



## Jahresbericht 2014 für den Orientierungslauf (OL) im Turngau Heidelberg



Die OL-Aktivitäten im Turngau waren einerseits auf den zweiten überregionalen OL-Wettkampf in Wiesloch, sowie dem dritten Maislabyrinth-OL in Ladenburg ausgerichtet. Und andererseits auf diverse über das Jahr verteilte Mitmachangebote, das „**Laufen mit Köpfchen in der Natur**“ kennenzulernen.

### 1. OL-Wettkämpfe im Turngau Heidelberg

Ursprünglich war für den 18. Oktober als Highlight die Baden-Württembergische Meisterschaft auf der Langdistanz hoch über Heidelberg rund um den „Weißen Stein“ geplant. Hierzu hatte Mindaugas Andrulis bereits begonnen, eine neue umfangreiche OL-Karte zu erstellen. Leider musste dieses ambitionierte Vorhaben aufgrund der nicht erteilten Genehmigung durch die Stadt abgebrochen werden. Als Alternative wurde dann zumindest das bereits vom Deutschen Turnfest 2013 bekannte PZN-Parkgelände in Wiesloch genutzt – allerdings nur als Landesranglistenlauf, während der Meisterschafts-OL tags darauf dankenswerter Weise von der TUS Karlsruhe-Rüppurr in Heppenheim ausgerichtet wurde.

#### ➤ 2. Orientierungslauf der TSG Wiesloch am 18. Oktober 2014

Bei behaglichem Sonnenschein konnte die TSG über 150 Teilnehmer zu einem Wertungslauf für die Landesrangliste Baden-Württemberg begrüßen, ausgetragen als Mitteldistanz-OL im schönen Parkgelände des Psychiatrischen Zentrums Nordbaden, ergänzt durch ein nördlich angrenzendes O-technisch sehr anspruchsvolles ehemaliges Bergbaugelände, durchzogen von unzähligen Löchern, Senken, Mulden und Pingen – bestens kartiert von Mindaugas Andrulis. Darin wurden allen Teilnehmern, je nach Altersklasse und Können, abwechslungsreiche Strecken zwischen 2,2 und 5,5 km Luftlinie geboten. Schließlich sollte am Ende keiner mit leeren Händen nach Hause fahren, denn jeder erhielt zur Erinnerung ein kleines Präsent.

Außerdem hier noch einige für das kleine Organisationsteam sehr erfreuliche Teilnehmerstimmen: „Danke für den tollen Lauf am Samstag“, „Der OL hat unglaublich viel Spaß gemacht und die Bahnführung war sehr gelungen!“, „Alles war gut, von den Infos im Vorfeld, über die Organisation im Allgemeinen, wie auch das Sportliche im Besonderen“, „Wirklich 2 total unterschiedliche Geländepartien - da musste man vom schnellen Laufen im offenen Park auf genaues Orientieren im detaillierten Wald umschalten!“, „Die Veranstaltung war sehr schön. Ich freue mich schon jetzt auf den nächsten Wettkampf“

- Vgl. => <http://tsg-wiesloch.de/leichtathletik/orientierungslauf/OL-TSG%20Wettkampfe.html>



Posten gefunden – nun zum nächsten ...



Posten im PZN-Park



Die Erstplatzierten, sowie das Weinpräsent für alle Erwachsenen und die OL-Karte



Am Startposten – und los geht's

2 Posten, jeweils in einer der zahllosen tiefen Senken

### ➤ 3. OL im Maislabyrinth in Ladenburg am 27. September 2014

Einen Lauf der besonderen Art konnte die TSG Wiesloch auf dem Hegehof in Ladenburg wiederholen, nämlich den Labyrinth-OL in einem Maisfeld – als Premiere erstmals auch als Wertungslauf für die Rangliste der Deutschen Park Tour. Letztlich hatten in diesem Irrgarten mehr als 80 Teilnehmer beim Ablaufen der vier verschiedenen Bahnen sichtlich ihren Spaß, egal ob Könnler wie der ehemalige Weltklasse-OL'er und spätere Sieger Ingo Horst aus Neckarbischofsheim. Oder erfreulicherweise viele Gelegenheits-OL'er bzw. Neulinge jeden Alters, vom Kleinkind in Begleitung, bis hin zur älteren Generation um die 75 Jahre.

