www.oefol.at

Nr. 1/2014

ORIENTEERING AUSTRIA

ORIENTIERUNG

Das Magazin des Österreichischen Fachverbandes für Orientierungslauf

Perspektiven des Ski-OL

Ski-OL-Saison 2013/14

In Österreich und im Ausland dem Schnee nachgelaufen

Saisonstart im OL

Training und erster Weltcup im Süden der Türkei

Preis: 9,– Euro

Inhalt

Foto: Kurt Fesselhofer

Johann Kugler, der bislang erfolgreichste österreichische Ski-OLer

3 Ski-OL: Austria-Cup-Saison

8 Ski-OL: Weltcup in Norwegen und Schweden

9 Ski-OL: JWOC in Estland

10 OL: Türkei – Saisonstart mit Weltcup

11 Kurzmeldungen aus dem In- und Ausland

14 „Big 0 5“ in Südafrika

16 Orthopädie: Knöchel- und Schienbeinschmerzen

18 Wettkampfvorschau OL und MTBO Frühjahr 2014

19 Aus dem Verband

Foto: Kurt Fesselhofer

Carina Polzer beim Lipica Open

Der Österreichische Fachverband für Orientierungslauf wird gefördert aus Mitteln des

SPORT MINISTERIUM

Aus meiner Sicht

Foto: Kurt Fesselhofer

Obwohl die letzte Mitgliederversammlung des ÖFOL und die dortige Neuwahl des Vorstandes bereits einige Monate her sind, möchte ich nochmals auf diese zurückblicken. Einige, teilweise langjährige, Mitglieder des Vorstandes sind aus diesem ausgeschieden: Traude Fesselhofer als Medienreferentin, Franz Prach, der 2012 für Alexander Zirnig als Jugendkaderreferent eingesprungen war, Richard Werner vom Fun-Orienteering-Team. Klaus Holzinger war viele Jahre als Vizepräsident, zuletzt als Rechnungsprüfer im Verband tätig. Ich möchte die Gelegenheit nützen, um diesen nochmal für ihre Zeit, ihren Aufwand und ihr Engagement in den letzten Jahren zu danken. Erfreulicherweise gehen sie dem Orientierungssport nicht verloren: Traude betreut weiterhin die Orientierung; Franz engagiert sich wieder verstärkt auf regionaler (steirischer) Ebene; Richard ist in Vorarlberg mit Fun-, Schul- und Bundesheer-OL tätig, agiert nun als Rechnungsprüfer im ÖFOL und hilft bei vielen Veranstaltungen in ganz Österreich und im Ausland mit; Klaus führt weiterhin eine Sektion OL im HSV (Großmittel).

Hans Georg Gratzer, acht Jahre Vizepräsident, hat sich von dieser Position zurückgezogen, gehört aber weiterhin dem Vorstand als Referent für Ski-OL an und wird sich wie bisher für diesen einsetzen, ebenso seine organisatorischen Tätigkeiten in Verein und Land (Tirol) fortsetzen. Neu im Präsidium als Vizepräsident ist Thomas Wieser, er bleibt wie bisher auch MTBO-Referent im Vorstand. Hans Georg und Thomas prägen seit Jahren ganz entscheidend und positiv den Orientierungssport in Österreich.

In den Vorstandssitzungen fehlen wird uns Gerfried Hoch, quasi ein Urgestein, der sich als Präsident des Steirischen Verbandes zurückgezogen hat. Gerfried ist für jedes Gremium und jede Gemeinschaft eine Bereicherung.

Neu im Vorstand sind drei „altbekannte“ Gesichter: Michael Grill als Verantwortlicher für den Schulsport, Werner Pietsch als Jugendkader-Referent und Barbara Tobler als Referentin für Fun-OL. Dies freut mich sehr; der Bereich Schul-OL war zudem längere Zeit unbesetzt und Michael hat bereits mit viel Initiative begonnen, neue Akzente zu setzen.

