hat im Rahmen des WiWa Familie Bewegungstags in Walldorf beim „Vertrackten Labyrinth“ am 23. September 2012 teilgenommen und alle Posten gefunden

Herzliche Gratulation!

Das vertrackte Labyrinth – Was ist zu tun?

Vom Start weg sind im Labyrinth alle Postenschirme in der vorgegebenen Reihenfolge anzulaufen. Die umseitige Karte dient als Hilfe, den richtigen Posten zu finden (zu erkennen am zugehörigen Tierbild im Stempelfeld), und zwar möglichst ohne sich zu verirren!

Der Posten ist dann mit einem elektronischen Chip oder mit einer Lochzange im zugehörigen Stempelfeld zu quittieren.

Das vertrackte Labyrinth ist eine sehr vereinfachte und spielerische Form des „Orientierungslauf“, ein Wettkampfsport bei dem alle mitmachen können, ob jung oder alt, weiblich oder männlich, auch für behinderte und kranke Menschen geeignet.

Was ist Orientierungslauf?

Beim Orientierungslauf (kurz „OL“ genannt) ist neben der läuferischen Ausdauer besonders der Kopf gefordert. Denn es gilt, mit Hilfe einer Karte im Gelände rot-weiß markierte Kontrollpunkte (sogenannte Posten), in der vorgegebenen Reihenfolge möglichst schnell anzulaufen. Dabei ist die Route von Posten zu Posten selbst zu wählen.

Orientierungslauf – etwas für groß und klein

Natürlich ist der kürzeste Weg nicht immer der schnellste, wie auch beim Autofahren!

Interesse geweckt?

Mehr **Informationen** rund um den „Orientierungslauf“ entnehmen Sie bitte der dt. OL-Homepage orientierungslauf.de oder bei den TSG-Leichtathleten tsg-wiesloch.de/leichtathletik/orientierungslauf/Orientierungslauf.html

Zu empfehlen ist insbes. die umfangreich bebilderte Einführungspräsentation „Erste OL-Einblicke_...“ => ol-in-baden.de/infos/div7/OL_Einfuehrung.pdf

Noch Fragen, dann gerne an

Marcus Schmidt, Trainer für Orientierungslauf bei der TSG Wiesloch

Mobil: 0177-2710666, Email marcus-schmidt@online.de