



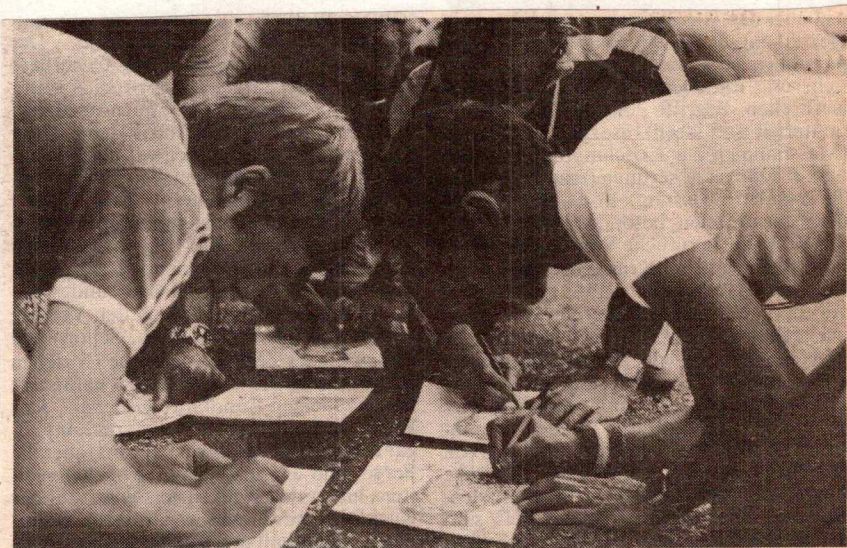
OL-Kurs

Nach zwei Jahren Magglingen fand der diesjährige OL-Kurs vom 12. bis 15. Juni einmal in unserer Sonnenstube im Tessin statt, zum vierten Mal vom versierten OL-Läuferpaar Margrit und Ruedi Wassmer mit grosser Fachkenntnis hervorragend organisiert und geleitet. Mit 35 Läuferinnen und Läufern bot sich eine Rekordteilnehmerzahl; erfreulicherweise haben sich auch wiederum drei «Romands» zu uns gesellt! Am Sonntagabend war Kursbeginn mit gemeinsamem Nachtessen und anschliessendem Rundgang durch die Anlagen des Centro Sportivo. Am Montag morgen fuhren wir per Zug und Bus nach Locarno-Arcegno in das OL-Gelände. Um den «Einstieg» zu erleichtern, fand für die Neulinge der obligate Kartenmarsch statt, während sich die bereits aktiven Läufer mit einer Schwarzweiss-Kopie durchschlagen mussten. Dann folgte der Stern-OL. Zum Leidwesen der Läufer/innen kündeten die Mücken das von den Meteorologen bereits prognostizierte Gewitter uneingeschränkt und unbarmherzig an. Nach dem Mittagessen begann es dann auch zu regnen; aber was macht das einem rechten OL-Läufer aus, die Posten werden trotzdem gesucht, so gut es geht! Der Nachmittag wurde mit einem kleinen Schmetterlings-OL abgeschlossen, wobei sich ein Kollege den Fuss so unglücklich vertrat, dass er für die beiden folgenden Tage launfähig war. Nach dem Nachtessen wurde in einer Theoriestunde über Trainingsart und -planung gesprochen. Am zweiten Tag fuhren wir bis Lamone-Cadempino und zu Fuss zum Tesserete-Wald. Auch hier gab es verschiedene OL-Übungen, unter anderem den Lotto-OL, wo man 2 von 7 Posten streichen konnte, so dass man die zwei ungeeignetsten Posten nicht anzulaufen brauchte. Wohlverdienter Lunch auf St. Bernardo, ein Punkt mit herrlicher Aussicht auf den Luganersee. Darauf ging es zum Startplatz des Staffel-OL. Der erste Läufer legte einen kleinen Parcours zurück, und nach dessen Rückkehr – mit Handschlag bestätigt – versuchte der Partner sein Glück über eine grössere Strecke. Nachdem sich alle Läufer wieder zurückgefunden hatten, ging's via einige weitere Posten anlaufend zum morgendlichen Anfangspunkt zurück. Wer Lust hatte, konnte sich auf dem Rückmarsch zur Station noch im Origiossee kurz abkühlen. Nach kurzer abendlicher Theorie zeigte ein Teilnehmer des OL-Pokals