Ebenso wie den ausgeschiedenen und neuen Mitgliedern des Vorstandes ist natürlich denjenigen zu danken, die diesem weiterhin zur Verfügung stehen und angehören (Übersicht auf Seite 19). Stellvertretend gilt dieser Dank auch allen, die auf Landes- und Vereinsebene für unseren Sport tätig sind.

Ein kleiner Wermutstropfen bleibt: Es ist bei der Neuwahl des Vorstandes nicht gelungen, „wirklich neue“ Gesichter zu finden. Alle Obgenannten sind seit vielen Jahren als Funktionäre auf verschiedenen Ebenen tätig. Ziel ist es daher, auch neue Mitarbeiter zu finden, Präsidium und Vorstand des ÖFOL personell zu erweitern, verstärkt auch Jüngere und Frauen zu gewinnen.

Vielen ist nicht bekannt oder bewusst, was im ÖFOL im Laufe des Jahres so alles passiert. Dies möchte ich daher etwas beleuchten und zumindest ein Jahr lang in Form eines Blogs dokumentieren. Dieser „ÖFOL-Blog“ ist ab sofort unter http://oefol.blogspot.com einsehbar.

Eine schöne Frühjahrssaison wünscht

***ERIK ADENSTEDT,** PRÄSIDENT DES ÖFOL*

Impressum: Orientierung – Das Magazin des Österreichischen Fachverbandes für Orientierungslauf. **Medieninhaber, Herausgeber und Verleger:** Österreichischer Fachverband für Orientierungslauf (ÖFOL), A-1040 Wien, Prinz-Eugen-Straße 12. **Telefon:** (01) 505 03 93. **E-Mail:** office@oefol.at. **Chefredakteurin:** Traude Fesselhofer (redaktion@oefol.at). **Mitarbeiter dieser Ausgabe:** Erik Adenstedt, Kurt Fesselhofer, Roland Fesselhofer, Hans Georg Gratzer, Sandrina Illes, Ursula Kadan, Rainer Kalliany, Gertraud Leonhardt, Bernhard Lieber, Gerald Mayrhofer, Michael Melcher, Hannes Pacher, Anna Simkovics, Gottfried Tobler, Richard Werner, Thomas Wieser. **Layout:** Hans Ljung. **Druckerei:** Niederösterreichisches Pressehaus, A-3100 St. Pölten, Gutenbergstraße 12. **Anzeigenverwaltung:** ÖFOL-Sekretariat, A-1040 Wien, Prinz-Eugen-Straße 12, Telefon (01) 505 03 93, (office@oefol.at).

Offenlegung nach § 25 Mediengesetz: Medieninhaber: Österreichischer Fachverband für Orientierungslauf, 1040 Wien, Prinz-Eugen-Straße 12, Telefon (01) 505 03 93. **Vereinszweck:** Der ÖFOL ist der Fachverband des organisierten österreichischen Orientierungssports, nicht auf Gewinn ausgerichtet und eine im Sinn der Bundesabgabenordnung gemeinnützige Vereinigung. Er steht bundesweit allen gemeinnützigen Orientierungssportvereinen für eine Mitgliedschaft offen. Der ÖFOL hat das Ziel: a) den Orientierungssport zu fördern, zu verbreiten und seine Entwicklung zu überwachen, b) freundschaftliche Beziehungen zwischen allen Orientierungssportlern herzustellen, c) die olympischen Ideen zu achten und nach ihren Prinzipien zu handeln, d) Umsetzung der Anti-Doping-Regelungen des Internationalen Fachverbandes und des Anti-Doping-Bundesgesetzes im Bereich des ÖFOL. **Geschäftsführung: Präsident:** Erik Adenstedt. **Generalsekretärin:** Elisabeth Speiser. **Weitere Präsidiumsmitglieder:** Margit Huber, Thomas Wieser, Friedrich Fruhwirth, Peter Treml, alle 1040 Wien, Prinz-Eugen-Straße 12. **Erscheinen:** dreimal jährlich. **Blattlinie:** Die „Orientierung“ ist die offizielle Verbandszeitschrift des Österreichischen Fachverbandes für Orientierungslauf. Sie dient zur Information der Mitglieder und der sportinteressierten Öffentlichkeit über die Belange des Orientierungssports in Österreich. Namentlich gekennzeichnete Beiträge müssen nicht mit der Meinung der Redaktion übereinstimmen. **Jahres-Abo-Preis:** 25,– Euro. **Einzelpreis:** 9,– Euro.

