

Bulletin 3 Testläufe IX-X, August 2017

Veranstalter	Swiss Orienteering Team
Startgeld / entry fee	Alle Athletinnen und Athleten die nicht dem Kader oder der Anschlussgruppe angehören bezahlen pauschal für die Testläufe IX-X CHF 20.-. Bitte bis am 04. August einzahlen auf PC-Konto 30-721603-9, SOLV Elite, 4600 Olten. <i>Entry fee (CHF 10.-) for the WRE Sprint only can be paid at the Information Desk.</i>
Abmeldungen	An kaspar.haegler@swiss-orienteeing.ch
WRE Sprint	Bulletin 3 in English, see below.
Programm	Dienstag, 08. August 2017, first Start 18h00 WRE Sprint Sursee 1' Startintervall nach Sprint WorldRanking (01.08.17), Bestklassierte starten am Schluss Mittwoch, 09. August 2017, first Start 17h00 Middle Testlauf Bireggwald 3' Startintervall, Startliste nach WorldRanking (01.08.17) in 10er Gruppen gelost, Bestklassierte starten am Anfang.
GPS-Tracking	Beide OL's werden mit GPS abgedeckt. Die Kaderläufer bringen Ihr persönliches Gerät inklusive Weste mit.
Fairness	Die Quarantäne und die Umkleidekabinen liegen bei beiden Läufen nahe beieinander. Die Frühstarter werden gebeten lautstarke Routendiskussionen nicht in der Nähe der Quarantäne durchzuführen.
LiveResults	http://results.picotiming.ch

Testlauf IX: Sprint

Bahnlegung
Course setting

Kaspar Högler, Kontrolle: Kurt Schmid

Schiedsgericht/ Jury

Konrad Becker, Matthias Niggli, Christian Schneebeili

Besammlung
Assembly area

Stadion Schlottermilch, Sursee, offen ab 16h45

Garderobe, WC und Duschen vorhanden.

ÖV: Ab Bahnhof Sursee 1km.

Individualverkehr: Die Durchfahrt durch das Wettkampfgebiet ist nicht erlaubt. Empfohlen wird die Anfahrt via Autobahnausfahrt Sursee. Gebührenpflichtige Parkplätze beim Stadion vorhanden. Das Wettkampfgebiet Sprint darf nicht betreten werden (ausgenommen eigener Wettkampf).

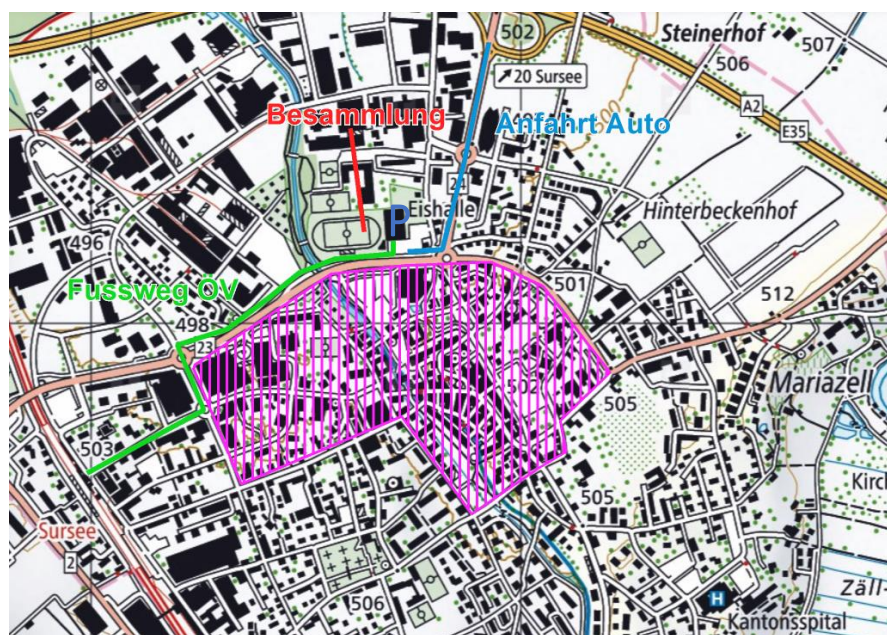
Stadium Schlottermilch, Sursee, opens at 16h45

Locker room, Toilets and Showers available.

By train: use the path as indicated (green line), 1km, not marked in the terrain

By car: it is not allowed to use the streets inside the competition area. It is recommended to use motorway exit "Sursee" (blue line)

It is forbidden to enter the competition area before your own start.



Laufkarte
Competition Map

Sursee, 1:4'000, 2.5m Aequidistanz, Stand 2017, Format A4 Aufnahme/Mapping by Tim Franssen (2016), Revision Martin Lerjen (2017)

Xerox-Druck auf normales Papier in Plastikmäppchen (eingeschweisst) durch freyprint.

