberg	(12:07 / 14:28)	
2.	SV Mietraching	Tobias Penzkofer	(16:49 / 18:47)	60:49 min
		Korbinian Lange	(12:56 / 12:17)	
3.	OLG Regensburg	Riccardo Casanova	(16:53 / 18:26)	60:52 min
		Quirin Lehner	(12:46 / 12:47)	

Herren-35:

1.	SV Mietraching	Peter Lange	(48:38 / 41:10)	2:26:05 Std.
		Roland Vogl	(28:15 / 28:02)	
2.	TV Osterhofen	Gertrud Liebl	(44:20 / 39:24)	2:29:15 Std.
		Siegfried Liebl	(33:50 / 31:41)	
3.	OLG Regensburg	Robert Ebenbeck	(48:12 / 40:56)	2:56:44 Std.
		Jürgen Elflein	(46:07 / 41:29)	

Staffelcup:

1.	Mietraching / Uslar	Karl-Heinz Seefeld	(30:19 / 19:13)	1:34:11 Std.
		Alexander Blau	(26:07 / 18:32)	
2.	OLG Regensburg	Christopher Lazik	(28:11 / 17:27)	1:36:02 Std.
		Maximilian Ebneith	(29:18 / 21:06)	
3.	OLG Regensburg	Bettina Schlaefke	(26:12 / 18:08)	1:37:25 Std.
		Stephan Schneuwly	(30:53 / 22:12)	



Bayerncup-Lauf in Altstadt 10. April 2011

Im angrenzenden Waldgebiet zur Staffel wurde am Sonntag der erste von sieben Bayerncups der Saison ausgetragen.

Hier konnten wiederum die Mietrachinger mit 4 Tagessiegen und zwei weiteren Podestplätzen überzeugen.

Bei den Schülerinnen siegte Andrea Gruber und in der Jugendkategorie D-18 wurde Helena Bastian Zweite. So wie in der letzten Saison sicherte sich auch zum neuen Saisonauftakt Petra Lange den Sieg in der Damen-45 Kategorie und Korbinian Lange konnte mittels guter Laufleistung trotz eines Orientierungsfehlers noch auf Platz drei vorlaufen.

Angespornt durch die gute Laufleistung des Vortages konnte Roland Vogl auch an diesem Tag überzeugen und sich Platz 1 nach 8,6 km sichern.

Zum Abschluss des Wochenendes zeigte Maria Lange in der Damen-Elite wiederum einen souveränen Wettkampf und siegte überlegen mit 10 Minuten Vorsprung.

Damen-14 (3,1 km / 11 P.):

1.	Andrea Gruber	SV Mietraching	29:10 min
2.	Silvia Casanova	OLG Regensburg	44:30 min

Damen-35 (5,1 km / 13 P.)

1.	Susan Kurth	OLA Deggendorf	46:14 min
2.	Elodie Tassin-Marcher	ASTCO 17	46:55 min
3.	Katja-Christine Groß	OLG Regensburg	47:54 min
10.	Karin Vogl	SV Mietraching	56:05 min

Damen-45 (4,5 km / 11 P.)

1.	Petra Lange	SV Mietraching	43:02 min
2.	Birgit Spangenberg	OLG Regensburg	47:33 min
3.	Andrea Schultze	OLV Landshut	48:50 min

Herren-14 (3,1 km / 11 P.)

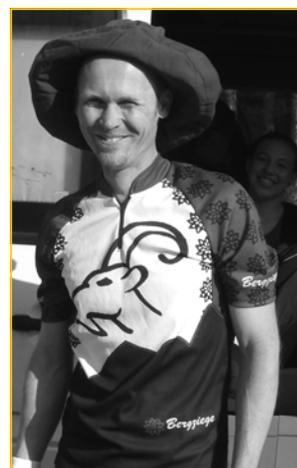
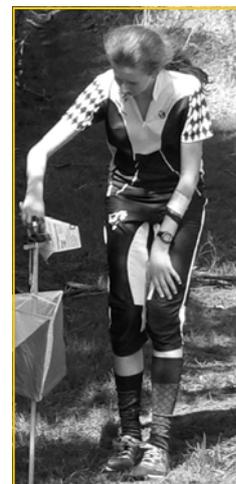
1.	Lukas Janischowsky	OLG Regensburg	18:04 min
2.	Quirin Lehner	OLG Regensburg	20:58 min
3.	Korbinian Lange	SV Mietraching	24:11 min
6.	Tobias Penzkofer	SV Mietraching	29:18 min

Herren-35 (8,6 km / 14 P.):

1.	Roland Vogl	SV Mietraching	59:38 min
2.	Klemens Janischowsky	OLG Regensburg	66:00 min
3.	Stefan Kirsch	TV Coburg Neuses	76:42 min

Herren-55 (5,1 km / 13 P.):

1.	Ralph Meißner	TV Coburg Neuses	45:09 min
2.	Gerhard Werthmann	OLV Landshut	47:36 min
3.	Alfons Ebnet	OLG Regensburg	51:57 min
9.	Peter Lange	SV Mietraching	68:56 min





Damen Elite (7,1 km / 13 P.):

1.	Maria Lange	SV Mietraching	54:17 min
2.	Britta Meißner	TV Coburg Neuses	64:08 min

Damen-18 (4,5 km / 11 P.):

1.	Laura Späth	OLG Regensburg	41:10 min
2.	Helena Bastian	SV Mietraching	43:05 min
3.	Lena Brückner	OLG Regensburg	44:52 min.
5.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	48:43 min
8.	Hannah Kühne	SV Mietraching	103:44 min

DM Sprint in Coburg 07. Mai 2011

Der TV Coburg Neuses war der Ausrichter der ersten nationalen Titelkämpfe im Fuß-Orientierungslauf des Jahres. In der Vestestadt ging es für rund 650 Teilnehmer aus ganz Deutschland um Meisterehren im Sprint-OL.

Zentraler Punkt dieser Veranstaltung war der Coburger Schlossplatz, der als Zielgelände und Aufenthaltsraum für die Läufer diente.

Hoch über der Stadt starteten dann die Vorläufe an der „Coburger Veste“. Nun galt es für die Läufer, sich auf der interessanten Karte möglichst schnell einzulesen und die eingezeichneten Kontrollstationen auf optimaler Route zu absolvieren. Da die Bahnlängen der Sprintdistanz lediglich bei 1,7 km für die Zwölfjährigen und 3,2 km für die Herren-Elite lagen, und vom Startpunkt bis zum Ziel es fast nur bergab ging, war es kein Wunder, dass die Teilnehmer in hohem Lauftempo von Hauseck zu Baum, Bank oder Statue eilten, um die platzierten Stationen zu quittieren. Trotz der kurzen Strecken wurde den Läufern mit dem urbanen Stadtgelände und dem Hofgarten als Parkareal viel Abwechslung geboten.

Das gesteckte Ziel der angereisten zwölf Mietracher Orientierer war es, das A-Finale zu erreichen, was auch alle bis auf zwei schafften. Anna Biller schaffte es in ihrem Damen-Elite-Vorlauf sogar hinter Deutschlands Bester Karin Schmalfeld auf Rang Zwei, was auch Helena Bastian in der D-18 gelang; und Korbinian Lange

setzte in seinem Vorlauf der H-14 Kategorie gleich mal die Bestzeit.

Nach den Vorläufen hatten die Wettkämpfer viel Zeit, sich zu regenerieren, denn der Startpunkt der Finalläufe war direkt am Marktplatz, wo sich am frühen Samstagnachmittag noch viele Marktstände befanden. Erst nach dem Abbau dieser konnte mit dem Start um 15.30 Uhr begonnen werden. Von hier aus ging es dann durch die Gassen der Innenstadt; somit wurde der Wettkampf auch für die Stadtbesucher zum Erlebnis, da fast gleichzeitig 650 Läufer bei höchstem Tempo quer durch Coburgs Stadtkern auf Postenjagd gingen. Zusätzlich mussten die Meisterschaftskategorien eine Pflichtstrecke absolvieren, wo sie mit vollem Tempo den Schlossplatz passierten, um dann den Anstieg zum Hofgarten zu bewältigen.

Im Damen-Elite-A-Finale war ein Sieg von Karin Schmalfeld (Halle-Ammendorf) schon vorprogrammiert, doch die weiteren Platzierungen waren hart umkämpft. Eine der letzten Gestarteten war die 18jährige Mietracherin Anna Biller. In sehr guter läuferischer Verfassung versuchte sie, es den „alten Hasen“ zu zeigen, was ihr auch eindrucksvoll gelang. Nach mit 21 Posten gespickten 2,8 km lief sie mit einer Zeit von 19:51 Minuten über die Ziellinie und konnte sich so mit einem hauchdünnen Vorsprung von 2 Sekunden den Bronzerang sichern. Die Freude war aber nur von kurzer Dauer, da leider

eine individuell übertriebene „Wettkampf-Anteilnahme“ in der Schlussphase des Rennens zur zwischenzeitlichen Entwendung eines Postens und damit zur Annullierung des Damen-finales führte - ein Wermutstropfen der sonst absolut perfekt organisierten Veranstaltung. Ein Ersatztermin für diesen Wettkampf konnte aber dann im voll gepackten Terminkalender nicht mehr gefunden werden, so dass es in diesem Jahr keine Medaillen in der Damen-Elite gab.

Mit dem letzten Qualifikationsplatz sicherte sich Sebastian Lange die Teilnahme am Herren-Elite-A-Finale, wo er über Rang 24 nicht unglücklich war.

Spannend wurde es dann auch noch mal in der H-14 Kategorie, doch Korbinian Lange konnte seine Nervosität im Laufe des A-Finales nicht ganz ablegen, so dass ihm zwei Fehler unterliefen, die ihm einen Medaillenplatz kosteten - am Ende war er 8 Sekunden zu langsam und landete auf dem undankbaren 4. Rang.

Auch Dirk Hartmann sorgte bei den Senioren H-40 im Finale für Spannung. Doch leider war auch er für eine Medaille 15 Sekunden zu langsam und musste sich mit Rang 5 begnügen.

Die Flower Ceremony für die Eliteklassen gab dieser Veranstaltung am Schlossplatz einen würdigen Abschluss. Schade nur, dass später - wie schon erwähnt - keine Medaillen bei den Damen vergeben wurden.

Damen A-Finale (31 Starterinnen) 2,8 km / 70 Hm / 21 P. ANULLIERT !

1.	Karin Schmalfeld	Halle-Ammendorf	17:40 min
2.	Monika Depta	OLG Siegerland	17:52 min
3.	Anna Biller	SV Mietraching	19:51 min
16.	Maria Lange	SV Mietraching	22:04 min

Herren A-Finale (30 Starter) 3,2 km / 60 Hm / 20 P.

1.	Alexander Lubina	DJK Adler Bottrop	16:30 min
2.	Christian Teich	Planeta Radebeul	16:45 min
3.	Sören Riechers	Bielefelder TG	16:51 min
24.	Sebastian Lange	SV Mietraching	19:59 min

D-14 A-Finale (15 Teilnehmerinnen) 1,8 km / 20 Hm / 14 P.

1.	Karolin Kühnhold	WSV Braunlage	10:53 min
2.	Birte Friedrichs	MTV Seesen	11:33 min
3.	Paula Mühlstein	OSC Kassel	11:55 min
8.	Andrea Gruber	SV Mietraching	14:42 min

H-14 A-Finale (20 Teilnehmer) 1,8 km / 25 Hm / 15 P.

1.	Erik Döhler	Karlsruhe-Rüppurr	10:10 min
2.	Matthäus Stuedler	OL Görlitz	10:20 min
3.	Robin Zschäckel	IHW Alex Berlin	11:00 min
4.	Korbinian Lange	SV Mietraching	11:08 min

D-18 A-Finale (20 Teilnehmerinnen) 2,4 km / 30 Hm / 17 P.

1.	Leonore Winkler	USV Jena	14:51 min
2.	Susen Lösch	USV Jena	14:58 min
3.	Resi Rathmann	SV Schmalkalden 04	15:25 min
8.	Helena Bastian	SV Mietraching	16:29 min
14.	Hannah Kühne	SV Mietraching	18:14 min

D-40 A-Finale (30 Teilnehmerinnen) 2,2 km / 30 Hm / 15 P.

1.	Cornelia Eckardt	USV TU Dresden	14:19 min
2.	Heidrun Finke	OLV Uslar	15:35 min
3.	Wiebke Sihver	Post SV Dresden	15:46 min
13.	Karin Vogl	SV Mietraching	17:56 min

H-40 A-Finale (30 Teilnehmer) 2,3 km / 35 Hm / 18 P.

1.	Andreas Lückmann	Post SV Dresden	15:40 min
2.	Rainer Wichmann	OLV Weimar	15:57 min
3.	Jörg Eppendorfer	OL Görlitz	16:04 min
5.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	16:19 min





H-40 B-Finale (90 Teilnehmer) 2,1 km / 45 Hm / 17 P.

1.	Hagen Nieke	USV TU Dresden	14:14 min
2.	Peter Vitzthum	USV Jena	14:44 min
3.	Steffen Lösch	USV Jena	14:58 min
40.	Roland Vogl	SV Mietraching	18:23 min

H-55 A-Finale (30 Teilnehmer) 2,2 km / 30 Hm / 15 P.

1.	Helmut Conrad	USV TU Dresden	14:40 min
2.	Udo Sobczak	MTV Soltau	14:42 min
3.	Helmut Hörzelt	Planeta Radebeul	15:11 min
29.	Peter Lange	SV Mietraching	23:57 min



Bundesranglistenlauf in Coburg 08. Mai 2011

Der Langdistanz-Bundesranglistenlauf der Oler auf dem „Bausenberg“ nordöstlich von Coburg war geprägt von Kräfte zehrenden Anstiegen, warmen Temperaturen und teils schwerer Belaufbarkeit des Geländes, was den Teilnehmern vor allem physisch alles abverlangte.

In den Eliteklassen wurde dieser Lauf als World Ranking Event gewertet. Anna und Maria mussten in der Damen-Elite starten, da keine D-20-Kategorie angeboten wurde. Wie erwartet lief Karin Schmalfeld auch an diesem Tag mit großem Vorsprung ins Ziel, doch „die jungen Wilden“ vom SV Mietraching machten ihre Sache gut. 355 Höhenmeter waren auf der 8,8 km langen Strecke zu bewältigen und dabei 23 Posten zu quittieren. Anna konnte sich als Jüngste im vorderen Mittelfeld fest setzen. Maria reihte sich auf Rang 13 ein.

Überraschend war die Leistung des 14jährigen Korbinian Lange. Er schaffte in seiner Kategorie seinen ersten Bundesranglisten-Stockerlplatz mit Rang drei.

Dem TV Coburg Neues musste man Respekt zollen für das schöne OL-Wochenende und die gut organisierten Veranstaltungen. Alleine am Sonntag dauerte die Verlegung der Stromversorgung etwas lange, so dass wir alle ein wenig auf unseren „Morgenkaffee“ warten mussten, doch die Freundlichkeit der Helfer und das schöne Wetter ließen auch dies schnell vergessen.

D-19 Elite (17 Teilnehmerinnen) 8,8 km / 335 Hm / 23 P.:

1.	Karin Schmalfeld	Halle-Ammendorf	1:17:06 Std.
2.	Monika Depta	OLG Siegerland	1:23:18 Std.
3.	Cornelia Eckardt	USV TU Dresden	1:29:21 Std.
7.	Anna Biller	SV Mietraching	1:34:35 Std.
13.	Maria Lange	SV Mietraching	1:45:42 Std.

D-14 (14 Teilnehmerinnen) 3,1 km / 75 Hm / 11 P.:

1.	Birte Friedrichs	MTV Seesen	25:05 min
2.	Karolin Kühnhold	WSV Braunlage	25:28 min
3.	Henriette Käding	TOLF Berlin	30:16 min
11.	Andrea Gruber	SV Mietraching	44:07 min

H-14 (26 Teilnehmer) 4,5 km / 130 Hm / 11 P.:

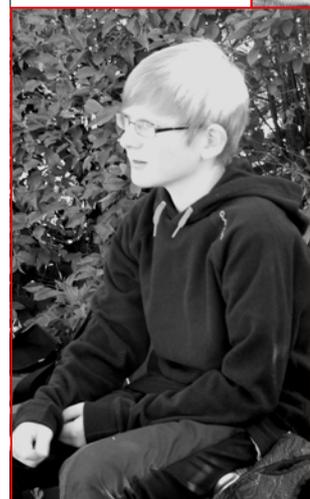
1.	Erik Döhler	Karlsruhe-Rüppurr	34:52 min
2.	Lukas Janischowsky	OLG Regensburg	37:02 min
3.	Korbinian Lange	SV Mietraching	39:59 min

D-16 (22 Teilnehmerinnen) 5,1 km / 180 Hm / 15 P.:

1.	Patricia Nieke	USV TU Dresden	56:01 min
2.	Leonore Winkler	USV Jena	56:23 min
3.	Hanna Müller	TV Kippenheim	57:02 min
4.	Hannah Kühne	SV Mietraching	59:10 min
12.	Helena Bastian	SV Mietraching	73:19 min

D-19 kurz (24 Teilnehmerinnen) 4,5 km / 185 Hm / 14 P.:

1.	Meike Jaeger	Gundelfinger TS	46:29 min
2.	Ruta Weinert	Post SV Dresden	57:39 min
3.	Maria Löwinger	Planeta Radebeul	58:24 min
14.	Karin Vogl	SV Mietraching	71:35 min



H-21 kurz (32 Teilnehmer) 6,4 km / 280 Hm / 18 P.:

1.	Georg Zentgraf	USV Jena	57:00 min
2.	Michael Rödel	Coburg-Ketschendorf	59:10 min
3.	Mario Gorecki	USV Jena	60:37 min
4.	Roland Vogl	SV Mietraching	63:18 min

D-45 (28 Teilnehmerinnen) 4,8 km / 165 Hm / 16 P.:

1.	Heidrun Finke	OLV Uslar	50:19 min
2.	Kerstin Hellmann	USV TU Dresden	53:59 min
3.	Gabriella Jenovari	Gymnasion Offenbach	56:47 min
10.	Petra Lange	SV Mietraching	65:34 min

H-45 (59 Teilnehmer) 7,1 km / 370 Hm / 19 P.:

1.	Andreas Lückmann	Post SV Dresden	61:43 min
2.	Steffen Lösch	USV Jena	68:26 min
3.	Jörg Eppendorfer	OL Görlitz	68:37 min
20.	Uwe Genatis	SV Mietraching	82:13 min

H-55 (22 Teilnehmer) 4,8 km / 165 Hm / 16 P.:

1.	Helmut Hörzelt	Planeta Radebeul	40:39 min
2.	Helmut Blumenstein	OSC Kassel	46:15 min
3.	Michael Möser	USV TU Dresden	48:53 min
16.	Peter Lange	SV Mietraching	70:24 min



Aktionstag „Turnen im Verein bewegt Bayern“ und Sommerbiathlon in Mietraching 21. Mai 2011

Zum ersten Mal nahm der SV Mietraching an einem Aktionstag des BLSV teil, doch weil sowieso wieder ein Sommerbiathlon geplant war, entschloss man sich noch weitere Sport- und Schnupperangebote für diesen Tag anzubieten.

Los ging es ab 11 Uhr mit einem kleinen Score-Orientierungslauf auf dem Sportplatz und rund ums Schulgelände, bei dem 13 Posten in beliebiger Reihenfolge in möglichst kurzer Zeit angelaufen und gestempelt werden mussten. Hier konnten auch die Kleineren versuchen, sich mit einer Karte im Gelände zurechtzufinden. Zudem gab es in der Turnhalle einen Hindernisparcour, bei dem sich Jung und Alt duellierten, wer in einer bestimmten Zeit die meisten Runden schafft.

Der große „Renner“ an diesem Tag aber war ein Labyrinth-OL: Hier hatte Peter Lange mit seinen Helfern auf der Wiese neben der Turnhalle ein 16x16 m großes Labyrinth aufgebaut, und dort waren

elektronische Zeitmessstationen positioniert, die die Teilnehmer in einer vorgegebenen Reihenfolge anlaufen und quittieren mussten. Diesen Spaß gönnten sich Jung und Alt nicht nur einmal. Manche wollten es immer wieder probieren, um die eigene Zeit zu toppen, doch musste der Weg durchs Labyrinth trotzdem immer wieder aufs Neue gesucht werden.

