Ski-OL als Wintererlebnis

Autor(en): **Eggspühler, Roland**

Objekttyp: **Article**

Zeitschrift: **Mobile : die Fachzeitschrift für Sport**

Band (Jahr): **4 (2002)**

Heft 6

PDF erstellt am: **04.06.2024**

Persistenter Link: https://doi.org/10.5169/seals-991484

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Ski-OL als Winter

Orientierungslaufen auf einem Loipennetz heisst Ski-OL. Als Hilfsmittel dienen eine handelsübliche Langlaufausrüstung und eine Karte des Laufgebietes. Ein einfacher Ski-OL lässt sich ohne grossen Aufwand vorbereiten und durchführen.

Roland Eggspühler

Orientierungslaufen auf Ski ist eine internationale Wettkampfsportart, die vor allem in Skandinavien und in den osteuropäischen Staaten verbreitet ist. Das Internationale Olympische Komitee verfolgt die Entwicklung mit Interesse. Für 2006 wird Ski-OL noch nicht im Programm der Olympischen Winterspiele sein. Aber es ist gut möglich, dass bei späteren olympischen Spielen auch Medaillen im Ski-OL vergeben werden. Der Internationale OL-Verband ist sich der Bedeutung dieser wegweisenden Chance bewusst und arbeitet intensiv daran, Ski-OL auch ausserhalb Europas verstärkt zu verbreiten und ein telegenes Wettkampfformat zu entwickeln, das auch von sportartfremdem Publikum verstanden wird. Die Schweizer sind übrigens seit einigen Jahren in der erweiterten Weltspitze vertreten, namentlich mit dem letzten Winter vom Wettkampfsport zurückgetretenen Bündner Lukas Stoffel (1994: WM-7.) und dem Oberaargauer Peter Mosimann, der das Potenzial hat, Weltmeisterschaften oder Weltcuprennen für sich zu entscheiden.

Querlaufen erlaubt

Das Querfeldeinlaufen ist im Ski-OL erlaubt – im Gegensatz zum vergleichbaren Bike-OL im Sommer, wo das Verlassen der Wege verboten ist. Eine verschneite Matte im kniehohen Schnee zu durchqueren ist wunderschön, im wettkampforientierten Ski-OL aber die Ausnahme. Aus Gründen der Fairness gegenüber den Erststartenden achten geübte Ski-OL-Veranstalter stets darauf, dass die Quer-Route nicht die Schnellste ist. Verglichen mit dem «normalen» OL im Sommer ist im Ski-OL die Routenwahl einfacher und stellt selbst für OL-Einsteiger kein unüberwindbares Problem dar.

Ski-OL im Schneesportlager

An den Nordic Games von Swiss Ski ist Ski-OL seit einigen Jahren eine beliebte Schnupperdisziplin, und in Wintersportlagern eine spielerische Abwechslung zum Langlaufen. Die Umschreibung eines Szene-Kenners trifft den Nagel auf den Kopf: «Langlaufen tönt nach ‹lang› und nach ‹laufen›, und da braucht es oft einiges an Geduld, um die trendorientierte Jugend von den Schönheiten und Vorzügen dieser naturverbundenen Sportart zu überzeugen.» Ski-OL hingegen ist mehr als nur lange laufen: Es wird nicht nur der Körper, sondern auch der Geist gefordert. Das oft etwas abenteuerliche Erlebnis kommt bei Jugendlichen sehr gut an. Im Rahmen eines Lagers einen Ski-OL zu organisieren, ist keine Hexerei. Vorausgesetzt, Langlaufausrüstungen sind vorhanden. Dann braucht es nur noch eine Laufkarte und ein paar Kontrollposten im Gelände. Es muss nicht unbedingt eine Ski-OL-Spezialkarte sein, die nach internationalen Normen aufgenommen und gezeichnet wurde (siehe Beispiel auf der nächsten Seite). Ein simpler Loipenplan, auch auf einer Vogelschaukarte, oder eine mit den vorhandenen Loipen ergänzte 1:25 000er-Landeskarte reichen auf dieser Stufe vollends. Die Karten können in billigen DIN-A4-Zeigetaschen an einer Schnur um den Hals getragen werden. Für Fortgeschrittene empfiehlt sich ein spezielles Ski-OL-Gestell, um die Karte auch in vollem Lauftempo lesen zu können. m