Printed on normal paper by Xerox technology. Maps are in sealed plastic bags..

Es gibt einen Kartenwechsel. Beide Karten befinden sich im Plastikmäppli. Der letzten Posten der Vorderseite ist mit dem

Startsymbol auf der Rückseite dargestellt. Die Nummerierung ist fortlaufend.

There is a map exchange. Both maps are in the plastic bag. Last control on the first map is marked with the start symbol on second map, which is on the back side. control numbers are continuous

Hecke: Auf der Karte sind nur unpassierbare (verboten zu queren) Hecken (ISSOM 421) vorhanden. Passierbare Hecken gibt es nicht auf der Karte und im Gelände.

Dickichte: Auf der Karte sind nur passierbare Dickichte (ISSOM 406, 407, 408, 409, 410) vorhanden. Unpassierbare (verboten zu queren) Dickichte werden als privater Bereich (ISSOM 528.1) dargestellt.

*Hedge: there are only impassable (forbidden to cross) hedges mapped (ISSOM 421). There are **neither** passable hedges mapped **nor** in the competition area.*

Green areas: all areas of dense vegetation, except hedges, are passable (ISSOM 406, 407, 408, 409, 410). Impassable areas with dense vegetation (forbidden to cross) are mapped as private area (ISSOM 528.1)

Dopingunterstellungs-
erklärung
*Athlet's agreement
(Anti Doping)*

Alle Athleten haben die Dopingunterstellungserklärung auszufüllen. Diese ist unter folgendem Link einsehbar (<https://solv.ch/de/ethik/uebersicht-antidoping.html>). Der Veranstalter hat diese bei der Info vor Ort und bietet Läuferinnen und Läufer die unterschreiben müssen auf.

All athletes have to sign the athlete's anti doping agreement. It is published at <https://solv.ch/de/ethik/uebersicht-antidoping.html> Athletes who have to sign are requested to go to the Information before the race.

Information
Information

Im WKZ
At the competition Centre (Stadium Schlottermilch). Self service number bibs, hand over Anti-Doping declaration.

Startnummer
Number bib

Sind bei der Information deponiert.
Self-service at the information desk.

Quarantäne
Quarantine

Letzter Eintritt um 18h00 beim Stadion Schlottermilch(gedeckter Aufenthaltsort und WC's vorhanden).

Alle Athletinnen und Athleten bestätigen mit Ihrer Unterschrift den Eintritt in die Quarantäne. Die Quarantäne darf nur für das Warm up und den Weg zum Start verlassen werden. Einlaufen nur auf dem Weg zum Start respektive der Warm-up Map. Es ist erlaubt, zwischen Einlaufen und Start das WC in der Quarantäne zu benutzen.

Das Gepäck kann im Kleiderdepot deponiert werden. Nach dem Lauf kann das Gepäck wieder abgeholt werden.

Jeglicher Kontakt mit Personen ausserhalb der Quarantäne sowie das Beschaffen von laufrelevanten Informationen bis nach dem eigenen Lauf ist strikt untersagt. Das Benutzen von kommunikationsfähigen Geräten ist untersagt.

Last entry at 18h00 at the sports ground Schlottermilch. There is a roof and toilets are available.

All athletes have to sign at the entry. Leaving the quarantine is only allowed for the own competition and warm-up. Warm-up is

allowed at the quarantine and on the warm-up map. Between warm-up and start it is allowed to come back to the quarantine for using the toilet.

Luggage can be left at the clothing deposit of the quarantine when leaving, where it can be picked up after the race.

It is strictly forbidden to have contact with persons out of the quarantine, use mobile devices or to get any information about the terrain and the competition.

Startliste <i>startlist</i>	Available no later than 5 th of August on swiss-orienteeing.ch and eventor.orienteeing.org <i>First start men 18h00, first start women approx. 18h30</i>
Streckendaten <i>course length</i>	DE 3.01km, 20m Steigung/ <i>Climbing</i> , 20Posten/ <i>Controls</i> erwartete Siegerzeit/ <i>expected winning Time</i> 14'00" HE 3.77km, 30m Steigung/ <i>Climbing</i> , 26 Posten/ <i>Controls</i> erwartete Siegerzeit/ <i>expected winning Time</i> 13'30"
Weg zum Start <i>Way to the Start</i>	Weniger als 200m. Der Vorstart ist auf der Warm-up Karte eingezeichnet. <i>Less than 200. Pre-start is shown on the warm up map.</i>
Vorstart <i>Pre-Start</i>	-3 Minuten
Start <i>Start</i>	-2 Minuten Selbstbedienung der Postenbeschreibung <i>self service control description</i> -1 Minute zur Startlinie <i>go to startline</i> Startzeit Karte nehmen (selbstbedienung) <i>take the map (self service)</i> Zur Startflagge 50m / <i>50 m to the start point</i>
Posten <i>Controls</i>	Gemäss WO, alle SI Einheiten können im Normalfall berührungslos gestempelt werden (SIAir+). Funktioniert eine Einheit nicht, so ist zuerst "manuell mit der SI Card zu stempeln", funktioniert dies auch nicht, so ist mit der Lochzange zu stempeln. <i>According to the competition rules, all SI Units can be punched using touch free (SIAir+). If a unit does not work, punch normal with the SI Card, if this also fails, punch manually.</i>
Ziel <i>Finish</i>	Der Zieleinlauf ist mit Fähnchen markiert. Zielposten auf der Ziellinie stempeln (touch free). <i>Finish control must be punched (touch free).</i>