Coverfotos: Großes Foto: Ski-OL in Kaltenbrunn/Garmisch, Bayern (© Kurt Fesselhofer). Unten links: Nicht sehr viel, aber ausreichend Schnee gab es bei der ÖM Sprint in Eisenerz; hier Pierre Kaltenbacher, Meister H35 (© Kurt Fesselhofer). Unten rechts: Kartenausschnitt vom Trainingskurs in der Türkei.

Fotos: Hans Georg Gratzer & Hannes Pacher

Die Schneeverhältnisse waren nicht optimal – es reichte gerade, die Wettkämpfe regulär über die Bühne zu bringen. Matthias Gröll (rechts oben) und Lisa Pacher (rechts) am Start zum Sprint

JWSOC UND EYSOC, PANNJÄRVE, ESTLAND, 18. BIS 24. FEBER 2014

Hoher Anspruch auf wenig Schnee

Die Juniorenwelt- und Jugendeuropameisterschaften in Estland waren vom europaweiten Schneemangel dieses Winters geprägt. Die Wettkämpfe mussten fast 200 km weiter nördlich als geplant durchgeführt werden. Die Veranstalter taten aber wirklich alles, um trotz schwieriger Verhältnisse faire Bewerbe zu ermöglichen. Von Hannes Pacher

Das österreichische Team, bestehend aus den Junioren Mathias Peter, Matthias Gröll, Valentin Gigler, Adrian Wickert und den jungen Damen Lisa Pacher (Juniorinnen) sowie Antonia Erhart und Lisa Krimbacher (Jugend), wurde von Hannes Pacher, Max Habenicht und Hans Georg Gratzer betreut.

Noch wenige Kilometer vor dem Wettkampfgebiet konnte niemand glauben, dass hier ein Ski-OL stattfinden kann. Doch dann wartete ein tolles Langlaufzentrum mit ausreichend Schnee auf die Teilnehmer.

Die Mitteldistanz wurde in einem sehr engmaschigen Spurennetz ausgetragen, auf sehr schnellem, hartem Schnee, der große Geschicklichkeit erforderte. Aufgrund der niedrigen Schneelage konnte meist auch gequert werden, eine zusätzliche O-technische Herausforderung. – Alles in allem bot sich ein nahezu perfekter Wettkampf auf höchstem technischen Niveau.

Bei der Langdistanz bewegte man sich zwar mehr auf breiteren Spuren, das technische Niveau war aber unverändert hoch.

Die Bedingungen beim Sprint waren im Vergleich zu den ersten beiden Tagen eher schlecht: Nieselregen und weiche Spuren erwarteten die Athleten.

