

„Orientierung“ - das Magazin  
des Österreichischen Fachver-  
bandes für Orientierungslauf  
Nr. 3/2008

# ORIENTEERING AUSTRIA

3/08

www.oefol.at  
P.b.b. Verlagspostamt 1040 Wien  
Erscheinungsort Wien  
02Z034337 M

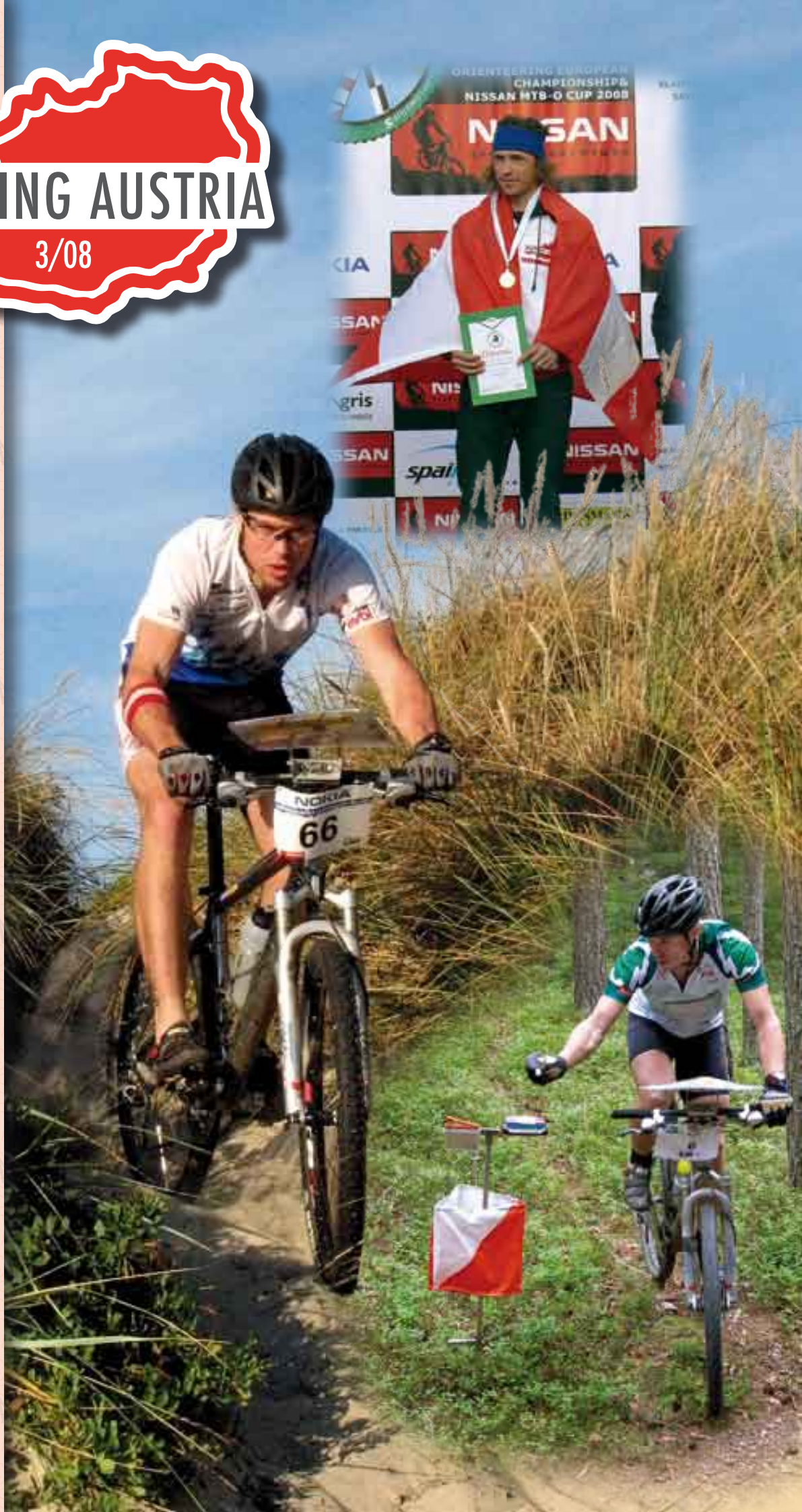
**Medaillenregen  
bei der  
MTB-O-EM:  
Tobias Breitschädel wird  
Europameister**

