



Jahresbericht 2013 für Orientierungslauf (OL) Turngau Heidelberg



Die OL-Aktivitäten im Turngau waren vor allem auf das Deutsche Turnfest ausgerichtet, ergänzt durch den ersten überregionalen OL-Wettkampf in Wiesloch am DTF-Eröffnungstag. Weitere über das Jahr verteilte Mitmachangebote gaben darüber hinaus die Möglichkeit, das „Laufen mit Köpfchen in der Natur“ kennenzulernen oder sogar mit dabei zu sein.

1. OL beim Deutschen Turnfest

„Erster Posten Gipfelkreuz - super!“ war zum Beispiel ein Kommentar zu den teilweise steilen Strecken in Neustadt an der Weinstraße, wo zum ersten Posten 125 Höhenmeter zu überwinden waren. Diese und weitere Anekdoten belegen den Enthusiasmus, mit dem die Läufer beim Orientierungslauf dabei waren. Denn das umfangreiche OL-Angebot beim DTF in Mannheim mit dem Mannschafts- und Trimm-OL, in Heppenheim mit dem Einzel-OL und am Hambacher Schloss mit der O-Rallye, ergänzt durch MBO-Meisterschaften, ließ das DTF-Motto 2013 „Leben in Bewegung“ in naturnaher Umgebung mehr als „begreifbar“ machen. Daran konnte noch nicht einmal das mäßige, überwiegend regnerische Wetter etwas ändern. Die vielen Turnfestteilnehmer kamen gerne, und werden auch in vier Jahren in Berlin 2017 wieder dabei sein.

➤ vgl. (von Ingo Horst, Gesamtleiter OL) => <http://www.orientierungslauf.de/1/2/0/1564>

Bis dahin gilt es noch eine Nuss zu knacken, die insbesondere auch auf den hiesigen Turngau zutrifft, „Wie bekommt man die Teilnehmer dazu, auch mal bei einem echten Orientierungslauf zu starten?“



Posten hoch über Heppenheim, sowie DTF-Banner und letzter Posten am Marktbrunnen



Beim Trimm-OL im Mannheimer Waldpark – auch wenn es ein wenig nass war ...



2. Erster Orientierungslauf der TSG Wiesloch am 18. Mai

Am Pfingstsonntag wurden in Wiesloch gleich mehrere OL-Premieren geboten. Denn die hiesige TSG lud auf zwei neuen Karten an unterschiedlichen Orten ein - erstmalig zu einem Landesranglisten-OL für Baden-Württemberg, ausgetragen als Doppelsprint-OL. Darüber hinaus wurde von den Organisatoren der Deutschen Park Tour zum ersten Mal ein Sprint mit erhöhter Wertigkeit (1,1) nach Baden-Württemberg vergeben. Und das Ganze umrahmt von unerwartetem Sonnenschein und angenehmer frühlingshafter Wärme.

Den fast 250 Teilnehmern wurde jeweils bestes Sprintgelände mit anspruchsvollen Bahnen geboten. Dementsprechend musste in fast allen Altersklassen (besonders erfreulich war die hohe Anzahl teilnehmender Kinder und Jugendlicher) hart um die vorderen Plätze gekämpft werden, sowohl im wunderschönen Parkgelände des Psychiatrischen Zentrums Nordbaden als auch später in der historischen Innenstadt von Wiesloch. Schließlich sollte am Ende keiner mit leeren Händen nach Hause oder zum nahegelegenen Deutschen Turnfest fahren, denn jeder erhielt zur Erinnerung an diese OL-Premiere ein kleines Präsent.