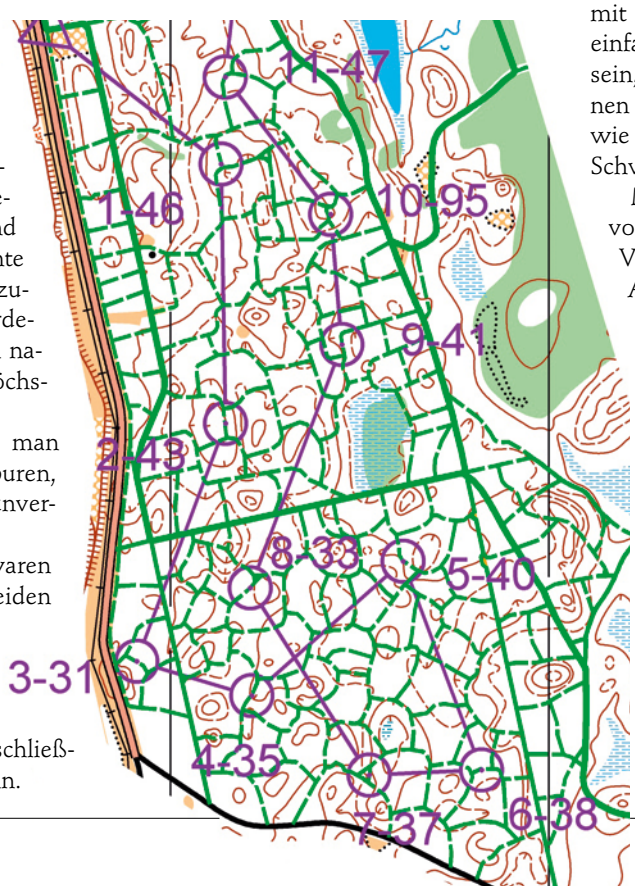
Auf den letzten Schnee- bzw. Eisresten konnten die Veranstalter schließlich auch noch die Staffel abwickeln.

Die Ergebnisse entsprachen im Allgemeinen den realistisch sinnvollen Erwartungen. Der Rückstand auf die Spitze ist relativ groß. Das beste Einzelergebnis erreichte Matthias Gröll mit rund 20 % Rückstand und Platz 27 auf der Langdistanz, somit also schon „auf Tuchfühlung" zu den wirklich Guten. In der Nationenwertung belegte Österreich immerhin den 10. Platz von 16 teilnehmenden Nationen. Die insgesamt 16 vergebenen Goldmedaillen (4 Bewerbe mit je 4 Kategorien) gingen an Russland (7), Schweden, Finnland (je 3), Estland (2) und Norwegen (1).

