

Die Saison beginnt: Orientierungslauf-Anleitungen für Lehrer und Übungsleiter

Sobald die Fröste schwinden, zieht es nicht nur die Orientierungsläufer wieder in die Wälder. Auch die Möglichkeiten, mit Kindern und Jugendlichen spannende Spiele und Sport im Freien zu betreiben, rücken näher ins Blickfeld. Orientierungslauf ist eine ideale Sportart, Kinder zur lustvollen Bewegung im Freien zu animieren. Für alle Lehrer und Übungsleiter, die schon immer nach neuen und spannenden Ideen gesucht haben, und die gern im Freien arbeiten, gibt es interessante und leicht handhabbare Angebote, um sich einmal mit dem Orientierungslauf zu beschäftigen.

Da ist zum einen das kostenlose **Starter-Kit** der badischen Orientierungsläufer, welches sich nun schon seit einigen Jahren bewährt hat. Das Kit besteht aus erprobten und bewährten Lehrmaterialien und Geräten. Sie sind so zusammengestellt, dass es keiner Vorkenntnis/ Erfahrung bedarf. Jedoch wird ein wenig Zeit benötigt, sich mit den Anleitungen zu beschäftigen.

Das Starter-Kit enthält:

- Lehrmittel für Unterrichtseinheiten ab Klasse 3 (vom Schweizerischen sCOOL Projekt),
- die DVD 'Einführung in den OL',
- Wettkampf-/Trainingsmaterial wie
 - Posten (Miniaturen),
 - Lochzangen,
 - Kompass,
 - Stempelkarten,
- ...und viele weitere Informationen.

Das Paket kann kostenlos bei Kirsten König (koenig@ol-in-baden.de) ausgeliehen werden.

Wer es etwas komfortabler haben möchte, und Budget zur Verfügung hat, kann sich den **OL-Koffer** der deutschen Orientierungsläufer bestellen. Für den Preis von 300-400 Euro ist eine 3stündige bis eintägige Einführungsveranstaltung und die Aufnahme einer Karte des Schulgeländes oder eines anderen geeigneten Areals inklusive. Ingo Horst, der aus dem Badischen stammende ehemalige Elite-Orientierungsläufer hat diesen Koffer zusammen mit anderen Orientierungsläufern zusammengestellt. Neben verschiedenen speziell angepassten Übungs- und Wettkampf-Materialien sind ebenfalls Einführungsinformationen enthalten. Weiterhin umfasst das Paket Computerprogramme zur Karten-Erstellung und zur Programmierung von Kontrollkarten. Bestellungen können über www.ingohorst.de getätigt werden.

Weitere Informationen sowie Kontakte zu Orientierungslaufgruppen in Baden gibt es auf www.ol-in-baden.de. Dort werden auch alle Termine und Ergebnisse baden-württembergischer Orientierungsläufe veröffentlicht. Interessierte (auch Gruppen) sind jederzeit



willkommen in einer der zu jedem Lauf angebotenen offenen Leistungskategorien, die sich mit einfachen Bahnen vornehmlich an Anfänger richten, teilzunehmen.

Foto (Bernhard Seefeld): Köpfchen und Bewegung beim Orientierungslauf