Gelände und spezielle
Objekte sowie
Passagen
*Terrain and special
objects and passages*

Das Wettkampfgelände besteht aus Stadtkern, Quartier sowie etwas Parkanteil. 90%-95% des Laufes ist auf hartem Untergrund. 5%-10% des Laufes ist auf Wiesen und offenem Gebiet.

The competition area has part of old town, suburbs and some park areas. 90-95% will be on hard surface, 5%-10% on open areas.

Im ganzen Wettkampfgebiet ist mit Verkehr, Fussgängern und Fahrradfahrer zu rechnen. Alle Teilnehmer haben die Verkehrsregeln zu befolgen. Bitte um Vorsicht, vor allem bei engen Passagen.

Normal traffic (cars, bicycles, pedestrians) will be at the whole competition area. All runners have to follow the traffic rules. Please be careful while running, especially at narrow passages.

Pflichtübergang / mandatory road passage:

Es gibt einen Pflichtübergang über eine Strasse. Dieser ist wie folgt dargestellt. Den Anweisungen der Helfer ist Folge zu leisten.

There is one mandatory road passage. It will be marked on the map as indicated below. You must follow the orders of the volunteers.



Baustelle/Construction site:

Es gibt Baustellen im Wettkampfgebiet. Diese sind als Sperrgebiet (ISSOM 709) mit Begrenzungslinie dargestellt. Die Abschränkungen der Baustelle sind klar ersichtlich und nicht zusätzlich mit Absperrband markiert.

There are construction sites in the competition area. It is indicated as out-of-bounds area (ISSOM 709) with a bounding line. The border is clearly visible (safety fence) and not extra marked by the organizer.

Sperrgebiete/Out of bounds area

Gewisse Strassenabschnitte sind für die Läufer gesperrt (ISSOM 709). Im Gelände ist kein Band ersichtlich. Die Stellen werden überwacht. **Beim Versuch das Sperrgebiet zu durchqueren, wird der Läufer durch einen Helfer gestoppt.** Nicht beachten führt zu einer Disqualifikation. Der Organisator überprüft auch die GPS-Daten aller Läufer und kann Missachtungen bei den Sperrgebieten anhand der GPS-Daten vornehmen (nach Anhörung der betroffenen Läufer).

*There are out of bounds areas (ISSOM 709) at some street sections. They are shown on the map with a line around. In the terrain they are not taped! **The areas will be guarded. A Runner will be stopped if he tries to enter the forbidden***

area. Runners who still pass the area will be disqualified. The organizer will also check the gps-data and disqualify runners based on this data (after talking to the runner).

Militärzelt:

In der Nähe eines Posten steht ein temporär aufgebautes Militärzelt. Dieses ist nicht kartiert und hat keinen Einfluss auf das Rennen.

There is a military tent close to a control. It is not mapped and has no influence on the race at all.



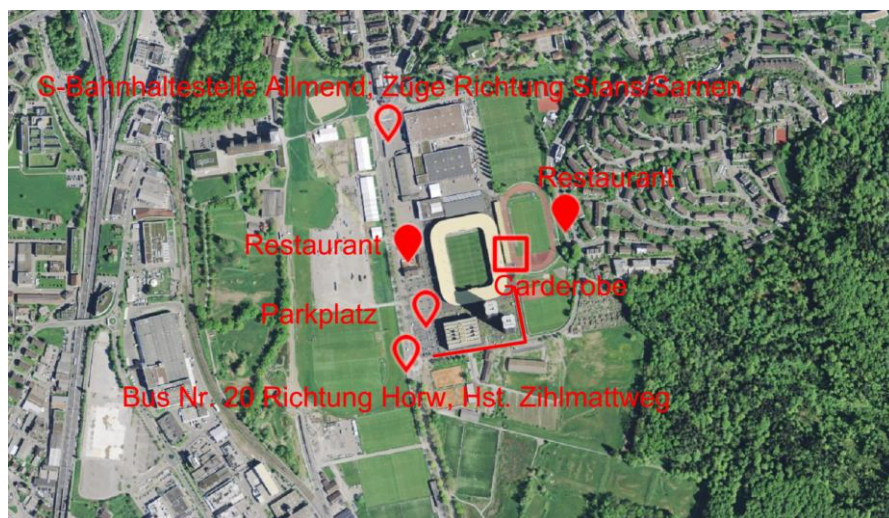
Zielverpflegung
*Refreshment at the
finish*