➤ Vgl. => <http://www.parktour.de/news/irrungen-und-wirkungen-zwischen-den-maiskolben>



Der „Maiskönig“ Ingo Horst



Klein und Groß auf gezielten Irrwegen



Der Start, bestens organisiert von Henning Krug (li.), u. a. mit Karin Schmalfeld (vorne) Wohin zum nächsten Posten?

## ➤ 24. Trainings-OL in Mannheim am 26. Januar 2014

An einem kalten aber sonnigen Wintertag trafen sich auf Einladung der TSG Wiesloch fast 60 Teilnehmer in MA-Lindenhof zu einem schönen Trainings-OL. Dort konnte die OL-Karte „Waldpark“, die beim Deutschen Turnfest für den Trimm- und den Mannschafts-OL genutzt wurde, erneut zum Einsatz kommen. Dabei erhielt die TSG für die Bahnlegung dankenswerte Unterstützung von dem in Heidelberg ansässigen Iren Francis O'Reilly.

- Karte => <http://tsg-wiesloch.de/leichtathletik/orientierungslauf/images/waldpark%2026-01-2014.jpg>



Francis O'Reilly (re.) und zufriedene Teilnehmer, sowie Posten im Waldpark

Ansonsten konnten in und um Wiesloch leider keine weiteren Trainingsläufe mehr angeboten werden, obgleich hiesiges Gelände eine ideale Basis bietet, auch zukünftig für einen OL-Einstieg zu nutzen.

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>

## 2. Diverse OL-Projekte und -Mitmachangebote

Zwar musste ein für den 17. Mai 2014 terminierter Regio TUF „Natursport“ mit dem Thema „Orientierungslauf für Einsteiger“ (Vermittlung der Grundkenntnisse für den Orientierungslauf in einfacher praktischer Umsetzung, u. a. mit Kartenlesen und Kompass-Nutzung) mangels Teilnehmer ausfallen, es blieben aber noch einige erwähnenswerte Projekte.

### ➤ Advents-OL mit Klasse 5 der Comenius Schule Schwetzingen

Das Besondere bei dieser Aktivität am **18. Dezember 2013** war, dass es sich bei dieser Schule durchweg um Kinder mit geistiger Behinderung handelt – umso schöner zu sehen, wie eifrig alle Kinder im Wald bei der Sache waren und im Anschluss daran glücklich ihren Adventskakao tranken. Dementsprechend fiebern die Kinder schon jetzt einer Wiederholung am 12. Dezember 2014 entgegen.



Die OL-Karte mit der ca. 2 km langen Bahn und der nette Abschluss bei Kakao und Gebäck

### ➤ OL-Wandertag mit der Hauptstufe der Comenius Schule

Für den jährlichen Ausflug vor den Sommerferien am **25. Juli** sollte es erstmals eine Orientierungswanderung geben, die unweit der Schule im nahen Schwetzingen Dossenwald stattfinden sollte. Basis dafür war die ehemalige Orientierungslaufkarte des TV Käfental aus dem Jahre 1986, die noch erstaunlich gut stimmte und damit ein würdiges Revival erfahren durfte. Etwa 40 Schüler und deren Erzieher waren begeistert. Eine Lehrerin meinte „Es war ein genialer Vormittag, der für alle sehr entspannend war - wir hatten viel Spaß und Freude!“.