1983 in Ungarn einige interessante Stimmungsbilder vom Wettkampf. Zum Tagesabschluss folgte die Preisverteilung des Lotto- und Staffel-OL. Von der Staffel wurde ausnahmsweise auch der 4. Rang prämiert, erreichen doch die beiden Läufer zusammen ein Alter von 110 Jahren! Wie es schien, hatten einige Gewinner beim Verspeisen ihrer glorreich erkämpften Mohrenköpfe sichtlich Mühe, aber ein wenig Unterhaltung gehört auch hier dazu! Am letzten Tag fuhren wir wieder nach Arcegno, um auf der anderen Seite des Waldes einen Handicap-OL auszutragen. Die guten Läufer(innen) starteten nach den ausgemachten Zeitabständen gegenüber den schlechteren und mussten versuchen, diesen Vorsprung – das Handicap – eben wieder aufzuholen. Nach dem Mittagessen im Centro Sportivo in Tenero galt es, bereits zum Abschluss-OL – einem Score-OL in der Umgebung vom Centro – anzutreten. Es galt, in einer halben Stunde möglichst alle dieser mit verschiedenen hohen Punktzahlen dotierten Posten – je entfernter, desto höhere Punkte – anzulaufen. Da die Posten beidseits der Maggia, äh äxgüsi Verzasca ausgesteckt waren, wurde der Fluss kurzerhand durchquert – teilweise sogar zweimal – denn das war zeitsparend und erst noch eine schöne Erfrischung. Die Rangverkündigung dieses letzten OL bildete den Schlusspunkt unseres Kurses. Zum Schluss noch ein herzliches Dankeschön für die hervorragende Organisationsarbeit, aber auch für die gute Kameradschaft, die während der ganzen Zeit herrschte.

Lukas Dobrowolski

1983



Trainingsleiterkurs OL 12. Juni abends - 15. Juni 1983 in Tenero

Leiter: Margrit und Ruedi Wassmer, Weierweg 32, 5033 Buchs AG

					Reise	Kompass
N 70.1962	Dobrowolski	Lukas	Engelstr. 91	8133 Esslingen	Bahn	nein ja
A 65.1961	Büchi	Rudolf	Zürcherstr. 120	8142 Uitikon	Bahn	ja
A 70.1956	Klauser	Gabriel	Lindenweg 7	8754 Netstal	Bahn	ja
A 70.1955	Jäggli	Thomas	Rankwog 6/6	4632 Trimbach	Bahn	ja
A 70.1964	Hurter	Regula	Reusstal 1	5522 Tägerig	Bahn	ja
N/A 70.1937	Achermann	Alois	Blumenweg 3	4800 Zofingen	Bahn	ja
A 65.1940	Caccivio	Arthur	Sonnenbergstr. 38	4127 Birsfelden	Bahn	ja
A 70.1944	Matter	Fritz	Hauptstr. 41	5035 U'entfelden		ja
N 70.-	Fricker	Käthi	Rain 16	5000 Aarau		
A 70.1939	Gehrig	Fritz	Bachmattweg 2	3257 Worben	Bahn	ja
A 70.1938	Freitag	Trudi	Geibelstr. 4	8037 Zürich	Bahn	ja
A 70.1964	Hürzeler	Markus	Fluhbachstr. 327	4813 Uerkheim	Bahn	ja
N 70.1964	Hiltbrunner	Beat	Brünnenstr. 83	3018 Bern	Bahn	? nein
N 70.1963	Schori	Roland	Baselstrasse 47	4500 Solothurn	?	nein früher
A 60.1938	Wettstein	Johann	Escherhaus	8866 Ziegelbrücke	Bahn	ja später
A 65.1953	Ramsauer	Robert	Oberstr. 19	8274 Tägerwilen	Bahn	ja
A 60.1936	Gantenbein	Andreas	Endlikerstr. 94	8400 Winterthur	Bahn	ja
A 70.1926	Glarner	Peter	Waldgarterweg 20	8057 Zürich	Bahn	ja
N/A 70.192	Glarner	Heidi	Waldgarterweg 20	8057 Zürich	Bahn	ja
A 70.1960	Rudin	Christoph	Säckingerstr. 20	4058 Basel	Bahn	ja
A 70.1930	Heimgartner	Franz	Nelkenstr. 2	5300 Turgi	Bahn	ja
A 70.1953	Kolly	Claude	L'Abbaye	1681 Vuisternens-Ogoz	Bahn	ja
N/A 70.1962	Kieser	Ursula	Gugenstr. 26	5012 Schönenwerd	Bahn	ja ?
A 70.1934	Erne	Peter	Höheweg 86A	3312 Fraubrunnen	Bahn	ja
A 70.1945	Heri	Hanspeter	Ringstr. 23	3052 Zollikofen	Bahn	ja
A 70.1956	Ballif	Philippe	Bonne-Espérance 38	1006 Lausanne	Bahn	ja
A 70.1960	Schmid	Kathrin	Dorfstr. 16	4492 Tecknau	Bahn	ja
A 70.1946	Huber	Werner	Sagenmatte 2	6210 Sursee		ja
N 70.1959	Luchsinger	Vreni	Haldenweg 6	8810 Horgen	ev.	nein
N/A 70.1957	Equey	Michel	Bld de Grancy 46	1006 Lausanne	Bahn	ja nein
N/A 70.1957	Wicki	Rolf	Lansamstig 13	5600 Lenzburg	Bahn	ja
N 70.1962	Zobrist	Patrick	Haftlet 25	4612 Wangen b. Olten	Auto/2	nein