Diese Station wurde nur für ca. eine Stunde unterbrochen, da dann der Sommerbiathlon abgehalten wurde, der ebenfalls bei allen großen Anklang fand.

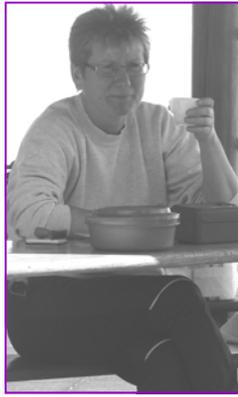
Hier waren die Teilnehmer vom Alter bunt gemischt - der Jüngste war 4 Jahre und der älteste Teilnehmer 60 Jahre - und mit vollem Ehrgeiz dabei. Gestartet wurde direkt an der Turnhalle, und die Läufer hatten dann eine kleine Runde von ca. 500 m zu absolvieren, um wieder zum Hallenbereich zu kommen und dort

unter den Augen aller Zuschauer und Mitkonkurrenten die ersten fünf Schuss mit ungefährlichen Lasergewehren abzugeben. Je Fehlschuss musste eine Strafrunde um das Labyrinth gelaufen werden, um dann wieder auf die zweite Laufrunde zu gelangen. Zum Abschluss wurden nochmals 5 Schuss abgegeben und die evtl. Strafrunden gelaufen bevor die Zielzeit ermittelt wurde. Sofort im Anschluss gab es eine Siegerehrung für die Besten der Biathlonkategorien.

Den ganzen Tag gab es für die Gäste und Teilnehmer Kaffee, Kuchen und Nudelsalat und ein schattiges Plätzchen unter dem Dach des Turnhallenüberanges.

Sogar die Gauvorsitzende des Turngaues Donau-Wald Julia Both und Bezirksfachwart Sebastian Lange fanden sich an diesem Tag ein und nahmen an den angebotenen Aktionen teil.





DM Mitteldistanz in Berlin 28. Mai 2011

Zur Deutschen Meisterschaft in der Mitteldistanz traten wir Bayern wohl den längsten Weg zu einem nationalen Lauf in diesem Jahr an. Doch die Lage am Werbellinsee nördlich von Berlin ließ auf ein schönes OL-Wochenende mit tollem Rahmenprogramm und Badespass hoffen.. Aber es kam nicht nur aufgrund des Wetters anders

Für den SVM war die Reise anders als sonst, denn Roland war nicht dabei, was aber aus Erfahrung ein Zeichen für gute Ergebnisse war. Der Platz wurde durch einen schon halb dem SVM angehörigen Läufer aus Coburg gefüllt und die gewohnten Wohnmobile des Sportvogel und der Familie Lange durch einen Mietbus ersetzt. Was uns alle durch die Steigerung der PS und der Geschwindigkeit alle freute. So ging es Freitag Nachmittag bei bestem Wetter, das sich aber je nördlich wir kamen verschlechterte, los. Als wir beim WKZ aus dem Bus stiegen mit T-Shirt und kurzer Hose, wehte uns ein kalter Wind entgegen. - Sollte das schon ein Ohmen für die Meisterschaft sein? - So fiel auch der Erkundungsspaziergang am See eher kurz aus und jeder wollte in die gemieteten Bungalows, die mit geteilter Meinung zur Sauberkeit und dem Preis-Leistungs-Verhältnis bezogen wurden.

Bei dem Blick ins Programmheft kamen weitere Bedenken an der Ausrichtung des gesamten Wochenendes. Uns gefielen vor allem die kurzen und sehr frühen Frühstückszeiten gar nicht, da somit das Ausschlafen trotz später Null- und Startzeit nicht mehr möglich war. Das Frühstücksbuffet war aber reich gefüllt, einzig der Kaffee ließ sich nur durch die frühe Uhrzeit hinunter kippen. Es gab aber auch zwei mutige Geschwister, die ihrer Neugierde nicht widerstehen konnten und den Zuckerrübensirup mit seinem sehr abschreckenden Geruch probiert haben.

Auch die Information, dass die Postenbeschreibungen nur auf der Karte sein sollten, konnte keiner so recht glauben. Als dann die Bestätigung vom Veranstalter folgte, war die Verwunderung doch sehr groß, da man dieses Detail eines Laufes immer als selbstverständ-

lich angesehen hat. Gibt es Postenbeschreibungen doch auch bei fast jedem kleineren regionalen Lauf als Extra für die Läufer. Da mussten auch die WKB-Vertrauten erst mal nachlesen, ob dies überhaupt regelkonform ist. Ab hier wurde uns schon bewusst, dass an diesem Wochenende an Vielem gespart wurde.

Somit fanden wir in der Vereinstüte auch keine Startnummern, die es aber dem Sprecher erleichtern sollten die Läufer anzusagen. Wir waren zwar von der Deutschen Sprint in Coburg mit den Sprecherduo Goggi und Fabi stark verwöhnt, doch dass es bei einer DM gar keinen Sprecher geben sollte, auf

das die fehlenden Startnummern hindeuteten, hatten wir nicht erwartet. Zu unserer Überraschung gab es dann doch einen „Speaker“ der aber kaum im Stande war, uns mit aktuellen Informationen zu versorgen, um den Wettkampf etwas aufzuwerten. So kam im Zielgebiet keine richtige Stimmung auf und es machte teilweise den Eindruck von einem Bayerncup mit gerade mal 100 Läufern, obwohl über 600 Teilnehmer in Berlin am Start waren.

So wurde das Potential der Infrastruktur mit direkter Übernachtung im Zielgebiet mit Badesee und schönem angrenzenden Gelände leider nicht genutzt.



Dennoch hatten wir viel Spaß beim Beachvolleyball, auch wenn es nicht immer nach Volleyball ausgesehen hat, war es eine Ablenkung vom Wettkampf und eine Möglichkeit, sich bei den mäßigen Temperaturen warm zu halten.

Aber irgendwann ging es ja auch für jeden von uns mal in den Wald auf seine Mitteldistanz-Strecke. Einige Mietrachinger kamen mit dem Wald super zurecht und liefen teils erwartet, teils überraschend in die Medaillenränge.

In den Meisterschaftskategorien richtete

sich vor allem das Augenmerk auf die Elite: Hier wollte es Anna Biller, die trotz beginnendem Fachabitur ange-reist war, nach der Anullierung der Sprintmeisterschaft noch mal allen zeigen. Auf ihren 4,8 km und mit 170 Höhenmetern durchzogenen Strecke hatte sie die steilen Seehänge mehrmals zu bewältigen und musste aufpassen, in den „Postenkreiseln“ ihrer Strecke die Orientierung nicht zu verlieren. Mit schnellen Beinen bewältigte die 18-jährige aus Mietraching ihre Aufgabe mit Bravour und musste sich im Ziel nur der Siegerin Monika Depta (OLG Siegerland) geschlagen geben.

Nach 37:19 Minuten hatte Anna einen knappen Vorsprung von sechs Sekunden auf Bronze und wurde vom bayerischen Lager im Ziel für verdiente Silbermedaille gefeiert. Da dieser Lauf ein Qualifikationslauf zur Elite-WM war und die Polin Depta nicht für Deutschland starten darf, konnte Anna ihr Glück kaum fassen, als durch den Lautsprecher verkündet wurde, dass sie für die WM im August in Sovoie / Frankreich nominiert war. Eine Elite-Medaille und eine WM-Nominierung waren für den SV Mietraching, vor allem aber für die junge Läuferin der größte Erfolg seit Gründung der OL-Abteilung im Jahr 2000.



Aber auch Maria Lange ging hoch konzentriert zu Werke in der D-20 Kategorie, die ebenfalls die Elitebahn zu bewältigen hatte. Läuferisch nicht ganz so stark wie Anna, aber genauso sicher in der Feinorientierung musste sie zwar zwei Konkurrentinnen vorbeiziehen lassen, doch Rang drei konnte sie mit 41:41 Minuten festigen.

Nach dem Lauf sprangen trotz kaltem Wetter einige in den von ihnen behaupteten warmen See. So ließ sich vielleicht nachher die kalte Damen-Dusche besser aushalten. So viel zur Gleichberechtigung: In unserem Bungalow waren die duschen der Herren das ganze Wochenende warm und bei den Damen s...kalt.

Nicht erfreulich war, dass sich Dirk Hartmann auf seiner Strecke eine tiefe Kopfwunde zuzog, nach dem er am Hang einen liegenden Baum durchquerte. Leider war das nahe liegende Krankenhaus nicht in der Lage diese Verlet-

zung als „Notfall“ einzustufen, so dass Dirk Stunden in der Notaufnahme saß, ohne, dass er groß behandelt wurde. Nach dürftiger Versorgung stieg er trotz immer noch blutender Wunde und starken Schmerzen in den Flieger, um schnell nach Hause zu kommen. Dort begab er sich sofort in die heimische Klinik, die die Wunde endlich säuberten und mit mehreren Stichen nähten. Vielleicht gibt es nun auch für Orientierungsläufer in Zukunft „Helmpflicht“ ?

Am Abend legten alle die Grundlage für den nächsten Tag mit reich gefüllten Grilltellern und versammelten sich anschließend im Speisesaal zur Siegerehrung. Auch hier war das Ambiente einer Deutschen Meisterschaft nicht würdig. Die Ehrung selbst wurde, wie schon vorher im Programmheft angekündigt, ohne Rahmenprogramm und möglichst schnell durchgeführt, um mehr Zeit für die Schlager-Hardcor-

Coverband hinterher zu haben. Worauf wir uns alle „natürlich riesig freuten“! So wurde die sonst meist lang andauernde Siegerehrung zwar zur Freude mancher etwas kürzer, kam aber einer „go-through“-Abfertigung der Sieger nahe, für die als Podest nur ein alter Turnkasten bereitstand.

Schade, denn die Leute wären gerne länger sitzen geblieben, da ja alle innerhalb der Werbellinsee-Anlage nächtigten.

von Maria und Petra Lange



Damen-Elite (27 Teilnehmerinnen) 4,8 km / 170 Hm / 19 P.:

1.	Monika Depta	OLG Siegerland	32:43 min
2.	Anna Biller	SV Mietraching	37:19 min
3.	Anne Heinemann	SV Robotron Dresden	37:25 min

Damen-14 (13 Teilnehmerinnen) 3,1 km / 65 Hm / 13 P.:

1.	Birte Friedrichs	MTV Seesen	28:23 min
2.	Paula Mühlstein	OSC Kassel	28:36 min
3.	Pia Schoffer	USV TU Dresden	30:36 min
6.	Andrea Gruber	SV Mietraching	39:26 min

Damen-16 (18 Teilnehmerinnen) 3,3 km / 105 Hm / 15 P.:

1.	Patricia Nieke	USV TU Dresden	30:34 min
2.	Carla Mühlstein	OSC Kassel	30:51 min
3.	Alexandra Bartsch	Alex Berlin	31:00 min
8.	Hannah Kühne	SV Mietraching	37:32 min
13.	Helena Bastian	SV Mietraching	42:55 min

Damen-20 (8 Teilnehmerinnen) 4,8 km / 170 Hm / 19 P.:

1.	Susen Lösch	USV Jena	37:07 min
2.	Resi Rathmann	SV Schmalkalden 04	39:30 min
3.	Maria Lange	SV Mietraching	41:41 min

Damen-40 (16 Teilnehmerinnen) 3,3 km / 105 Hm / 15 P.:

1.	Cornelia Eckardt	USV TU Dresden	24:51 min
2.	Wiebke Sihver	Post SV Dresden	26:56 min
3.	Ekaterina Zelenina	USG Chemnitz	28:39 min
9.	Karin Vogl	SV Mietraching	33:31 min

Damen-45 (24 Teilnehmerinnen) 3,0 km / 55 Hm / 17 P.:

1.	Heidrun Finke	OLV Uslar	25:00 min
2.	Jaana Eronen	OLV Steinberg	25:36 min
3.	Sabine Richter	USV TU Dresden	26:42 min
8.	Petra Lange	SV Mietraching	29:17 min

Herren-14 (20 Teilnehmer) 3,4 km / 70 Hm / 13 P.:

1.	Ole Henseler	MTV Seesen	24:49 min
2.	Matthäus Steudler	OL Görlitz	25:58 min
3.	Lukas Janischowsky	OLG Regensburg	26:29 min
4.	Korbinian Lange	SV Mietraching	27:20 min

Herren-45 (43 Teilnehmer) 4,6 km / 145 Hm / 21 P.:

1.	Matthias Müller	Post SV Dresden	29:15 min
2.	Holger Zimmerling	Post SV Dresden	29:22 min
3.	Jörg Eppendorfer	OL Görlitz	31:20 min
11.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	37:42 min

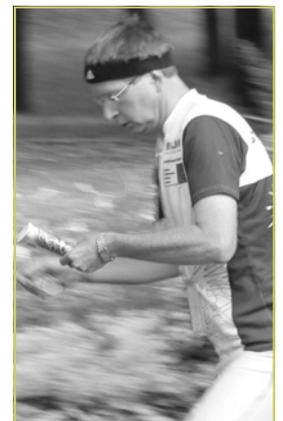
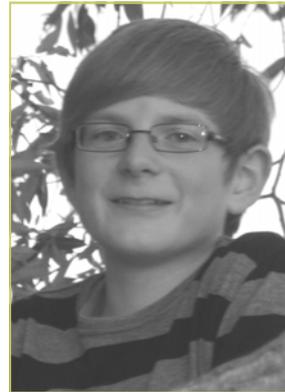


Herren-50 (28 Teilnehmer) 4,6 km / 145 Hm / 21 P.:

- | | | | |
|-----|-----------------|-----------------|-----------|
| 1. | Jens Leibiger | Post SV Dresden | 31:44 min |
| 2. | Adreas Spengler | ESV Lok Dessau | 34:18 min |
| 3. | Horst von Gaza | OLV Uslar | 36:27 min |
| 12. | Uwe Genatis | SV Mietraching | 43:39 min |

Herren-55 (19 Teilnehmer) 4,0 km / 140 Hm / 19 P.:

- | | | | |
|-----|--------------------|------------------|-----------|
| 1. | Manfred Hickethier | Planeta Radebeul | 33:21 min |
| 2. | Sergej Sonnenberg | Osnabrücker TB | 34:42 min |
| 3. | Michael Möser | USV TU Dresden | 35:07 min |
| 16. | Peter Lange | SV Mietraching | 55:07 min |



Bundesranglistenlauf in Berlin 29. Mai 2011

Damen-14 (13 Teilnehmerinnen) 3,4 km / 45 Hm / 13 P.:

1.	Dorothea Müller	Post SV Dresden	26:35 min
2.	Leonie von Jagow	USV TU Dresden	27:47 min
3.	Birte Friedrichs	MTV Seesen	29:08 min
13.	Andrea Gruber	SV Mietraching	52:25 min

Damen-16 (17 Teilnehmerinnen) 5,3 km / 60 Hm / 18 P.:

1.	Patricia Nieke	USV TU Dresden	39:00 min
2.	Susanne Otto	ESV Lok Magdeburg	42:10 min
3.	Hannah Kühne	SV Mietraching	43:23 min
13.	Helena Bastian	SV Mietraching	51:04 min

Damen-18 (11 Teilnehmerinnen) 7,2 km / 95 Hm / 22 P.:

1.	Theresa Flechsig	USV TU Dresden	53:39 min
2.	Sophie Gruschka	USV TU Dresden	58:46 min
3.	Sabine Rothaug	OSC Kassel	63:18 min
9.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	82:56 min

Damen-Elite (14 Teilnehmerinnen) 9,8 km / 165 Hm / 25 P.:

1.	Susen Lösch	USV Jena	71:06 min
2.	Christiane Tröße	SV TU Ilmenau	71:24 min
3.	Anna Reinhardt	USV TU Dresden	72:58 min
11.	Maria Lange	SV Mietraching	87:41 min

Damen-40 (15 Teilnehmerinnen) 6,7 km / 75 Hm / 22 P.:

1.	Anke von Gaza	OLV Uslar	49:25 min
2.	Anke Müller	Post SV Dresden	51:52 min
3.	Katrin Kubald	Kaulsdorfer OLV	52:04 min
7.	Karin Vogl	SV Mietraching	66:13 min

Damen-45 (29 Teilnehmerinnen) 5,3 km / 60 Hm / 18 P.:

1.	Karin Kraemer	Post SV Dresden	37:18 min
2.	Heidrun Finke	OLV Uslar	41:11 min
3.	Helena Mathea	Alex Berlin	42:47 min
17.	Petra Lange	SV Mietraching	50:46 min

Am Sonntag ging es ins angrenzende Waldgebiet „Töpferberge“. Doch hier wurde eine sehr publikumsfeindliche Zielsituation gewählt. Es gab ein stilles Ziel mitten im Wald, 800 m vom eigentlichen Zielgebiet am Werbellinsee entfernt. Für uns machte dies noch mehr den Eindruck von einer Randsportart, die keiner kennt und uninteressant für Zuschauer ist - was natürlich durch solche Organisationsfehler einfach verstärkt wird, was auch schon am Samstag durch einen nicht vorhandenen Zuschauerposten passierte. So lief jeder sein Langdistanzrennen im fein kuperten Jungmoränenland. Das Gelände war mit vielen Farn- und Brennnesselfeldern durchzogen. Die später Gestarteten hatten hier eindeutig einen Vorteil, da die Ersten schon die „Spuren“ gelegt hatten. Und der SV Mietraching hatte frühe Startzeiten beantragt, da für die Heimreise noch fast 700 km zurückzulegen waren. Doch trotz dieses „Handicaps“ schlugen sich die Mietrachinger hervorragend. Mit einem fast perfekten Lauf konnte sich Hannah Kühne in der Kategorie D-16 auf Rang drei vorarbeiten. Nach dem Wettkampf beeilte sich jeder zu duschen, um dann rasch den langen Heimweg antreten zu können.

Unser Fazit zu diesem Wochenende fällt sehr durchwachsen aus und wir hoffen, dass sich andere Vereine bei der Ausrichtung hier kein Beispiel genommen haben. Denn etwas mehr Mühe und Liebe sollte schon investiert werden, um wenigstens das Notwendigste gut zu organisieren. Denn auch wenn wir keine bekannte Sportart betreiben, so sollte den Läufern und Zuschauern eine schöne Veranstaltung mit kleinem Rahmenprogramm geboten werden. Nur noch zur Anmerkung: Selbst Kuchen wurde anfangs gar nicht angeboten; erst nach vieler Nachfragen wurden aus einer Bäckerei des Ortes welche organisiert! Und der Kaffee war eigentlich nur als Dünger für die umliegenden Pflanzen geeignet. Haben OLER denn noch nie Kaffee und Kuchen bei einer Veranstaltung angeboten bekommen?

Da wir den Nachfolgewettkampf im Jahre 2012 ausrichten, konnten wir hier auf jeden Fall sehen, wie man es NICHT machen sollte.

Darum sollte auch unsere Mitteldistanz die „Meisterschaft mit Herz“ werden, wofür wir natürlich wieder jeden Mann und jede Frau benötigen.

Herren-14 (23 Teilnehmer) 4,9 km / 50 Hm / 17 P.:

1.	Colin Kolbe	Eintracht Dortmund	32:50 min
2.	Matthäus Steudler	OL Görlitz	32:56 min
3.	Roland Klüser	USV TU Dresden	33:58 min
7.	Korbinian Lange	SV Mietraching	38:18 min

Herren-45 (55 Teilnehmer) 8,2 km / 95 Hm / 16 P.:

1.	Michael Finkenstädt	OLV Uslar	45:15 min
2.	Hoger Zimmerling	Post SV Dresden	45:21 min
3.	Andreas Lückmann	Post SV Dresden	46:16 min
32.	Uwe Genatis	SV Mietraching	67:57 min

Herren-55 (20 Teilnehmer) 6,7 km / 75 Hm / 22 P.:

1.	Manfred Hickethier	Planeta Radebeul	45:07 min
2.	Sergej Sonnenberg	Osnabrücker TB	45:42 min
3.	Michael Möser	USV TU Dresden	46:19 min
17.	Peter Lange	SV Mietraching	74:31 min



Offene Schwedische Meisterschaft im Biathlon.OL

Noch vor den Deutschen Mittel-Meisterschaften hatte sich Dirk Hartmann nach Schweden begeben, um dort an den offenen Biathlon-OL Meisterschaften teil zu nehmen.

