



## Orientierungslauf (OL)

### Spaß mit der Karte in der Natur - jetzt auch für AV-Mitglieder

**Die Alpenvereins-Sektion Graz erweitert ihr Angebot. In Kooperation mit der "Sportunion Schöckl Orienteering" stehen allen AV-Mitgliedern zahlreiche Aktivitäten des Orientierungslaufclubs zu Sonderkonditionen zur Verfügung; neben Trainingskursen gibt es u.a. auch Fahrten zu spektakulären Mehrtage-Läufen im In- und Ausland.**

Der OL-Club "Sportunion Schöckl Orienteering" (SUSO) wurde, ausgehend von einer Schulsportgruppe am BG/BRG Graz-Kirchengasse, im Jahr 2001 gegründet. In der Zwischenzeit ist daraus ein innovativer OL-Club geworden, der einerseits im organisierten Verbandssport sehr erfolgreich ist, der aber auch durch zahlreiche Aktivitäten aufhorchen lässt. Neben Projekten wie Orientierungstage an Schulen und Schnuppertrainings ist der noch junge Club auch bereits für einige große Veranstaltungen verantwortlich. Neben dem bereits traditionellen Kastanienlauf in Graz - St. Peter organisierte das SUSO-Team schon Bundes-Schulmeisterschaften, Österr. Akademische Meisterschaften und als Höhepunkt den Junioren-Europacup 2005 mit drei Bewerben.

Mit der AV-Kooperation sieht Clubchef Mag. Hannes Pacher, selbst mehrfacher WM-Teilnehmer, eine "Win-Win"-Situation: "Orientieren im Bergland ist ein wichtiger Teil im vielfältigen AV-Angebot. Der OL-Sport kann auf spielerische Weise sowohl für Jugendliche als auch für Erwachsene den Umgang mit Karte und Kompass spannend gestalten. Zudem werden viele Basisfaktoren für den Bergsport, wie Ausdauer, mentale Fitness, Überwindung, Wettkampfsgeist, etc. beim OL trainiert. Nebenbei besteht hinsichtlich übergeordneter Ziele eine große Übereinstimmung, wenn es um Naturerlebnis und der verantwortungsvollen Nutzung unserer Umwelt geht."

Als Turnlehrer und Sporterzieher hält Mag. Pacher in der heutigen Zeit jede sportliche Aktivität für sinnvoll. Jede(r) Jugendliche, der(die) Freude am Sport entdeckt, kommt dabei nicht auf "abwegige" Gedanken, womit OL auch ein wichtiger Beitrag im Kampf gegen Alkohol- und Drogenmissbrauch ist. Viele "Orientierer" gehen/laufen häufig in die Berge, um ihre Langzeitausdauer zu verbessern. Es geht in der Zusammenarbeit mit dem Alpenverein also nicht ums Abwerben, sondern um eine Bereicherung in beidseitigem Einvernehmen. "Natürlich können interessierte Personen auch tiefer in den Wettkampfsport Orientierungslauf eintauchen, dann ist natürlich auch eine Verbandslizenz zu lösen. Um diese zu bekommen bieten wir auch eine assoziierte Mitgliedschaft an", meint Pacher.

#### **Wie funktioniert nun eigentlich Orientierungslauf und was macht dessen Faszination aus:**

Mit speziell für OL-Zwecke angefertigten Karten werden in einem kleinen Gebiet sogenannte "OL-Posten" an markanten Punkten im Gelände platziert. Je nach Können gibt es dann verschiedene OL-Bahnen als Suchaufgabe. Das Postensuchen und das Bemühen, diese Posten möglichst schnell zu finden, machen den Reiz dieser aus Skandinavien stammenden Sportart aus.

Nachdem man die Grundtechniken des Kartenlesens erlernt hat, geht es beim Sport natürlich um die Zeit, wie schnell man die Posten findet. Die Geschwindigkeit provoziert natürlich Fehler und damit verbundene weitere kleinere Suchaktionen. Aber gerade das Spannungsfeld, wie schnell kann ich laufen, damit ich im Kopf noch klare Orientierungsentscheidungen treffen kann, ist der "Kick" im OL-Sport. Bei der anschließenden Analyse im Ziel kommt man oft aus dem Staunen nicht heraus, welche einfachen Situationen man im Wettbewerb fehl interpretiert und somit "wertvolle" Zeit im Wald liegen gelassen hat.

#### **Eine Einladung zum Mitmachen:**

Alle Informationen können Sie entweder zeitgerecht auf unserer Homepage abrufen oder Sie senden uns ein Mail, damit wir sie über Aktionen direkt informieren können.

#### **SU SCHÖCKL Orienteering**

Mag. Hannes Pacher, [www.schoeckl.at](http://www.schoeckl.at), E-mail: [office@schoeckl.at](mailto:office@schoeckl.at), Mobil: +43 664 9604960