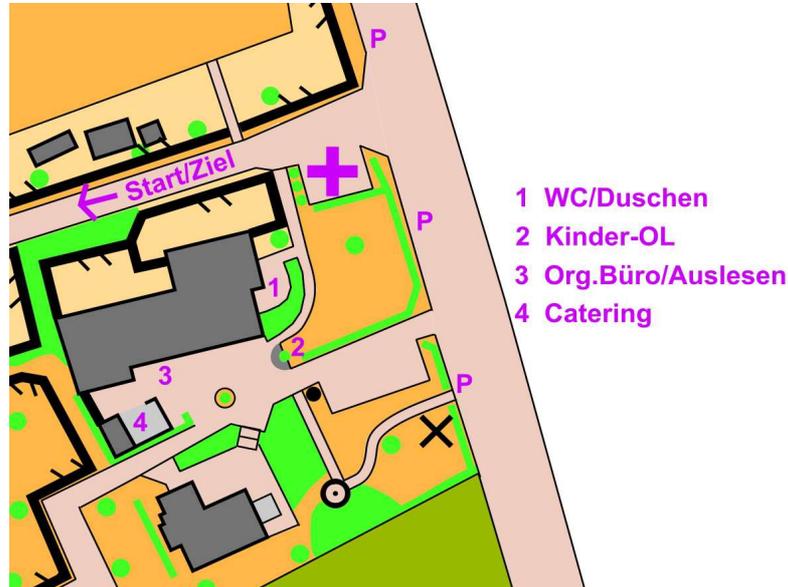


Letzte Informationen zur LM Lang am 26.10.2024

Anreise: Wegen des Parkens nur von Norden nach Bilderlahe hineinfahren (Einbahnstraßensystem),

Parken: Entlang der Lindenallee und im Wohngebiet nach Parkeinweisung

Lageskizze:



Entfernungen: P – WKZ: 0-500 m; WKZ – Start: 1500 m mit 90 Höhenmetern; Ziel – WKZ: 1200 m

Zeitplan: 11.00 Uhr	Erster Start
13.00 – 14.30 Uhr	Kinder-OL
15.00 Uhr	Beginn der Siegerehrung
15.30 Uhr	Zielschluss

Gelände: Mäßig steiler Mischwald zwischen 180 und 300 m ü.NN mit ausgeprägtem Höhenrelief, dichtem Wegenetz und einigen detailreichen Abschnitten. Die Belaufbarkeit ist überwiegend gut. Die Übergänge zwischen den Grünstufen sind oft fließend und nicht so klar wie in der Darstellung. Neue Rückespuren sind nicht kartiert! Alte Rückespuren und Schneisen unterschiedlicher Ausprägung sind neben der üblichen Kartierung mit Symbol 508 (schwarz gestrichelt) mit drei weiteren Signaturen dargestellt:

- 1) Weißes, breites Liniensymbol im Grün: unscheinbare, aber gut belaufbare Schneise
- 2) Gelbes, breites Liniensymbol im Weiß und im Grün: grasbewachsene Schneise, mäßige Belaufbarkeit
- 3) Gelbes, breites Liniensymbol im Weiß und im Grün mit Laufbehinderung: bewachsene Schneise, schlechte Belaufbarkeit



Die Burgruine und die umgebenden Ringwälle sind Sperrgebiet und dürfen nicht betreten werden. Die Darstellung erfolgt wie üblich mit Symbol 709 (violett schraffiert).

Teilweise befinden sich im Gelände Zaunreste, die wo möglich auch kartiert sind. Die Bahnanlage versucht diese Stellen zu meiden, seid dennoch vorsichtig!

Kategorien D-14, H-14, D-12, H-12, Offen Kurz: Zu Posten 49 musste ein ca. 20 m langer Abschnitt mit Bändern markiert werden.

Karte: Laserdruck auf Pretex-Papier, 1:10.000; für alle Kategorien ab D/H55: 1:7.500!

Postenbeschreibungen: befinden sich auf der Vorderseite der Karte (Ausnahme Bahn 1: nicht auf der Karte, nur lose!) und zusätzlich lose am Start.

Warmlaufen: nur auf dem Weg zum Start

Start: Herkömmlich ohne Startstationen jeweils zur vollen Minute auf Startsignal, 60m Startpflichtstrecke!

Ablauf: -3 Minuten: Namentliche Erfassung der Startenden, SI-Kontrolle

-2 Minuten: Möglichkeit zur Entnahme loser Postenbeschreibungen

-1 Minuten: Eintreten vor die Kartenboxen

Ziel: Vom letzten Posten zum Ziel markiert. Bitte je Teilnehmer 1 Flasche Stilles Wasser nehmen und zum **Auslesen** (im WKZ) gehen - die restentleerten Flaschen bitte in die aufgestellten Behältnisse stecken!!!

Meisterschaften können in allen Kategorien stattfinden, Ausnahme: H-16 startet in H-18.

Siegerehrung: nur für die niedersächsischen Teilnehmer; Medaillen und Urkunden für Meisterschaftsklassen, kleine Sachpreise (nur für Anwesende).

Kinder-OL: ab 13 Uhr durch das Wohngebiet, Vorsicht bei 2 Straßenquerungen (nahezu kein Verkehr!)

Das **DRK Seesen** ist für Notfälle vor Ort.

Bahndaten für die LM Lang-OL am 26.10.24

Bahn	Kategorien	Streckenlänge, Höhenmeter, Posten	Kartenmaßstab
1	H19L, H35-	9,4 km – 260 hm – 18 P.	1:10.000
2	D19L, H-18, H45-	6,6 km – 200 hm – 14 P.	1:10.000
3	D-18, D35-, H-16	5,7 km – 190 hm – 12 P.	1:10.000
4	H19K, H55-	4,7 km – 100 hm – 10 P.	1:10.000 / 1:7.500
5	D-16, D45-, H65-	4,2 km – 140 hm – 10 P.	1:10.000 / 1:7.500
6	D19K, D55-	3,6 km – 70 hm – 9 P.	1:10.000 / 1:7.500
7	D65-, H75-	2,5 km – 60 hm – 7 P.	1: 7.500
8	D-14, H-14	3,5 km – 60 hm – 10 P.	1:10.000
9	D-12, H-12, Offen Kurz	2,6 km – 65 hm – 9 P.	1:10.000
10	D/H-10, D/H-10b	1,7 km – 50 hm – 6 P.	1:10.000
11	Offen Mittel	4,1 km – 90 hm – 13 P.	1:10.000

Das OL-Team des MTV Seesen wünscht euch eine gute Anreise und erfolgreiche Läufe mit spannenden Entscheidungen!