Natürlich war er angereist, um zu siegen, hat aber nicht ganz geklappt, doch eine Silbermedaille in der Kategorie H40-49 war ein tolles Ergebnis!

Bei tollem Wetter, einer herrlichen Start- Zielanlage, vielen Zuschauern (durch einen gleichzeitig statt findenden Regionallauf), Fernsehberichterstattung und typischem schwedischem Gelände fühlte sich der Mietrachinger sichtlich wohl.

Originalton Dirk:

„Es hat riesigen Spaß gemacht, auch wenn die Laufzeit bei fast 1:40 Std. lag und ich 19 (!!!) Strafrunden

absolvieren musste. Ich war nach dem Lauf schon etwas angezählt, da ich über die Laufkomponente die Löcher wieder stopfen musste (und Gefahr laufen musste bei einem Fehler etwas verirrt im schwedischen Wald zu stehen!) bzw. jeweils einen Vorsprung herauslaufen musste.“

Es gab 4 Schlaufen bei einem Massenstart mit dazwischen liegenden 4 Schießeinlagen / Strafrunden und einer dann abschließenden kurzen identischen OL-Runde, so dass oft im Zielbereich Sicht- und Läuferkontakt vorhanden war.

Durch einen schwedischen Freund hatte Dirk ein gutes Gewehr (mit scharfer Munition) bekommen. Der Lohn: er hatte seinen Freund auf Platz drei verdrängt!!



Thüringer 24 Stunden-OL in Trockenborn 03.-05. Juni 2011

In diesem Jahr fand diese Traditionsveranstaltung schon zum 18. Mal statt. Das Waldbad „Herzog- Ernst“ in Trockenborn-Wolfersdorf war Dreh- und Angelpunkt des Wettkampfes.

Sebastian Lange war zum ersten Mal am Start mit einem gemischten Bayernteam, dem „Weißwurst-Express“

Der Start erfolgte am Samstag um 9.00 Uhr als Massenstart. Der Läuferwechsel erfolgte, wie bei jeder Staffel, mittels Handabschlag. Erst nachdem alle sechs Läufer eines Teams ihre Bahn absolviert hatten, kam wieder der erste Läufer dran. Bei Anbruch der Dämmerung mussten von jedem Team zwei Dämmerungsbahnen absolviert werden, unabhängig davon, ob bereits alle Tagbahnen abgelaufen wurden. Nach den Dämmerungsbahnen stand jedem Team ein Komplex von Nachtbahnen zur Verfügung, wobei jeder Läufer an der Kartenausgabe unter vier Bahnkategorien frei wählen konnte. Wurden dann alle Tag- und Nachtbahnen absolviert, erfolgte der Wechsel auf die Schlussbahnen.

Wurde eine Bahn nicht korrekt abgelaufen, so wurde diese nicht für Teamwertung gezählt, und wenn alle sechs Läufer eines Teams ein Mal gestartet waren, konnte bei Ausfall eines Läufers der Wettkampf als 5er-Team fortgesetzt werden, was beim Sebastians „Weißwurst-Express“ auch der Fall war.

Zielschluss war Sonntag Morgen um 9.00 Uhr.

Die Bayerischen Teams wurden sehr gut gepflegt durch die Begleitmannschaft der OLG Regensburg, wo fleißig gekocht und zubereitet wurde. Dank diesen Mannen, dass keiner in den „Hungerast“ gelaufen ist.

Für Sebastian war es ein erfahrungsreiches und tolles Lauf-Wochenende.



„Chicken Challenge“ in Henndorf / AUT 11.-13. Juni 2011

Die Pfingstwochen bieten schon seit vielen Jahren die Möglichkeit, an Mehrtage-läufen teilzunehmen. So entschieden sich zehn Mietrachinger Orientier der Einladung des ASKÖ Henndorf zum Hennenrennen, der „Chicken Challenge“ in der Nähe von Salzburg zu folgen. Bei diesem Int. 3-Tage-Orientierungslauf trafen sich mehr als 800 Teilnehmer aus sieben Nationen. Vor allem das Nationalteam aus Dubai sorgte für reichlich internationalen Flair.

Alle zwei Jahre findet dieser „OL-Leckerbissen“ statt, und die Organisatoren hatten im Zielbereich nach ihrem

Motto ein Gatter mit Hühnern aufgestellt, das vor allem die Kleinsten begeisterte.

Weniger begeistert waren die Läuferinnen und Läufer vom steilen Anstieg unmittelbar nach dem Start am ersten Wettkampftag. Auf dieser Mitteldistanzstrecke reihte sich Posten an Posten im Wald, und im mit starkem Unterbewuchs und mit Farnen und Dornen durchzogenen Mischwald mussten die Kräfte gut eingeteilt werden, um nicht an die konditionelle Grenze zu gelangen und sich im dichten Wegenetz einen Parallelfehler zu leisten, was leider vie-

len passierte.

Selber Wald, nur höher gelegene Startposition war die Vorgabe für den zweiten Tag. Typisch für das Langdistanzrennen waren der Wechsel zwischen kurzen und langen Postenabständen, bei denen die Routenwahl über Sieg oder Niederlage entschied. Die Laufzeiten der ersten beiden Tage wurde addiert und somit die Reihenfolge für den Jagdstart am dritten und entscheidenden Tag festgelegt.

Das parkähnliche, flache Laufgelände um einen großen Badesee in Mitten der Salzachseen am Rande von Salzburg bot hohes Lauftempo an.

Sehr starke Leistungen bot der Nachwuchs des SV Mietraching an diesem Wochenende an. Das Geschwisterpaar Korbinian und Maria Lange sowie Julia Penzkofer zeigten an allen drei Tagen eine souveräne Leistung, ließen bei der Endabrechnung der Konkurrenz keine Chance und siegten überlegen in ihren Kategorien.

Doch auch die restlichen Mietrachinger steuerten tolle Ergebnisse zum guten Abschneiden der SVM-Orientierer bei.

Einziger Wermutstropfen dieser ansonsten perfekt organisierten Veranstaltung war zum einen der Dauerregen am ersten Tag und zum anderen das orientierungstechnisch einfache Parkgelände am dritten Tag, wo man sich nur über die läuferische Komponente nach vorne arbeiten konnte.

Gesamtergebnis Herren-14 (32 Teilnehmer):

1.	Korbinian Lange	SV Mietraching	28:25	31:51	13:03	73:19 min
2.	Rafael Dobnik	OLCU Viktring	31:28	33:32	11:18	76:18 min
3.	Tobias Penzkofer	SV Mietraching	37:06	37:42	14:08	88:56 min

Gesamtergebnis Herren 21-Kurz (40 Teilnehmer):

1.	Jan Schmidt	TV Coburg Neuses	31:31	36:59	16:19	84:49 min
2.	Benjamin Vetter	TV Coburg Neuses	35:08	40:42	13:36	89:26 min
3.	Bernhard Kogler	OLK	37:52	39:31	13:07	90:30 min
4.	Roland Vogl	SV Mietraching	34:39	42:26	14:39	91:44 min

Gesamtergebnis Herren-55 (29 Teilnehmer):

1.	Hansruedi Kohler	OLG Dachsen	26:24	38:15	15:53	80:32 min
2.	Josef Hones	HSV Ried	32:49	45:38	22:02	100:29 min
3.	Günther Dobnik	OLCU Viktring	36:15	57:18	21:10	114:43 min
14.	Peter Lange	SV Mietraching	67:52	70:25	24:15	162:32 min



Gesamtergebnis Damen-20 (5 Teilnehmerinnen):

1.	Maria Lange	SV Mietraching	51:42	69:53	26:35	148:10 min.
2.	Michaela Kugler	NF Linz	70:58	87:44	31:41	190:23 min
	Kradischnig Clarissa	OLC Graz	55:49	Fehlst.	35:20	

Gesamtergebnis Damen-14 (28 Teilnehmerinnen):

1.	Ines Schaffer	HSV Ried	28:05	37:47	13:38	79:30 min
2.	Gerda Prach	Leibnitzer AC	30:25	37:25	15:15	83:05 min
3.	Marlene Berger	Gittis Klosterneuburg	39:27	42:53	14:53	97:13 min
8.	Andrea Gruber	SV Mietraching	43:09	52:25	16:47	112:21 min

Gesamtergebnis Damen-16 (16 Teilnehmerinnen):

1.	Martina Walch	SU Schöckl	38:09	46:46	14:56	99:51 min
2.	Nora Ramstein	SU Schöckl	35:14	48:41	16:13	100:08 min
3.	Anika Gassner	NF Wien	35:00	50:38	17:05	102:43 min
9.	Hannah Kühne	SV Mietraching	44:07	57:56	19:34	121:37 min
11.	Helena Bastian	SV Mietraching	68:03	54:03	20:31	142:37 min

Gesamtergebnis Damen-18 (8 Teilnehmerinnen):

1.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	41:10	54:18	20:00	115:28 min
2.	Viola Diermayr	HSV Ried	47:30	58:20	28:23	134:13 min
3.	Sabine Kugler	NF Linz	56:55	63:42	32:32	153:09 min

Gesamtergebnis Damen 21-kurz (32 Teilnehmerinnen):

1.	Marlies Berger	NF Linz	39:12	39:04	16:55	95:11 min
2.	Edith Müller	ASKÖ Henndorf	43:25	37:45	16:41	97:51 min
3.	Marianne Petersson	OLT Trandanubien	36:11	42:48	19:26	98:25 min
9.	Karin Vogl	SV Mietraching	50:47	55:56	17:32	124:15 min



Bayerische Meisterschaft Langdistanz in Hilpoltstein 16. Juli 2011

Gleich zwei bayerische Meisterschaften fanden an diesem Wochenende 16./17. Juli statt.

Zuerst hieß es einmal bergab und bergauf im Kletterparadies der Fränkischen Schweiz. Für den ausrichtenden Verein, dem Förderteam OL in Mittelfranken, war es die erste Veranstaltung dieser Größenordnung. Unter der Leitung des erfahrenen Dieter Öchler gelangen gut organisierte Langdistanzwettbewerbe, die auf einer Topkarte ausgetragen werden konnten.

In dem stark kuptierten Gelände kamen diejenigen gut zurecht, die Stein- und Felsformationen sowie Höhenlinien am besten zu lesen wussten - denn davon gab es viele auf der neuen Karte „Hexenküche“, die ihrem Namen alle Ehre machte. Neben steilen Hügeln und Kletterfelsen war auch ein Feld meterhohen Riesen-Bärenklaus zu bewundern, den man aber zu meiden wusste.

Durch die starke Hitze hatten die Athleten nicht nur mit der interessanten Bahn-

legung zu kämpfen, sondern mussten schauen, wie der Flüssigkeitsverlust in Grenzen gehalten werden konnte.

Auf der Sportanlage von Hilpoltstein konnten sich die Läufer nach „getaner Arbeit“ im kühlen Gras erholen.

Die Siegerehrung wurde wie gewohnt von unserem Landesfachwart Alfi mit Unterstützung der ortsansässigen Bürgermeisterin durchgeführt.



Damen 13-14 (4 Teilnehmerinnen) 3,6 km / 120 Hm / 13 P.:

1.	Andrea Gruber	SV Mietraching	41:51 min
2.	Isabel Seeger	Baiersdorfer SV	51:33 min
3.	Silvia Casanova	OLG Regensburg	55:25 min

Damen 15-18 (10 Teilnehmerinnen) 4,6 km / 180 Hm / 14 P.:

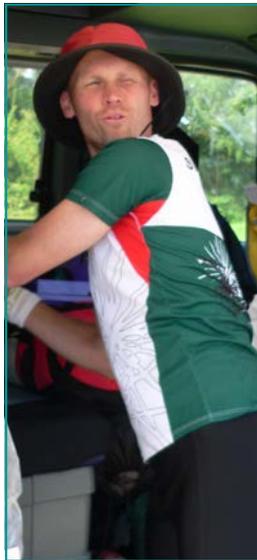
1.	Anna Schöps	OLV Landshut	53:43 min
2.	Stephanie Fischer	OLG Regensburg	56:13 min
3.	Hannah Kühne	SV Mietraching	56:30 min
5.	Helena Bastian	SV Mietraching	60:14 min
6.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	70:28 min

Damen-Elite (5 Teilnehmerinnen) 6,5 km / 235 Hm / 18 P.:

1.	Josephine Greiner	TSV Grünwald	59:34 min
2.	Anna Biller	SV Mietraching	63:45 min
3.	Katrin Lorenz-Baath	TSV Grünwald	74:32 min

Damen-35 (6 Teilnehmerinnen) 5,3 km / 245 Hm / 15 P.:

1.	Milena Grifoni	OLG Regensburg	72:36 min
2.	Gertrud Liebl	TV Osterhofen	74:30 min
3.	Christiane Geiger	OLA Deggendorf	77:38 min
5.	Karin Vogl	SV Mietraching	96:18 min



Herren 13-14 (11 Teilnehmer) 3,6 km / 120 Hm / 13 P.:

1.	Tobias Spangenberg	OLG Regensburg	31:47 min
2.	Korbinian Lange	SV Mietraching	34:36 min
3.	Lukas Janischowsky	OLG Regensburg	35:44 min
5.	Tobias Penzkofer	SV Mietraching	47:59 min

Herren 15-16 (6 Teilnehmer) 5,3 km / 245 Hm / 15 P.:

1.	Wolfram Pohl	TV Coburg Neuses	58:12 min
2.	Fabian Janischowsky	OLG Regensburg	61:11 min
3.	Markus Penzkofer	SV Mietraching	72:06 min

Herren-35 (6 Teilnehmer) 7,4 km / 300 Hm / 23 P.:

1.	Uwe Weid	TV Coburg Neuses	67:50 min
2.	Roland Vogl	SV Mietraching	72:22 min
3.	Klemens Janischowsky	OLG Regensburg	74:07 min

Herren-55 (8 Teilnehmer) 5,3 km / 220 Hm / 17 P.:

1.	Josef Fenzl sen.	OLG Regensburg	56:54 min
2.	Egon Helder	TSV Buchenrod	68:30 min
3.	Jürgen Schwanitz	OLA Deggendorf	71:06 min
	Peter Lange	SV Mietraching	Fehlst.

Bayerische Meisterschaft Sprint in Amberg 17. Juli 2011

Nach der Übernachtung im Massenquartier in Amberg ging es am Sonntag weiter mit den Meisterschaften über die Sprintdistanz in der Amberger Altstadt.

Dieses Mal gab es im Gegensatz zum Vortag kaum Höhenmeter zu bewältigen und keine Felsen, dafür aber viele kleine Gassen, Brücken, Treppen und Baustellen.

Die Laufzeiten des Doppelsprints wurden zusammen gezählt und unterschieden sich nach dem ersten Lauf wie auch im Endergebnis

zum Teil nur um wenige Sekunden.

Ein Lob an die Ausrichter der OLG Regensburg, die sehr schöne und interessante Bahnen in die Amberger Gassen gelegt hatten.

Das Eiscafe am Rande des Ziel- und Startareals bot sich in der Laufpause an, um dort ein wenig bei Kaffee und einem Eis zu entspannen.

Mit der Ausbeute von fünf Medaillen konnte der SV Mietraching sehr zufrieden sein.



Herren-Elite (18 Teilnehmer):

1.	Ralph Körner	OLV Landshut	15:53	14:57	30:50 min
2.	Thomas Schöps	OLV Landshut	16:18	15:04	31:22 min
3.	Teodor Yordanov	TSV Grünwald	16:22	15:03	31:25 min
9.	Roland Vogl	SV Mietraching	19:56	17:57	37:53 min

Herren 15-18 (8 Teilnehmer):

1.	Daniel Janischowsky	OLG Regensburg	19:03	18:18	37:21 min
2.	Wolfram Pohl	TV Coburg Neuses	19:55	19:24	39:19 min
3.	Robin Ohme	OLA Deggendorf	22:21	17:08	39:29 min
7.	Markus Penzkofer	SV Mietraching	29:47	23:09	52:56 min

Damen 15-18 (6 Teilnehmerinnen):

1.	Anna Schöps	OLV Landshut	17:36	19:04	36:40 min
2.	Helena Bastian	SV Mietraching	18:52	18:53	37:45 min
3.	Lena Brückner	OLG Regensburg	19:51	20:16	40:07 min
4.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	20:47	21:07	41:49 min
5.	Hannah Kühne	SV Mietraching	22:03	21:01	43:04 min

Damen-Elite (16 Teilnehmerinnen):

1.	Josephine Greiner	TSV Grünwald	15:43	16:41	32:26 min
2.	Anna Biller	SV Mietraching	16:20	16:48	33:08 min
3.	Christiane Geiger	SV Mietraching	17:50	18:56	36:46 min
12.	Karin Vogl	SV Mietraching	19:40	22:35	42:15 min

Herren-45 (23 Teilnehmer):

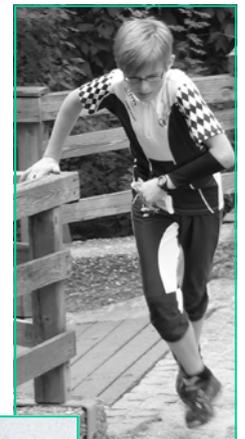
1.	Thomas Scheler	TV Coburg Neuses	16:38	16:35	33:13 min
2.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	16:50	17:15	34:05 min
3.	Dieter Lexen	OLG Regensburg	18:29	17:01	35:30 min

Damen-14 (12 Teilnehmerinnen):

1.	Andrea Gruber	SV Mietraching	14:26	15:16	29:42 min
2.	Marei Lehner	OLG Regensburg	17:13	17:54	35:07 min
3.	Silvia Casanova	OLG Regensburg	13:56	23:16	37:12 min

Herren-14 (16 Teilnehmer):

1.	Lukas Janischowsky	OLG Regensburg	10:58	12:25	23:23 min
2.	Quirin Lehner	OLG Regensburg	12:27	12:55	25:22 min
3.	Korbinian Lange	SV Mietraching	12:51	12:37	25:28 min
13.	Tobias Penzkofer	SV Mietraching	15:51	20:12	36:03 min



Orienteering-Online-Cup in Slowenien 22.-26. Juli 2011

In den Wäldern rings um den kleinen slowenischen Wintersportort Lokve wagten sich rund 1000 Oler in das karstige Gebiet Trnovski Gozd und lernten es auch von seiner garstigen Seite kennen: zahllose Dolinen und Steine, unedliche Höhenmeter so wie zwei richtige Regentage - nicht so läppischer leichter Sommerregen, nein, richtig prasselnder schwerer Regen mit Tiefstwerten um 8°C, und das im Sommer!

Angereist kamen wir nach Slowenien bei schwül-heißem Sommerwetter, doch als wir die slowenische Autobahn verließen drohten schon schwarze Wolken über den Bergen, doch den Weg zur Zielwiese mussten wir erst erkunden. Da es auf der Karte als eine Art Bundesstraße mit etwa 30 km Länge eingezeichnet war, freuten wir uns schon auf die baldige Ankunft. Doch die Straße

entpuppte sich als schmaler Schotterweg, der unserer Meinung nach einfach mal so ins Nirgendwo führte - zu allem Überfluss wurde es auch schon dunkel und ein heftiges Gewitter braute sich über uns zusammen. Nach fast 1 1/2 Std. erreichten wir dann die Zielwiese, auf der wir eigentlich die ganzen Tage mit unseren Wohnmobilen stehen bleiben wollten, doch leider hatte der Veranstalter vom Naturschutz die Auflage erhalten, nur während des Wettkampfes Fahrzeuge parken zu lassen. So mussten wir uns wieder über eine Schotterpiste hinab nach Lokve begeben, wo wir uns einen Stellplatz suchten und nach kurzem Startzeiten-Check sehr müde von der langen Fahrt in unsere Kissen fielen.