Keine
None

Testlauf X: Middle Luzern, Bireggwald

Bahnlegung Stefan Schlatter, Kontrolle: Kaspar Hägler

Besammlung Stadion Allmend Luzern, Garderobe, offen ab 15h45
Garderobe, WC und Duschen vorhanden.
ÖV: Ab Bahnhof Luzern, Züge in Richtung Stans/Sarnen bis S-Bahnhaltestelle Allmend, respektive Bus Nr. 20 in Richtung Horw bis Bushaltestelle Zihlmattweg.
Individualverkehr: Gebührenpflichtige Parkplätze vorhanden



Laufkarte Bireggwald, 1:10'000, 5m Aequidistanz, Stand 2017, Format A4, Aufnahme Ingo Horst (2014), Revision Martin Lerjen (2017) Xerox-Druck auf normales Papier in Plastikmäppchen (eingeschweisst) durch frey print&design.

Die Qualität der Warm-up Karte ist etwas tiefer als jene der Wettkampfkarte.

Information Beim WKZ.

Startnummer Es sind die Startnummern vom Testlauf Sprint zu verwenden.

Quarantäne Letzter Eintritt um 17h00 beim Stadion (gedeckter Aufenthaltsort und WC's vorhanden). Details sind vor Ort ersichtlich. Alle Athletinnen und Athleten bestätigen mit Ihrer Unterschrift den Eintritt in die Quarantäne. Die Quarantäne darf nur für das Warm up und den Weg zum Start verlassen werden. Einlaufen nur auf dem Weg zum Start respektive der Warm-up Map. Es ist erlaubt, zwischen Einlaufen und Start das WC in der Quarantäne zu benutzen. Das Gepäck kann im Kleiderdepot deponiert werden. Nach dem Lauf kann das Gepäck wieder abgeholt werden.
Jeglicher Kontakt mit Personen ausserhalb der Quarantäne sowie das Beschaffen von laufrelevanten Informationen bis nach dem eigenen Lauf ist strikt untersagt. Das Benutzen von kommunikationsfähigen Geräten ist untersagt.

- Startliste: Swiss-orienteering.ch => Startlisten
Erster Start 17h00
- Streckendaten: HE: 5.3km, 280m, 18 Po
erwartete Siegerzeit: 35'00
DE: 4.5km, 210, 14 Po
erwartete Siegerzeit: 35'00
- Weg zum Start: 1.3 km und 70m Steigung.
Der Vorstart ist auf der Warm-Up Karte eingezeichnet.
- Vorstart: -3 Minuten
- Start: -2 Minuten Selbstbedienung Postenbeschreibung
-1 Minute zur Startlinie
Startzeit Karte nehmen
Zur Startflagge 70m
- Posten: Gemäss WO, alle SI Einheiten können im Normalfall
berührungslos gestempelt werden (SIAir+). Funktioniert eine
Einheit nicht, so ist zuerst "manuell mit der SI Card zu stempeln",
funktioniert dies auch nicht, so ist mit der Lochzange zu
stempeln.
- Ziel: Der Weg vom letzten Posten ins Ziel ist markiert.
Zielposten auf der Ziellinie stempeln (touch free).
- Gelände: Ausgetrocknete Bachläufe:
Durch die hohen Temperaturen der letzten Wochen können
Bachläufe vollständig ausgetrocknet sein.
- Vita-Parcours:
Die Übungsstationen des Vita-Parcours sind nicht kartiert
- Bikespuren und Trampelpfade:
Der Bireggwald ist ein viel benutzter Stadtwald. Es gibt im
Gelände Bikespuren und Trampelpfade, welche nicht kartiert sind.
- Sturmschäden:
Durch den Sturm von letzter Woche gibt es einzelne umgestürzte
Bäume. Diese sind nicht kartiert. Die betroffenen Gebiete sind
nicht grossflächig und können passiert werden.
- Sperrgebiete: Die Sperrgebiete sind auf der Karte eingetragen. Betreten von
Wiesen mit einem Sperrgebiet ist verboten. Dies gilt auch entlang
des Waldrandes.
- Zeitmessung und Auswertung: Picotiming

Verteiler:
Testlaufteilnehmer
Trainer Eliteteam
SIMON Antidoping Schweiz