**Michaela Gigon  
und Gernot  
Kerschbaumer  
erfolgreich  
bei der  
Militär-WM**

**EYOC:  
Zweiter Platz für  
Damen-16-Staffel**

**Austria Cup 2008:  
Saisonabschluss  
in Bad Fischau**

**Gala 2008:  
Abschied  
von Hans Kolar  
und Hannes Irk,  
HSV Wiener Neustadt –  
bester Fuß- und  
Ski-OL-Verein,  
NF Villach –  
bester MTB-O-Verein**



# Inhalt

## 04 MTB-O-Europameisterschaft in Litauen

Tobias Breitschädel ist Europameister!  
Medaillenregen für Elite und Jugend



Foto: Giedrius Adamonis

## 10 Jugendeuropameisterschaft in der Schweiz

Silber für unsere Mädchen



Foto: Richard Schuh

## 12 CISM in Litauen

Tolle Leistungen von Michaela und den Herren



Foto: Erich Göschl

## 14 Österreichische Meisterschaft und Austria-Cup-Läufe im Herbst

Staffel, Langdistanz auf der Postalm, Nacht, AC-Finale in Bad Fischau-Brunn



Foto: Oliver Seidler

## 17 Mitarbeiter für den Verband gesucht

## 18 ÖFOL-Gala 2008

## 19 Nachruf Hannes Irk

## 20 Bundesschulmeisterschaft in Pinkafeld

## 22 Erster Höhlen-OL

## 23 Austria Cup und Meistertabellen



Foto: Rainer Burmann

## 28 Internationale OL-News

## 30 Kurzmeldungen aus Österreich

## 32 Förderverein Spitzensport Orientierungslauf

Jahresbericht 2008



Foto: Oliver Seidler

## 33 Trainersymposium in Wien

## 34 OCAD – Die Software hinter den OL-Karten



Foto: Sabine Fuchs / Markus Winkler

## 36 OL-Tipps

Routenbesprechungen, Trainingstipps, Mentaltraining



Foto: Photopress

## 40 Interview mit Matthias Müller

## 42 Holzschnitzen statt Orientierungslauf

Interview mit Franz Maier



Foto: Erich Göschl

## 43 Vereinsporträt: HSV Langenlebar

## 44 Stadt-OL in Venedig

Ein Erlebnis der romantischen Art

## 45 Einladung zum OL nach Südafrika

## 46 R'adys Mountain OL-Marathon

Würdiger Saisonabschluss bei Freistadt



Foto: Erik Adenstedt

## 48 Termine

**Die OL-Nationalmannschaft läuft ab 2009 mit der Ausrüstung vom OL-SHOP**

**OL-SHOP.at**  
Tel. 0664/33 55 592      office@ol-shop.at      www.ol-shop.at

**Die Redaktion der „Orientierung“:** Mag. Marina Skern, Mag. Traude Fesselhofer: Text- und Bildredaktion, Inhalts- und Layoutplanung, Budget. Berichte aus internationalen Medien. Beiträge über das OL-Geschehen und zu grundsätzlichen, für den Orientierungsläufer relevanten Themen werden gerne angenommen. Kontakt: redaktion@oefol.at bzw. ÖFOL-Sekretariat, 1040 Wien, Prinz-Eugen Str. 12, Tel.: (01) 50503 93. **Anzeigenverwaltung:** ÖFOL-Sekretariat, 1040 Wien, Prinz-Eugen Str. 12, Tel.: (01) 50503 93, oefol@utanet.at