Ski-OLs in der Schweiz 2002/2003

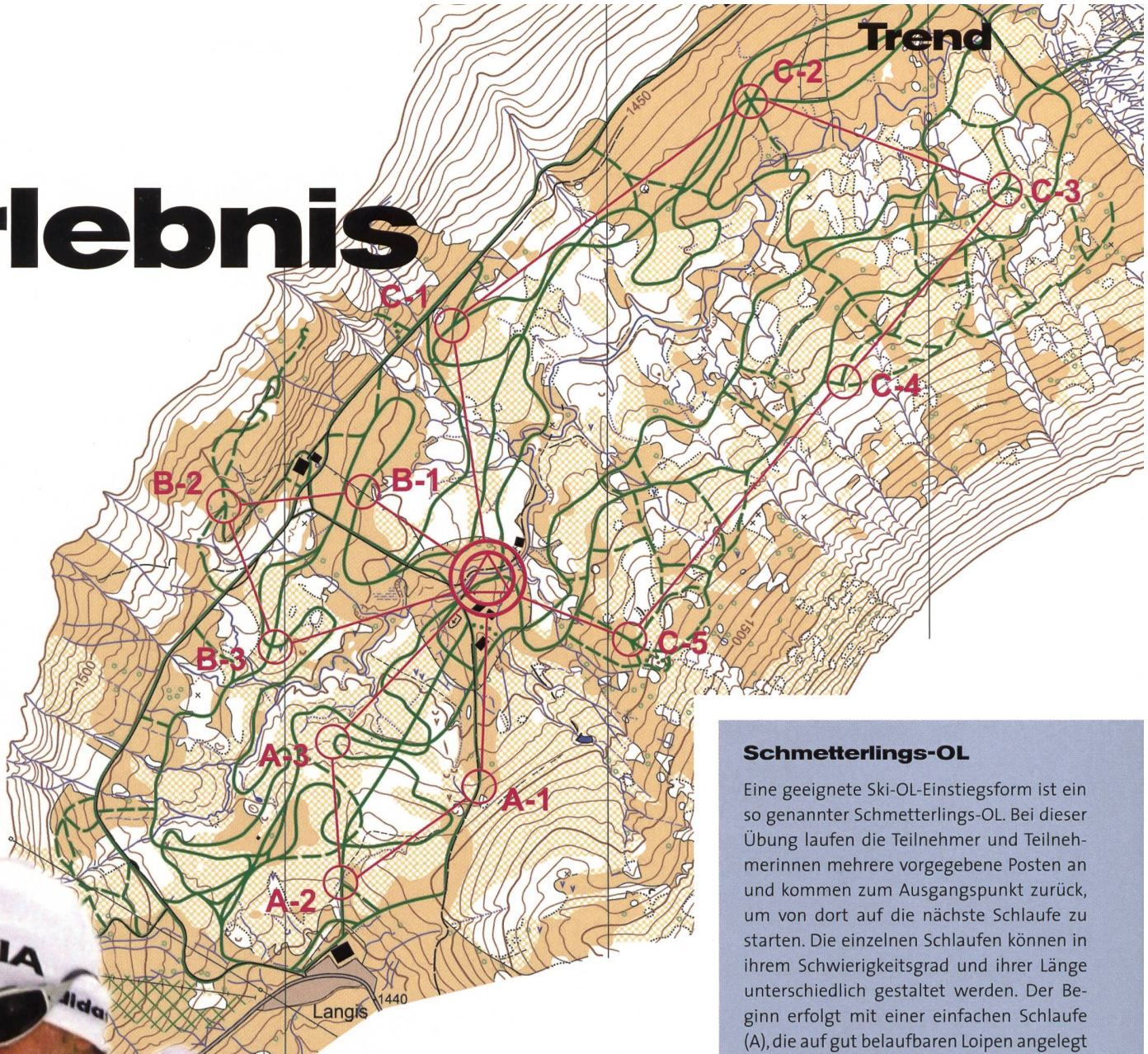
Sa, 21. 12. 2002	Schweizer Meisterschaften 2002, Bachtel
So, 22. 12. 2002	Ski-OL Bachtel
So, 29. 12. 2002	Gommer Ski-OL
Sa, 25. 01. 2003	Schweizer Meisterschaften 2003, Sparenmoos
So, 26. 01. 2003	Ski-OL Sparenmoos
Sa, 08.02. 2003	3. Davoser Ski-OL