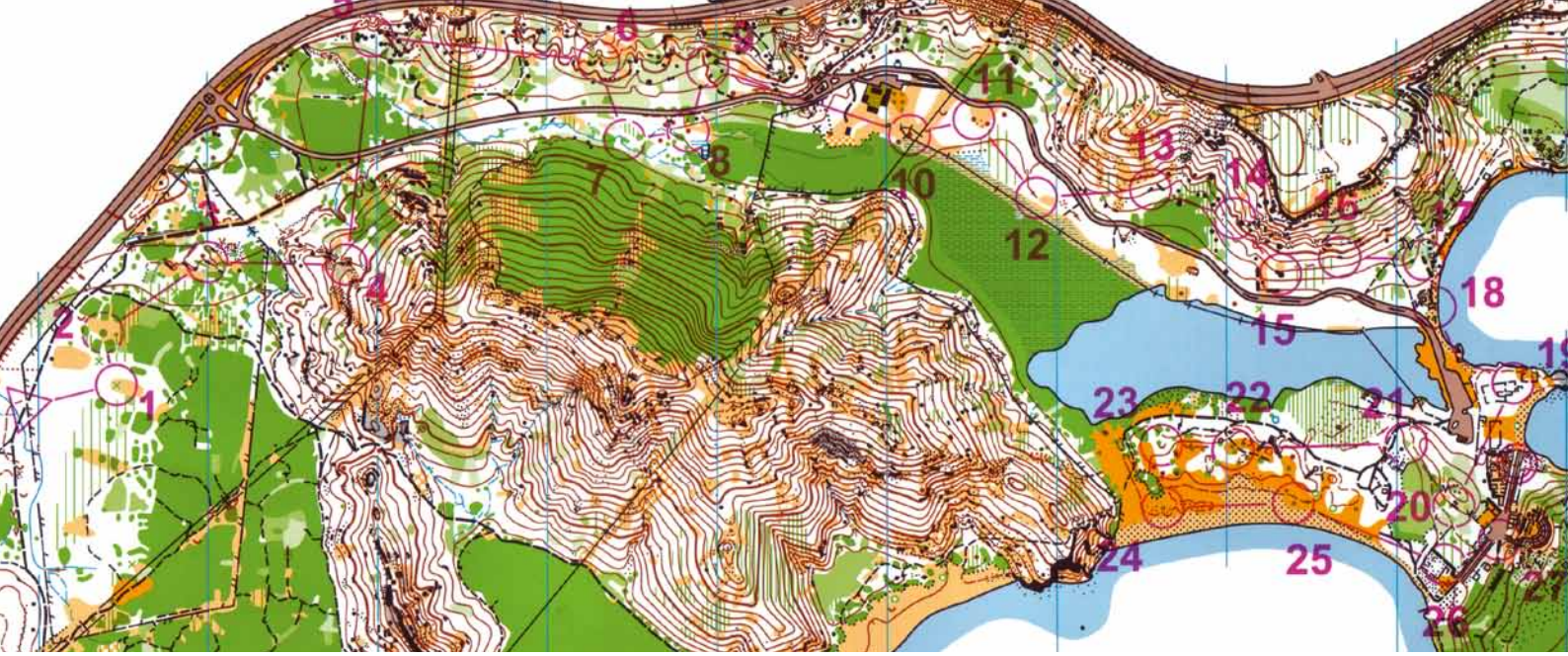
Da wir in Österreich derart schwierige Verhältnisse (dichtes Netz schmaler Spuren in unübersichtlichem Gelände) nicht trainieren können, waren die Wettkämpfe wohl „eine Nummer zu groß" für unsere Läufer und Läuferinnen. Sowohl von den Trainingsbedingungen als auch vom Material (und den Finanzen) her können wir mit den „großen" Ski-OL-Nationen ganz einfach nicht mithalten. Ziel muss daher sein, im Kampf gegen jene Länder, in denen ähnliche Voraussetzungen herrschen wie bei uns (wie Italien, Tschechien, Schweiz oder Lettland), zu bestehen.

Mit entsprechender Unterstützung von Verbandsseite und der positiven Verankerung in den OL-Köpfen von Athleten und Trainern, dass Ski-OL auch eine perfekte Alternative für die Vorbereitung auf die Sommersaison sein kann, wird eine Entwicklung zum Besseren möglich sein. (Viele der jungen Ski-Orientierer zählen ja auch im Sommer zu den besten Nachwuchsläufern Österreichs.) In diesem Sinne wird auf die mögliche Heim-Junioren-WM im Winter 2015/16 hingearbeitet.

Ergebnisse und weitere Informationen: http://www.orienteerumine.ee/skio2014



Ausschnitt JWOC-Karte Mitteldistanz, W20



Weltcup Mitteldistanz, Finallauf DE, Phaselis, 1 : 10.000, Äqu. 5 m (Karte etwas verkleinert)

TRAININGSLAGER UND WELTCUP, 24. FEBRUAR BIS 3. MÄRZ 2014

Saisonauftakt an der türkischen Riviera

Das Februar-Trainingslager des Nationalkaders im sonnigen Süden der iberischen Halbinsel oder neuerdings auch der Türkei hat inzwischen schon Tradition – und auch, dass im Zuge dessen Wettkämpfe bestritten werden. Dieses Jahr ging es für uns aber gleich mit der ersten Weltcup-Runde los. Von Ursula Kadan