Außerdem hier noch einige für das sehr kleine Organisationsteam ermutigende Teilnehmerstimmen: „Das Gelände war einmalig. Oben im Park auf dem Zielgelände war eine sehr entspannte Familien-, Picknick-, und Liegewiesenatmosphäre“, „Die weite Anfahrt hat sich aus OL-technischer Sicht voll gelohnt“, „Ich komme auf alle Fälle gerne wieder, weil ich den Tag sehr schön erlebt habe“, „Das waren zwei wunderbare Wettkämpfe in Wiesloch“, „Und die Läufe haben sowieso viel Spaß gemacht...“

➤ vgl. => http://tsg-wiesloch.de/leichtathletik/orientierungslauf/OL-Doppelsprint_18.5.13.htm



Die Erstplatzierten und einige Präsente



Am Ziel des 2. Laufs bei Bertha Benz / Posten im PZN-Park / mit PZN-Karte beim 1. Lauf

3. OL-Training und Einführungsangebote

Noch zum Jahresausklang 2012 wurde im Wieslocher Dämmelwald und im angrenzenden Schul- und Sportzentrum ein überregionaler Trainings-OL am 9. Dezember von der ansässigen TSG angeboten, zu dem wiederum über 60 Teilnehmer im Alter zwischen 4 und 73 Jahren begrüßt werden konnten. Neben vielen Läufern aus dem Turngau, einem Doppel-Seniorenweltmeister und einem Senioren-Deutschen Meister waren weitere nationale Spitzenathleten anwesend, was die mehr als 10 echte Neulinge ob der ersten Schneepacht vermutlich gar nicht wahrgenommen hatten.



Im Schnee quer durch das Gelände war für alle Teilnehmer eine willkommene Abwechslung

Dazwischen konnten in Wiesloch leider keine weiteren Trainingsläufe mehr angeboten werden, obgleich dieses Gelände eine ideale Basis bietet, den Orientierungslauf auch zukünftig für alle Schüler (auch für die dort ansässige Tom-Mutters-Schule von der Lebenshilfe), sowohl im Sportunterricht als auch an Projekttagen einzubinden.

So steht die OL-Karte „Dämmelwald“ in Wiesloch allen interessierten Personen und Schulen zur Verfügung (zu beziehen bei Marcus Schmidt). Außerdem kann sie mit Trainingsvorschlägen zum selbst Ausprobieren aus dem Internet heruntergeladen und ausgedruckt werden – selbstverständlich unter Berücksichtigung von Natur- und Waldschutzbelangen, sowie auf eigene Gefahr.

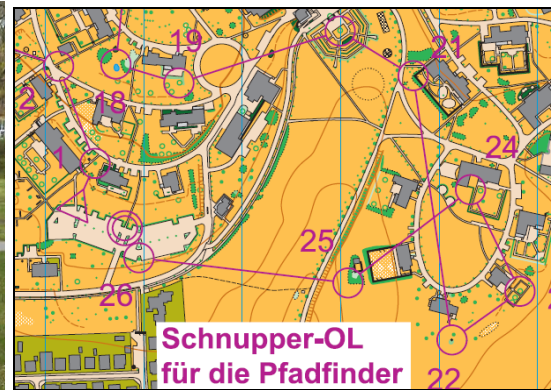
- Vgl. => <http://tsg-wiesloch.de/leichtathletik/orientierungslauf/OL-Training.html>

Am 16. Juni wurde von der TSG Wiesloch ein weiteres OL-Training angeboten, dieses Mal auf dem Heiligenberg hoch über Heidelberg. Bei strahlendem Sonnenschein kamen wiederum über 50 Teilnehmer, denen vor allem physisch anspruchsvolle und technisch abwechslungsreiche Strecken mit vielen Höhenmetern geboten wurden.



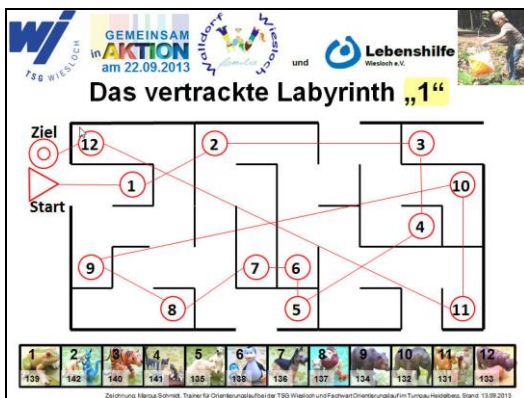
Blick hinunter zur Thingstätte mit Start und Ziel (vgl. Kartenausschnitt) und eine Läuferin im steilen aber überwiegend offenen Wald

Eine sehr interessierte Gruppe von Pfadfindern nahm am 20. April das Angebot wahr, den Orientierungslauf im Parkgelände des Psychiatrischen Zentrums Nordbaden (PZN) spielerisch im Spaziergang kennenzulernen. Um den OL-Sport zu erleben muss man daher nicht zwingend rennen - im Gegenteil für die teilnehmenden Kinder und Erwachsenen war es wandernd ein tolles Erlebnis.

