

Hallen-Orientierungslauf

1. Vorbereitung

- 1.01 Ausmessen der Halle mit Messband oder Doppelmeter (*schematisch auf Skizzenpapier*)
- 1.02 Messen und zählen der vorhandenen mobilen Geräte
- 1.03 Zeichnen eines Hallenplanes mit Wänden und festen Geräten inkl. der wichtigsten Markierungslinien (*Planoriginal*)
- 1.04 Kopie von Original machen, einzeichnen der einzusetzenden mobilen Geräte (*alle ungefähr im gewählten Massstab oder auch nur schematisch*)
- 1.05 Startort bestimmen (*Materialraum, Hallenecke usw.*)
- 1.06 Postenstandorte wählen und in eine Kopie des Planes mit den mobilen Geräten einzeichnen
- 1.07 Kopien für Läufer machen und Posten mit Leuchtstiften anmalen
- 1.08 Kopien für das Geräteaufstellen machen (*einige Gerätegruppen zum aufstellen anmalen*)
- 1.09 Kopien für das Postenstellen machen (*ev. Postengruppen anmalen*)

2. Organisation

- 2.01 Gemeinsames Aufstellen der Geräte (*zwei Teilnehmer stellen gemeinsam eine Gerätegruppe gemäss Plan auf*)
- 2.02 Postenstellen durch die Teilnehmer (*Geräte- und Postenstandorte durch den Leiter kontrollieren*)
- 2.03 Evtl. Geräte absichtlich falsch stellen lassen (*die anderen Gruppen müssen die Fehler finden*)
- 2.04 Evtl. falsche Posten durch den Leiter markieren
- 2.05 Postenmarkierungen und Kontrollkarten erklären
- 2.06 Teilnehmer evtl. über falsche Posten orientieren
- 2.07 Zwei Teilnehmer bilden ein Team (*jedes Team bekommt eine Nummer*)
- 2.08 Staffel-OL (*pro Teilnehmer und pro Lauf darf nur ein Posten gelocht werden*)
- 2.09 Alle Teams starten gleichzeitig
- 2.10 Wenn alle Posten gelocht sind, zusammen durchs Ziel laufen und die Teamnummer rufen
- 2.11 Start und Ziel gut markieren und genau erklären

3. Organisationsformen

- 3.01 Ohne technische Informationen
- 3.02 Karte bleibt am Start (*auswendig Posten holen*)
- 3.03 Karte bleibt am Start (*weglaufender Läufer sagt Postennummer, wartender Läufer streicht ab und wählt neue Postennummer*)
- 3.04 Karte geht mit Läufer (*Läufer A holt alle gerade, Läufer B alle ungerade nummerierten Posten*)
- 3.05 Wie oben, aber noch in steigender Reihenfolge anlaufen (*jedes Team beginnt mit einem anderen Startposten*)
- 3.06 Alle Formen mit und ohne falschen Posten
- 3.07 Alle Formen mit und ohne falsche und fehlende Geräte

4. Auswertung

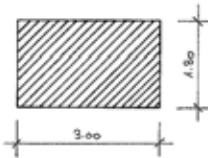
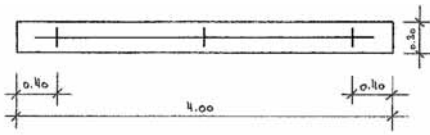
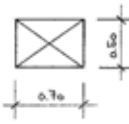
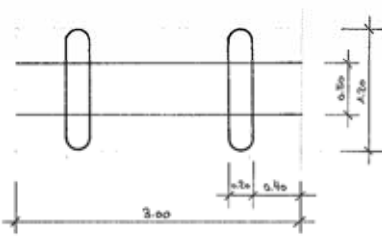
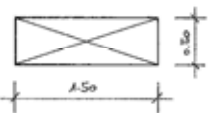
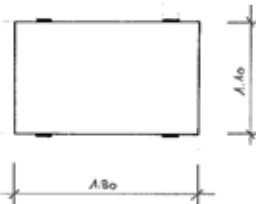
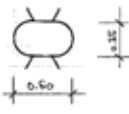
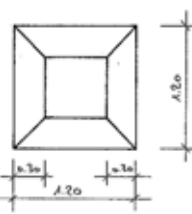

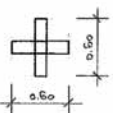

- 4.01 Kontrollkarte auswerten, Zeit ausrechnen, Rangliste erstellen
- 4.02 Teilnehmer sammeln Posten ein (*Anzahl !*) und versorgen die Geräte