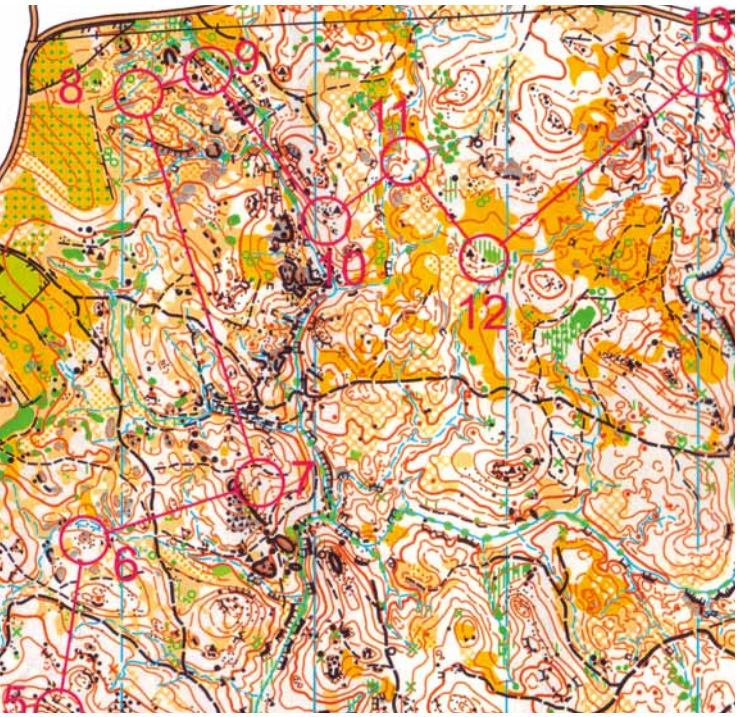
Zwei Damen, zehn Herren und drei Betreuer zählte die österreichische Reisegruppe, die sich am 24. Februar an die türkische Riviera aufmachte. Die ersten drei Tage verbrachten wir in Antalya. Auf dem Programm standen einschlägige Trainings für die anstehenden Mitteldistanz-Wettkämpfe und die Mixed-Sprint-Staffel dieser ersten Weltcup-Runde. Außerdem ging es bei einem internen Qualifikationslauf noch um die restlichen Startplätze, denn nur der A-Kader war fix gesetzt.

Mitte der Woche übersiedelten wir dann an den Ort der Wettkämpfe, den etwa 45 km von Antalya entfernten Badeort Kemer. Nach Trainings in zwar recht steinigen, aber nicht allzu grünen Wäldern verhieß der Model Event wesentlich dichtere Verhältnisse. So waren wir dann etwas überrascht, als sich das Gelände des Weltcup-Qualifikationslaufs sehr schnell und technisch nicht allzu anspruchsvoll präsentierte. Vereinzelte grüne Posten zu Beginn kosteten aber manche Läufer/innen doch wertvolle Sekunden, und da es extrem knapp zuging, auch den Einzug ins begehrte A-Finale. Dieses war allerdings auch nur den schnellsten 30 Läufer/innen vorbehalten – was bedeutet, dass es auch im B-Finale noch Weltcuppunkte zu ergattern gab! Von den Österreicher/innen sicherten sich nur Robert Merl (20.) und Ursula Kadan (21.) einen Startplatz im A-Finale.

Die Bahnanlage des Finallaufs gestaltete sich abwechslungsreich, aber auch weniger anspruchsvoll als erwartet. Nach ein paar Posten im Grünen ging es die Autobahn entlang, zwischen Hang und Talboden wechselnd, zur Ruinenstadt Phaselis am Meer; die Schlussrunde führte dann noch kurz durch Dünengelände. Während es Robert Merl (30.) leider nicht gelang, an seine Vortagesleistung anzuknüpfen, konnte Ursula Kadan trotz Fehlern zu Beginn des Rennens ihren 21. Platz bestätigen. Gernot Kerschbaumer schlug nach seinem missglückten Qualifikationslauf nun zurück und wurde im B-Finale Vierter, Anja Arbter konnte als Zehnte bei ihrem Weltcup-Debüt ihren ersten Weltcuppunkt verbuchen. Die Tagessiege gingen an Tove Alexandersson (SWE) und Daniel Hubmann (SUI), aber auch dahinter klassierten sich fast ausnahmslos Schweden und Schweizer.