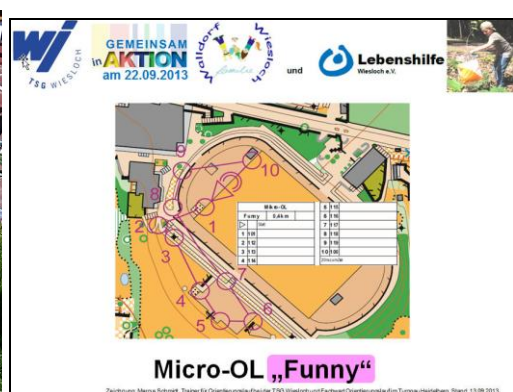


Die Pfadfinder am 1. Posten

Darüber hinaus konnte am 22. September beim 6. WiWa Familie Bewegungstag in Wiesloch (gemeinsam mit der Lebenshilfe für Menschen mit Behinderung) wiederum das „Vertrackte Labyrinth“ angeboten werden. Dies eine sehr vereinfachte und spielerische Form des „Orientierungslauf“, auf kleiner Fläche sehr kompakt aufgebaut, wo der Parcours ohne Verschnaufpause von einer Vielzahl Kinder ausgiebig genutzt wurde. Zusätzlich gab es noch einen rollstuhlgerechten „Micro-OL“ und einen „Temp-O“ (hintereinanderstehende Posten, die ohne Karte anzulaufen und zu stempeln waren).



Die Kinder hatten viel Freude im Labyrinth, und letztlich kam auch jeder wieder gut raus!

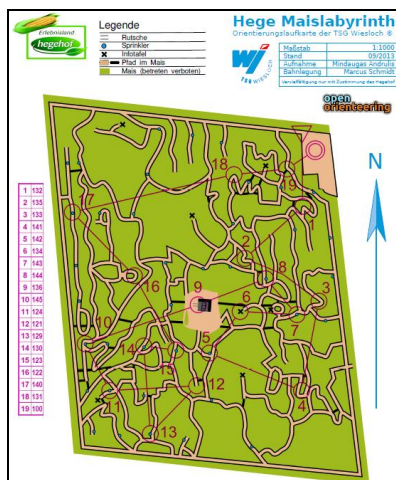


Ohne Karte, einfach zu den Posten rennen und schnell stempeln / Karte für den Micro-OL

Einen Lauf der besonderen Art konnte die TSG Wiesloch am 28. September auf dem Hegehof in Ladenburg-Neuzeilsheim wiederholen, nämlich den Labyrinth-OL in einem Maisfeld. Über 50 Teilnehmer hatten in diesem Irrgarten beim Abläufen der vier verschiedenen Bahnen sichtlich ihren Spaß, egal ob Könnner wie der ehemalige Weltklasse-OL'er und spätere Sieger Ingo Horst aus Neckarbischofsheim. Oder erfreulicherweise viele Gelegenheits-OLer bzw. Neulinge jeden Alters, vom Kleinkind in Begleitung Erwachsener, bis hin zur älteren Generation um die 75 Jahre.



Der neue „Maiskönig“ (Ingo Horst, li.) und der zweitplatzierte Titelverteidiger (Henning Krug), sowie weitere Teilnehmer im meterhohen Maisfeld



Die Karte für die Mitteldistanz und zwei Mädchen am Start



Mit Köpfchen und viel Spaß, selbst das Europahaus mit Rutsche wurde eingebunden

4. OL-Meisterschaften und internationale Wettkämpfe

Neben den vorgenannten Trainings- und Einführungsaktivitäten, die sich jeweils an die ganze Familie richteten, sollte auch der Wettkampfsport mit Meisterschafts- und Ranglistenwettkämpfen nicht zu kurz kommen. In diesem Jahr jedoch leider ohne Meisterschaftsmedaille, aber mit einigen Diplomplätzen, u. a. mit dem 6. Rang für Marcus Schmidt bei den Deutschen Meisterschaften auf der Langdistanz.