Wir - das waren Peter, Petra, Maria und Korbinian Lange sowie der Coburger Anhang Fabian Scheler und Karin und Roland Vogl.

Da Anfang Juli die französische Nationalmannschaft im Oocup-Gebiet die letzten Quali-Läufe für die Elite-WM neben Trainingsläufen zur Vorbereitung zur WM abhielt, war auch Anna Biller mit Papa Georg angereist, um die Schwierigkeiten des so detailreichen Geländes kennen zu lernen.

Nebst einer weiteren Hand voll Bayern gesellten sich zu unseren Tross auf der Zielwiese Jens Hartmann, Siegfried Liebl und Dieter Lexen; und auf keinen Fall durfte „unser“ Sprecher „Goggi“ Wolfgang Pötsch fehlen.

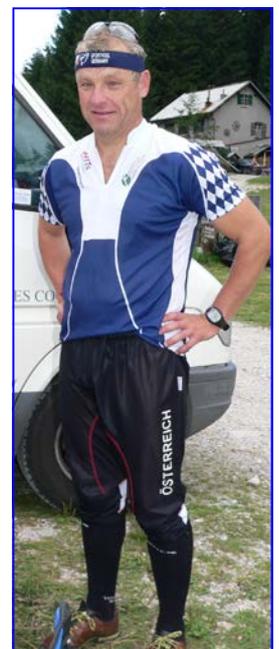


Unsere Erwartungen an die Schwierigkeiten des Geländes wurden bereits am ersten Tag weit übertroffen mit einem Wechsel von schwer belaufbaren Geröllfeldern und schnelleren Abschnitten bei permanent anspruchsvollem Höhenprofil. Das Aufsetzen der Füße verlangte teilweise schon gämsenartige Fertigkeiten und so mancher holte sich dabei Blessuren. Der Sieger war wohl der einzige, der den 10er Kilometerschnitt erreichte, und als Zugabe gab es vom Gesamtleiter Ivan Nagy den trockenen Kommentar, dass die heutige Karte noch die einfachere zum Orientieren und Laufen war. Welch tolle Aussich-

ten! Diese Erkenntnis mussten wir erst mal etwas sitzen lassen, darum blieben auch wir bis halb acht auf der Zielwiese bei etwas kühlem aber schönem Wetter sitzen, um die emsigen Aktivitäten der Veranstalter zu beobachten. Zum Schlafen ging es dann wieder nach Lokve, dem Zentralort des diesjährigen OO-Cups.

Am zweiten Tag strotzte die Karte mit Detailreichtum (Höhenlinien, Felsen, Steine), und durch den starken Gewitterregen bei knappen 15°C war es finster im Buchenwald, und die Laufkarte für Brillen-

träger nur schwer zu lesen. Der Blick auf die Lauf- auch nein Gehzeiten machte alles klar: die 10er-Schnitt Vorgabe konnte man bei dieser Veranstaltung getrost vergessen: 114 Minuten auf 3,1 Kilometer (der Läufer möchte nicht namentlich genannt werden!) sprechen eine eigene Sprache. Und trotzdem schürte Ivan weiter die Angst: „Tomorrow will be much difficult!“ Einer aus unserer „Reisegruppe“ bewies trotzdem, dass man hier auch gewinnen konnte: Korbinian gelang nach Platz drei am Vortag nun der Tagessieg bei strömendem Regen in der H-14.



Am dritten Tag im slowenischen Karst erwartete uns eines der extremsten Gelände für Orientierungsläufer. In der Nacht schwollen die Gebirgsflüsse bei Dauerregen tüchtig an und wir kletterten bei 9 °C, Regen und eisigem Wind durch die glatten Steine an den teils sehr steilen Hängen entlang, denn nach kurzer „Aufwärmphase“ im Dolinengelände ging es knapp 100 Höhenmeter bergauf, auf ein Plateau, das es in sich hatte. Gleich der erste Posten dort versprach eine zehn Meter hohe Felswand (Posten obenauf). Der Rest war wieder von Kletterpassagen und exaktem Kartenlesen und Karten interpretieren geprägt.

Der vierte Tag versprach mit zwar kühlem aber endlich trockenem Wetter eine schöne Orientierungsetappe. Im diffizilen Gelände forderten zahlreiche Routenwahlen sowie sehr anspruchsvolle Feinorientierung. Leider stürzte Fabian bei diesem Lauf unglücklich auf den Kopf, so dass er von einem tschechischen Elite-Läufer ins Zielgelände zurückgebracht werden musste, da er sich an den Hergang nicht erinnern konnte, und auch nicht wusste, wie lange er bewusstlos im Wald lag. Fabi vergaß zwar alle Informationen gleich wieder, doch den Namen seines „Retters“ hatte sich bei ihm eingebrannt - Tomas Dla-

baja. Wir wussten natürlich nicht, ob der Sturz schlimmere Folgen nach sich ziehen würde, so fuhren wir mit Fabian ins Krankenhaus nach Nova Gorica, wo er, nachdem wir einen Deutsch sprechenden Arzt fanden, geröntgt wurde. Knöchern war zwar nichts zu erkennen, doch da er einige Schürfwunden im Gesicht und am Bein hatte, sein Zeh aufgeschnitten war, und sein Gedächtnisverlust nicht von der Hand zu weisen war, nahm er die eindringliche „Bitte“ des Arztes war, und ließ sich für eine Nacht stationär zur Beobachtung aufnehmen. Mit wunderbar weit schlafberndem „krankhauseigenem Schlafanzug“ durfte er die Nacht mit einem unaufhörlich laut schnarchenden Zimmergenossen verbringen. Aus Sorge um unseren Coburger Mitfahrer verbrachten wir die Nacht ebenfalls in Nova Gorica auf dem Parkplatz des Krankenhauses - ein Vorteil: hier unten war es viel wärmer als im hochgelegenen Lokve.

Für Fabi war deswegen ein Start bei der fünften Etappe nicht mehr möglich, doch die weiteren Mietrachinger versuchten sich trotz des außergewöhnlichen Ereignisses, so gut es ging auf die Karte und den abschließenden Lauf zu konzentrieren. Die Sonne schien endlich und in der Ferne waren die Spitzen der Julischen Alpen mit frischem wei-

ßem Schnee zu sehen.

Fazit: Sparsam organisierte Wettkämpfe mit Konzentration auf das Kerngeschäft (Gelände / Karten); dabei harte Bedingungen durch sehr schwierige Belaufbarkeit und Orientierung. So bleibt einerseits ein beeindruckendes Gelände und schöne Naturerlebnisse im Herzen Sloweniens im Kopf, auf der anderen Seite müssen sich die Organisatoren schon darüber Gedanken machen, wo die Grenze zum noch zu bewältigenden Gelände liegt. Denn es kann nicht sein, dass eine so hohe Verletzungsquote, wie bei sonst keinem Orientierungslauf zu Buche steht, und sogar sehr viele Läuferinnen und Läufer ihre Etappen einfach abbrechen, weil es zu gefährlich ist, die steilen Hänge zu erklimmen - noch dazu wenn alles nass und glitschig ist vom Dauerregen.

Es wird ja schließlich keine Medaille dafür vergeben, dass man den gefährlichsten Wettkampf der Saison ausrichtet.

Dies hat der Veranstalter aber wohl schon eingesehen und versprochen, im nächsten Jahr, die Strecken einfacher zu gestalten. Zudem wird der OO-Cup 2012 Anfang August in der Nähe von Postojna statt finden, wo der SV Mietraching 2010 sein Trainingslager abhielt.

Gesamtergebnis Herren-14:

1.	Rafael Dobnik	AUT	38:08	28:42	23:04	31:19	36:37	157:50 min
2.	Ondrej Jezek	CZE	33:56	29:31	22:41	36:53	44:05	167:06 min
3.	Jiri Valasek	CZE	32:42	35:33	28:36	31:57	47:36	176:24 min
4.	Korbinian Lange	GER	34:54	25:30	28:51	43:37	52:18	185:10 min

Gesamtergebnis Herren-20:

1.	Matthew Ogden	NZL	48:26	36:17	76:28	47:27	54:43	263:21 min
2.	David Procházka	CZE	54:07	38:52	70:47	48:36	57:53	270:15 min
3.	Stepán Zimmermann	CZE	51:47	37:10	76:06	48:19	57:54	271:16 min
	Fabian Scheler	GER	74:12	70:13	112:46	mp	dns	disq

Gesamtergebnis Herren-21 kurz:

1.	Pieter hendrickx	BEL	52:29	39:06	76:42	45:24	58:00	271:41 min
2.	Jan Fator	CZE	45:29	53:29	98:59	50:20	54:51	303:08 min
3.	Klaus Kramer	AUT	58:57	48:12	86:54	56:33	67:40	318:16 min
4.	Roland Vogl	GER	64:18	54:05	91:28	58:16	67:02	335:09 min

Gesamtergebnis Herren-50:

1.	Tim Tett	GBR	41:22	35:12	71:19	42:36	45:31	236:00 min
2.	Lars Lonnkvist	SWE	42:09	40:39	70:15	48:03	53:02	254:08 min
3.	Wiet Laenen	BEL	43:27	40:28	75:28	48:44	55:27	263:34 min
25.	Jens Hartmann	SUI	72:41	94:57	174:28	80:18	91:15	513:39 min
	Georg Biller sen.	GER	mp	83:39	dns	86:16	116:19	disq

Gesamtergebnis Herren-55:

1.	Janos Spiegl	HUN	54:12	45:25	75:37	53:22	61:18	289:54 min
2.	Ted van Geldermalsen	AUS	59:14	44:18	94:29	60:22	62:46	321:09 min
3.	Konrad Tonn	GER	59:39	57:54	77:40	62:02	82:47	340:02 min
13.	Peter Lange	GER	97:43	82:23	128:32	96:39	93:34	498:51 min

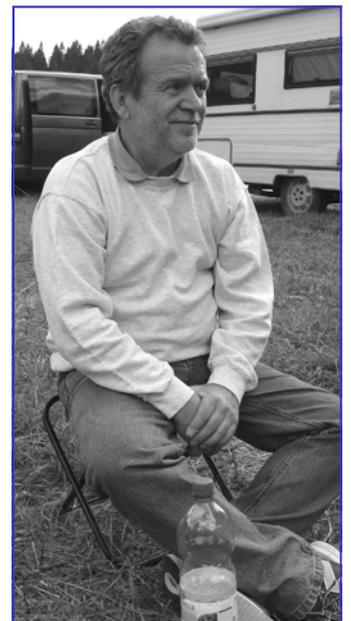
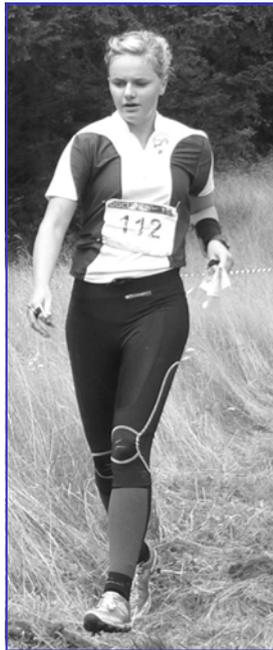
Gesamtergebnis Damen-20:

1.	Ida Bobach	DEN	37:52	29:00	51:24	43:09	42:46	204:11 min
2.	Emma Klingenberg	DEN	39:54	33:33	53:53	42:39	53:20	223:19 min
3.	Mairead Roche	NOR	43:24	35:16	53:10	54:43	47:43	234:16 min
8.	Anna Biller	GER	56:26	44:56	71:59	56:34	61:20	291:15 min
14.	Maria Lange	GER	72:58	53:01	80:05	63:35	69:52	339:31 min

Gesamtergebnis Damen-21 kurz:

1.	Greet Oeyen	BEL	53:25	44:42	60:21	54:32	54:46	267:46 min
2.	Sarka Kasparova	CEZ	67:19	39:30	65:02	59:59	62:28	294:18 min
3.	Vera Molchanova	RUS	58:07	48:59	76:19	66:19	60:25	310:09 min
	Karin Vogl	GER	76:52	57:32	dns	88:29	87:07	disq





Trainingslager des SV Mietraching

Bohemian 5-Days 02.-07. August 2011

Und schon winkt das nächste Groß-Event.

Alljährlich startet der SV Mietraching mit seinen beiden Trainern Karin und Roland sowie Peter Lange (Petra musste leider wegen einer Meniskus-OP zu Hause bleiben) zum Sommertrainingslager. Und immer wieder mal zieht es die Mietrachinger nach Tschechien zu den „Bohemian 5-Days“. Schon zum dritten Mal besuchte das Nachwuchsteam die traditionsreichen Läufe im Nordwesten unseres Nachbarlandes - für Roland in diesem Jahr der Favorit, um in schwierigem Gelände etwas Neues zu lernen. Dass er natürlich einen der besten „Schuppen“ des Landes als Unterkunft reserviert hatte, wurde uns allen erst vor Ort klar. Der Ort Stare Splavny am Machasee hatte unserer Meinung nach in Tschechien den gleichen Stellenwert wie Rimini in Italien. Vor allem der nahe gelegene Wasserpark versprach eine Woche Spaß und Action.

1. Tag:

Das „K.H. Macha“-Hotel ist toll. Schnell gefunden, und nur 400 Meter zum See, tolle Zimmer (den Geruch im Badezimmer mal ausgenommen), alle Kinder mit Zugang zur Sonnenterrasse gut versorgt, und das Essen war auch sehr lecker. Circa 20 Minuten Anfahrt von „Rimini“ zur Zielwiese, die auch für die nächsten vier Tage unser Aufenthalt während der Läufe sein sollte. Erste zu nehmende Hürde: mit 17 teils mehr teils weniger fähigen Leuten ein Vereinszelt standfest aufzubauen.

Zum Start war es nicht allzu weit, also hatte noch jeder genug Energie für den Lauf. Der selbst war dann nicht so berauschend, da sehr steil, felsig und lang (die Brennnessel, in die ich reingefallen bin, darf man nicht vergessen). All das sind Attribute, die einen Lauf nicht gerade besser machen. Für den Zielsprint hatte sich Roland mal wieder einen Geschwindigkeitstest überlegt, der alle für das beim Volleyball am Abend zuvor gewählte Team ansprach, Punkte zu sammeln. Nach

der Rückfahrt zum Hotel ging es fast ohne Umwege zum nahe gelegenen Badensee, der ab 17 Uhr sogar freien Eintritt versprach. Was wir da am See sahen war toll: Sandstrand, zwei schnelle (und gefährliche!) Rutschen und einige Wasser-Obstacles, sowie einen Beachvolleyballplatz, der sich das Beach nicht wirklich verdient hatte - suchten wir doch von Zeit zu Zeit (typisch CZ) immer größere Steine aus dem Sand.

2. Tag:

Trotz der Hitze blieb uns am zweiten Tag bei dieser Etappe das Steile und Felsige erspart. Die Strecke forderte dafür aber mehr durch die Länge und den Schwierigkeitsgrad. Fast alle waren mit ihrem Lauf sehr zufrieden. Da es nach unserer Rückfahrt noch nicht 17 Uhr geschlagen hatte, musste am Hotel eine Zeitüberbrückung her: Roland - bekannt für einige „Späßchen“ wenn es um Spiele der besonderen Art geht - hatte ein Ass im Ärmel: Zwei Tretboote, 14 Akteure, ein großer See. Na, was wird da wohl die Aufgabe gewesen sein? Genau, Sand vom anderen Ende des Sees als Beweis für das Hinüberstrampeln zu bringen. Das Team „Ruhe“ mit Korbinian, Maria, Fabi, Markus, Hannah, Tobi und Seppi ging dabei natürlich als klarer Sieger hervor, denn mittelschwere technische Schwierigkeiten, das Boot aus dem „Hafen“ zu manövrieren (Verkeilung unterm Bootssteg - roter Kopf und Geschrei des Verleihers - Verzweiflung beim Team), warf das Team „Hektik“ mit Sebastian, Andrea, Daniela, Simon, Anna, Helena und Julia um Bootslängen zurück. Doch der Gaudifaktor war enorm.

3. Tag:

Dieser Tag war anders, da man zum Start über zwei Kilometer gehen musste, um in den Genuss einer Felsenstadt zu kommen. Hatten doch wirklich einige Verrückte in den Sandstein eine kleine Stadt gehauen und eine kleine Kapelle auch nicht vergessen. Dort zu laufen stellte sich teilweise als gefährliche Lotteriedeckelung heraus, da man nie wusste, ob man zehn Meter fällt, wenn man den nächsten Schritt wirklich noch machte. Aller-

dings wartete der Bahnleger auch mit einem Streckenteil auf, der aus der Stadt hinausführte. Ich, Korbinian, aber hatte das „Glück“ bei einer kurzen Postenkombination Bekanntschaft mit Erdwespen zu machen. Die Flucht vor denen war eher weniger glücklich: ein verstauchter Knöchel und damit kein Schritt mehr möglich. Doch es gab auch hilfsbereite Läufer, in diesem Fall eine junge, zierliche Spanierin, die mich ungelogen über einen Kilometer bergauf und huckepack ins Ziel getragen hat.

4. Tag:

Auf der vierten Etappe hieß es noch mal die Zähne „zambeiß“, ging es doch für einige noch um die Positionierung im Jagdstart. Geschafft hat es nur Anna in der D20, am Ende erreichte sie Rang fünf in der Gesamtwertung. Tag vier war auch dementsprechend läuferisch betont - es gab zur Abwechslung auch Posten, die nicht Stein, Felswand oder Felsturm waren. Für die Eliteläufer gab es wieder eine Sonderwertung, dieses Mal wurde die schnellste Abschnittszeit in einem Höhlen-Komplex mit einer Torte prämiert. Am Tag davor bekam der schnellste Zieleinlauf der D/H 10 eine kleine Prämie, an der zweiten Etappe hätten Maria und Anne ihr Chance mit einer Abschnittsbestzeit im fein kupierten Gelände bekommen, blieben aber leider nicht fehlerfrei.

5. Tag:

Der Regen des Vorabends meinte nun, er müsste noch einen Tag länger bleiben und uns den bisher schönen Eindruck dieses Trainingslagers etwas vermiesen, was aber bei der Stimmung unserer Truppe nicht gelang. Und als es langsam zum Starten ging, wurde auch das Wetter wieder schöner, was unsere eh schon gute Stimmung noch etwas hob. Der Jagdstart war einigermaßen chaotisch, da die Damen Karten links lagen, aber manche Damen rechts startete, also kreuzten sich die Wege zwangsläufig im Startbereich. Auch die „Zettelwirtschaft“ mit länglichen, kleinen Abschnitten für jeden Läufer zur Kontrolle war ausbaufähig.

Das Gelände des letzten Laufes war sehr sumpfig, was durch den Regen der Nacht noch verstärkt wurde. Der letzte Posten kam den Bier-OL-Staffelläufern des Vorabends (Simon, Sebastian und Fabian) merkwürdig bekannt vor.

