

SOW 2019: Gstaad im Zeichen von Karte und Kompass

SPORT Nach dreijähriger Vorarbeit startet am ersten August-Wochenende in Gstaad und Umgebung die Swiss O Week 2019. Alle Massnahmen sind getroffen, um die Orientierungsläufer neues Gelände entdecken zu lassen und in der Region das Orientierungslaufen populär zu machen. Sportlerinnen und Sportler werden in zahlreichen Kategorien beweisen, wie naturverbunden sie bei jedem Wetter diesen Sport mit grossem Idealismus betreiben.

Es ist so weit: Am 4. August 2019 startet die SOW in Gstaad. Nach sieben Austragungen im Wallis, der Zentralschweiz und in Graubünden findet der Grossanlass nun im Berner Oberland statt. Am ersten Tag mit einer Sprintetappe mitten in Gstaad. Integriert ist am Starttag der SOW-Schüler-OL mit den besten Jugendlichen der Destination. Damit werden das Saanenland und das Pays-d'Enhaut vorübergehend zum schweizerischen Zentrum für Orientierungsläuferinnen und -läufer, die mit Kompass, Kopf und Ausdauer um gute Resultate kämpfen. Während einer Woche werden sowohl Spitzenläufer als auch spontan Teilnehmende ihre Fähigkeiten in verschiedenen Gebieten unter Beweis stellen. Oder einfach ihrem Hobby frönen und beim Suchen von markierten Posten im Gelände die traumhafte Bergwelt geniessen. Die SOW ist zugleich ein Breitensportanlass, bei dem sich Bewegung, Freizeit und Aktivferien problem-



So sieht Gstaad am Sonntag aus, aber hoffentlich ohne Regen: Andreas Kyburz vom Orientierungslaufverein Fricktal rennt durch Winterthur und sucht dabei die vorgegebenen Posten auf. FOTO: ZVG

los verbinden lassen. Beispielsweise am Ruhetag mit dem lokalen Kulturangebot, einer Disco in Saanen, Fahrten mit der MOB oder dem Besuch des Glacier 3000 samt einem «Irrgarten-OL».

Auftakt in Gstaad

Die Swiss O Week bietet mit sechs Etappen ein OL-Erlebnis der besonderen Art und wird zugleich unterschiedlichen Fähigkeiten gerecht. Von allen Gebieten, auch für die Trainings, wurden zum

ersten Mal überhaupt OL-Karten angefertigt. Die Startetappe bietet eine Sprintkonkurrenz im Zentrum von Gstaad. An den beiden folgenden Tagen messen sich die Teilnehmenden im Grenzland zwischen den Kantonen Bern und Waadt oberhalb des Col du Pillon. Die panoramareiche zweite Etappe mit längeren Distanzen beginnt auf dem Col de Voré, erlaubt zwischen durch Ausblicke zum Arnensee sowie die Les Diablerets und endet am idylli-

schon Lac Retaud. Für die dritte Etappe wird erneut das Ziel am Lac Retaud anvisiert, die Posten unterwegs sind jedoch auf dem anspruchsvollen Plateau westlich und östlich des Sees gesetzt. Nach einem Ruhetag findet sich die SOW-Familie auf dem Hornberg zur vierten Etappe wieder zusammen. Das von Wassertannen geprägte, offene Alpgelände wird per Gondelbahn ab Schönried erreicht. Für den fünften Lauf kehren die Aktiven nochmals ins Waadtland zurück nach Rougemont. Dort sind in einem sehr OL-technischen Gelände ganz speziell die Kartenlesequalitäten gefragt. Und zum Finale treffen sich die OL-Begeisterten am Dorfrand von Gstaad. Per Sessellift geht die Fahrt auf das Eggli zum sechsten Start, nach dem der reich strukturierte Wald erneut technisches Können fordert.