ORIENTIERUNGSLAUF-KURS SONNTAG-MITTWOCH, 12.-15. JUNI 1983 IM TESSIN CENTRO SPORTIVO TENERO

DER OL KURS FUER NEULINGE UND AKTIVE LAEUFERINNEN UND LAEUFER

Kursleitung: Adm. Leitung
Techn. Leitung

Margrit Wassmer-Meierhofer, Weierweg 32, 5033 Buchs, Tel. 064 22 90 21
Ruedi Wassmer, Nationaltrainer OL, Ruedi Hofmann, J+S Leiter 3 OL

Kursprogramm:

Sonntag, 12. Juni 1983

18.00 Uhr

18.15 Uhr

ev Teilnahme am 3. Nat. OL im Tessin, bitte selber anmelden
Besammlung Centro sportivo Tenero, Tel. 093 67 19 55
Nachessen, anschliessend Besichtigung der Anlagen im Centro

Montag, 13. Juni 1983

18.00 Uhr

Theorie: Trainingsplanung, Trainingslehre. Praktische Arbeit im Gelände (ARCEGNO)
Einführung in Karte, Kartenmarsch, Höhenkurven, Routentests, Lunch, Stern-OL
Schmetterling-OL, verschiedene Übungsformen
Nachessen, anschliessend Tips für Trainingsleiter und Wettkämpfer. Der Briefkasten-
onkel beantwortet Eure Fragen

Dienstag, 14. Juni 1983

Theorie: Bahnlegung. Praktische Arbeit im Gelände (TESSERETE), verschiedene
OL-Übungen (Postennetz, Vielposten-OL, VFFF-Lauf, Lunch San Bernardo), Staffel-OL

Mittwoch, 15. Juni 1983

Vormittag

12.00 Uhr

Nachmittag

15.30 Uhr ca

ARCEGNO: Handicap-OL, Staffel-OL
Mittagessen in Tenero
Theorie: OL-Material, Literatur, OL in der SVSE etc
Abschluss OL in Tenero
Kursabschluss

Ausrüstung:

Der Witterung angepasste Trainingsanzüge und Trainingsschuhe ev OL-Ausrüstung, *Feldflasche*
Regenschutz, genügend Ersatzwäsche, Badezeug, Toilettenzeug, sofern vorhanden Kompass

Kosten:

Fr. 70.--, inbegriffen Unterkunft und Verpflegung, Karten etc

Anmeldung:

bis spätestens 30. Mai 1983 an Margrit Wassmer, Weierweg 32, 5033 Buchs

ANMELDEALON

Name: Vorname: Jahrgang:

Adresse: Wohnort: Telefon:

