

# ZÜRCHER OL



26. September 2010 • Winterthur  
**Trail-O • Walk-O**

Fachstelle Sport  
Kanton Zürich  
8090 Zürich  
Tel. 043 259 52 72  
[www.zuercherol.ch](http://www.zuercherol.ch)

- Zürcher OL 2010 in Winterthur. Laufgebiet: Eschenberg
- Gratisbillett ab allen Bahnhöfen der Deutschschweiz
- Tombola: Übernachtung für 4 Personen im Sportzentrum Kerzenberg und weitere Preise zu gewinnen



Sicherheitsdirektion Kanton Zürich  
**Fachstelle Sport**

**ZKS** Zürcher  
Kantonalverband  
für Sport

## Was ist Trail-O?

Trail-O ist eine gemütlichere Variante des Orientierungslaufs. Die Trail-O Strecke kann sowohl im Rollstuhl gefahren wie auch zu Fuss gelaufen werden. Die auf einer Karte eingezeichneten Posten müssen in der vorgegebenen Reihenfolge erreicht werden, das Quittieren der Posten erfolgt mittels Stempeln. Es gibt **keine** Messung der Gesamtzeit. Die Postenflaggen sind rot-weiss mit blauen Bändern. Am Start wird der ganze Ablauf nochmals ausführlich erklärt.

## Was ist Nordic O Walking und Walk-O?

Diese Kategorien bieten OL-Bahnen für Walkende mit oder ohne Stöcke. Die Strecke wird in 2-3er Gruppen absolviert. Die Bahnen sind auch für Einsteiger gut geeignet.

## Organisatoren



Sicherheitsdirektion Kanton Zürich  
Fachstelle Sport



## Wettkampfbefehl

Christian Schneebeil (OLVZ/SOLV)

## Bahnlegung

Verantwortlich: Peter Gugelmann, Tel. 052 657 34 40

## Laufzentrum

Schulhaus Rosenau, Rosenaustr. 13, 8406 Winterthur  
Im Laufzentrum befinden sich die Startnummern- und Kompassausgabe, Infostand, Garderoben, Duschen, Auswertung, Verpflegung und Zwischenranglisten.

## Zeitplan

Startzeiten: 10.00-12.00 Uhr  
Rangverkündigung: 14.00 Uhr (Laufzentrum)

## Anmeldung

Am Lauftag im Laufzentrum

## Startgeld

Walk-O Fr. 30.00 / Team  
Trail-O Fr. 10.00 / Team

## Preise

Die ersten 10% erhalten ein T-Shirt. Diese werden nach der Rangverkündigung verteilt. Nicht anwesenden Teilnehmenden werden die Preise nicht nachgesandt. Die Preisverleihung findet um 14.00 Uhr im Laufzentrum statt.

## Kategorien

### Trail-O A

Bahnlänge ca. 4km mit 10-12 Posten. Technisch anspruchsvoll. Auch für Menschen mit körperlicher Behinderung geeignet.

### Trail-O B

Bahnlänge ca. 3km mit 8-10 Posten. Technisch einfach. Auch für Menschen mit körperlicher Behinderung geeignet.

### Trail-O C

Bahnlänge ca. 3km mit 7-8 Posten. Technisch sehr einfach, mit Objektbeschreibung und Spielen. Auch für Menschen mit geistiger Behinderung geeignet.

### Nordic O Walking

Bahnlänge ca. 4km mit ca. 10 Posten. Technisch einfach; mit Zeitmessung.

Bei dieser Kategorie muss mit Stöcken gelaufen werden. Hunde sind verboten.

### Walk-O

Bahnlänge ca. 4km mit ca. 10 Posten. Technisch einfach; ohne Zeitmessung.

Man darf mit oder ohne Stöcke laufen. Angeleinte Hunde sind erlaubt. Die Kategorie eignet sich auch für Familien mit Kinderwagen.

## Information

Fachstelle Sport Kanton Zürich  
Angie Batschelet, Laufleiterin  
Neumühlequai 8, 8090 Zürich  
Telefon: 043 259 52 72, Telefax: 043 259 52 80  
E-Mail: info@sport.zh.ch, Web: www.zuercherol.ch

## Partner

Hauptsponsor



Organisatorischer Partner



Lokaler OL-Verein



Transportpartner



Offizielle Verpflegung