Start bei der BWM-Staffel / DM Sprint im Berliner Tierpark
Siegerehrung Deutsche Park Tour 2012 (3. Gesamtrang für Marcus Schmidt)

Diverse Meisterschaften 2013

Name	Wettkampf	Ergebnis (Zeit)	Altersklasse	Rang
Deutsche Meisterschaften in Saarbrücken am 05.10.2013				
Schmidt, Marcus	Langdistanz	93:18 min	H 35	6.
Baden-Württembergische Meisterschaften in Zizenhausen am 15.09.2013				
Krug, Henning	Duo-Staffel	89:59 min	H 70 (beide Läufer > 35 J)	4.
Schmidt, Marcus				
Baden-Württembergische Meisterschaften in Mönchweiler am 14.09.2013				
Schmidt, Marcus	Langdistanz	62:59 min	H 40	5.
Krug, Henning	Langdistanz	64:33 min	H 40	6.
Baden-Württembergische Meisterschaften in Lorch am 28.04.2013				
Krug, Henning	Mitteldistanz	37:11 min	H 40	4.
Andrulis, Mindaugas	Mitteldistanz	37:44 min	H 40	6.
Deutsche Meisterschaften in Berlin am 13.04.2013				
Schmidt, Marcus	Sprint	17:18 min	H 45	15.

Diverse Ranglisten 2013

Name	Wettkampf	Ergebnis (Punkte)	Altersklasse	Rang
Landesrangliste Baden-Württemberg 2013 (Wertung: 9 von 11 Läufen = max. 900 Pkt.)				
Andrulis, Mindaugas	div. Distanzen	780	H 40	5.
Krug, Henning	div. Distanzen	711	H 40	6.
Schmidt, Marcus	div. Distanzen	599	H 40	7.
Bundesrangliste 2013 (Wertung: 3 von 8 Läufen = max. 100 Punkte)				
Schmidt, Marcus	div. Distanzen	72	H 45	15.
Deutsche Park Tour 2013 (Wertung: 4 von 18 Läufen = max. 450 Punkte)				
Schmidt, Marcus	div. Sprint	360	H 45	16.

Des Weiteren waren Vertreter des Turngau Heidelberg auch bei (teilweise außergewöhnlichen) internationalen Wettkämpfen im Einsatz, u. a. wie folgt:

9. bis 12. Februar beim Portugal O'Meeting in Idanha-a-Nova (Portugal)

- vgl. => <http://www.ol-in-baden.de/infos/div27.php>



OL inmitten unglaublich faszinierender Felslandschaften

1. Juni bei der Vilnius Challenge (Litauen)

- vgl. => <http://www.ol-in-baden.de/infos/div28.php>



Ein innerstädtisches „Orienteering Adventure Race“ in 2er-Teams mitten durch die Hauptstadt Litauens, hier jeweils am Ziel und in den Wechselzonen

26. bis 30. August beim OOCup in Bohinjska Bistrica (Slowenien)

- vgl. (von Nina und Moritz Döllgast, TV Oberbexbach) => <http://www.ol-in-saarland.de/einzelansicht>



Schöne Mitmachangebote für Kinder / typisches Karstfelsgelände / Ziel der 5. Etappe

12. und 13. Oktober bei den ARGE ALP OL-Meisterschaften in Imst (Österreich)

- vgl. (von Steffen Hartmann, TV Horn) => <http://www.stb.de/sportarten/sportarten/orientierungslauf/berichte-infos>




Nacht-OL in Imst / Start zum Staffel-OL in Hochimst / viel Neuschnee im Gelände

5. Ausblick 2014

Auch das kommende Jahr soll dazu genutzt werden, einerseits im Turngau Heidelberg weitere Vereine und einzelne Interessenten an den OL heranzuführen, um daraus möglichst ein übergreifendes Team zu formen. Und andererseits die bereits bestehenden Kontakte zu anderen Gauen (insbesondere Elsenz, Bruchsal, Karlsruhe und Mannheim) zur Zusammenarbeit zu nutzen, um gemeinsam Wettkämpfe zu besuchen und vor allem die Organisation diverser Aktivitäten auf breitere Schultern zu verlagern.