Bin OL-Neuling aktiver Läufer/in Reise per Bahn Auto Plätze frei

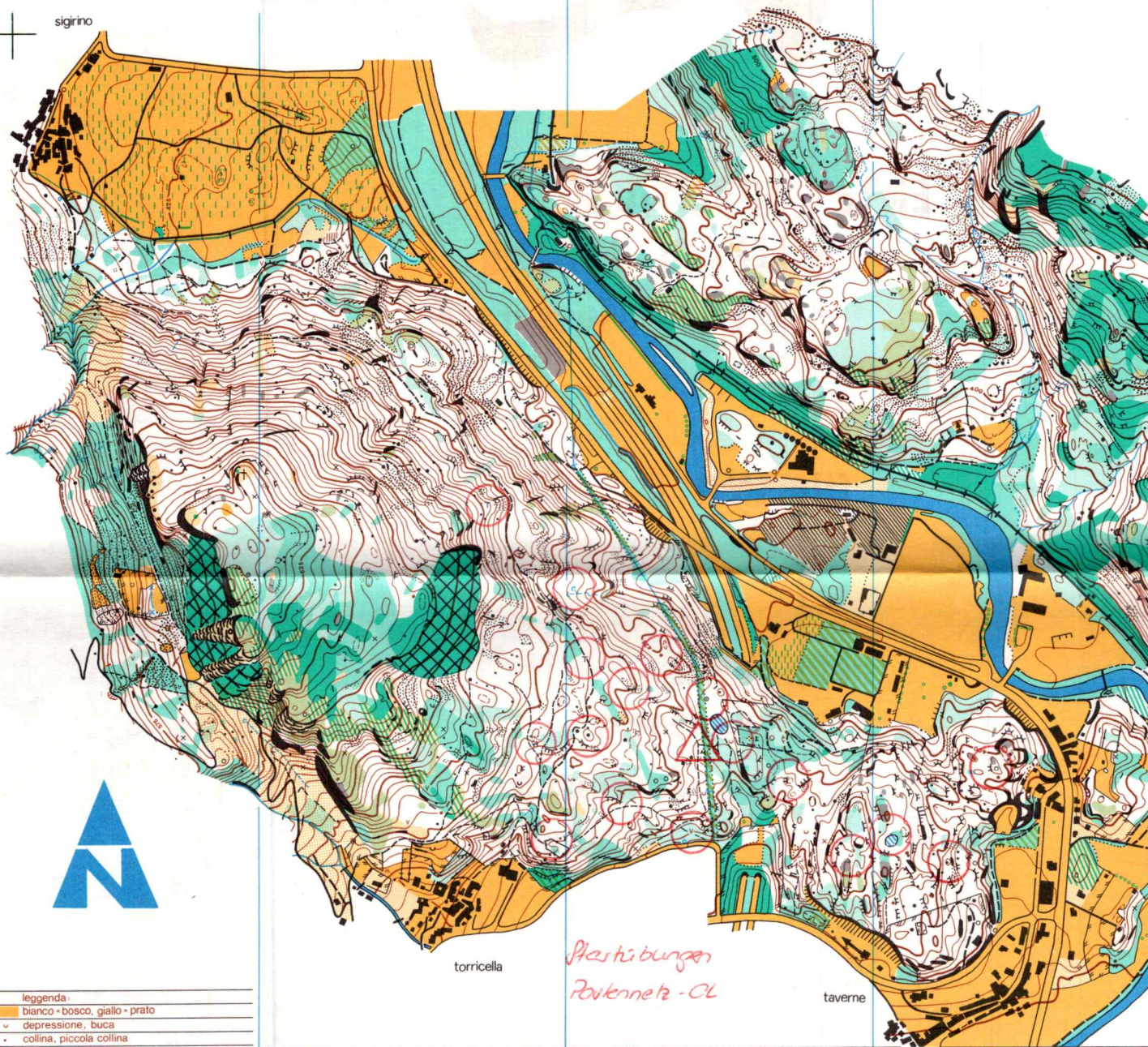
Meine Fragen an den Briefkastenonkel:

b 724

autunno 1983

rilievo e disegno beat imhof
 stampa lüscher aarau
 autorizzazione d+m del 31.10.83

deposito
edo pellandini 6807 taverne



torricella

Startübungen

taverne

- legenda
- bianco - bosco, giallo - prato
 - depressione, buca
 - collina, piccola collina
 - terreno molto accidentato
 - canaletto asciutto, fossa
 - scarpata ripida
 - cava attraversabile e non attravers.
 - rocce attraversabili, parete di roccia
 - strada infossata, vallo
 - strada carrozzabile, mulattiera
 - sentiero, piccolo sentiero
 - striscia di bosco tagliato
 - abitato, casa, rovina
 - mangiatoia, piccola e grossa torre
 - piccolo e grosso sasso, termine
 - recinto non attraversabile e attravers.
 - stand di tiro
 - ruscello con passerella, canaletto con acqua
 - canale di drenaggio
 - fontana, sorgente
 - palude piccolo stagno, buca con acqua
 - vegetazione: corsa impossibile
 - corsa molto ostacolata
 - corsa leggerm. ostacolata
 - cambiamento di vegetazione, taglio di bosco
 - piccolo oggetto particolare
 - vigneto
 - semi-prato corsa molto ostacolata
 - lastra rocciosa
 - ferrovia con galleria