Nach dem Abbau des Zelttes traten wir zwar durchnässt, aber doch sehr zufrieden die Heimreise an.

von Korbinian Lange und Fabian Scheler



Gesamtergebnis Damen 14 (27 Teilnehmerinnen):

1.	Kubinova Veronika	Slovan Karlovy	32:16	34:30	29:36	36:27	28:14	161:03 min
11.	Gruber Andrea	SV Mietraching	51:20	44:36	60:27	57:25	40:19	254:07 min

Gesamtergebnis Damen-16 (27 Teilnehmerinnen):

1.	Stickova Anna	Loko Liberec	44:50	38:05	24:55	40:55	34:58	183:43 min
13.	Bastian Helena	SV Mietraching	54:22	58:22	42:41	54:31	53:01	262:57 min
15.	Kühne Hannah	SV Mietraching	56:18	74:17	43:31	52:41	42:31	269:18 min

Gesamtergebnis Damen-18 (25 Teilnehmerinnen):

1.	Bofanikova Karolina	SK Kamenice	49:55	40:53	31:20	43:20	39:46	205:14 min
15.	Gruber Daniela	SV Mietraching	97:19	59:29	62:12	62:43	60:19	342:02 min
21.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	97:53	77:24	64:06	85:43	69:48	394:54 min

Gesamtergebnis Damen-20 (32 Teilnehmerinnen):

1.	Indrakova Adelka	Zabovresky Brno	50:26	39:32	32:15	46:17	42:18	210:48 min
8.	Biller Anna	SV Mietraching	52:37	47:00	45:03	51:26	45:14	241:20 min
14.	Lange Maria	SV Mietraching	59:02	51:03	61:19	58:36	50:12	280:12 min

Gesamtergebnis Damen-40 (53 Teilnehmerinnen):

1.	von Gaza Anke	OLV Uslar	46:37	35:10	33:10	36:13	42:23	193:33 min
	Vogl Karin	SV Mietraching	disk	disk	disk	52:59	67:44	disk

Gesamtergebnis Herren-14 (30 Teilnehmer):

1.	Jezek Ondrej	SKOB Slany	44:25	42:30	26:41	35:43	32:46	182:05 min
16.	Penzkofer Tobias	SV Mietraching	98:57	47:12	56:16	63:32	54:57	320:54 min
	Lange Korbinian	SV Mietraching	78:16	43:27	disk	dns	39:31	disk

Gesamtergebnis Herren-16 (46 Teilnehmer):

1.	Kettner Vojtech	SK Kamenice	48:51	36:56	25:40	46:55	43:12	201:34 min
31.	Penzkofer Markus	SV Mietraching	100:38	61:03	64:16	84:49	86:19	397:05 min
	Frankl Josef	SV Mietraching	disk	98:16	59:00	136:56	117:37	deisk

Gesamtergebnis Herren-21 A (58 Teilnehmer):

1.	Kobr Tomáš	Jablonec nad NIS	82:07	60:58	38:47	69:10	70:53	321:55 min
30.	Aigner Simon	SV Mietraching	115:40	94:26	59:40	102:33	89:47	462:06 min

Gesamtergebnis Herren Elite (66 Teilnehmer):

1.	Kubát Pavel	Hradec Kralové	73:30	71:10	40:30	70:42	70:59	326:51 min
17.	Lange Sebastian	SV Mietraching	88:08	89:18	52:15	86:36	87:27	403:44 min

Gesamtergebnis Herren-40 (45 Teilnehmer):

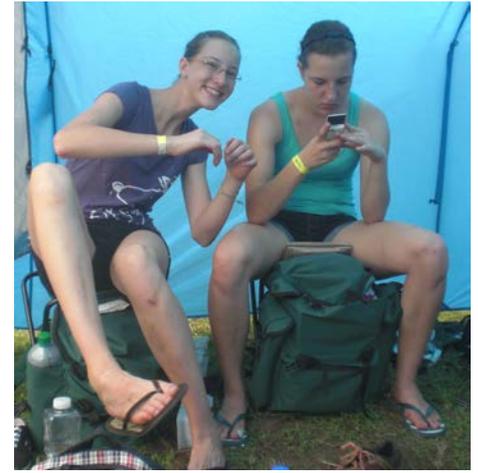
1.	Stockmayer Michael	Wiener Neustadt	58:34	42:55	28:14	47:50	53:53	231:26 min
5.	Vogl Roland	SV Mietraching	82:44	59:40	43:04	67:43	62:36	315:47 min

Gesamtergebnis Herren-55 (37 Teilnehmer):

1.	Uher Petr	USK Praha	61:19	34:54	26:41	35:16	35:09	193:19 min
28.	Lange Peter	SV Mietraching	105:52	78:02	64:22	60:41	70:26	379:23 min







Elite Weltmeisterschaft in Frankreich 13.-21. August 2011

Die Orientierungslauf-Weltmeisterschaften in Frankreich endeten nach sechs Wettkampftagen mit den Staffelläufen. Erstmals bei einer Elite-WM dabei war auch die für den SV Mietching startende Anna Biller. Obwohl noch Juniorin, qualifizierte sie sich für die WM im französischen Sovoie.

Zum Einsatz kam Anna auf der Mitteldistanz, ihrer Paradedisziplin, und beim Sprint.

Am 14. August nachmittags startete sie auf die technisch und läuferisch sehr anspruchsvolle Bahn über 2,9 Kilometer und 140 Höhenmeter in der Nähe von St. Francois de Sales. Der 18jährigen gelang ein ordentlicher Lauf, wenn auch nicht fehlerfrei, und der Platz 24. Dies reichte aber leider nicht aus für eine Endlaufteilnahme, was Anna auf Grund des schwierigen Geländes ohnehin nicht erwartet hatte. Die Analyse nach dem Wettkampf im

Zielbereich fiel trotzdem überwiegend positiv aus. Neben Mannschaftskollegin Christiane Tröbe (Ilmenau) schafften aber auch die deutschen Herren in ihren jeweiligen Vorläufen der Mitteldistanz nicht den Sprung unter die Top 15, was den Einzug ins Finale bedeutet hätte. Den WM Titel holte sich der weltbeste Läufer der letzten Jahre über Mitteldistanz Thierry Gueorgiou aus Frankreich mit einem überragenden Rennen. Bei den Damen gewann Helena Jansson aus Schweden.

Am 16. August vormittags wurden die Qualifikationsläufe für den Sprint ausgetragen. Ab 9 Uhr begaben sich die Damen auf die rund 2,7 Kilometer lange Sprint-Strecke in Aix les Bains. Etwa eine halbe Stunde später folgten die Herren im rund 2,8 Kilometer langen Rennen.





Den Anfangsteil der Bahn, der durch parkähnliches Gelände führte, absolvierten die deutschen Nationalläufer noch ohne große Probleme. Der zweite Streckenabschnitt in detailreichem Gelände bereitete mehr Schwierigkeiten. Anna unterliefen zwei kleine Routenwahlfehler und auch ihre beiden männlichen Kollegen verloren an einer Postenverbindung für Sprintverhältnisse sehr viele Sekunden. Auf der lauffonten Strecke am Schluss war diese Zeit dann nicht mehr aufzuholen. Das war gerade für die junge Deutsche sehr bitter, da ihr im Ziel nur 58 Sekunden zur Finalteilnahme fehlten. Sie belegte den 19. Platz in

ihrem Vorlauf.

Die Goldmedaille im Sprint bei den Herren erlief mit souveränem Vorsprung der Schweizer Daniel Hubmann. Bei den Damen gab es einen Dreifach-Erfolg für Schweden; es siegte Linea Gustafsson vor Helena Jansson und Lena Eliasson. Als einziger deutscher Starter hatte sich Bjarne Friedrichs für ein Finale qualifiziert, und zwar über die Langdistanz. Er zog sich auf der schwer belaufbaren Bahn über 15,9 Kilometer und 690 Höhenmeter mit 31 Posten bei seinem ersten Finalstart einer WM achtbar aus der Affäre. Bei den Herren gab es eine weitere Goldmedaille für den Franzosen Thierry Gueorgiou

und bei den Damen holte sich Annika Billstam aus Schweden den Titel.

Nachdem sie für die Langdistanz nicht vorgesehen war und Deutschland bei den Damen keine Staffel stellte, war für Anne Biller die Weltmeisterschaft als Aktive damit auch zu Ende.

Aber sie war keineswegs enttäuscht. Sie zeigte zwei ordentliche Läufe und war sich sicher, dass eine Finalteilnahme nur bei optimalen Leistungen möglich gewesen wäre.

Die Staffeltitelmeisterschaften am letzten Wettkampftag gewannen Finnland bei den Damen und Frankreich bei den Herren.



Die Stimmung während der Meisterschaften glich aufgrund der zahlreichen Fans aus dem In- und Ausland einem Hexenkessel. Zu jeder Zeit hatte man vor Ort das Engagement der französischen Gastgeber gespürt, sie boten sehr anspruchsvolle und für Zuschauer sicher beeindruckende Titelkämpfe.

Anna kam mit vielen neuen Eindrücken wieder gesund zu Hause an. Sie hatte bei der WM für den Weg ihrer noch jungen Orientierungslauf-Karriere viel dazu gelernt.

Jugendländervergleichskampf in Leinzell 09. - 11. September 2011

Einen sehr spannenden Jugend- und Junioren-Ländervergleichskampf lieferten sich 330 Nachwuchsläufer in Leinzell (Baden-Württemberg) - darunter das bayerische Team mit 45 Sportlerinnen und Sportlern. Mit dabei natürlich wieder eine großer Teil des Mietrachinger OL-Nachwuchses.

Da die Bayern diese Jahr zum ersten Mal als Titelverteidiger zu einem JLVK reisten, war die Zielsetzung des neuen Kadertrainers Uwe Weid klar: „Wir wollen auf alle Fälle unter den ersten Drei landen. Wenn es normal läuft, sollten wir sogar Rang zwei schaffen.“ Dass es sehr schwer werden würde, den ehemaligen Seriensieger aus Sachsen nach dem Riesenerfolg im heimischen Gelände von Deggendorf anno 2010 wiederholt zu schlagen, war vielen klar. Trotz dieser Favoritenstellung - oder genau deswegen - mangelte es bei der weißblauen Abordnung nicht an Motivation.

Der Einzellauf am Samstag wird vielen als äußerst fordernd und vor allem wegen der spätsommerlichen Hitze als Kräfte zehrend in Erinnerung bleiben. So beschwerten sich die Funktionäre des Niedersächsischen Turnverbands dann auch in der Teamleitersitzung, „dass die Strecken doch gar so lang und schwer waren.“ Kein Problem für die Bayern, die mit einem Tagessieg der favorisierten WM-Teilnehmerin Anna Biller in der D-20 und dem dritten Platz durch Josephine Greiner gleich Mal 24 Punkte für die Gesamtwertung einfuhren.

Die meisten Punkte gab es wegen dem großen Starterfeld in der H-14 zu holen. Auch hier hatten die Bayern mehrere heiße Eisen im Feuer, die den in sie gesetzten Erwartungen auch voll gerecht wurden. Lukas Janischowsky (OLG

Regensburg) und der Mietrachinger Korbinian Lange alias „Ray Ban“ mussten nur einem badischen Starter den Vortritt lassen und kassierten zusammen 39 Punkte, den Höchstwert in einer Kategorie des gesamten Wochenendes.

Bei der Siegerehrung am Abend, bei der die Delegation aus dem Freistaat traditionell in Lederhose und Dirndl auftrat, war nach Addition aller erreichten Punkte aus dem Einzellauf schnell klar, dass der zweite Platz vorerst gesichert war. Ganz vorne hatten die Sachsen schon einen großen Vorsprung herausgelaufen, doch nur fünf Punkte hinter dem BTV rangierten die Niedersachsen in Lauerstellung.



Wie immer musste beim einzigen für den Nachwuchs konzipierten Saisonhöhepunkt die Staffel am Sonntag entscheiden. Kadertrainer Uwe Weid schärfte noch einmal die Sinne für diese spezielle Wettkampfform, bei der mit viel Gegnerkontakt und verschiedenen Versatzposten die Spannung vorprogrammiert war. Für uns Bayern galt es, den zweiten Platz zu sichern. Abermals sicher und dennoch nur hauchdünn siegte die Staffel der H-14 Youngsters. „Wir können mit dem Sieg unserer Jungs wirklich sehr zufrieden sein“, äußerte sich der mitgereiste Landesfachwart und BTV-Vize Alfons Ebneith sichtlich zufrieden. Lediglich zehn Sekunden Vorsprung auf Thüringen rettete der Schlussläufer und erfolgreichste Bayer des Wochenendes Lukas Janischowsky ins Ziel.

Viel deutlicher hätte der Sieg der haushoch favorisierte Juniorinnen ausfallen sollen. Doch gleich der erfahrenen Startläuferin Josephine Greiner (TSV Grünwald) passierte das, was jeder Landesverband in der Staffel vermeiden will: ein Fehlstempel! Damit waren sichere 15 Punkte für die Gesamtwertung dahin, doch nun war der Kampfgeist des restlichen Teams geweckt. Ein weiterer Podiumsplatz in der D-14 zeugte vom Willen des D-Kaders. Bei der abschließenden Siegerehrung wurde mit Spannung auf das Gesamtergebnis gewartet.

Als der bayerische Name schon bei Rang drei fiel, war der weiß-blaue Jubel dennoch groß. So war auch der „Landesvater“ des bayerischen OLs in seiner Abschlussrede an die jungen Sportler äußerst glücklich: „Das was ich, und vor allem ihr euch erwartet habt, ist gelungen, und wir können mit dem dritten Platz ausgesprochen zufrieden sein. Ich jedenfalls bin sehr stolz auf unser Team. Natürlich wäre der zweite Platz - schöner noch die Ehrung unserer Damenstaffel mit ihrem grandiosen Sieg - gewesen. Aber so ist halt das ureigenste Wesen des Orientierungslaufs“, lobte Alfons Ebnetz den nun schon sechsten JLVK-Podiumsplatz in Folge.
 Bericht von Fabian Scheler



Einzellauf Damen-14 (33 Teilnehmerinnen):

1.	Birte Friedrichs	Niedersachsen	33:11 min
2.	Dorothea Müller	Sachsen	36:50 min
3.	Sarah Grimm	Hessen	44:01 min
	Andrea Gruber	Bayern	Fehlst.

Einzellauf Damen-16 (27 Teilnehmerinnen):

1.	Patricia Nieke	Sachsen	49:13 min
2.	Susanne Otto	Sachsen-Anhalt	58:08 min
3.	Carla Mühlstein	Hessen	60:26 min
13.	Helena Bastian	Bayern	74:02 min
14.	Hannah Kühne	Bayern	75:38 min

Einzellauf Damen-18 (22 Teilnehmerinnen):

1.	Resi Rathmann	Thüringen	54:08 min
2.	Jessica Drese	Niedersachsen	57:19 min
3.	Theresa flechsig	Sachsen	61:00 min
19.	Julia Penzkofer	Bayern	94:25 min

Einzellauf Damen-20 (19 Teilnehmerinnen):

1.	Anna Biller	Bayern	57:55 min
2.	Susen Lösch	Thüringen	60:57 min
3.	Josephine Greiner	Bayern	62:47 min
6.	Maria Lange	Bayern	74:42 min



Einzellauf Herren-14 (49 Teilnehmer):

1.	Erik Döhler	Baden	29:38 min
2.	Lukas Janischowsky	Bayern	32:38 min
3.	Korbinian Lange	Bayern	36:10 min
39.	Tobias Penzkofer	Bayern	59:50 min

Einzellauf Herren-16 (35 Teilnehmer):

1.	Noritz Döllgast	Saarland	50:11 min
2.	Julius Nitsche	Sachsen	55:01 min
3.	Mark Otto	Berlin	55:05 min
26.	Markus Penzkofer	Bayern	91:35 min

Einzellauf Herren-20 (31 Teilnehmer):

1.	Christoph Prunsche	Westfalen	59:17 min
2.	Florian Flechsig	Sachsen	63:40 min
3.	Paul Kossack	Sachsen	67:55 min
16.	Lukas Kühne	Bayern	89:20 min

Staffel D13-14 (13 Teams):

1.	Niedersachsen	1:17:26 Std.
2.	Sachsen	1:23:48 Std.
3.	Bayern	1:25:11 Std.

Silvia Casanova 25:27 / Marei Lehner 32:47 / Andrea Gruber 26:57

Staffel D 15-18 (12 Teams):

1.	Sachsen	1:29:55 Std.
2.	Hessen	1:34:53 Std.
3.	Niedersachsen	1:43:36 Std.
7.	Bayern	1:59:56 Std.

Helena Bastian 33:29 / Staphie Fischer 36:04 / Laura Späth 50:23

8.	Bayern	2:12:49 Std.
----	--------	--------------

Julia Penzkofer 41:58 / Emilia Kolehmainen 48:44 / Hannah Kühne 42:07

Staffel D 19-20 (5 Teams):

1.	Sachsen	2:11:27 Std.
2.	Sachsen	2:31:32 Std.
3.	Westfalen	3:13:36 Std.
	Bayern	disk

Josephine Greiner disk / Maria Lange 44:28 / Anna Biller 39:43



Staffel H 13-14 (16 Teams):

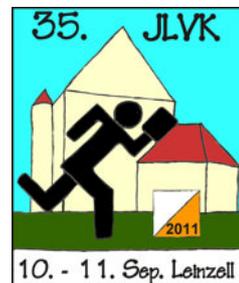
- | | | |
|-----|---|--------------|
| 1. | Bayern | 1:18:02 Std. |
| | Korbinian Lange 30:05 / Tobias Spangenberg 23:48 / Lukas Janischowsky 24:09 | |
| 2. | Thüringen | 1:18:12 Std. |
| 3. | Baden | 1:23:49 Std. |
| 10. | Bayern | 1:49:37 Std. |
| | Tobias Penzkofer 32:24 / Tim Vogler 42:33 / Sebastian Vetter 34:40 | |

Staffel H 15-16 (13 Teams):

- | | | |
|-----|--|--------------|
| 1. | Sachsen | 1:32:50 Std. |
| 2. | Niedersachsen | 1:33:21 Std. |
| 3. | Hessen | 1:36:58 Std. |
| 11. | Bayern 2 | 3:08:28 Std. |
| | Fabian Rauscher 52:34 / Julian Nürnberger 71:16 / Markus Penzkofer 64:38 | |

Staffel H 19-20 (10 Teams):

- | | | |
|----|---|--------------|
| 1. | Sachsen | 2:09:31 Std. |
| 2. | Westfalen | 2:12:47 Std. |
| 3. | Baden | 2:17:27 Std. |
| 4. | Bayern | 2:25:25 Std. |
| | Kilian Vernickel 46:31 / Lukas Kühne 53:44 / Fabian Scheler 45:10 | |



DM Staffel in Moosach 17. September 2011

In den Wäldern rund um Moosach fand die Deutsche Staffelmeisterschaft der Orientierer statt. Rund 600 Teilnehmer waren der Einladung des Veranstalters TSV Grünwald gefolgt, darunter auch einige des SV Mietraching.

Die Mietrachinger Damen-Elite-Staffel war neu formiert worden. Startläuferin war Birgit Kern, Neuzugang aus Schwaben. Sie konnte sich innerhalb der 16 Staffeln gut behaupten und nach einem sehr souveränen Lauf auf dem zweiten Platz liegend an Maria Lange übergeben. Diese lieferte sich ein Kopf-an-Kopf-Rennen mit Judith Pfleger von der Gundelfinger Turnerschaft. Auf der Schlusschleife unterlief Maria ein Richtungsfehler, der eine Minute kostete.

te. Somit konnte sie Anna Biller nur auf Rang drei auf die Verfolgung von Dresden und Gundelfingen schicken. Doch auch die diesjährige Weltmeisterschaftsteilnehmerin musste all ihr Orientierungstechnisches und läuferisches Geschick aufbieten, um gegen die starken Gegnerinnen aufzuholen. Doch noch vor dem Sichtposten konnte sie Gundelfingens Schlussläuferin Maïke Jaeger überholen und die Silber-Medaille herauslaufen.

Ein interessantes Rennen lieferten die Jungs der Altersgruppe H-14 ab. Als Mietrachinger Startläufer ging Korbinian Lange ins Rennen und konnte auf der 2,6 Kilometer langen Strecke seine gute Technik ausspielen. Nach nur 15

Minuten erschien er als Erster am Sichtposten. Auch die letzten Posten absolvierte er ohne Fehler und kam wieder als Führender aus dem Wald. Im Zieleinlauf zur Wechselzone wurde er von Berlin überholt, so dass der zweite Läufer, Tobias Penzkofer, drei Sekunden Rückstand hatte. Nach schnellem und konstantem Lauf von Tobi lag Mietraching immer noch auf Platz zwei. Schlussläufer Tobias Bretzendorfer hatte am Anfang leichte Probleme, sich in die Karte einzulesen und musste Staffel um Staffel an sich vorbei ziehen lassen. Nach der Hälfte des Rennens aber fand er seinen Rhythmus und konnte sein Team auf Platz sechs laufen.

Die Rahmen-Staffel der Mietrachinger mit Julia Penzkofer, Karin Vogl und Daniela Gruber konnte sich nach anfänglichem achten Platz immer weiter nach vorne arbeiten. Am Ende stand aber der undankbare vierte Rang zu Buche.