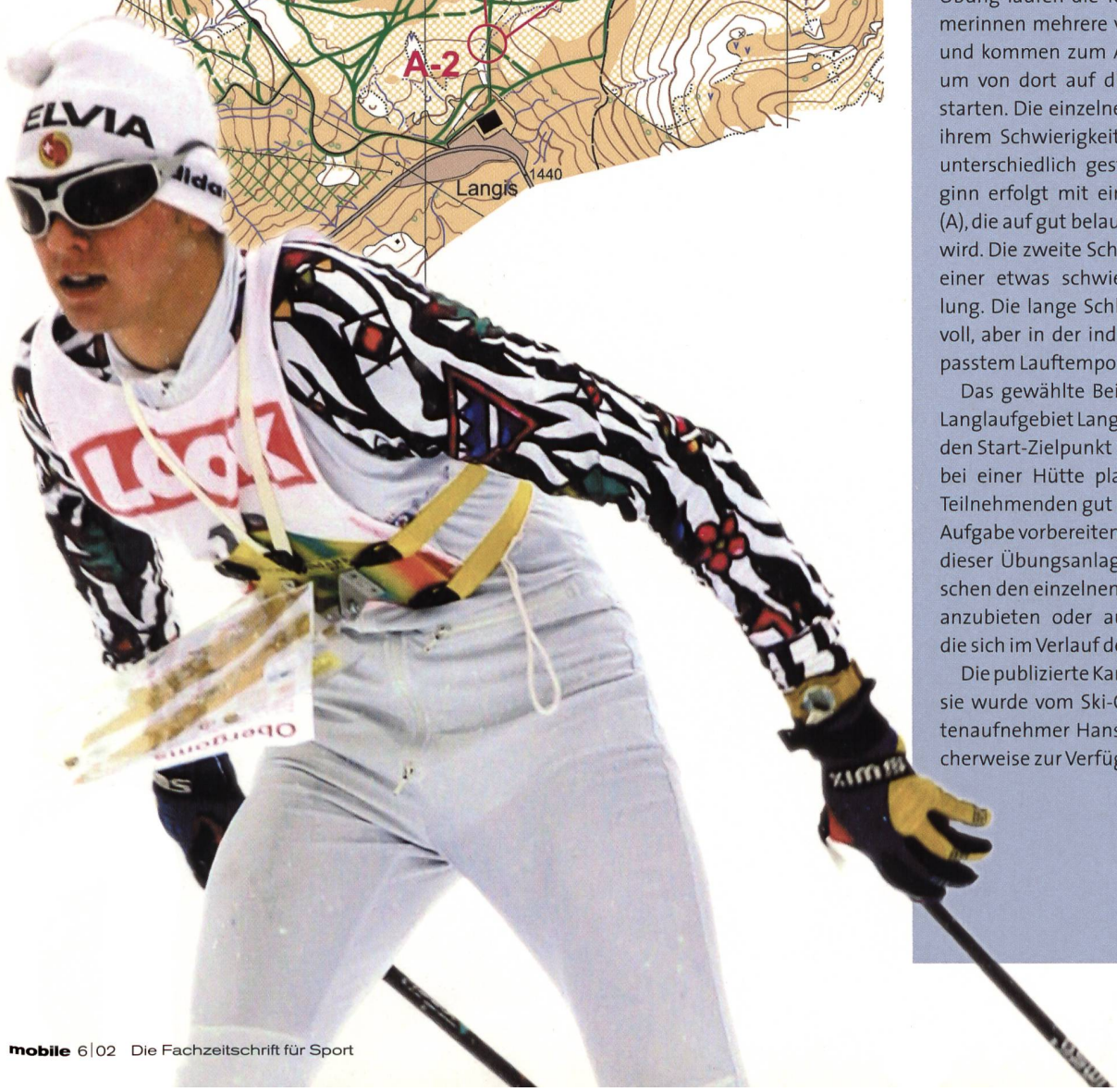
Ski-OL im Internet

Breitensport: www.solv.ch/ski-ol
Spitzensport: www.solv.deimos.ch

Roland Eggspühler ist OL-Fachjournalist und führt mit seiner Partnerin Cornelia Hänggi das Architektur- und Medienbüro a2plus. 1992 nahm er an der Ski-OL WM und 1995 an der Universiade teil.
Kontakt: roland.eggspuehler@a2plus.ch

erlebnis





Schmetterlings-OL

Eine geeignete Ski-OL-Einstiegsform ist ein so genannter Schmetterlings-OL. Bei dieser Übung laufen die Teilnehmer und Teilnehmerinnen mehrere vorgegebene Posten an und kommen zum Ausgangspunkt zurück, um von dort auf die nächste Schlaufe zu starten. Die einzelnen Schlaufen können in ihrem Schwierigkeitsgrad und ihrer Länge unterschiedlich gestaltet werden. Der Beginn erfolgt mit einer einfachen Schlaufe (A), die auf gut belaufbaren Loipen angelegt wird. Die zweite Schlaufe (B) ist ein Beispiel einer etwas schwierigeren Aufgabenstellung. Die lange Schlaufe (C) ist anspruchsvoll, aber in der individuellen Stärke angepasstem Lauftempo für alle zu bewältigen.

Das gewählte Beispiel stammt aus dem Langlaufgebiet Langis. Für diese Übung wurden Start-Zielpunkt auf einer grossen Wiese bei einer Hütte platziert, damit man die Teilnehmenden gut instruieren und auf ihre Aufgabe vorbereiten kann. Auch besteht mit dieser Übungsanlage die Möglichkeit, zwischen den einzelnen Schlaufen Verpflegung anzubieten oder auf Fragen einzugehen, die sich im Verlauf der Übung stellen.

Die publizierte Karte dient zur Illustration, sie wurde vom Ski-O Swiss durch den Kartenaufnehmer Hanspeter Oswald freundlicherweise zur Verfügung gestellt.