Grundsätzlich bietet Marcus Schmidt auf Wunsch weiterhin gerne eine Einführung in den OL (vgl. => http://tsg-wiesloch.de/leichtathletik/orientierungslauf/Erste%20OL-Einblicke_24.03.2010_TSG%20Wiesloch_Internetversion.pdf) oder bedarfsgerechte Projekttage und Trainingsläufe an.



The image is a composite of three parts. On the left is a photograph of a mountain range with a blue sky and some people on a trail. Below it is a blue banner with white text: 'Neues Angebot bei den TSG-Leichtathleten - Information am 24.03.2010 Einblicke in den Orientierungslauf (OL) Marcus Schmidt, TSG Wiesloch'. In the center is a topographic map with a red line indicating a route. On the right is a presentation slide titled 'OL in der Schule, OL für Kinder' with a list of bullet points and small icons.

OL in der Schule, OL für Kinder

- OL bietet eine tolle Kombination aus Laufen, Bildung und Abenteuer
- Neben Sport auch Bezug zu Erdkunde, Mathematik und Biologie
- Gleichzeitig wird umweltgerechtes Verhalten in der Natur erlernt
- Außerdem ist es eine reizvolle Freizeitbeschäftigung an frischer Luft, abseits von Computer, Fernsehen, Nintendo, usw.
- Zusätzlich werden Eigenschaften wie Selbstvertrauen, Entschlusskraft, Risikobereitschaft oder soziales Handeln auf natürliche Weise geschult
- Anwendungsmöglichkeiten in der Schule
 - Sportstunde, OL-AG, Wandertag, Projektwoche
- Bekanntes Gelände eignet sich hervorragend zum Einstieg, um die Dimension 2 (Karte) mit 3 (Realität) in Einklang zu bringen
 - Schulareal => steht mit der OL-Karte „Dämmwald“ zur Verfügung
 - Sporthalle
 - Klassenzimmer => hier kann bereits das Anfertigen der Karte Bestandteil des Unterrichts sein

Einblicke in den Orientierungslauf mit vielen Bildern und praktischen Anwendungsbeispielen

Darüber hinaus sei nochmals auf das Angebot an alle Schulen mit Schreiben vom 10.02.2013 hingewiesen. In Absprache bieten wir gerne abwechslungsreiche OL-Einführungsangebote an, die auf den besonderen Bedarf des Schul- und Sportunterrichts und von Projekttagen zugeschnitten werden können.

Vgl. => <http://www.turngau-heidelberg.de/cms/docs/doc74837.pdf>



The image shows a letter template on the left and a photograph on the right. The letter is dated 10.02.2013 and is addressed to school principals and sports teachers. It describes orienteering as a nature and all-weather sport that combines adventure and mental challenge. The photograph shows three children in a grassy field, looking at a map and a compass.

An die Schulleitungen
und die Sportlehrer und Sportlehrerinnen Ihrer Schule

10.02.2013


Sehr geehrte Damen und Herren,

mit diesem Schreiben möchten wir die Gelegenheit ergreifen, Sie über den Orientierungslauf im Turngau Heidelberg zu informieren. Wir würden Sie oder Ihre Schüler gerne als Interessenten gewinnen.

Der Orientierungslauf (kurz „OL“ genannt) ist ein Natur- und ein Allwettersport, ein Abenteuer- und ein Denksport. Abenteuer- und Denksport deshalb, weil der Reiz das unbekannte Gelände ist, in dem ein Läufer sich mit Karte und Kompass zurechtfinden und eine vorgegebene Bahn mit einer festgelegten Anzahl von Posten ablaufen muss. Und das in möglichst kurzer Zeit – das ist die Herausforderung und das Erfolgserlebnis dieses Sports.

Orientierungslauf ist ein traditionsreicher Sport. Er hat seinen Ursprung zu Beginn des 19. Jahrhunderts in Skandinavien. Während er dort und mittlerweile auch in der Schweiz ein Volkssport ist, ist er in Deutschland noch wenig bekannt.