Nicht so gut lief es für die D-18 Staffel. Die 14-jährige Andrea Gruber wurde eine Kategorie nach oben „gezogen“, damit ein Team gestellt werden konnte. Startläuferin Helena Bastian lief aus einer Unachtsamkeit heraus mit dem Kopf gegen einen

Baum und übergab als Letzte an Andrea Gruber, die keine Plätze gut machen konnte. Hannah Kühne musste als Schlussläuferin volles Risiko gehen, doch dies wurde ihr zum Verhängnis: Ein Fehlstempel warf die Staffel aus dem Rennen.

Dramatischer lief das Rennen für die H-145 Staffel. Es waren die drei Senioren Jens Hartmann, Peter Lange und Georg Biller am Start. Hartmann war bis zum Sichtposten zufrieden stellend im Mittelfeld platziert, aber auf der Schlussrunde fiel er mit dem Gesicht in einen zuge wachsenen Wildzaun und verletzte sich..

Mit einer klaffenden Wunde an der Nasenwurzel musste er sofort ins Krankenhaus gebracht werden, dort wurde er mit mehreren Stichen genäht. Anscheinend ist das eine „Hartmannsche Tradition“.

Die Siegerehrung am Abend war aber wohl die beste, was wir beim Orientierungslauf je erlebt hatten. Ausreichende Sitzplätze, sowie gut organisierte Essensausgabe ohne lange Wartezeit kam bei den Gästen genauso gut an wie die Präsentation der Bilder des Wettkampfes und die kurzweilige wie flotte, mit bayerischem Flair untermalte Siegerehrung.





Damen-Elite Staffeln (16 Teams):

1. USV TU Dresden 2:02:40 Std.
2. SV Mietraching 2:09:24 Std.
Birgit Kern 45:12 / Maria Lange 45:33 / Anna Biller 38:39
3. Gundelfingen 2:10:17 Std.

Damen-18 Staffeln (9 Teams):

1. USV TU Dresden 1:51:00 Std.
2. USV Jena 1:55:48 Std.
3. OSC Kassel 1:59:59 Std.
SV Mietraching disk
Helena Bastian 57:58 / Andrea Gruber 65:59 / Hannah Kühne Fehlst.

Herren-14 Staffeln (12 Teams):

1. OL G Saar 1:06:00 Std.
2. USV TU Dresden 1:10:42 Std.
3. USV Jena 1:12:16 Std.
6. SV Mietraching 1:20:31 Std.
Korbinian Lange 20:18 / Tobias Penzkofer 25:30 / Tobias Bretzendorfer 34:45

Herren-145 Staffeln (16 Teams):

1. USV TU Dresden 1:43:56 Std.
2. Planeta Radebeul 1:52:50 Std.
3. Treptower SV 1:56:00 Std.
SV Mietraching disk.
Jenas Hartmann Aufg. / Peter lange 75:22 / Georg Biller N.Ang.

Rahmen kurz Staffeln (20 Teams):

1. TOLF Berlin 0:59:29 Std.
2. USV TU Dresden 1:27:03 Std.
3. OLG Saar 1:27:20 Std.
4. SV Mietraching 1:39:49 Std.
Julia Penzkofer 36:40 / Karin Vogl 21:28 / Daniela Gruber 41:41



Bundesranglistenlauf in Moosach 18. September 2011

Einen unangenehmen Wetterumschwung erlebten die Teilnehmer dann am Sonntag. Der weiß-blaue bayerische Himmel des Vortages hatte sich in eine graue Wolkendecke verwandelt, aus der es immer stärker anfang zu regnen. Bei nasskaltem Wetter mit Temperaturen von nur noch etwas mehr als 10 Grad verwandelten sich Teile der Zielwiese und des Zieleinlaufes in Schlammlöcher und Rutschbahnen. Die völlig durchnässt aus dem Wald kommenden Teilnehmer gaben dennoch ihr Bestes und ließen sich vom schlechten Wetter die Laune nicht verderben.

Auf die Eliteklassen und die Junioren wartete beim World Ranking Event eine sehr gut gelegte Mitteldistanz-Bahn, bei der fast ausschließlich quer gelaufen werden musste, ohne dass gleichzeitig Routenwahlprobleme gefehlt hätten. Der stellenweise offene, gut belaubte aber manchmal auch ruppige Wald verlangte den Läufern zudem Kompassgefühl und Kondition gleichermaßen ab. Bei den Herren gewann WM Finalist Bjarne Friedrichs (MTV Seesen) und bei den Damen lief Karin Schmalfeld einmal mehr zu einem ungefährdeten Sieg. Die 18jährige Anna Biller konnte sich im großen Starterfeld behaupten und sich nach einem fast fehlerfreien Lauf auf Platz sechs platzieren.

Die Nachwuchs- und Seniorenkategorien kämpften währenddessen auf einer Langdistanz um BRL-Punkte. Auch hier hatten die Bahnleger des TSV Grünwald anspruchsvolle Bahnen mit interessanten Verbindungen ins kupperte Gelände gezaubert, die Orientierungs- und Laufvermögen forderten. Doch auch beim Drumherum setzte der ausrichtende TSV Grünwald Maßstäbe: ein gut organisierter Kinderhort, eine Vereinszelt-Transportmöglichkeit, große Vielfalt beim Kuchenverkauf und kostenlose Massageangebote der Berufsfachschule für Physiotherapie Traunstein rundeten neben der bereits erwähnten gelungenen Abendveranstaltung das Wettkampfwochenende in Bayern ab.

Damen-Elite (27 Teilnehmerinnen) 5,1 km / 140 Hm / 17 P.:

1.	Karin Schmalfeld	Halle-Ammendorf	38:27 min
2.	Meike Jaeger	Gundelfingen	41:51 min
3.	Anna Reinhardt	USV TU Dresden	42:24 min
6.	Anna Biller	SV Mietraching	44:00 min

Damen-14 (12 Teilnehmerinnen) 2,6 km / 70 Hm / 12 P.:

1.	Dorothea Müller	Post SV Dresden	21:01 min
2.	Karolin Kühnhold	WSV Braunlage	21:33 min
3.	Pia Schoffer	USV TU Dresden	21:39 min
9.	Andrea Gruber	SV Mietraching	29:58 min

Damen-16 (20 Teilnehmerinnen) 3,9 km / 80 Hm / 12 P.:

1.	Leonore Winkler	USV Jena	32:59 min
2.	Carla Mühlstein	OSC Kassel	38:50 min
3.	Susanne Otto	Lok Magdeburg	38:54 min
5.	Hannah Kühne	SV Mietraching	41:21 min
7.	Helena Bastian	SV Mietraching	44:21 min

Damen-18 (17 Teilnehmerinnen) 5,7 km / 140 Hm / 15 P.:

1.	Sabine Rothaug	OSC Kassel	48:08 min
2.	Corinna Nieke	USV TU Dresden	49:51 min
3.	Theresa Flechsig	USV TU Dresden	53:06 min
11.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	77:24 min
	Daniela Gruber	SV Mietraching	Aufg.

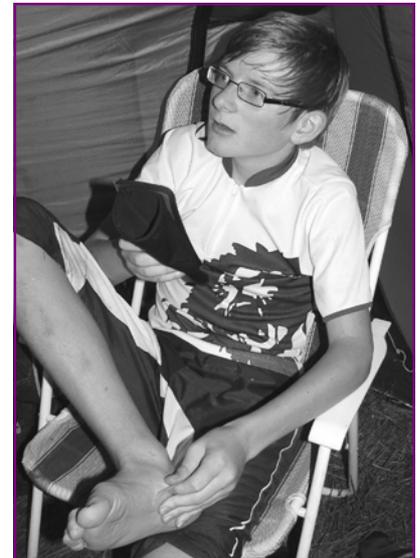


Damen-40 (15 Teilnehmerinnen) 4,8 km / 140 Hm / 16 P.:

1.	Ekaterina Zelenina	USG Chemnitz	51:41 min
2.	Milena Grifoni	OLG Regensburg	57:16 min
3.	Renate Hirschmiller	TGV Horn	59:09 min
9.	Karin Vogl	SV Mietraching	78:26 min

Herren-14 (32 Teilnehmer) 2,6 km / 70 Hm / 12 P.:

1.	Colin Kolbe	Eintracht Dortmund	17:56 min
2.	Erik Döhler	Karlsruhe-Rüppurr	18:55 min
3.	Matthäus Steudler	OL Görlitz	18:58 min
8.	Korbinian Lange	SV Mietraching	20:20 min
22.	Tobias Penzkofer	SV Mietraching	31:34 min
25.	Tobias Bretzendorfer	V Mietraching	35:59 min



Bayerische Meisterschaft Mitteldistanz auf der Rusel

24. September 2011

Der „OL-Gott“ hatte es in diesem Jahr mit dem SV Mietraching sehr gut gemeint, denn bei traumhaftem Spätsommerwetter fanden 120 bayerische Orientierer den Weg auf die Rusel, wo der SV Mietraching Ausrichter der Meisterschaft über die Mitteldistanzstrecke war.

Bahnleger Roland Vogl hatte für die Wettkämpfe das eher flachere, aber sehr detailreiche Gelände rund um den Gessinger-Stein gewählt. Anfangs gab es größere Postenabstände, doch im Schlussteil der Strecken hatten fast alle Kategorien mit kurzen Postenabständen im unübersichtlichen Gebiet zu kämpfen, woraus auch viele Ori-

entierungsfehler resultierten, und so waren die kurzen Strecken kein Garant für kurze Laufzeiten.

Da fast alle Mietrachinger in die Vorbereitung und Abwicklung der Veranstaltung eingebunden waren, konnten nur wenige SVM-Orientierer an den Start gehen, doch am Ende sprangen trotzdem drei Gold-, eine Silber- und zwei Bronzemedaille dabei heraus.

Ungefährdete Siege für den SVM konnten Andrea Gruber (D-14), Korbinian Lange (H-14) und die Eliteläuferin Maria Lange einfahren.

Selbst eine Walking-Strecke wurde angeboten, doch bei dieser Bahn schoss Ro-

land ein wenig übers Ziel hinaus.. Alle hier Gestarteten hatten große Probleme, da die „Wege“ nur kleine unkenntliche Trampelpfade waren, und die Walker keinen Kompass als Orientierungshilfe dabei hatten. Doch am Ende fanden sich alle wieder im Zielgebiet ein, und zur Belohnung für ihre Anstrengung durften sie sich Kaffee und Kuchen abholen.

Die Siegerehrung fand gleich im Anschluss an den Wettkampf im Zielgebiet statt. Nach den einleitenden Worten von Landesfachwart Alfons Ebneith überreichte Bezirksfachwart Sebastian Lange die Medaillen an die Sieger.

Damen-14 (4 Teilnehmerinnen) 2,2 km / 80 Hm / 12 P.:

1.	Andrea Gruber	SV Mietraching	23:52 min
2.	Silvia Casanova	OLG Regensburg	30:03 min
3.	Marei Lehner	OLG Regensburg	44:52 min

Herren-14 (12 Teilnehmer) 2,2 km / 80 Hm / 12 P.:

1.	Korbinian Lange	SV Mietraching	17:34 min
2.	Lukas Janischowsky	OLG Regensburg	20:14 min
3.	Tobias Penzkofer	SV Mietraching	23:36 min
7.	Tobias Bretzendorfer	V Mietraching	30:46 min

Damen 15-18 (6 Teilnehmerinnen) 2,6 km / 85 Hm / 16 P.:

1.	Laura Späth	OLG Regensburg	31:01 min
2.	Helena Bastian	SV Mietraching	33:02 min
3.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	35:05 min
4.	Hannah Kühne	SV Mietraching	40:53 min
5.	Daniela Gruber	SV Mietraching	44:22 min

Herren 17-18 (6 Teilnehmer) 5,0 km / 155 Hm / 18 P.:

1.	Robin Ohme	OLA Deggendorf	44:45 min
2.	Valtteri Kolehmainen	TSV Grünwald	46:43 min
3.	Daniel Janischowsky	OLG Regensburg	48:52 min
	Josef Frankl jun.	SV Mietraching	Fehlst.



Damen-Elite (5 Teilnehmerinnen) 4,1 km / 125 Hm / 14 P.:

- | | | | |
|----|-----------------|------------------|-----------|
| 1. | Maria Lange | SV Mietraching | 48:30 min |
| 2. | Krämer Anna | TV Coburg Neuses | 56:43 min |
| 3. | Marie Schwanitz | OLA Deggendorf | 59:02 min |

Schüler-B (4 Teilnehmer) 2,0 km / 65 Hm / 9 P.:

- | | | | |
|----|----------------|----------------|-----------|
| 1. | Lara Geiger | SV Mietraching | 57:05 min |
| 2. | Yvonne Mindt | SV Mietraching | 50:22 min |
| 3. | Laetitia Lexen | OLG Regensburg | 86:36 min |

Offen-Mittel (4 Teilnehmer) 2,2 km / 80 Hm / 12 P.:

- | | | | |
|----|-----------------|------------------|-----------|
| 1. | Roland Huth | TV Coburg Neuses | 50:42 min |
| 2. | Verena Hektor | OLA Deggendorf | 56:35 min |
| 3. | Gabriele Dötsch | TV Coburg Neuses | 58:32 min |
| 4. | Simon und Maja | SV Mietraching | 60:35 min |



Bayerncup-Lauf in Schaufling 25. September 2011

Tags darauf gab es einen Langdistanz-Bayerncuplauf in den Wäldern oberhalb von Schaufling. Gestartet wurde am Klinikum Hausstein, so dass die Teilnehmer schon vor dem Wettkampf einen 20-minütigen Anstieg zu absolvieren hatten. Im sehr abwechslungsreichen Gelände gab es große Postenabstände, die die Läufer immer wieder vor Routenwahlprobleme stellten. Doch nicht nur gutes Orientierungsvermögen war von Nöten, denn auch viele Höhenmeter forderten die Kondition der Läufer. Die Streckendaten variierten von 2,1 Kilometer und 50 Höhenmeter bei den Jüngsten bis zu 8,6 Kilometer und 370 Höhenmeter in der Herren-Elite.

Mit ihren erneuten Tagessiegen bei den Damen- und Herren bis 14 Jahre unterstrichen Andrea Gruber und Korbinian

Lange ihre momentane sehr gute Form.

Bei den Juniorinnen Damen 15-18 mussten sich drei Mietrachinger nur knapp einer Läuferin aus Regensburg geschlagen geben.

Die Walking-Strecke wurde nach den Erfahrungen des Vortages kurzerhand in die D/H-12 Bahn umgewandelt, so dass alle Wanderer ein schönes Erlebnis mit einfachen Postenstandorten auf großen Wegen hatten. Der Dank dafür waren die Quittierung aller Kontrollposten und Zufriedenheit im Ziel.

Das schöne Wetter ließ viele Teilnehmer noch bis zur Siegerehrung bleiben und bescherte dem Veranstalter einen „sauberen“ und schnellen Abbau.



Damen-14 (2 Teilnehmerinnen) 3,3 km / 100 Hm / 11 P.:

1.	Andrea Gruber	SV Mietraching	38:36 min
	Silvia Casanova	OLG Regensburg	Aufg.

Herren-14 (12 Teilnehmer) 3,3 km / 100 Hm / 11 P.:

1.	Korbinian Lange	SV Mietraching	24:10 min
2.	Lukas Janischowsky	OLG Regensburg	27:19 min
3.	Riccardo Casanova	OLG Regensburg	30:16 min
7.	Tobias Penzkofer	SV Mietraching	35:51 min
10.	Tobias Bretzendorfer	SV Mietraching	58:29 min

Damen 15-18 (5 Teilnehmerinnen) 4,4 km 135 Hm / 11 P.:

1.	Laura Späth	OLG Regensburg	45:57 min
2.	Hannah Kühne	SV Mietraching	47:28 min
3.	Helena Bastian	SV Mietraching	60:55 min
4.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	64:02 min

Herren 17-18 (7 Teilnehmer) 7,3 km / 300 Hm / 24 P.:

1.	Daniel Janischowsky	OLG Regensburg	1:20:38 Std.
2.	Tobi Kuhn	OLG Regensburg	1:36:24 Std.
3.	Fabian Wittmann	MTV Bamberg	1:58:25 Std.
	Josef Frankl jun.	SV Mietraching	Fehlst.

Schüler-B (4 Starter) 2,1 km / 50 Hm / 8 P.:

1.	Laetitia Lexen / Elisa Prösl	OLG Regensburg	31:53 min
2.	Yvonne Mindt	SV Mietraching	41:23 min
3.	Daniel Cionoiu	TV Coburg Neuses	46:36 min



DM Langdistanz in Bad Harzburg 01. Oktober 2011

Mitten im Wald zwischen Bad Harzburg und Torfhaus hatte der MTK Bad Harzburg die diesjährigen deutschen Meisterschaften über die Langdistanz und das Deutschland-Cup-Staffelrennen organisiert.

Die Veranstaltung diente gleichzeitig als Generalprobe für die Senioren-Weltmeisterschaft im kommenden Jahr, die ebenfalls im Harz über die Bühne gehen soll, was schon bei diesen Wettkämpfen Spuren zeigte, da viele Gäste aus Finnland, Dänemark, Belgien, Polen und Russland den Weg in den Harz fanden, um das Areal für die WM 2012 „auszuspionieren“.

Das Gelände war typisch für den Harz: gut belaubter Wald, einige Hänge mit vielen Felsen und Steinen und ein großes Tal, das von einigen Kategorien mehrmals durchlaufen werden musste. Die steilen Hänge sorgten für den nötigen physischen Anspruch der Meisterschaftsstrecken, die Orientierungskomponente blieb dabei, abgesehen von einigen kniffligen Posten in kleineren Steinfeldern und Dickichten, leider zurück. Echte Routenwahlentscheidungen traten in den Hintergrund, da der zu überquerende Bach nur an eingezeichneten Passagen passiert werden durfte, allerdings war beim Anorientieren der Punktobjekte in den Hochwaldhängen genauer Kompasslauf und ein gutes Gefühl für die Höhen erforderlich, da sich die Laufkarte sehr detailarm präsentierte.

In den Eliteklassen gab es einige Überraschungen: Die Damenkategorie gewann Monika Depta von der OLG Siegerland überlegen mit zehn Minuten Vorsprung. Dauersiegerin Karin Schmefeld konnte sich den Bronzerang knapp hinter Christiane Tröbe sichern.

Bei den Herren konnte Christian Teich seinen Titel verteidigen, und Bjarne Friedrichs und Altmeister IngoHorst auf die weiteren Plätze verweisen.

Aber auch der SV Mietraching hatte ein „heißes Eisen“ im Medaillenfeuer: Weltmeisterschaftsteilnehmerin Anna startete genau wie Maria in der Kategorie Damen-20. Auf den Kräfte zehrenden acht Kilometer, die mit 345 Höhenmetern gespickt waren, mussten die beiden Damen 22 Posten anvisieren. Anna konnte ihre konstante Jahresleistung auch zum OL-Abschluss abrufen und lief souverän mit einer Laufzeit von 77:23 Minu-

ten zu Gold. Maria Lange musste ebenfalls all ihre Kräfte mobilisieren, um sich eine Medaille zu sichern, was am Ende mit dem Erreichen des Bronzeranges auch gelang.

Der 14-jährige Korbinian Lange wollte bei dieser Meisterschaft seine erste „deutsche“ Medaille. Bis kurz vor Ende des Rennens lag er nach einem tollen Lauf auch immer noch in Führung, doch die letzten drei Starter, die auch in der Bundesrangliste führten, konnten seine Zeit immer wieder toppen, so dass er sich mit dem undankbaren vierten Platz zufrieden geben musste, was ihm in diesem Jahr nun schon bei jeder Deutschen Meisterschaft (Sprint, Mittel, Lang) passierte.

Auch in der Damen-16 lief Hannah Kühne ein couragiertes Rennen und konnte sich nach fünf Kilometern und 59:23 Minuten auf Rang fünf einreihen.

Sebastian Lange wollte sein Startgeld voll auskosten und blieb dafür gleich mal über zwei Stunden im Wald, denn die sehr fordernde Strecke über 15 Kilometer und 655 Höhenmeter hatte 34 Posten aufzuweisen. Der Mietrachinger musste zur Mitte der

Strecke wieder am Zielgebiet vorbei kommen, wo die Eliteläufer einen Kartenwechsel vorzunehmen hatten. Hier war er noch recht frisch, doch im zweiten Streckenteil machten sich auch bei Sebastian die Anstrengungen des Laufes bemerkbar, so dass sich immer wieder kleinere Fehler einschlichen.