Den Abschluss unseres Türkei-Abenteuers bildete die erste Runde des neuen inoffiziellen Mixed-Sprint-Staffel-Weltcups. Austragungsort war das Stadtzentrum von Kemer mit angrenzenden Parks. GPS-Tracking und ein Zuschauerdurchlauf auf jeder der vier Strecken sicherten spannende Unterhaltung für die Zuschauer und eine tolle Atmosphäre für die Läufer/innen. Das österreichische Team in der Aufstellung Kadan, Kerschbaumer, Merl und Arbter konnte sich sehr gut verkaufen, indem es lange recht weit vorne mithielt und schließlich den elften Platz belegte.

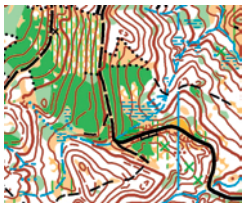
Weitere Informationen und komplette Ergebnisse: www.wcup2014antalya.com •



Kartenausschnitt vom Qualifikationslauf um die Weltcup-Startplätze (Damen-Bahn) Gebiz, 1 : 10.000, Äqu. 5 m

OL: ÖSTM MITTEL/1. AUSTRIA CUP & ÖSTM/ÖM STAFFEL

Feistritz/Drau, 26./27. 4. 2014



Zum Saisonauftakt 2014 mit Mitteldistanz- und Staffelbewerb bietet der HSV Villach ein neues Laufgebiet im mittleren Drautal in Kärnten an. Die Mitteldistanz-Staatsmeisterschaft ist auch World Ranking Event.
Geländecharakteristik: Abwechslungsreiches Gebiet, körperlich anstrengende Geländeteile wechseln mit schnellen, detailreichen und entscheidungsfordernden Teilstrecken.
Wettkampfleiter/Bahnleger: Bernhard Lieber/Christian Gotthardt
TD: Stefan Hartinger
Infrastruktur: Im Zentrum des Laufgebiets liegt der Truppen-Übungsplatz „Marwiese", er bietet allen Besuchern ein angenehmes Ambiente mit nahe gelegener Parkmöglichkeit, Duschen und anderen Versorgungseinrichtungen.

Kinderbetreuung von Katharina mit BAKIP-Team – Anmeldungen dafür bitte per Mail oder über ANNE.

Am Freitag Nachmittag und am Samstag Vormittag wird in Töplitsch ein Training mit Posten angeboten – bitte ebenfalls über ANNE anmelden. *Bernhard Lieber*

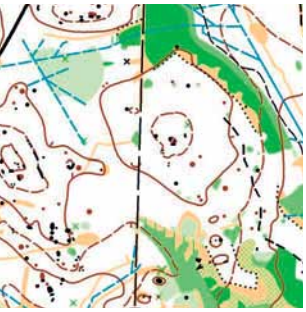
MTBO: 1. AUSTRIA CUP (MITTEL)

Marburg, Slowenien, 10. 5. 2014

Da im ursprünglich geplanten Wettkampfgebiet bei Slovenj Gradec aufgrund der massiven Eisschäden im Wald Anfang Mai noch kein MTBO durchgeführt werden kann, wird als Ersatz der eine Woche später stattfindende MTBO am Stadtrand von Marburg auch als Austria-Cup-Bewerb herangezogen.
Geländecharakteristik: relativ flacher Wald mit vielen Wegen und Schneisen, teilweise auch Siedlungsgebiet
Durchführender Verein: Mariborski OK
Österreichischer TD: Wolfgang Pötsch

Der zweite Bewerb muss leider ausfallen, sodass 2014 voraussichtlich nur 9 statt 10 AC-Bewerbe zur Austragung kommen, wovon dann 6 für die Gesamtwertung herangezogen werden.