cat. _____ nr. _____
nome _____
società _____
indirizzo _____

arrivo _____

partenza _____

effetivo _____

cat. _____ nr. _____ nome _____ società _____ indirizzo _____ _____ _____ arrivo _____ partenza _____ effettivo _____				1	2	3	4
				7	8	9	10
13	14	15	16	17	18	19	20



taverne

san zeno

a 725

equidistanza 5m
scala 1:15000
autunno 1983

declinazione corretta
coordinate 716/101
rilievo e disegno beat imhof
stampa h+p. lüscher aarau
autorizzazione d+m 31.10.83

deposito edo pellandini
6807 taverne



lamone

legenda

	prato (gallo), bosco «bianco»
	terreno semi-aperto
	limite di coltivazione
	corsa leggermente ostacolata
	molto ostacolata
	impossibile, albero isolato
	vigneto, vivaio
	piccola coila, buca
	canaletto asciutto, fossa
	piccolo oggetto particolare
	sasso, caverna, pietraia
	roccia non attraversabile
	attraversabile
	lastra rocciosa, zona pericolosa
	sorgente, canaletto con acqua
	palude, ruscello, serbatoio
	termine di confine, torre
	recinto non attraversabile
	attraversabile
	rovina, muro
	piazza di tiro
	taglio di bosco largo, stretto

cureglia



t. arrivo		nome		cat.			
t. partenza		società		no.			
t. effettivo		indirizzo					
1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23	24