Alle o. g. Angebote sind grundsätzlich für Sie kostenlos, weshalb wir uns über jeden Partner freuen, der sein Sponsoring mit uns teilen möchte. Somit möchten wir zur besseren Realisierung Ihrer Wünsche - sei es die Herstellung und Druck von OL-Karten, Bereitstellung von Sportgeräten wie Kontrollposten, Kompass, usw. - die in diesem Jahr begonnenen Aktivitäten zur Gewinnung von geeigneten Sponsoren fortführen, und zwar gemeinsam mit Frau v. Landenberg (verantw. für das Sponsoring des Orientierungssports in Deutschland).

Neben der umfangreichen Internetpräsenz auf den Seiten der Leichtathleten der TSG Wiesloch, wurden nun auch, Dank Ulrike Seethaler, die Seiten des Heidelberger Turngaus kontinuierlich ausgebaut und viele informative OL-Inhalte hinterlegt. Dies in unregelmäßigen Abständen ergänzt durch Email-Newsletter und Beiträge bei facebook 


Orientierungslauf

Beim Orientierungslauf (kurz "OL" genannt) ist neben der läuferischen Ausdauer besonders der Kopf gefordert. Denn es gilt in unbekanntem Gelände mit Hilfe einer Karte rot-weiß markierte Kontrollpunkte, sogenannte Posten, der vorgegebenen Reihe nach im Gelände anzulaufen. Dabei ist die Route von Posten zu Posten selbst zu wählen, die Posten an entsprechender Stelle im Gelände zu finden und zu stampfen. Natürlich ist der kürzeste Weg nicht immer der schnellste, wie auch beim Autofahren. Letztlich stehen die Läufer auf dem Siegerpodest, die alle Posten in der schnellsten Zeit angelaufen haben. Für viele andere, ob jung oder bis ins hohe Alter, ist aber schon die Teilnahme mitten in der Natur ein Erlebnis, denn der OL findet traditionell in Wäldern statt. Doch mittlerweile kann man ihn auch publikumswirksam in offenen Parkanlagen und innerhalb von Städten finden. Während der OL in Deutschland mit ca. 5.000 Läufern eher weniger bekannt ist, genießt er beispielsweise in Skandinavien und in der Schweiz eine hohe Popularität.

Aktuell: [Einladung zum 21. Trainings-OL am Sonntag, den 09. Dezember](#)

Vorschau: [Einladung zum Doppelsprint-OL in Wiesloch Pfingstamstag 2013](#)
[Vorbereit zum OL beim Deutschen Turnfest 2013](#)

Umfassende Präsentation | Training | Trainer | Termine | Rechte | Ergebnisse | Fotoalbum | OL-Links



Turngau Heidelberg e.V.

Startseite | Der Turngau | Fachbereiche | Termine | Ergebnisse | Mitglieder | Preise

INHALTSVERZEICHNIS

- Arbeit
- August 2013
- Elter 2012
- Was ist Orientierungslauf?
- Home

FACHBEREICHE

- Jugend
- Orientierungslauf
- Gymnastik Frauen und Männer
- Sportarten
- Kunstturnen
- Kampfsport
- Orientierungslauf
- Prüfung
- Rhythmische Sportgymnastik
- Spilmannschaften
- Trampolinturnen
- Wandern

AKTUELLES

Terminübersicht Orientierungslauf 2012

17. März 2012	Zufern bei Stettfeld	→ Ausschreibung
22. April 2012	Nackarbochhofheim	→ Ausschreibung
10.10.12	Halbbrunn / Landesturnfest	→ Ausschreibung
10. Juni 2012	Walm-Winterheim	→ Ausschreibung
26. Juni 2012	Wörnitz	→ Ausschreibung
14. Juli 2012	BW-Staffelmeisterschaft in Stutenesse-Blankenloch	→ Ausschreibung
15. Juli 2012	Doppel-Sprint auf dem Campus des Institute für Technologie in Karlsruhe	→ Ausschreibung
19. Sept. 2012	1. Badischer OL im Maislabyrinth beim Hegehof in Ladenburg	→ Ausschreibung
8. Dez. 2012	Trainings-OL in Wiesloch	→ Ausschreibung

