

OL Training: „Kompass- und Vielposten-OL“ am 14.12.2024 ab 10:45 „Normal-OL“ für Kinder/Beginners

Treffpunkt: 3004 Riederberghöhe, Wiener Straße 10, hinter KFZ-Werkstatt [48.24971,16.09295](https://www.google.com/maps/place/3004+Riederbergh%C3%B6he,+Wiener+Stra%C3%9Fe+10,+1130+Vienna,+Austria/@48.24971,16.09295,15z)
Anreise mit Öffis: Autobus 451 ab Hütteldorf, Station Riederberghöhe
Parken: Parkstreifen am Beginn der Forststraße
Karte: Riederberg 1:10.000/1:7500, 5m Äquid.

Posten: Posten für Kinder/Beginners, sonst rot/weiße Bänder mit Nummern
Posten nur am Samstag, die Bänder bleiben bis Mo. 16.12. im Wald

P zum Start: ca. 500m / 5 Hm

Ziel zum P: ca. 600 m / 70 Hm über einen Wanderweg
(das Ziel für Kinder/Beginners ist direkt beim Treffpunkt)

Zielschluss: 12:30 Uhr

Bahnen:

- Kinder/Beginners:	1,9 km, 20 Hm, 9 Posten; 1:7.500
- „Kurz“:	3,3 km, 100 Hm, 15 Posten, 1:10.000 oder 1:7500
- „Mittel“:	4,0 km, 200 Hm, 18 Posten, 1:10.000 oder 1:7500
- „Lang“:	5,7 km, 160 Hm, 27 Posten, 1:10.000

Bahndaten können sich noch ein wenig ändern.

Trainingsanleitung und Trainingsziele:

Für **Kinder/Beginners** (Normale Bahn): Karte immer lagerichtig halten („ich drehe mich um die Karte, die nach Norden schaut“) und weit ins Gelände blicken, da die Posten nicht direkt am Weg, aber sehr knapp daneben sitzen.
Für Geübte ist bei manchen Posten „abkürzen“ möglich.

Für alle anderen: **Vielposten OL** – auch „**Control-Picking**“ genannt

Damit sollt ihr eure **Postenraumroutine** und rasche Routenentscheidungen trainieren. Aus meiner Sicht ist es wichtig auch bei kurzen Posten immer einen „Plan“ zu haben, wie ihr den Posten anlaufen werdet.
Am besten ist es, wenn ihr schon vor dem Erreichen eines Postens eine klare Vorstellung habt, wie ihr zum nächsten Posten laufen werdet. Da das bei kurzen Posten nicht immer möglich sein wird, ist es wichtig direkt beim Posten stehen zu bleiben wenn man noch keine Route wählen konnte. Ein paar Sekunden können da sehr gut investierte Zeit sein.

Achtung: bei kurzen Posten in einem flachen Gelände reicht es oft die Kompassrichtung zum nächsten Posten zu kennen. Im steilen Wald ist das aber aus meiner Sicht nicht genug, da hier die Höhenkurven auch ein Weglaufen „gegen“ die Kompassrichtung erfordern können – z.B. bei einer Grabenquerung.

Die Bahnen „Mittel“ und „Lang“ starten wieder mit zwei längeren Kompassstrecken: „Kopf hoch“ und Weit voraus blicken!

Nachbetrachtung:

Erkenne ich ein wiederkehrendes Muster? Hatte ich immer einen Plan für jeden Posten?

Viel Spaß!

Ferri Gassner, Organisation/Bahnlegung

Thomas Radon, Vorsitzender

Geschichtliches zum Schluss:

Das Ziel befindet sich bei der Klosterruine Riederberg, wo im 15./16. Jhdt. ein Kloster mit einer spätgotischen Kirche stand. („Sancta Mary in Paradyso“) https://de.wikipedia.org/wiki/Sancta_Maria_in_Paradyso

Die Bahn Mittel und Lang kommt auch in die Nähe der Burgruine Ried aus dem 12./13. Jhdt. <https://www.burgried.at/burgruine/>

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr. Der Veranstalter und der durchführende Verein lehnen jede Haftung auch gegenüber Dritten ab. Die Bestimmungen des Forstgesetzes und der Straßenverkehrsordnung sind einzuhalten.