**Impressum:** Orientierung - Das Magazin des Österreichischen Fachverbandes für Orientierungslauf. **Medieninhaber, Herausgeber und Verleger:** Österreichischer Fachverband für Orientierungslauf (ÖFOL), 1040 Wien, Prinz-Eugen Str. 12, Tel./Fax: (01) 50 50 393. **Internet:** <http://www.oefol.at> e-mail: [redaktion@oefol.at](mailto:redaktion@oefol.at). **Für den Inhalt verantwortlich:** Redaktion. **Mitarbeiter dieser Ausgabe:** Text: Erik Adenstedt, Anja Arbter, Simon Arbter, Julia Bauer, Ernst Bonek, Felix Breitschädel, Tobias Breitschädel, Markus Buchtele, Florian Elstner, Traude Fesselhofer, Jaqueline Fruhwirth, Sabine Fuchs, Gerti Gigon, Michaela Gigon, Erich Göschl, Hans Georg Gratzler, Kevin Haselsberger, Felix Hofstätter, Lisi Hohenwarter, Pierre Kaltenbacher, Günter Kradschnig, Thomas Krejci, Karin Leonhardt, Gerald Mayrhofer, Michael Melcher, Matthias Müller, Richard Schuh, Anna Simkovic, Erich Simkovic, Marina Skern, Thomas Täuber, Barbara Tobler, Max Wagner, Wolfgang Waldhäusl, Klaus Wallas, Richard Werner, Markus Winkler. **Fotos:** Giedrius Adamonis, Erik Adenstedt, Lucie Babel/www.ultimate-orientationeering.com, Walter Bergner, Ernst Bonek, Christian Breitschädel, Rainer Burmann, Erich Draxler, Florian Elstner, Albert Epprecht, Kurt Fesselhofer, Traude Fesselhofer, fliedermaeuse-hx.de, Sabine Fuchs, Erich Göschl, Max Habentrich, Agnes Harreither, Werner Herbst, Martin Jörg, Christian Knapp, Günter Kradschnig, Karin Leonhardt, Kristian Leonhardt, Franz Maier, Matthias Müller, Guni Palme, Photopress, Monika Richter, Richard Schuh, Oliver Seidler, Georg Sengtschmid, Marina Skern, Bati Tobler, Paul Valentin, Dirk De Vos/www.cism-milsport.org, Klaus Wallas, Michael Wendler, Markus Winkler, Brigitte Wolf. **Layout:** ASSO-Werbung Oliver Seidler, Eggendorf; **Druck:** Offset3000, Steinbrunn. **Blattlinie:** Orientierung ist die offizielle Verbandszeitung des Österreichischen Fachverbandes für Orientierungslauf, sie dient zur Information der Mitglieder und der sportinteressierten Öffentlichkeit über die Belange des Orientierungslauf-Sports in Österreich. Namentlich gekennzeichnete Artikel müssen nicht mit der Meinung des Herausgebers übereinstimmen. **Jahres-Abopreis:** Euro 20,-

### Titelbild:

Tobias Breitschädel,  
ASKÖ Henndorf, erster  
österreichischer MTB-O  
Europameister.

Fotos: Christian Breitschädel,  
Klaus Wallas

Mit der ÖFOL-Gala 2008 wurde das bisher erfolgreichste Jahr in der nunmehrigen 42-jährigen Geschichte des ÖFOL abgeschlossen. Ein Abschluss, der mit einer Trauerminute für unsere verstorbenen Funktionäre Hans KOLAR und Hannes IRK begann und unsere Erfolge nochmals in Erinnerung rief. Das Wochenende diente auch zur gruppenweisen Ausarbeitung und Präsentation der Wettkämpfe, Trainingskurse und Wettkampfbeschickungen für 2009.