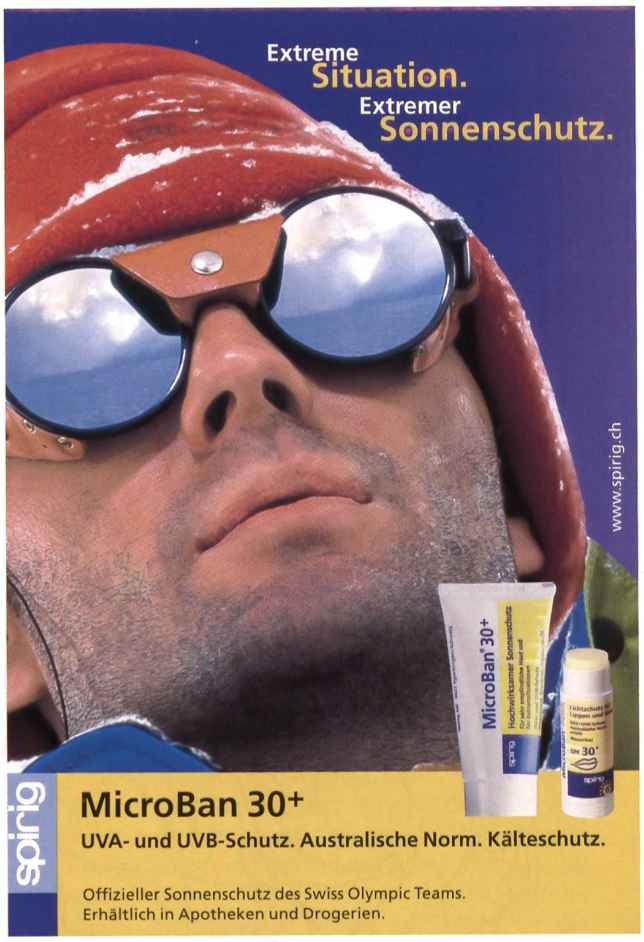
Kompasskoffer

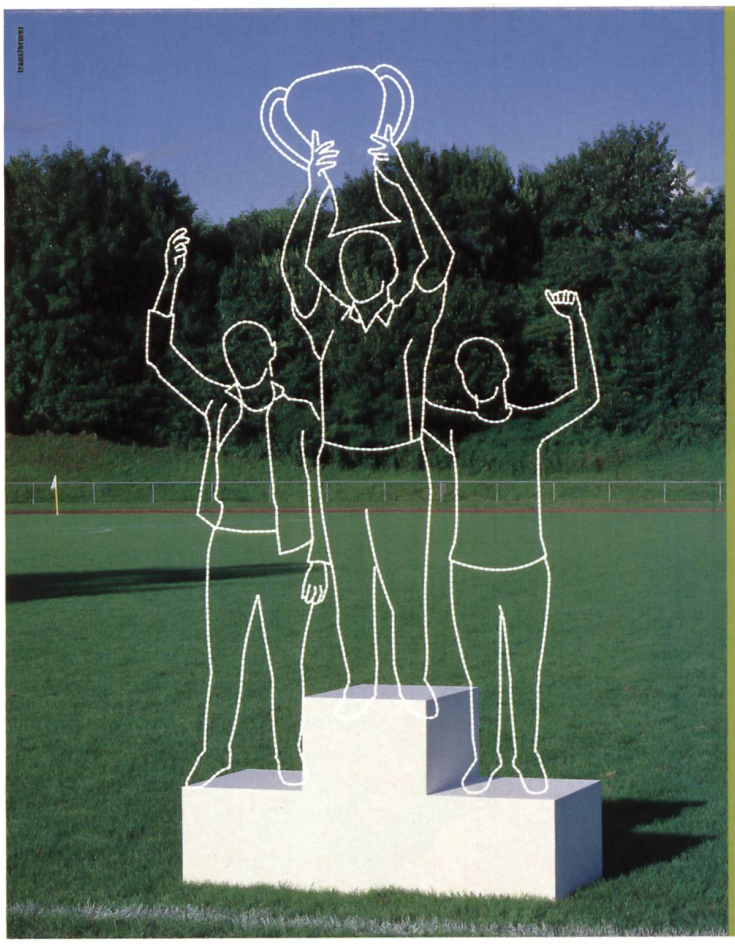
Die ideale und kompakte Grundausrüstung für den OL-Unterricht in Schulen und Lagern...

...mit zukünftigen Weltmeistern!

Willi Streuli berät Sie gerne...
076 384 27 57.

Orienteering.ch
Switzerland





LÜCKENLOS ORGANISIERT.

EVENTO: DIE STANDARD-SOFTWARE FÜR ANLÄSSE ALLER ART.

Als führende Veranstaltungs-Software der Schweiz unterstützt Evento Planung, Organisation und Abwicklung von Anlässen beliebiger Art und Grösse. Vom Club-Cup über das Grümpelturnier bis zum nationalen Verbandsfest, im Intranet genauso wie im Internet: Das unübertroffen flexible Grundkonzept und die attraktiven Konditionen machen Evento zum Erfolgsfaktor jeder Veranstaltung.

Unterlagen erhalten Sie unter www.evento.ch
oder per Telefon: 0848 383 686

evento
ORGANISATION MACHT SCHULE