Eine Gruppe bei Posten 1



eine andere Gruppe bei Posten 9 (auch für Rollis geeignet)

**WI** Schwetzingen, Dossenwald-Süd (2) Crazy

TSG WIESLOCH

**Comenius-OL**

Start Ziel

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18

**URKUNDE**

ORIENTIERUNGSLAUF

hat beim Comenius-OL  
am 25. Juli 2014  
teilgenommen  
und alle Posten gefunden

**Herzliche Gratulation!**

Weitere Infos  
=> [tsg-wiesloch.de/leichtathletik](http://tsg-wiesloch.de/leichtathletik)  
oder direkt an  
=> [marcus-schmidt@online.de](mailto:marcus-schmidt@online.de)

13 44	14 45	15 46	16 47	17 48	18 41						
1 61	2 62	3 63	4 64	5 67	6 68	7 69	8 70	9 71	10 72	11 42	12 43

Zeichnung: Veijo Talamo, TV Käferfält, Stand: 1986

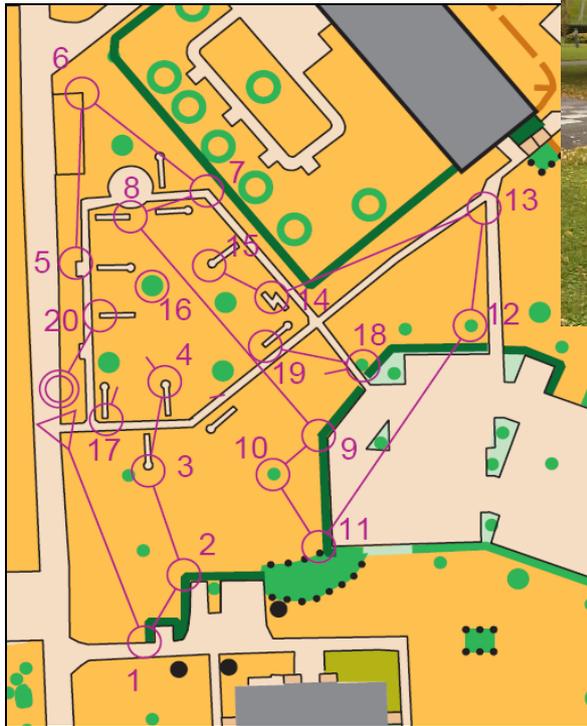
Außerdem ergänzte sie „Ich würde diese tolle Idee gerne auch mit meiner Waldgruppe umsetzen ...“. Mittlerweile laufen hierzu bereits die ersten Planungen, diesen Wunsch im kommenden Jahr in einem Waldstück südlich von Oftersheim zu realisieren.

### ➤ **Ferienstpaß Wiesloch „OL - Laufen mit Köpfchen in der Natur“**

Erstmals konnte für das umfangreiche Wieslocher Ferienprogramm ferner eine OL-Aktivität angeboten werden, an der am **3. September** erfreulicherweise 16 Mädchen und Jungen im Alter von 6 bis 15 Jahren teilgenommen hatten. In den mehr als drei Stunden konnten sie rund um eine Minigolfanlage zunächst bei 4 unterschiedlichen „Mini-OL’s“ auf spielerische Weise den OL kennenlernen. Eine anschließende gemeinsame „OL-Wanderung“ zum Barockgarten und zwei verschiedene „Kurz-OL’s“ zum Abschluss rundeten das kurzweilige Programm ab. So dass alle Schüler nach viel Bewegung und mit verbesserten Navigationsfähigkeiten, sowie einer Urkunde zufrieden den Weg nach Hause antraten.