5. Material

- 5.01 Pläne mit Gerätegruppen
- 5.02 Pläne mit Postengruppen
- 5.03 Postennetzkarten für Wettkampf
- 5.04 Mobile Hallengeräte
- 5.05 Kontrollkarten
- 5.06 Postenmarkierungen (*Lochzangen, Jasskarten, Abreisszettel usw.*)
- 5.07 Startliste
- 5.08 Stoppuhr
- 5.09 Zielprotokoll

6. Geräteübersicht

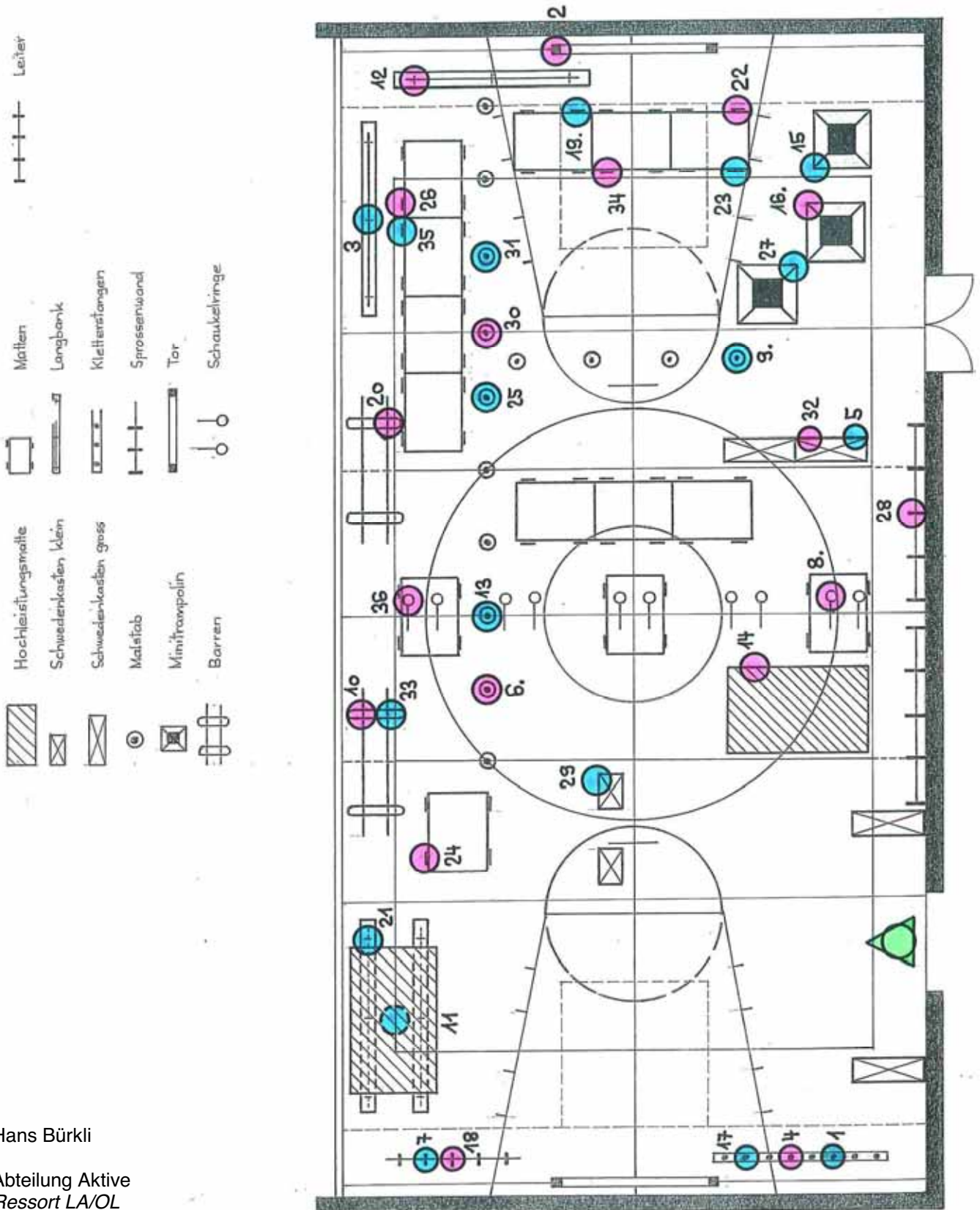
Geräte für Turnhallen - OL

Hochleistungsmatte		2 x	Langbank		4 x
kleiner Schwedenkasten		3 x	Barren		3 x
grosser Schwedenkasten		3 x	Matten		15 x
kleines Pferd		2 x	Minitrampolin		4 x
grosses Pferd		1 x	Hochsprungständer		4 x
Maistab mit Sockel		10 x			

7. Posten anbringen



8. Hallenplan mit eingezeichneten Posten



Hans Bürkli

Abteilung Aktive
Ressort LA/OL