Am Ende landete er auf Platz 18.

Leider hatten es die Veranstalter nicht für nötig gehalten, den Weg vom Massenlager zur Kongresshalle, wo die Siegerehrung statt finden sollte, auszuschildern. Der SV Mietraching-Tross erkundete somit erstmal ganz Bad-Harzburg, um endlich im richtigen Saal zu landen. Dort steigerte sich dann der Unmut der Gäste von Minute zu Minute, da der organisierte Catering-Service es nicht auf die Reihe brachte, alle Gäste mit Essen und Getränken zu versorgen. Mancher wurde laut, andere verließen noch vor der Siegerehrung aus Protest den Saal.

Bei dieser Veranstaltung waren zwar fast 700 Läufer zu Gast, doch bei der WM im nächsten Jahr müssen die Harzburger mit einem Vielfachen an Gästen rechnen. Für die diesjährige Abendveranstaltung reichten die Plätze im Kongresssaal schon nicht aus, wie soll das dann im Jahr 2012 werden?



Damen-Elite (16 Teilnehmerinnen) 10,7 km / 380 Hm / 26 P.:

1.	Monika Depta	OLG Siegerland	1:15:04 Std.
2.	Christiane Tröbe	SV TU Ilmenau	1:25:34 Std.
3.	Karin Schmalfeld	Halle-Ammendorf	1:25:49 Std.

Herren-Elite (23 Teilnehmer) 15,3 km / 655 Hm / 34 P.:

1.	Christian Teich	Planeta Radebeul	1:36:18 Std.
2.	Bjarne Friedrichs	MTV Seesen	1:39:55 Std.
3.	Ingo Horst	TV 1898 Alsbach	1:41:22 Std.
18.	Sebastian Lange	SV Mietraching	2:09:14 Std.

Herren-21 lang (36 Teilnehmer) 11,8 km / 490 Hm / 26 P.:

1.	Freddy Burghardt	Post SV Dresden	1:27:42 Std.
2.	Falk Martin	USC Leipzig	1:30:42 Std.
3.	Thomas Rewig	USV TU Dresden	1:34:51 Std.
15.	Simon Aigner	SV Mietraching	1:52:30 Std.

Damen-14 (20 Teilnehmerinnen) 3,7 km / 100 Hm / 11 P.:

1.	Birte Friedrichs	MTV Seesen	28:32 min
2.	Karolin Kühnhold	WSV Braunlage	28:43 min
3.	Dorothea Müller	Post SV Dresden	29:23 min
12.	Andrea Gruber	SV Mietraching	43:23 min

Herren-14 (31 Teilnehmer) 4,0 km / 135 Hm / 14 P.:

1.	Matthäus Steudler	OL Görlitz	26:28 min
2.	Erik Döhler	Karlsruhe-Rüppurr	26:30 min
3.	Colin Kolbe	Dortmund 48/95	29:17 min
4.	Korbinian Lange	SV Mietraching	30:17 min

Damen-16 (15 Teilnehmerinnen) 5,1 km / 165 Hm / 16 P.:

1.	Patricia Nieke	USV TU Dresden	47:01 min
2.	Leonore Winkler	USV Jena	50:54 min
3.	Carla Mühlstein	OSC Kassel	51:42 min
5.	Hannah Kühne	SV Mietraching	59:23 min
10.	Helena Bastian	SV Mietraching	71:50 min

Damen-20 (5 Teilnehmerinnen) 8,0 km / 245 Hm / 22 P.:

1.	Anna Biller	SV Mietraching	77:23 min
2.	Anna Reinhardt	USV TU Dresden	80:27 min
3.	Maria Lange	SV Mietraching	86:50 min

Damen-19 kurz (58 Teilnehmerinnen) 4,4 km / 140 Hm / 13 P.:

1.	Elisa Kaufmann	USC Leipzig	37:03 min
2.	Marika Dobke	USC Leipzig	37:55 min
3.	Luise Kärger	TV 1898 Alsbach	38:31 min
27.	Karin Vogl	SV Mietraching	54:49 min
28.			



Herren-40 (35 Teilnehmer) 8,6 km / 370 Hm / 22 P.:

1.	Andreas Lückmann	Post SV Dresden	60:41 min
2.	Nils Chmiedeberg	Turbine Neubrandenburg	60:46 min
3.	Tilo Pompe	Robotron Dresden	64:50 min
9.	Roland Vogl	SV Mietraching	77:22 min

Herren-45 (67 Teilnehmer) 7,8 km / 335 Hm / 22 P.:

1.	Michael Finkenstädt	OLV Uslar	53:27 min
2.	Jens Struckmann	Braunschweiger MTV	59:06 min
3.	Jörg Eppendorfer	OL Görlitz	60:07 min
20.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	70:48 min

Herren-50 (46 Teilnehmer) 6,9 km / 310 Hm / 18 P.:

1.	Jens Leibiger	Post SV Dresden	54:19 min
2.	Emil Kimmig	TV Oberkirch	56:44 min
3.	Andreas Spengler	ESV Lok Dessau	59:36 min
29.	Uwe Genatis	SV Mietraching	81:33 min

Direkt-Mittel (18 Teilnehmer) 5,1 km / 165 Hm / 16 P.:

1.	Wolfgang Vilz	TV Eitelborn	59:38 min
2.	Holger Schierz	OL Görlitz	63:19 min
3.	Thomas Rothkegel	Post SV Dresden	63:42 min
4.	Peter Lange	SV Mietraching	79:04 min



Deutschland-Cup Staffel in Bad Harzburg 02. Oktober 2011

Da der SV Mietraching mit zwei Staffeln am Sonntag beim Deutschland-Cup ins Rennen ging, wurde durch die Ergebnisse der Langdistanz-Meisterschaft aufgestellt. In der ersten Staffel durften somit Sebastian Lange, Anna Biller, Korbinian Lange, Simon Aigner und Roland Vogl laufen. Die zweite Staffel wurde besetzt mit Emil Kimmig (Gastläufer aus der Schweiz), Hannah Kühne, Andrea Gruber, Julia Penzkofer und Maria Lange. 91 Staffeln starteten Punkt 10 Uhr zur offiziellen deutschen Vereinsmeisterschaft der Staffeln. Dabei galt es in den Hängen des Radautals nochmals alle Reserven zu mobilisieren und im direkten Kampf die entscheidenden Sekunden und Meter gegen die Konkurrenz gut zu machen.

Obwohl die Spitzenläufer die Zeitvorgaben von Bahnleger Christoph Hofmeister genau trafen, stellte sich im Laufe des Rennens doch heraus, dass die einzelnen Teilstrecken insgesamt etwas zu lang geraten waren, gerade im Hinblick auf den Umstand, dass die Leistungsdichte bei einer Fünfer-Vereinsstaffel eben doch sehr stark variiert.

Von Beginn an entwickelte sich auf den vorderen Rängen ein absolut spannendes Rennen und SVM-Startläufer Sebastian Lange hatte bei den ersten Posten immer Blickkontakt zur Spitze, doch dann trat er in ein zugewachsenes Erdloch und knickte um, was einen Bänderanriss und somit den Abbruch seines Rennens nach sich zog. Nach Absprache mit den Verantwortlichen durften seine Teammitglieder das Rennen nach 20minütiger Wartepause außer Konkurrenz wieder aufnehmen, doch die große Motivation war nicht mehr zu spüren, da man schon disqualifiziert war.

Die zweite Mietrachinger Staffel schlug sich mit Rang 49 beachtlich, wenn man bedenkt, dass alle Jugend- und Juniorenläuferinnen sind.



Deutschland-Cup Staffel (93 Staffeln):

1.	Post SV Dresden 1	2:52:58 Std.
2.	USV TU Dresden 1	2:59:43 Std.
3.	Post SV Dresden 2	3:01:41 Std.
49.	SV Mietraching 2	4:18:07 Std.
	Emil Kimmig	47:37 min
	Hannah Kühne	53:47 min
	Andrea Gruber	30:27 min
	Julia Penzkofer	62:16 min
	Maria Lange	64:00 min
Disk	SV Mietraching 1	Disk.
	Sebastian Lange	Fehlst.
	Anna Biller	38:43 min
	Korbinian Lange	24:15 min
	Simon Aigner	38:45 min
	Roland vogl	N. Ang.





Niederbayerische Meisterschaft in Altenthann 03. Oktober 2011

Es war ein bemerkenswertes Jubiläum, als am Nationalfeiertag mit der 40. Auflage der niederbayerischen Einzelmeisterschaften die traditionsreichste bayerische OL-Veranstaltung bei bestem Altweibersommerwetter durchgeführt wurde.

Sie stand erstmals unter der Regie des neuen OL-Bezirksfachwarts Sebastian Lange vom SV Mietraching, der die Wettkämpfe zeitgleich mit den Bezirksmeisterschaften der Oberpfalz austragen ließ. Ausrichtender Verein war die OLG Regensburg, die dazu ein hügeliges und detailreiches Gelände rund um das Ausflugslokal Bruckhäusl in der Nähe von Altenthann ausgewählt hatte, welches auch den Schauplatz für Start und Ziel bildete.

Von den elf Titeln konnte diesmal der OLV Landshut mit sechs Goldplätzen den Löwenanteil erringen, je zwei Titel konnten Aktive der OLA Deggendorf und des SV Mietraching erlaufen, ein Titel fiel zudem noch an den TV Osterhofen.

Von den Mietrachingern hatten sich sehr wenige für diesen Wettkampf gemeldet, da man ja erst in der Nacht zuvor aus Bad Harzburg zurückgekehrt war. Doch Cäcilia Penzkofer „packte“ ihr Auto voll mit OL-Nachwuchs, so dass eben einige Medaillen errungen werden konnten.

D-14 2,5 km / 130 Hm / 14 P.:

1. Andrea Gruber SV Mietraching 28:30 min

D15-18 3,7 km / 160 Hm / 17 P.:

1. Anna Schöps OLV Landshut 50:23 min

2. Julia Penzkofer SV Mietraching 63:00 min

D-35 3,7 km / 160 Hm / 17 P.:

1. Gertrud Liebl TV Osterhofen 51:22 min

2. Cäcilia Penzkofer SV Mietraching 97:20 min

H-14 2,5 km / 130 Hm / 14 P.:

1. Tobias Penzkofer SV Mietraching 30:31 min

2. Tobias Bretzendorfer SV Mietraching 42:04 min



ARGE ALP in Regensburg 08./09. Oktober 2011

Eine sehr gute Organisation, relativ gutes aber sehr kaltes Wetter und jede Menge zufriedene OL-Gäste aus Italien, Österreich und der Schweiz lauten das positive Fazit der ARGE ALP OL-Wettkämpfe bei Regensburg. Sowohl der schnelle Saffellauf als auch der technisch anspruchsvolle Einzel- und Staffellauf brachten den Organisatoren von der OLG Regensburg viel Lob ein und waren eine Werbung für den Deutschen OL-Sport.

Der Staffeltwettbewerb in Pettendorf begann zunächst mit etwas Chaos, da die kurzfristige Änderung bei der Zusammensetzung der Massenstartwellen nicht ausreichend bekannt gegeben worden war und so einzelne Staffeln zu spät den Kampf um die Sekunden aufnehmen konnten. Doch ebenso wie die dunklen Wolken sich auflösten, um statt den angekündigten Regenfällen ange-

nehmen Sonnenschein über dem Laufgelände zu verteilen, lösten sich auch die anfänglichen Organisationsschwierigkeiten in Wohlgefallen auf und der Ausrichter präsentierte den rund 600 Gästen einen anspruchsvollen, spannenden und hochwertigen Staffeltwettbewerb in einem schnellen, gut belaubten Waldgebiet.

Für den einzigen deutschen Tagessieg konnte hier die bayerische H14-Staffel sorgen, die in der Besetzung Korbinian Lange, Tobias Spangenberg und Lukas Janischowsky bereits den JLVK gewonnen hatte.

Die erfolgreichsten Staffeln stellte das Schweizer Team aus St. Gallen, die von zwölf Titel schon alleine sieben gewannen.

Vor der abendlichen Siegerehrung in der Sporthalle der Gemeinde Wald trafen sich die Mannschaftsführer zu einer Besprechung in den Räumlichkeiten des Rathauses. Nach dem Abendessen in der Sporthalle fand die feierliche Siegerehrung mit Ehrengästen der gastgebenden Gemeinde statt. Leider blieben viele Medaillengewinner der Siegerehrung fern, so dass die Bemühungen, diesem Wettkampf einen tollen Rahmen zu geben, nicht von allen richtig gewürdigt wurden.

Nach der Ehrung wurde der Zwischenstand der Arge Alp Wertung bekannt gegeben, bei der es mit St. Gallen und Tessin zwei punktgleiche Führende gab. Erfreulich aus bayerischer Sicht: Rang drei nach Tag eins.

Damen-14 Staffel (11 Teams):

- | | | |
|----|--------------|--------------|
| 1. | Ticino 2 | 1:16:50 Std. |
| 2. | Ticino 1 | 1:23:50 Std. |
| 3. | St. Gallen 1 | 1:23:53 Std. |
| 4. | Bayern 1 | 1:28:53 Std. |

Silvia Casanova 31:54 / Marei Lehner 27:15 / Andrea Gruber 29:44

Damen-18 Staffel (11 Teams):

- | | | |
|----|--------------|--------------|
| 1. | Graubünden 1 | 1:42:00 Std. |
| 2. | Trentino 1 | 1:54:35 Std. |
| 3. | Ticino 1 | 1:58:10 Std. |
| 8. | Bayern 2 | 2:16:14 Std. |

Julia Penzkofer 45:29 / Emilia Kolehmainen 47:46 / Lena Brückner 42:59

Damen-Elite Staffel (12 Teams):

- | | | |
|----|-------------------|--------------|
| 1. | St. Gallen 1 | 1:47:58 Std. |
| 2. | Ticino 1 | 1:48:47 Std. |
| 3. | Baden-Württemberg | 2:01:10 Std. |
| 5. | Bayern 1 | 2:09:53 Std. |

Anna Biller 37:01 / Maria Lange 40:58 / Britta Meißner 51:54



Damen-35 Staffel (9 Teams):

- | | | |
|----|--------------|--------------|
| 1. | Ticino 1 | 1:58:28 Std. |
| 2. | Graubünden 1 | 2:09:22 Std. |
| 3. | Bayern 1 | 2:14:10 Std. |
| 6. | Bayern 2 | 2:36:16 Std. |

Ulrike Neidiger Pohl 53:03 / Jana Ropertz 55:22 / Karin Vogl 47:51

Herren-14 Staffel (13 Teams):

- | | | |
|----|--------------|--------------|
| 1. | Bayern 1 | 1:14:12 Std. |
| 2. | St. Gallen 1 | 1:14:13 Std. |
| 3. | Ticino 2 | 1:20:55 Std. |

Korbinian Lange 22:43 / Tobias Spangenberg 28:56 / Lukas Janischowsky 22:33

Herren-35 Staffel (12 Teams):

- | | | |
|----|--------------|--------------|
| 1. | St. Gallen 1 | 1:49:17 Std. |
| 2. | Ticino 1 | 1:54:10 Std. |
| 3. | Bayern 1 | 2:04:57 Std. |

Malte Rehbein 39:44 / Roland Vogl 41:04 / Uwe Weid 44:09

Herre-45 Staffel (17 Teams):

- | | | |
|----|--------------|--------------|
| 1. | St. Gallen 1 | 1:35:00 Std. |
| 2. | Ticino 1 | 1:47:01 Std. |
| 3. | Trentino 1 | 1:49:00 Std. |
| 4. | Bayern 1 | 1:50:55 Std. |

Dieter Lexen 39:18 / Dirk Hartmann 36:09 / Thomas Scheler 34:55

- | | | |
|-----|----------|--------------|
| 14. | Bayern 3 | 2:48:12 Std. |
|-----|----------|--------------|

Peter Lange 64:49 / Hans-Joachim Riehl 47:03 / Georg Biller 56:20



Nach einer regenreichen Nacht kam pünktlich zum Einzellauf in Süssenbach die Sonne heraus und begrüßte die Länderteams im Felsenparadies. Die von Sprecher Wolfgang „Goggi“ Pötsch gelegten Bahnen erforderten durch ihre teils kernigen Anstiege Kraft und Kondition, die Namensgebenden zahlreichen Felspartien ständige Konzentration auf die Orientierungsarbeit.

Gegen die starke Konkurrenz insbesondere aus der Schweiz war für die bayerischen Teilnehmer kein einziger Tagessieg zu holen,

aber es gab vier Bronzemedailen.

Mit dem vierten Platz in der Regionenwertung holte die Mannschaft aus Bayern beim Heimspiel ihre bislang beste Platzierung. Den Sieg erlief sich insbesondere dank zahlreicher Erfolge beim Einzellauf die Mannschaft aus St. Gallen, zweiter wurde das nach dem Staffellauf noch punktgleiche Tessin. Den dritten Platz holte Vorjahressieger Trentino, das das nach dem ersten Tag drittplatzierte bayerische Team noch abfangen konnte.



Damen-14 (22 Teilnehmerinnen):

1.	Lea Balmelli	Ticino	31:23 min
2.	Fabienne Sandmeier	St. Gallen	32:07 min
3.	Anna Beltraminelli	Ticino	34:18 min
17.	Andrea Gruber	Bayern	53:50 min

Damen-18 (19 Teilnehmerinnen):

1.	Véronique Ruppenthal	Graubünden	56:11 min
2.	Viola Zagonel	Trentino	59:17 min
3.	Sabine Egli	Graubünden	61:50 min
9.	Julia Penzkofer	Bayern	77:30 min

Damen-20 (8 Teilnehmerinnen):

1.	Franziska Dörig	St. Gallen	46:19 min
2.	Elena Roos	Ticino	48:59 min
3.	Anna Biller	Bayern	53:11 min
5.	Maria Lange	Bayern	61:24 min

Damen-35 (18 Teilnehmerinnen):

1.	Lucie Rothauer	Salzburg	55:29 min
2.	Fränzi Hubmann	St. Gallen	63:06 min
3.	Meike Jaeger	Württemberg	63:13 min
10.	Karin Vogl	Bayern	78:59 min

Herren-14 (30 Teilnehmer):

1.	Florian L. Attinger	Graubünden	25:33 min
2.	Michael Imhof	St. Gallen	29:31 min
3.	Lukas Janischowsky	Bayern	30:25 min
9.	Korbinian Lange	Bayern	35:17 min

Herren-35 (23 Teilnehmer):

1.	Stefano Maddalena	Ticino	50:52 min
2.	Tiziano Boiani	Ticino	57:04 min
3.	Patrick Kunz	St. Gallen	59:54 min
6.	Roland Vogl	Bayern	69:28 min

Herren-45 (27 Teilnehmer):

1.	Christoph Hutzli	St. Gallen	48:34 min
2.	Enrico Casagrande	Trentino	53:21 min
3.	Roberto Tettamanti	Ticino	55:35 min
5.	Dirk Hartmann	Bayern	57:57 min

Herren-55 (30 Teilnehmer):

1.	Francesco Guglielmetti	Ticino	46:28 min
2.	Thomas Heltebrand	Ticino	52:07 min
3.	Mario Ammann	St. Gallen	54:05 min
24.	Peter Lange	Bayern	87:55 min



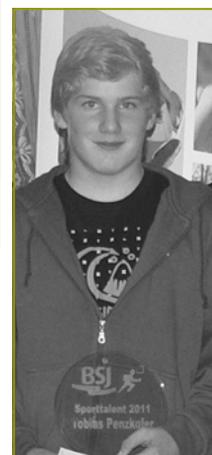
Sporttalentehrung des BLSV in Moos 28. Oktober 2011



Die besten Nachwuchssportler, die sich im Vergleich zum Vorjahr in ihrer Leistung verbessert hatten, wurden von der Vorstandschaft des BLSV in die Schlosswirtschaft in Moos geladen, um dort die Ehrung in Empfang zu nehmen. Hier wurden von insgesamt 31 ausgewählten Sporttalenten auch neun Talente des SV Mietraching geehrt - hiervon wiederum sechs von der Abteilung Orientierungslauf:

Helena Bastian, Andrea Gruber, Hannah Kühne, Korbinian Lange, Julia Penzkofer und Tobias Penzkofer

Gemeinsam mit den drei Geehrten der Ringerabteilung freuten sie sich über diese Auszeichnung.