Auf 4 unterschiedlich verzwickten Bahnen rund um die Minigolfanlage im PZN-Park



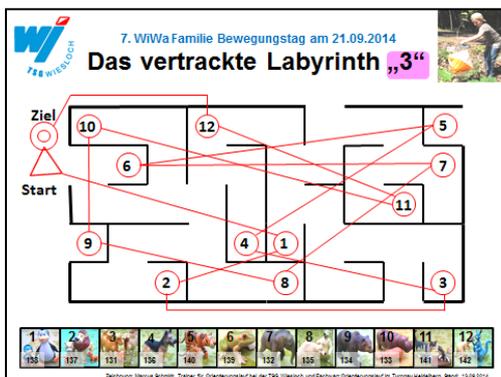
Mini-OL (Bahn 4, „die Schwierige“)



Abschluss rund um den schönen PZN-Barockgarten

## ➤ 7. WiWa Familie Bewegungstag in Walldorf am 21. September

Mittlerweile ist das OL-Angebot beim WiWa Bewegungstag schon eine feste Größe, denn seit 2010 konnte bereits zum 5. Mal eine Aktivität angeboten werden. Allerdings diesmal nicht wie geplant und bereits unter freiem Himmel fertig aufgebaut, das „Vertrackte Labyrinth“. Sondern aufgrund von plötzlich einsetzendem, heftigem Regen erstmals ein „Zigzag Orientierung“ in der Sporthalle. Auch dies eine sehr vereinfachte und spielerische Form des „Orientierungslauf“, auf kleiner Fläche nur mit elektronischen [SPORTident](#)-Kontrollboxen sehr kompakt aufgebaut. Und vor allem ein voller Erfolg, da die drei unterschiedlich schwierigen Strecken von einer Vielzahl Kinder ohne Verschnaufpause ausgiebig auskundschaftet wurden.



Das Vertrackte Labyrinth – eigentlich bewährt, aufgrund des Regens jedoch leider ungenutzt

**7. WiWa Familie Bewegungstag am 21.09.2014**  
**Zigzag Orientierung „All“**

Start Ziel

Zeichnung: Marcus Schmidt, Trainer für Orientierungslauf bei der TSG Wiesloch und Fachwart Orientierungslauf im Turl...



Die Grundaufstellung aller SI-Boxen, ausgelegt auf dem Hallenboden

**7. WiWa Familie Bewegungstag am 21.09.2014**  
**Zigzag Orientierung „1“**

Start Ziel

Zeichnung: Marcus Schmidt, Trainer für Orientierungslauf bei der TSG Wiesloch und Fachwart Orientierungslauf im Turl... 13.08.2014



Dieser Zigzag-Parcours zum Einstieg und Eingewöhnen

**7. WiWa Familie Bewegungstag am 21.09.2014**  
**Zigzag Orientierung „3“**

Start Ziel

Zeichnung: Marcus Schmidt, Trainer für Orientierungslauf bei der TSG Wiesloch und Fachwart Orientierungslauf im Turl... 13.08.2014



Dieser Zigzag-Parcours war dann schon deutlich herausfordernder!

## ➤ Geburtstags-OL

Von Kindern ebenfalls immer wieder gerne angenommen, ein Geburtstagsfest in der Natur, bspw. mit einem „OL-Walk“. Neben dem Stempeln der einzelnen Posten, sind zusätzliche kleine „Schätzchen“ sehr beliebt.



Geburtstags-Walk im PZN-Park



die Kids immer bei der Sache ...



Geburtstag-Walk in der Innenstadt von Wiesloch



hier an Posten 4



Begeisterte Kids auf Postenjagd, sowohl im PZN-Park als auch in der Stadt

### 3. OL-Meisterschaften und internationale Wettkämpfe

Wiederum gab es in diesem Jahr einen umfangreichen Wettkampfkalender im In- und Ausland. Allerdings aufgrund zeitlicher und gesundheitlicher Einschränkungen leider fast ausnahmslos ohne Beteiligung aus dem Turngau Heidelberg. Dabei war es beispielsweise ein Novum, dass Marcus Schmidt mit 4 OL-Reisen mehr internationale Wettkämpfe bestritten hatte als dies bei gerade mal 3 Läufen in Deutschland der Fall war. Einer davon war die **Baden-Württembergische Meisterschaft auf der Langdistanz**, wo er bei starker Konkurrenz überraschenderweise sogar die **Bronzemedaille** erringen konnte.