OL: ÖM LANG/2. AUSTRIA CUP & BUNDESLÄNDERSTAFFEL



Litschau, 24./25. 5. 2014

Geländecharakteristik: flaches bis hügeliges Waldgebiet mit Steinen, Felsen, Sümpfen – im Osten (beim Sportplatz) auch Gebiete mit Dickicht. Teilweise viel Unterholz, teilweise sehr gut belaufbar. Die Karte erstreckt sich bis knapp zur tschechischen Grenze und wird gegen Westen immer interessanter!
Kartenzeichner: Tibor Erdélyi
Bahnleger für ÖM (Samstag): Libor Zřídkaveselý
TD: Alois Mair
Wettkampfzentrum: Sportplatz Litschau, direkt am Wald, mit guter Infrastruktur

Anschließend (von 26. – 28. 5.) wird im selben Gebiet die ÖM der Schulen durchgeführt. Qualifizierte Schulen können natürlich am Wochenende bereits teilnehmen – das ideale Training!

Vom 18. – 22. August bietet der ÖHSV ein offenes Trainingslager im Oberen Waldviertel an – mit Einbeziehung der Karten Blockheide, Neunagelberg und 1 – 2 Karten in Tschechien. Auch die traditionelle Fun-O-Veranstaltung „Abenteuer im Wald-4tel" wird zu diesem Termin in Litschau durchgeführt! *Gottfried Tobler*

MTBO: 2. & 3. AUSTRIA CUP (MITTEL & LANG)

Felsőcsöde, Ungarn, 31. 5./1. 6. 2014

Ausschnitt Fuß-OL-Karte

Im kleinen Ort Felsőcsöde westlich von Zalaegerszeg, etwa 45 Autominuten vom Grenzübergang Heiligenkreuz, werden Austria Cup 2 und 3 gemeinsam mit ungarischen Cupläufen stattfinden.
Geländecharakteristik: Hügelland mit einigen tiefen Gräben, in vielen Bereichen rechteckiges Wege-/Schneisensystem
Wettkampfleiter und Bahnleger: Miklós Mets (OK-Chef der MTBO-WM 2012)
Österreichischer TD: Iain Rochford
Infrastruktur: wird aufgrund des gleichzeitig stattfindenden 24-Stunden-OL ausreichend vorhanden sein und kann gemeinsam genützt werden.

OL: 4. AUSTRIA CUP (SPRINT & LANG)

Wien (voraussichtlich), 14. 6. 2014

Der 3. Austria Cup (Sprint) muss mangels Bewilligung im vorgesehenen Laufgebiet (Hainburg) an einem anderen Ort ausgetragen werden. Nähere Informationen werden so bald wie möglich in ANNE veröffentlicht.

Großmittel, 15. 6. 2014

Leider kann auch der 4. Austria Cup (Langdistanz) nicht im geplanten Gelände (Bad Vöslau) stattfinden. Das Organisationsteam HSV Großmittel /GO Harzberg wird den Lauf daher in Großmittel durchführen.
Geländecharakteristik: Flacher Truppenübungsplatz, teilweise bewaldet, teilweise offen; viele Schneisen und kleine Geländeformen (Löcher, Gräben)
Wettkampfleiter: Klaus Holzinger & Klaus Kramer
Bahnleger: Jan Zazgornik & Dominik Lapornik
Infrastruktur: wird in der Kaserne zur Verfügung stehen

MTBO: ÖSTM/ÖM MITTEL/4. AUSTRIA CUP & 5. AUSTRIA CUP (LANG)

Rauchwart, 28./29. 6. 2014

Foto: Gemeinde Rauchwart

Badesee Rauchwart

Nach 2006 veranstaltet der SKV OLG Deutsch Kaltenbrunn wieder MTBO-Wettkämpfe, beide Bewerbe sind auch World Ranking Events und ungarische Cupläufe.
Geländecharakteristik: moderat hügeliges Gelände, Wege überwiegend schnell befahrbar
Bahnleger: Thomas Wieser und Klaus Lagler
TD: Walter Dravetz
Wettkampfzentrum: Strandbad am Badesee Rauchwart mit sehr guter Infrastruktur *Gerald Mayrhofer*