Startende aus 31 Ländern

Kein Wunder, haben sich für diese attraktiven Strecken bereits 2650 Teilnehmerinnen und Teilnehmer aus 31 Ländern angemeldet. Die SOW ist als Mehrtages-Orientierungslauf mittlerweile zum Begriff von gesundem Sport in der Natur geworden, bei dem Rücksicht auf das Gelände genommen wird und der in Erinnerung ruft, wie sich ein Grossanlass trotz Belastung von Grundstücken mit dem Einverständnis der Bewirtschafter und Eigentümer in Einklang bringen lässt.

Umweltkonzept regelt Nachhaltigkeit

Um dem ökologischen Aspekt zu genügen, gelten klare Regeln für den OL-Sport. Das für die SOW 2019 erarbeitete Umweltkonzept legt dazu Vorgaben in allen Organisationsbereichen fest. Behörden und die Interessenvertreter sind miteinbezogen, den Themen Abfall und Lärm wird ebenso das nötige Gewicht beigemessen. Beim Verkehr werden zum Beispiel ortskundige Kadetten mithelfen, den Verkehr zu regeln, um einen reibungslosen Ablauf zu ermöglichen.

Bisher alle Dopingtests negativ

Orientierungsläufen ist auch Leistungssport. Deshalb gelten in allen Wettkampfkategorien die Dopingregeln von Swiss Olympic. Im Schweizerischen OL ist bisher kein einziger Dopingtest positiv ausgefallen, was auch belegt, wie sorgfältig OL-Läuferinnen und -läufer ihre Gesundheit über mögliche Erfolge stellen. Damit schliesst sich bei ihnen der «persönlich-ökologische» Kreis. Auch lässt sich erahnen, dass die Swiss O Week 2019 zu den aussergewöhnlichen Sportveranstaltungen des Jahres zählt.

Idealisten stehen hinter SOW

Für einen solchen Grossanlass braucht es zahllose Idealisten. Wenn die behördlichen Bewilligungen und das Einverständnis von Natur- und Forstverantwortlichen vorliegt, beginnt die Arbeit: Freiwillige, die lange vor dem Ereignis das Gelände rekognoszieren, unterschiedliche Laufanlagen prüfen, OL-Karten erstellen und sich mit Landeigentümern und -Bewirtschaftern absprechen. Ergänzt von engagierten Aktiven, die neugierige Kinder auf einem Schulhausareal an den OL-Sport heranzuführen. Helferinnen und Helfer werden in den OL-Vereinen gesucht, die Zeit für den Einsatz vor, während und nach den Wettkämpfen aufbringen können. Zudem gibt es die Ressortverantwortlichen im Organisationskomitee unter Leitung von Marcel Schiess. Die ganze Destination kommt zu einer neuen Sportdisziplin mit spannenden Wettkämpfen, denn die Einheimischen dürfen von einer touristischen Wertschöpfung profitieren.

PD

www.swiss-o-week.ch
 Etappe 1: 4. August, Gstaad
 Etappe 2: 5. August, Col du Pillon-Isenau
 Etappe 3: 6. August, Col du Pillon-Lac Retaud
 Etappe 4: 8. August, Hornberg
 Etappe 5: 9. August, Rougemont
 Etappe 6: 10. August, Rübeldorf