Die Orientierungslauf-Seiten der TSG Wiesloch und des Turngau Heidelberg

6. OL-Termine 2014 im Turngau Heidelberg

Die wesentlichen Termine innerhalb des Heidelberger Turngaus wie folgt („?“ => noch nicht terminiert bzw. gesichert):

- ? Feb./Mär.? 2014 25. Trainings-OL in Heidelberg oder Mannheim
- **06. Juli 2014** **Gaukindertreffen in Dossenheim mit div. OL-Aktionen**
- **21. Sept. 2014** **7. WiWa Bewegungstag in Wiesloch mit div. OL-Aktionen**
- ? Sept./Okt.? 2014 3. Fun-OL im Maislabyrinth des Hegehofs in Ladenburg
- **18. Oktober 2014** **2. OL in Wiesloch zur Landesrangliste BW**
- ? 07. Dez.? 2014 26. Trainings-OL (oder 1. OL-Gaumeisterschaft) in Wiesloch

Ausgewählte Termine in nah und fern können grundsätzlich auf den OL-Seiten des Turngau Heidelberg und der TSG Wiesloch, sowie auf den Badischen OL-Seiten eingesehen werden. Vgl. => <http://tsg-wiesloch.de/leichtathletik/orientierungslauf/OL-Termine.html>

TSG 1885 Wiesloch e.V. - Leichtathletik

Orientierungslauf-Termine 2013

ausgerichtet von der TSG Wiesloch	Stand: 04.02.2011
relativ nah (max. 3 Std. Fahrzeit)	
noch gut erreichbar (bis zu 2,5 Std. Fahrzeit)	
weiter weg (eine Übernachtung einzuplanen)	
richtig weit weg (eine Halbtagesfahrt oder Flug)	

Aktuelle Details / Ausschreibungen können unter folgenden Links abgerufen werden:

OL in Baden <http://www.ol-in-baden.de/termine.php#1>

OL in Deutschland <http://www.orientierungslauf.de/3/17jahr-2013&monat=Alle&disziplin=&art=®ion=>

World of O <http://cal.worldofo.com/>

Email: marcus-schmidt@online.de Mobil: 0177 - 27 10 666

Dezember '12		
09.12.	21. Trainings-OL	Wiesloch / Baden

Januar '13		
12.01.	Trainings-OL	Stettfeld / Baden
13.01.	Trainings-OL	Rimbach / Odenwald/Hessen
20.01.	Trainings-OL	Wiesbaden / Hessen

Auszug aus der Terminübersicht 2013

wettkampftermine, ausschreibungen und lehrungen

Datum	Veranstaltung	Ort	Ausschreibung
2013			
Januar			
09.01.	Dreikings-Nach-OL der OTS	Bressan	Ausschreibung
09.01.	Dorf-Nach-OL	Rieher (CH)	Ausschreibung
26.01.	Bader Winter OL	Birkelohd (CH)	Ausschreibung
Februar			
02.02.	Mula OL	Altschul (CH)	Ausschreibung
März			
03.03.	1. LRL Baden-Württemberg	Ofterding (OL Orenau)	Ausschreibung
10.03.	2. LRL Baden-Württemberg	Nackarbochhofheim	Ausschreibung
16./17.04.	JLJK	Botrop	Homepage
18.03.	Freizeiter Einzel-OL	Bürenberg-Sonnenberg (CH)	Ausschreibung
24.03.	OL Langdistanz	Quabeller (F)	Ausschreibung
30.03.-01.04.	3 Jours de Pépère	Thannacker (F)	Homepage
April			
07.04.	Lilly-Cup	Mars	Ausschreibung
10.04.	DH-Sprint	Berlin	Homepage
14.04.	BRL	Berlin	Homepage
19.04.	Immerstaader Abend-OL	Immerstaad	Ausschreibung
21.04.	BRL, Mittel- und LRL	Langerfeld	Homepage
22.04.	Bader Winter- und LRL	Tübingen	Ausschreibung

Auszug der Termine 2013 bei ol-in-baden.de

gez. Marcus Schmidt
 Fachwart Orientierungslauf im Turngau Heidelberg

Mobil: 0177 - 27 10 666
 Email: marcus-schmidt@online.de



**Orientierung
 Germany**
orientierungslauf.de