Am Start zur BWM Lang in Heppenheim / Urkunde und Medaille / auf dem Weg zu Rang 3

#### ➤ 27. Feb. bis 1. März bei den „Antalya O Days“ in Kemer (Türkei)

Ein toller Mehrtage-OL im Rahmen der Weltcup-Läufe an historischen Stätten

- vgl. => <http://www.orientierungslauf.de/1/2/0/1673>



Familie Schmidt am Start zum OL-Sprint in Kemer und Schlussposten in Phaselis



Im Gelände der 1. Etappe bei Beycik



Zuschauerposten beim Weltcupfinale in Phaselis

## ➤ 15. bis 21. April bei der „Riga Orienteering Week“ (Lettland)

Beschrieben als „The most exciting and spectacular orienteering event in the Baltic Countries!“ war es tatsächlich eine Woche mit tollem OL-Sport. Dabei wurde zunächst täglich ein OL-Training in überwiegend offenen Dünenwäldern angeboten, um dann am Osterwochenende zwei OL-Wettkämpfe zum Riga-Cup zu laufen. Schließlich gab es am Ostermontag noch ein echtes Highlight, nämlich einen OL-Sprint durch die bemerkenswert schöne Altstadt von Riga

➤ vgl. => [http://www.magnets.lv/?p=orienteering\\_competitions&fid=902&lang=en](http://www.magnets.lv/?p=orienteering_competitions&fid=902&lang=en)



Familie Schmidt vor dem Start zum OL-Sprint durch die Altstadt von Riga und im Gelände



Internationales Feeling und viel Technik im Ziel, sowie live im TV: Daniel Schmidt

## ➤ 14. / 15. Juni bei der OL-Staffel „Jukola“ in Kuopio (Finnland)

16.200 Teilnehmer und Live-TV durch die ganze Nacht – OL in einer anderen Dimension!!

➤ vgl. => <http://www.orientierungslauf.de/1/2/0/1716>



Das Team Baden-Württemberg vor dem Start und deren Zelt an der großen Wettkampfstätte



Start um 23 Uhr für die 1.600 Staffeln und Marcus zum Sonnenaufgang nach 2 Std. im Ziel

- **5. bis 10. August bei den „O-5 Días“ Cervera de P. (Spanien)**
- vgl. => <http://www.ol-in-baden.de/infos/div29.php>



Familie Schmidt beim Training



Das Zielgelände der 1. Etappe vor schöner Felskulisse



Daniel und Christoph an einem Posten der 2. Etappe, Marcus im Felsgelände der 3. Etappe



### ➤ Diverse Erfolge 2014

Name	Wettkampf	Ergebnis (Zeit)	Altersklasse	Rang
Baden-Württembergische Meisterschaften in Heppenheim am 19.10.2014				
Schmidt, Marcus	Langdistanz	48:32 min	H 45	3.
2. Trofeo Diputacion de Palencia O-5 Días in Cervera de Pisuerga / Spanien vom 05.-10.08.2014				
Schmidt, Marcus	Int. 5-Tage OL	4 h : 34 min : 32 s	H 40	5.
Antalya O Days in Kemer / Türkei vom 27. Februar bis 01. März 2014				
Schmidt, Marcus	Int. 3-Tage OL	2 h : 31 min : 24 s	H 35	2.

## 4. Ausblick 2015

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](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 document on the left and a photograph on the right. The document is a letter addressed to school principals and sports teachers, dated 10.02.2013, regarding the introduction of orienteering (OL) in schools. It describes OL as a nature and all-weather sport, a combination of adventure and brain sport, and mentions its traditional roots in Scandinavia and Switzerland. The photograph shows three children standing 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 (oder mit einem kleinen Unkostenbeitrag verbunden), 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 Postenschirme, Elektronisches Kontrollsystem (von „SPORTident“) Kompass, usw. - die im vergangenen Jahr begonnenen Aktivitäten zur Gewinnung von geeigneten Sponsoren fortführen.