Die SOW 2019 in Zahlen



3000 Teilnehmende



31 Herkunftsländer



440 Helferinnen und Helfer



65 Schulkinder laufen am 1. Tag



350 Absprachen mit Landeigentümern



6 Wettkampfgebiete



5 Trainingsgelände in der Vorwoche



18'000 Verpflegungseinheiten



12 Personen im Kern-OK



10'000 Stunden Planungsaufwand



17 Neue OL-Karten erstellt

Müller Medien AG, Flo Schmi

MEHR ALS RENNEN

Orientierungslauf, kurz OL genannt, ist ein Ausdauersport für Einzelsportler. Ausgetragen wird er vorwiegend im Wald, seit der Jahrtausendwende auch in urbanen Geländen. Die erste Etappe in Gstaad ist ein solcher Wettkampf, der als Sprint ausgetragen keine Fehler zulässt: Die Siegerzeit in den Elitefeldern bewegt sich um eine knappe Viertelstunde. Weitere Formen sind der Nacht-OL, OL-Staffelläufe, vor allem in den nordischen Ländern populär, wo OL auch Volkssport ist, Bike-O, wo die Kontrollposten, dies im Gegensatz zum Fuss-OL, immer an Waldpfaden stehen, oder im Winter Ski-OL auf einem Loipennetz. In der Schweiz werden zudem noch Team-OLs ausgetragen, in denen gemeinsam gestartet wird und das Ziel auch zusammen gequert werden muss. An der Swiss O Week 2019 kann in den Holiday-Kategorien zu zweit oder z.B. auch in einer Dreiergruppe gelaufen werden.



Das Stempeln ist Geschichte, heute quittiert der OL-Läufer jeden Posten mit einem elektronischen Badge. FOTO: MARCEL SCHIESS

Versteckte Posten

Im OL-Wettkampf werden mit Hilfe von Karte und Kompass Kontrollpunkte im Gelände, auffällige rot-weiße Postenschilder, in vorgegebener Reihenfolge angelaufen. Der genaue Standort der Posten ist auf der Karte eingetragen, über die Postenobjekte – beispielsweise ein grosser Stein, eine kleine Senke oder eine Mauerecke – wird der

Wettkämpfer durch die sogenannte Postenbeschreibung vorinformiert.

Kein Stempeln mehr

Eine typische OL-Bahn besteht aus dem Start, einer Serie von Posten und dem Ziel. Zur Kontrolle, dass ein Läufer alle Posten in der korrekten Reihenfolge angelaufen hat, quittiert er jeden Posten mit einem elektronischen Badge. Das früher angewandte Stempeln einer Kontrollkarte mit der Lochzange am Posten verschwindet und wird digital abgelöst. Die Faszination der Sportart bleibt erhalten, dies sind das selbständige Planen und Wählen aus verschiedenen Teilstrecken, das Erfolgserlebnis beim Anlaufen und Finden des Postens – alleine inmitten der Natur. Dabei erbringt der Orientierungsläufer im Wettkampf eine körperliche wie auch eine geistige Leistung – für die Eliteläuferinnen und -läufer ein anspruchsvoller Balanceakt.

Oberländermatch 2019: Daniel Reichenbach gewinnt in seiner Kategorie

SPORT Am Samstag, 27. Juli wurde in der Schiessanlage Guntelsey in Thun der Oberländermatch bestritten. Damit melden sich die Matchschützen aus der Sommerpause zurück.

Für den Verband ist das der wichtigste Wettkampf des Jahres. Traditionell fand der Liegendmatch am Vormittag statt, am Nachmittag die Mehrstellungs- und Pistolenwettkämpfe. Mehrheitlich sonnig war der Morgen, dadurch wurden einige Spitzenresultate erzielt. In der zweiten Hälfte des Tages zogen dunkle Wolken mit starkem Wind auf. Trotzdem konnte noch vor dem angekündigten Gewitter fertig geschossen werden. Der gut besuchte Anlass verlief wie immer unfallfrei und reibungslos, dies dank der guten Organisation des Vorstands. Marlis und Joe von Allmen ist es gelungen, ihren Titel als Oberländermeister/in vom Vorjahr zu verteidigen. DAVID UND FLORIAN KURZEN, OMSV



Oberländermeister 2019: Pist 25m-C: Ralph Eschle, 3-Stlg: Joe von Allmen, Ord 2-Stlg: Roland Grosen, Pist 50m-A: Martin Frey, Standard 2-Stlg: Daniel Reichenbach (Feutersoey), Pist 50m-B: Philippe Drapela FOTO: ZVG

Auszug aus der Rangliste:
 Kat. Sport 2-Stlg: 1. Daniel Reichenbach, Feutersoey, 579; 2. Marlis von Allmen, Steffisburg 569; 3. Michael Kämpf, Schwanden, 566.