Soweit ich dabei meine persönliche Einstellung zum Orientierungssport einbringen kann, definiere ich diese so: Freude machen, Gemeinschaft erleben, Herausforderungen annehmen, gesund bleiben und im Wettkampf bestehen. Dabei will ich „uns“ gerne von anderen Sportarten unterscheiden wissen. Da ich selbst von der Leichtathletik über den Radsport und den Nordischen Sport zum OL kam, kenne ich den Druck, der in anderen Sportarten herrscht und der mit ein Grund sein kann, dass Sportler zu unerlaubten Mitteln greifen. Es ist mir daher wichtig, dass wir unsere Eigenständigkeit in Training, Wettkampf und bei Qualifikationen bewahren.

Nach der Einstellung unserer neuen Regierung zum Sport befragt, kann wohl niemand derzeit Auskunft geben. Sport kam in der Wahlwerbung bei keiner Partei vor. Derzeit ist bekannt, dass Sport vom Bundeskanzleramt zum Verteidigungsministerium wandert. Der ÖFOL ist bereit und in der Lage, alle Programme der kommenden Regierung in beiderseitigem Interesse

und Einvernehmen zu unterstützen. Da wir dank unserer Strukturen beste Kontakte zur „Landesverteidigung“ haben, erwarte ich mir auch künftig eine gute Zusammenarbeit mit den für den Sport Verantwortlichen in Österreich.

OL ist ein Sport für jedes Alter und jedes Geschlecht. Unserer Pioniere sind altersmäßig mitgewachsen, und wenn in Österreich eine D80-Läuferin die Bahn über Stock und Stein schafft, können wir alle stolz sein. Ab 2009 wird die D 65- in das ÖFOL-Wettkampfprogramm aufgenommen. Es muss unser Anliegen sein, LäuferInnen aller Altersstufen aktiv am Wettkampfgeschehen teilhaben zu lassen. In Schweden wird die Entwicklung zum erfolgreichen Spitzenläufer so eingeteilt:

Unter 13 Jahren – OL ist lustig.

13 bis 16 Jahre – Ich mag OL, will mehr darüber und über das Training lernen.

16 bis 19 Jahre – Ich möchte mich durch den OL verwirklichen und trainieren.

Ab 19 – Ich will an meine Grenzen stoßen und mich der Spitze nähern.

Spitzenläufer/in – Ich will Weltmeister/in werden.

Der OL ist in seiner breitenmäßigen Entwicklung stark von örtlichen Funktionären abhängig. Anders gesagt: Die Verbreitung des OL ist überall möglich, wo sich jemand findet, der den OL propagiert. An der Spitze wird



Foto: Tünde Fesselhofer

es örtlich seltener sein, entsprechende Trainer zu finden. Der ÖFOL hat Mittel für Trainer. Zwar gibt es schon viele staatlich geprüfte OL-Trainer, aber so ist es z.B. der-

zeit schwierig, für den Jugendbereich ausgebildete Trainer zu finden. Gerade in einem Sport, der sich rasch entwickelt, ist dauernde internationale Fortbildung notwendig. Zur Fortbildung mit dem Schweizer Nationaltrainer/Herren Thomas Bühler kamen leider nur wenige Trainer. Um entsprechendes Wissen in Österreich zu haben, ist geplant ab 2009 Funktionäre und Trainer zu Fortbildungsveranstaltungen zu entsenden.

Ein wichtiges Anliegen meinerseits ist die Frauenförderung. Hier gibt es Entwicklungspotential. Unsere Damentrainerin hat ein zusätzliches Kaderprogramm für die Frauen ab 17 ausgearbeitet.

Die nächste Saison steht mit den Ski-OLs bereits vor der Tür. Alle unsere Wettkämpfe haben ein hohes Niveau erreicht. Das zeigt die Tatsache, dass 2008 kein einziger Protest eingereicht wurde. OL-Karten in hoher Qualität stehen für alle Wettkämpfe und Trainings zur Verfügung. Unsere Veranstalter sind bestrebt, bestmögliche Strukturen anzubieten.