Stadt-OL in Venedig 13. November 2011

Venedig ruft! Wie jedes Jahr versuchten einige Mietrachinger Orientierer zum Stadt-OL nach Venedig zu kommen. Auch diesmal setzten sich Karin und Roland ins Wohnmobil und auch Fam. Lange (Peter, Petra, Sebastian, Maria und Korbinian) hätten sich gerne in ihr Wohnmobil gesetzt, doch eine defekte Einspritzpumpe machte dies zunichte. Aber Venedig ausfallen lassen? Sehr ungern! Deshalb wurden kurzerhand Unterkünfte gesucht, die einigermaßen erschwinglich waren, da die Bungalows am neu gestalteten Campingplatz in Mestre ebenfalls die Preise angezogen hatten und außerdem schon alle (vor allem von Olern) belegt waren, versuchten wir es im „Hotel Primavera“ in Mestre, wo jedes Jahr zu Abend gegessen wurde. Die Zimmer waren sehr einfach, der Schimmel war an den Wänden im Bad zu sehen, aber dafür war das Essen wieder mal sehr gut, und wir konnten uns ein Glas Vino mehr gönnen, da wir nur noch in unsere Betten fallen mussten. Samstag Nachmittag waren Vogls noch im Einkaufscenter unweit von Mestre, doch Fam. Lange erkundete die verwinkelte Stadt Venedig und genoss das einmalige Flair dieser Stadt, bewunderte die Auslagen in den Luxusläden genauso wie die Ramschware bei den Straßenhändlern.

Beeindruckend waren die unzähligen Verzierungen der Kirchen, Paläste und Brücken. Den Park-Sprint ließen die Mietrachinger aus, da am nächsten Tag noch genügend Brücken zu überqueren waren. Trotzdem wurden die an uns vorbeilaufenden Bayern natürlich angefeuert! Nach einem schnellen Espresso in der untergehenden Sonne Venedigs machten wir uns auf den Rückweg durch die Touristenmenge.

Am Sonntag folgte dann der Hauptwettkampf bei strahlendem Sonnenschein. Der Start lag in diesem Jahr in der Nähe des Markusplatzes. Das Beobachten des Startprozedere war faszinierend. Aufgeteilt in drei Startkorridore wurden jede Minute 15-20 Läufer auf die Strecke geschickt. So auch Simons Freundin Maja - die beiden waren mit dem Flugzeug nach Venedig gekommen und hatten ein verlängertes Wochenende mit kurzem Lauf geplant. Maja - zum ersten Mal beim Venedig-OL dabei - hatte sie am Start ihre Schwierigkeit, die richtige Gasse zum ersten Posten zu finden, doch nach längerer Erklärung von Simon machte sich Maja auf zum „Abenteurer Venedig“ und meisterte ihre Strecke sehr gut.

Fast alle Strecken führten zweimal über den Canale Grande, sowie mehrmals durch von „normalen“ Touristen hoch

frequentierte Einkaufsgassen der Stadt. Die Passagen mit größeren Touristenströmen waren in der Karte extra braun dargestellt und mussten durchaus in die Routenplanung mit einbezogen werden. Es ging in schmale Sackgassen, welche sich wie ein Labyrinth wanden, treppauf und treppab über gefühlt alle Brücken Venedigs, durch Gassen mit Touristenmengen, denen man kaum noch ausweichen konnte und wo manchmal an Laufen nicht zu denken war.

Zwar brannten die Oberschenkelmuskeln, aber genossen hatten den Lauf alle.

Abschließend blieb auch noch Zeit für ein echt italienisches Gelati am Pier, und beim Rückweg gab es die obligatorische Handpizza am Straßenverkauf. Schade nur, dass dieser Lauf immer am Sonntag ist, und somit die Zeit der Heimfahrt drängt, denn sieben Stunden Fahrt nach Hause ist nicht ohne, vor allem wenn am nächsten Tage wieder alle zur Arbeit oder zur Schule müssen.

Für Peter steht jedenfalls fest: Venedig ist und bleibt der schönste Lauf - Venedig, wir kommen wieder!

Herren 13-14 (131 Starter) 4.500 m:

1.	Daniel Peregi	HUN	33:47 min
2.	Rafael Dobnik	AUT	34:27 min
3.	Nicola Mueller	SUI	36:27 min
46.	Korbinian Lange	GER	47:11 min

Herren 40 (103 Starter) 7.900 m:

1.	Janne Salmi	FIN	50:55 min
2.	Andrea Cipriani	ITA	52:57 min
3.	Gusev Ilya	RUS	53:25 min
58.	Roland Vogl	GER	71:46 min

Herren 50 (140 Starter) 7.000 m:

1.	Wiet Laenen	BEL	54:35 min
2.	Pierre Marchal	BEL	56:55 min
3.	Joachim Friessnig	AUT	56:56 min
68.	Uwe Genatis	GER	69:45 min



Herren 55 (116 Starter) 6.200 m:

1.	James Crawford	GBR	47:05 min
2.	Ulf Palmer	SWE	49:35 min
3.	Hansruedi Kohler	SUI	51:04 min
85.	Peter Lange	GER	83:40 min

Herren-Elite (160 Starter) 11.200 m:

1.	Jonas Gvildys	LTU	69:54 min
2.	Alessio Tenani	ITA	70:21 min
3.	Erik Simkovic	AUT	73:01 min
74.	Sebastian Lange	GER	93:32 min

Damen 19-20 (51 Starterinnen) 7.300 m:

1.	Johanka Simkova	CZE	62:23 min
2.	Andreina Brandi	ITA	62:29 min
3.	Vesta Ambrazaite	LTU	62:43 min
25.	Maria Lange	GER	78:58 min

Damen 40 (80 Starterinnen) 6.900 m:

1.	Jana Kozinova	CZE	57:21 min
2.	Cornelia Eckardt	GER	59:05 min
3.	Franziska Mueller	SUI	59:07 min
44.	Karin Vogl	GER	76:48 min

Damen C (127 Starterinnen) 4.100 m:

1.	Lena Grünberger	AUT	37:33 min
2.	Olivia Kot	POL	38:31 min
3.	Kata Csiki	ROM	38:36 min
83.	Mariana Otto	GER	67:01 min





Deg Park Tour 2011

Kids:

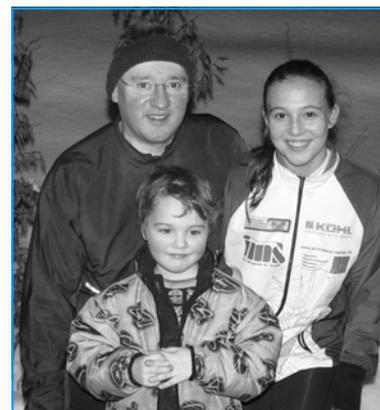
1.	Amelie Bastian	SV Mietraching	581,62 Punkte	6 von 6 Läufen
2.	Max Bastian	SV Mietraching	510,90 Punkte	6 von 6 Läufen
3.	Yvonne Mindt	SV Mietraching	497,49 Punkte	6 von 9 Läufen
4.	Julian Blau	SV Mietraching	227,78 Punkte	3 von 3 Läufen
6.	Bretzendorfer Theresa	SV Mietraching	100,00 Punkte	1 von 1 Lauf
10.	Leo Zimmermann	SV Mietraching	74,68 Punkte	1 von 1 Lauf
11.	Andreas Lindner	SV Mietraching	66,78 Punkte	1 von 1 Lauf
12.	Moritz Baumann	SV Mietraching	61,42 Punkte	1 von 1 Lauf
13.	Franz Baumann	SV Mietraching	58,47 Punkte	1 von 1 Lauf
19.	Magdalena Biller	SV Mietraching	50,53 Punkte	1 von 1 Lauf
23.	Manuel Scharnböck	SV Mietraching	30,76 Punkte	1 von 1 Lauf

Damen:

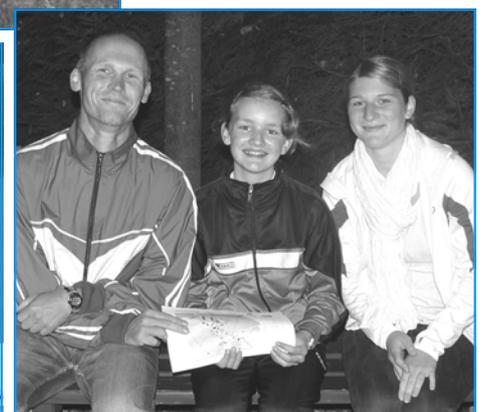
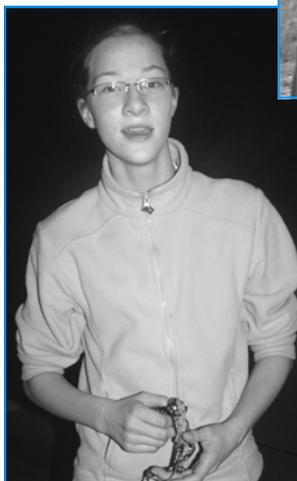
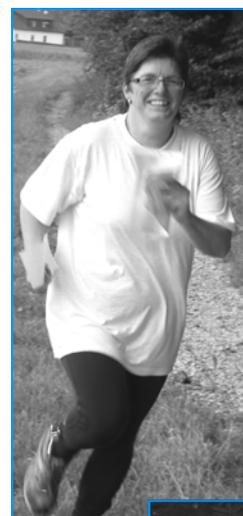
1.	Maria Lange	SV Mietraching	582,28 Punkte	6 von 6 Läufen
2.	Anna Biller	SV Mietraching	556,94 Punkte	6 von 6 Läufen
3.	Helena Bastian	SV Mietraching	555,39 Punkte	6 von 8 Läufen
4.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	542,43 Punkte	6 von 9 Läufen
5.	Hannah Kühne	SV Mietraching	525,60 Punkte	6 von 8 Läufen
7.	Daniela Gruber	SV Mietraching	477,79 Punkte	6 von 6 Läufen
8.	Andrea Gruber	SV Mietraching	470,85 Punkte	6 von 9 Läufen
9.	Karin Vogl	SV Mietraching	385,92 Punkte	5 von 5 Läufen
10.	Cäcilia Penzkofer	SV Mietraching	361,83 Punkte	6 von 6 Läufen
12.	Petra Lange	SV Mietraching	216,08 Punkte	4 von 4 Läufen
24.	Mariana Otto	SV Mietraching	43,82 Punkte	1 von 1 Lauf

Herren:

1.	Roland Vogl	SV Mietraching	575,56 Punkte	6 von 8 Läufen
2.	Siegfried Liebl	TV Osterhofen	525,29 Punkte	6 von 8 Läufen
3.	Korbinian Lange	SV Mietraching	511,78 Punkte	6 von 9 Läufen
4.	Lukas Kühne	SV Mietraching	457,59 Punkte	5 von 5 Läufen
5.	Markus Penzkofer	SV Mietraching	434,84 Punkte	6 von 6 Läufen
6.	Tobias Penzkofer	SV Mietraching	407,58 Punkte	6 von 8 Läufen
8.	Sebastian Lange	SV Mietraching	374,99 Punkte	4 von 4 Läufen
9.	Tobias Bretzendorfer	SV Mietraching	361,21 Punkte	6 von 6 Läufen
11.	Peter Lange	SV Mietraching	240,36 Punkte	4 von 4 Läufen



12.	Willi Bastian	SV Mietraching	227,14 Punkte	4 von 4 Läufen
16.	Alexander Blau	SV Mietraching	148,01 Punkte	2 von 2 Läufen
17.	Florian Holzbauer	SV Mietraching	117,64 Punkte	3 von 3 Läufen
18.	Andreas Scharnbock	SV Mietraching	114,43 Punkte	2 von 2 Läufen
19.	Martin Weber	SV Mietraching	104,50 Punkte	2 von 2 Läufen
22.	Josef Frankl jun.	SV Mietraching	95,65 Punkte	2 von 2 Läufen
25.	Stefan Eckl	SV Mietraching	50,73 Punkte	1 von 1 Lauf
28.	Simon Aigner	SV Mietraching	37,59 Punkte	1 von 1 Lauf
31.	Benjamin Rösch	SV Mietraching	21,93 Punkte	1 von 1 Lauf



Bundesranglistenpunkte 2011

Gesamtrangliste Damen-14:

1.	Birte Friedrichs	77,28 Punkte
2.	Karolin Kühnhold	75;59 Punkte
3.	Dorothea Müller	68,32 Punkte
12.	Andrea Gruber	48,40 Punkte

Gesamtrangliste Herren-14:

1.	Erik döhler	82,40 Punkte
2.	Matthäus Steudler	81,35 Punkte
3.	Colin Kolbe	75,11 Punkte
7.	Korbinian Lange	69,89 Punkte
50.	Tobias Penzkofer	38,70 Punkte
56.	Tobias Bretzendorfer	33,20 Punkte

Gesamtrangliste Damen-16:

1.	Leonore Winkler	65,87 Punkte
2.	Patricia Nieke	65;58 Punkte
3.	Carla Mühlstein	60,99 Punkte
7.	Hannah Kühne	56,59 Punkte
9.	Helena Bastian	52,97 Punkte

Gesamtrangliste Herren-16:

1.	Moritz Döllgast	84,09 Punkte
2.	Mark Otto	80,62 Punkte
3.	Markus Grätzsch	74,93 Punkte
38.	Markus Penzkofer	38,22 Punkte

Gesamtrangliste Damen-18:

1.	Susen Lösch	72,69 Punkte
2.	Resi Rathmann	69,84 Punkte
3.	Theresa Flechsig	67,92 Punkte
23.	Julia Penzkofer	43,20 Punkte

Gesamtrangliste Damen-20:

1.	Anna Biller	73,17 Punkte
2.	Josephine Greiner	71,47 Punkte
3.	Anna Reinhardt	69,70 Punkte
4.	Maria Lange	63,08 Punkte

Gesamtrangliste Herren-20:

1.	Christoph Prunsche	94,67 Punkte
2.	Florian Flechsig	88,39 Punkte
3.	Franz Cruse	88,01 Punkte
26.	Lukas Kühne	53,88 Punkte

Gesamtrangliste Herren-Elite:

1.	Christian Teich	101,21 Punkte
2.	Sören Lösch	99,43 Punkte
3.	Christoph Brandt	98,83 Punkte
57.	Sebastian Lange	71,91 Punkte
110.	Simon Aigner	57,24 Punkte

Gesamtrangliste Damen-40:

1.	Monika Depta	84,31 Punkte
2.	Cornelia Eckardt	73,07 Punkte
3.	Gunda Fischer	72,09 Punkte
15.	Karin Vogl	55,10 Punkte

Gesamtrangliste Herren-40:

1.	Nils Chmiedeberg	86,17 Punkte
2.	Raik Zschäckel	82,41 Punkte
3.	Malte Rehbein	80,12 Punkte
24.	Roland Vogl	65,30 Punkte

Gesamtrangliste Damen-45:

1.	Karin Kraemer	66,21 Punkte
2.	Anke Müller	65,48 Punkte
3.	Kerstin Hellmann	64,61 Punkte
17.	Petra Lange	50,14 Punkte

Gesamtrangliste Herren-45:

1.	Andreas Lückmann	87,21 Punkte
2.	Michael Finkenstädt	85,75 Punkte
3.	Matthias Müller	85,56 Punkte
18.	Dirk Hartmann	71,48 Punkte

Gesamtrangliste Herren-50:

1.	Jens Leibiger	83,40 Punkte
2.	Andreas Spengler	76,56 Punkte
3.	Emil Kimmig	72,37 Punkte
24.	Uwe Genatis	60,53 Punkte

Gesamtrangliste Herren-55:

1.	Bernd Döhler	71,99 Punkte
2.	Manfred Hickethier	71,95 Punkte
3.	Sergej Sonnenberg	70,26 Punkte
32.	Peter Lange	43,85 Punkte

Anna Biller - Ranglistensiegerin 2011

Die Orientierungslaufsaison 2011 ist nun abgeschlossen und somit steht auch der Endstand der diesjährigen Bundesrangliste fest.

Diese Rangliste zeigt die Gesamtleistung in insgesamt zehn bundesweiten Wettkämpfen über die ganze Saison hinweg. Besonders erfreulich ist dabei, dass heuer wieder einmal Anna Biller vom SV Mietraching ganz oben steht. Sie konnte die Juniorenklasse bis 20 Jahre für sich entscheiden. Ihre Dominanz bewies sie über das gesamte OL-Jahr und hat sich diesen Sieg damit redlich verdient.

Mit Altmeister Georg Reischl wurde Anna beim abschließenden Bundesranglistenlauf, der DM Langdistanz, im Rahmen der Siegerehrung geehrt .



Impressum:

Redaktion und Layout: Petra Lange

Leider war dieses Jahr nicht nur geprägt von vielen schönen OL-Erlebnissen und tollen Erfolgen, sondern auch von einigen Verletzungen, die manchmal glimpflich, manchmal aber auch etwas schwerwiegender waren.

Dirk Hartmann (Hundebiss / Tollwutimpfung; Platzwunde am Kopf / Notfallbehandlung–Nähen), Jens Hartmann (Platzwunde Nasenwurzel / Notfallbehandlung–Nähen), Petra Lange (Meniskuseinriss / OP), Fabian Scheler (Sturz mit Bewusstlosigkeit / Krankenhausaufenthalt), Sebastian Lange (Bänderanriss / lange Pause), Georg Biller sen. (Meniskusriss u. Kreuzbandriss / OP), Helena Bastian (Sturz gegen einen Baum / Abschürfungen im Gesicht),

Dazu natürlich noch die kleineren diversen Wehwehchen, die sich alle so im Laufe des OL-Jahres zugezogen hatten, wie Verstauchung, Prellung, Bänderdehnung usw.

Wir wünschen allen gute Besserung und einen gesunden Start ins neue Laufjahr.

Allen ein verletzungsfreies Jahr 2012 !

Wichtige Vorschau !

Im Jahr 2012 sind wir, der SV Mierraching, Ausrichter der Deutschen Meisterschaften über die Mitteldistanz mit einem Weltrangistenlauf.

Erwartet werden ca. 600 Läuferinnen und Läufer aus ganz Deutschland und aus dem umliegenden Ausland.

Da wir im vergangenen Jahr 2011 einige Meisterschaften miterlebt hatten, wo die Organisation nicht den Wünschen der Athleten entsprach, wollen wir in dieser Hinsicht natürlich Maßstäbe setzen. Deshalb lautet unser Slogan auch:

„DM Mittel 2012

Die Meisterschaft mit Herz“

Dafür benötigen wir aber, wie bei jeder Veranstaltung hier aber ganz besonders, jeden zur Verfügung stehenden Mann (und natürlich auch Frau!).

Bitte notiert euch das Datum dieser Veranstaltung schon mal in eurem Kalender. Es ist in Bayern nach Ferienzeit, und wir möchten euch bitten, eure Urlaubsplanung, soweit sie noch nicht abgeschlossen ist, dabei zu berücksichtigen, damit wirklich alle für Auf- und Abbau, Organisation, Verkauf usw. zur Verfügung stehen.

31. August 2012

01.-02. September 2012

Die Meisterschaft findet am Grandsberg in der Gemeinde Schwarzach statt .

Dort wird natürlich am Freitag schon aufgebaut, da die Nullzeit des Laufes am Samstag um 11.00 Uhr geplant ist.

Die Siegerehrung am Samstag Abend wird in der Stadthalle Deggendorf durchgeführt und als Massenquartier für die Sportler sind die

Mehrfach-Turnhallen am Schulzentrum und am Pandurenweg geplant. Sonntags findet dann wieder am Grandsberg ein Bundesrangistenlauf statt.

Bitte helft uns bei dieser Veranstaltung, damit es für den Verein und den OLSport in Bayern und Deutschland ein großer Erfolg wird.

