



WAS IST ORIENTIERUNGSLAUFEN?

Orientierungslauf - kurz OL - ist ein faszinierender Sport, bei dem neben dem Laufen auch dein Köpfchen gefragt ist. Mit Hilfe einer Spezial Karte läufst du von einem Startpunkt über mehrere Kontrollpunkte bis zum Ziel. Dein Laufgebiet sind dabei Siedlungsgebiete, Parks und Wälder.



UNSER SPORTPLATZ IST DIE NATUR

Diese Spezial Karten für Orientierungsläufer sind detailreich und haben besondere Farbabstufungen: Neben der unterschiedlichen Belaufbarkeit (Grünabstufungen) werden auch verbotene Gebiete (z.b. Privatgründe) oder nicht überquerbare Zäune und Mauern gekennzeichnet. Damit suchst du die für dich beste und schnellste Route.

SPORT MIT KÖPFCHEN

Orientierungslaufen verbindet sportliche Fitness mit Geschick und Taktik und ist damit sowohl für ambitionierte Sportler aber auch für Hobbysportler und Familien mit Kindern geeignet.

FUN OL

IDEE

- Du bist aktiver Sportler und suchst eine neue Herausforderung?
- Du solltest/ möchtest mehr Bewegung machen?
- Du suchst eine Aktivität für die ganze Familie?

In allen Fällen bist du beim Orientierungslaufen richtig! Lass Dir von Profis kurz erklären wie's geht und schon steht deinem Outdoor Erlebnis nichts im Wege. Du selbst entscheidest über Schwierigkeitsgrad sowie dein Lauftempo.

4 STRECKEN

- LEICHT: Strecke kurz (ca. 3 km)
Strecke lang (ca. 5 km)
- SCHWER: Strecke kurz (ca. 3 km)
Strecke lang (ca. 5 km)

Wähle die zu deinem Können und Deiner Kondition entsprechende Strecke.

ABLAUF

Anmeldung direkt vorort. Teilnahme ist kostenlos.
Uhrzeit: Freie Startzeitwahl zwischen 17:30 und 19:00 Uhr.

Auswertung mit Sport Ident
Einen Leihchip stellen wir jedem Läufer- kostenlos - zur Verfügung.

TERMINE 2019

TERMINE & TREFFPUNKTE

FUN OL - STADTGEBIET RIED

- | | | | |
|---|-------|-----------------|----------------------------------|
| 1 | April | Mi 03.04.2019 | Messegelände Ried, Red Zac Arena |
| 2 | Mai | Di(!)03.05.2019 | Landesmusikschule Ried |
| 3 | Juni | Mi 05.06.2019 | Brucknerschule NMS2 |
| 4 | Sept | Mi 18.09.2019 | Messegelände Ried, Red Zac Arena |
| 5 | Okt | Mi 02.10.2019 | Freibad Ried |

INNVIERTLER CUP - WALD HAUSRUCK

- | | | |
|---|-------|---------------|
| 1 | April | Sa 27.04.2019 |
| 2 | Sept. | Sa 29.06.2019 |
| 3 | Okt. | Sa 05.10.2019 |

Vorläufige Terminplanung, Änderungen vorbehalten.
Du kannst mitmachen sooft du willst. Über den Innviertler Cup gibt es eine Gesamtwertung.

Die genauen Treffpunkte sowie Infos zu weiteren Aktivitäten auf www.fun-ol-ried.at



FÜR JEDES ALTER,
FÜR JEDE KONDITION,..



VERANSTALTER

FUN- Orientierungslauf

FÜR ALLE ZWISCHEN 8 - 99 JAHRE



Verein Orientierungslaufen Ried

www.fun-ol-ried.at
Mobil: 0699/ 10131785

Du bewegst Dich gerne und möchtest Ried von einer ganz neuen Seite kennenlernen?
Dann mach mit bei einem Orientierungslauf (oder -spaziergang) durch Ried.