Vielen Dank für 2008, Hans, Hannes, Karin, Tobias, Michaela, Gernot, Gerti, Marina usw.

ÖFOL-Präsident Erich Simkovic

## IN EIGENER SACHE

### Liebe „Orientierung“-Leser!

Leider ist die Zeit für mich gekommen, den Abschied von der Redaktion zu nehmen. Ich und Hans Kolar waren ein eingespieltes Team. Nach seinem Ab-

leben ist es für mich nun sehr schwierig geworden, in der „Orientierung“ weiter zu arbeiten, weil Hans mir fehlt. Das waren 6 spannende Jahre, wo ich von ihm viel gelernt und mit der Arbeit viel Freude gehabt habe. Jetzt nehme

ich aber eine Auszeit. Ich hoffe sehr, dass ein neues engagiertes Team unsere Zeitung bald übernimmt und mit der gleichen Begeisterung wie Hans Kolar weiter führt.

Marina Skern

MTB-O-EM 2008 – Nida (Litauen)

# Der Medaillenregen nimmt kein Ende

Ein komplett neues und ungewohntes MTB-O-Gebiet erwartete uns im September in Litauen. Austragungsort waren die Wälder rund um die Kleinstadt Nida - Dünen und sandige Wege, wohin das Auge reicht.

von Lisi Hohenwarter

Nach einer verregneten Ankunft konnten wir bei strahlendem Sonnenschein beim Model-Event die ersten Fahrversuche in der Sandkiste starten. Hier galt es, die Befahrbarkeit der unterschiedlichen Wegkategorien auszutesten. Nichts ist schlimmer, als auf der vermeintlich schnellen Route im Sand stecken zu bleiben und fluchend sein Rad schieben zu müssen. Neben dem Karten- und Geländestudium wurden somit Reifen getestet, ge-

tauscht, der Druck überprüft, Luft eindann wieder ausgelassen.



Das Jugendteam beim Anfeuern



**KARTE: EM NIDA  
MIDDLE W-ELITE**

— Lisi Hohenwarter

## Mitteldistanz – und schon die erste Medaille

Unweit unserer Unterkunft, mitten im Städtchen Nida, war der Start zum ersten Wettkampf. Anhand von alten Karten hatten wir im Vorfeld versucht, mögliche Postenstandorte und Routenwahlen auszuloten. Eine große Anzahl von Stufen im Stadtbereich könnte ausschlaggebend sein.

Genau diese Stufen wurden mir gleich am Anfang zum Verhängnis. Zu wenig Druck und schlechte Fahrtechnik führten dazu, dass ich bereits beim Startdreieck (!!!!) einen Reifendefekt hatte. Nachdem auch mein Ersatzschlauch undicht war, endete für mich das Rennen bereits am Start. Glücklicherweise konnte ich noch einen Schlauch und eine Pumpe auftreiben, um das Rennen zu absolvieren, war doch die Staffel im gleichen Gebiet.

Wieder einmal ganz vorne mit dabei: Michi Gigon. Beim Rennen unterliefen ihr einige Fehler, es dauerte zu lange, bis sie ein gutes Gefühl für die Karte bekam. Schlussendlich eroberte sie ihrer erste Silbermedaille bei einer EM. Es siegte Ingrid Stengard (FIN), Christine Schaffner (SUI) wurde 7 Sekunden hinter Michi Dritte.

Sonja Zinkl hatte einen guten Start, streute aber vor allem im Schlussteil ein paar Fehler ein und wurde 16.

Bei den Herren gelang unserem „MTB-O-Baby“ Felix Breitschädel ein guter Einstieg. Noch etwas unsicher und hektisch erreichte er den zufrieden stellenden 28. Platz, knapp hinter Tobias, dem an diesem Tag kein optimaler Wettkampf gelungen war. Gleich zu Beginn musste er durch Routenfehler und Unsicherheiten

Zum Schluss hat dann wohl jeder seine optimale Einstellung gefunden.