



## 44. Sensler OL (\*31)

14. Juni 2020

### Weisungen



- COVID-19** Wir setzen auf die Eigenverantwortung aller Teilnehmerinnen und Teilnehmer und bitten Euch, die Empfehlungen unseres Schutzkonzeptes (siehe separates Dokument) sowie die Abstandsregeln zu beachten. Dazu haben wir unsererseits bereits den ersten Schritt getan. Dank der Voranmeldung und Startliste können wir die Läufer nun besser verteilen.
- Laufkarte** Buechechäppeli 1:10'000, Stand 2020 / Bahnen eingedruckt
- Veranstalter** OLC Omström Sense
- Auskunft** Laufleiterin Nathalie Julmy/ 079 266 73 34
- WKZ** Mehrzweckhalle Brünisried FR
- geöffnet ab 08.10 Uhr
  - Garderobe im Freien (Wiese) um Turnhalle oder im Auto
  - Es hat keinen Unterstand. Bitte bei schlechtem Wetter Schirme mitnehmen. Bei starkem Regen können die Läufer ihre Sporttasche und Wertsachen im Wettkampfbereich abgeben. Die Sporttaschen werden von Helfern in der Turnhalle deponiert.
  - Toiletten vorhanden
  - Miet-SI-Cards und Mutationen direkt bei der Auswertung
  - einfaches Takeaway-Angebot mit Getränken, Sandwiches und Kuchen mit Kässeli und TWINT
  - OL-Shop vor Ort
- Anreise ÖV** Freiburg (Bus 127) nach Brünisried Dorf oder (Bus 123) nach Brünisried Riedgarten ab: 08.03; 09.03; 10.03; 11.03, 12.03, 13.03; Fahrzeit 26 Minuten (bis Brünisried Dorf), respektive 31 Minuten (Brünisried Riedgarten); ab Brünisried Riedgarten 10 Minuten Fussmarsch zum Wettkampfbereich.  
Beide Busse fahren in Freiburg gleichzeitig ab Kante 18 (Bus 127) bzw. Kante 16 (Bus 123). Bei grossem Andrang, bitte auf beide Linien verteilen.
- Rückfahrt ab Brünisried Riedgarten (Bus 123) nach Freiburg: 10.27; 11.27; 12.27; 12.57, 14.27; Fahrzeit 33min  
Rückfahrt ab Brünisried Dorf (Bus 127) nach Freiburg: 10.29; 11.29; 12.29; 13.29, 14.29; 15:29 Fahrzeit 31min
- Parkplatz** Markiert ab Strasse, Alterswil-Plaffeien. Bitte Anweisungen des Parkdienstes folgen. 1-10 Minuten zum Wettkampfbereich. Bitte den Anweisungen der Parkanweiser folgen.
- WKZ- Start** Ab der Dorfmitte und dem Wettkampfbereich markiert; Distanz: 1.2 km, 120 m Steigung; Marschzeit 20-30 Minuten Marschzeit. Ziemlich am Ende des Weges wird eine Wiese (400m) gequert. Bitte dort in einer Kolonne laufen.
- Kleiderdepot** Es gibt kein Kleiderdepot.

**Startablauf** Da ihr euch im Voraus angemeldet habt, seid ihr registriert und müsst theoretisch vor dem Start nicht mehr ins WKZ.

Selbstbedienung der Postenbeschreibungen beim VorVorstart beim Bauernhaus. Bei VorVorstart ist das Aufwärme entlang der Strasse möglich. Bitte dort warten falls zu früh. Nach dem Bauernhaus wird eine Wiese (400m) gequert und man gelangt zum eigentlichen Vorstart.

Der Start erfolgt im Minutenintervall. Es starten maximal 2 Läufer pro Minute.

Startprozedere:

- 2min Vorstart: SI-Card löschen, prüfen
- 1 min Vortreten ins markierte Feld Eingangs Wald und Warten vor der Kartenbox. Pro Box sind mehrere Kategorien angeschrieben.
- 0 min Laufkarte nehmen und Startzeit selber auslösen

Die Laufzeit beginnt mit dem Auslösen an zu laufen und nicht zur Startzeit auf der Startliste. Der Läufer ist selbst dafür verantwortlich, dass er die richtige Karte nimmt.

Die ausgeflaggte Distanz zum Startpunkt beträgt 50 m.

### Doppelseitige Karte

Die Kategorien HAL, HAM, H35, H18, DAL erhalten eine doppelseitige Karte. Der erste Streckenteil ist mit dem Kategoriennamen und (1) angeschrieben. Der zweite Teil auf der Rückseite mit dem Kategoriennamen und (2).

**Ziel** Stempeln der Zieleinheit

**Zielschluss** 17:00 Uhr

**Zielverpflegung** Auf dem Weg vom Ziel zur Turnhalle: Wasser und Ice-Tea.

**Ziel-WKZ** 450m

**Auslesen** Auslesen der SI-Card bei der Turnhalle. Auch wer aufgibt! Bitte nicht zuerst zum Parkplatz gehen. Beim Anstehen bitte Abstände einhalten. Rückgabe Miet-SI Card. Gruppen können Gruppennamen noch ergänzen.

**Rangliste** Wegen den Corona-Schutzmassnahmen gibt es keine Hängerangliste. Live-Resultate sind unter [results.picoevent.ch](https://results.picoevent.ch) verfügbar.

**Versicherung** ist Sache der Teilnehmer/innen. Der Veranstalter lehnt jede Haftung für sich und für seine Helfer gegenüber den Teilnehmenden ab.



[www.entraide.ch](https://www.entraide.ch)

Neuestes Coronavirus  
**SO SCHÜTZEN WIR UNS.**  
Aktualisiert am 3.4.2020

**Jetzt unbedingt neue Regeln einhalten:**

- Testen**  
Bei Symptomen sofort testen lassen und zuhause bleiben.
- Tracing**  
Zur Rückverfolgung wenn immer möglich Kontaktdaten angeben.
- Isolation/Quarantäne**  
Bei positivem Test: Isolation. Bei Kontakt mit positiv getesteter Person: Quarantäne.

**Weiterhin wichtig:**

- Personen testen.
- Entwicklungs- / Heide- / Drogen sowie Alkohol / Tabak / Nahrungsmittel, etc.
- Gründlich Hände waschen.
- Handschuhe vermeiden.
- Trinkwasser oder Abwasser testen und trinken.
- Für jeden Kontaktmassnahmen Anweisung im Arztpraxis oder Testplatz.
- Public möglich werden bei Home-Office arbeiten.

[www.bag-coronavirus.ch](https://www.bag-coronavirus.ch)