1	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	16

cognome _____

nome _____

società _____

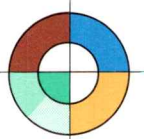
no. _____

t. arrivo _____

t. partenza _____

cat. _____

t. effettivo _____



breganzona

scala 1:10'000

equidistanza 5 m

estate 1978

declinazione corretta

coord.: 715/96

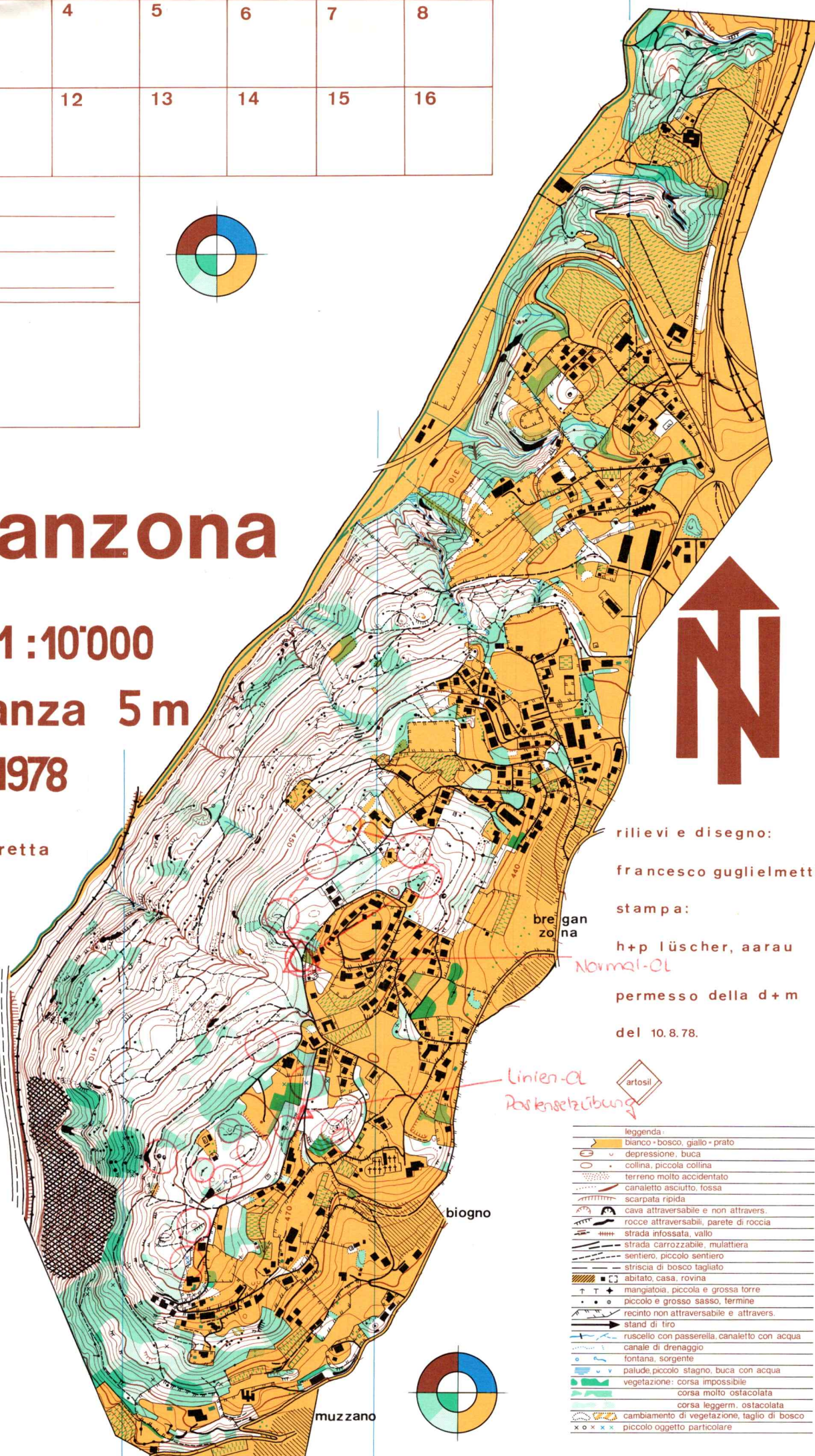
RECTA
Kompass - Boussole - Bussola



depositario:

edo pellandini

6807 taverne



rilievi e disegno:

francesco guglielmetti

stampa:

h+p lüscher, aarau

Normal-CL

permesso della d+m

del 10.8.78.

Linien-CL
Rostensetzübung



legenda:	
	bianco - bosco, giallo - prato
	depressione, buca
	collina, piccola collina
	terreno molto accidentato
	canaletto asciutto, fossa
	scarpata ripida
	cava attraversabile e non attravers.
	rocce attraversabili, parete di roccia
	strada infossata, vallo
	strada carrozzabile, mulattiera
	sentiero, piccolo sentiero
	striscia di bosco tagliato
	abitato, casa, rovina
	mangiatoia, piccola e grossa torre
	piccolo e grosso sasso, termine
	recinto non attraversabile e attravers.
	stand di tiro
	ruscello con passerella, canaletto con acqua
	canale di drenaggio
	fontana, sorgente
	palude, piccolo stagno, buca con acqua
	vegetazione: corsa impossibile
	corsa molto ostacolata
	corsa leggera, ostacolata
	cambiamento di vegetazione, taglio di bosco
	piccolo oggetto particolare

tesserete

scala 1:16'667

equidistanza 10 m

declinazione 3° o

primavera 1974



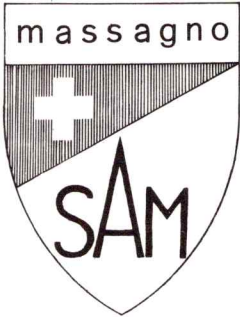
Pastner OL

carnago

sureggio



Kroki-OL



leggenda :

	prato
	bosco
	piccola collina
	depressione
	buca
	scarpata, terrazzo
	sentiero incassato
	fossa
	canale (violetta) asciutto
	ruscello periodicam. con acqua
	sorgente, pozza d'acqua
	fontana, tombino
	bacino, serbatoio
	palude
	taglio di bosco, piantagione
	limite di cultura, filare di vigna
	sasso
	rocce affioranti
	parete di roccia (non attraversabile)
	rocce attraversabili
	terreno sassoso
	vigneto
	mangiatoia
	termine di confine
	piccolo oggetto particolare
	recinto non attraversabile
	recinto attraversabile, palizzata
	rovina
	muro
condizione del bosco :	
	leggero ostacolo
	difficilmente attraversabile
	impenetrabile

rilievi e disegno:
francesco guglielmetti

consulente per la carta:
heiri greminger

stampa :
h+p lüscher , aarau

permesso della v+d
del 11.7.74

1	2	3	4	5	6	7	8	cat.	no.
9	10	11	12	13	14	15	16	nome _____	
								arrivo _____	
17	18	19	20	21	22	23	24	partenza _____	
								tempo eff. _____	

TENERO

CENTRO SPORTIVO NAZIONALE DELLA GIOVENTÙ
NATIONALES JUGENDSPORTZENTRUM
CENTRE DE SPORT NATIONAL DE LA JEUNESSE

SCALA 1:5000 ESTATE 1980
EQUIDISTANZA 1M DECLINAZIONE CORRETTA

Rilievo + disegno: Alberto Pura, Remo Morasci

Consulente: Francesco Gugliemetti

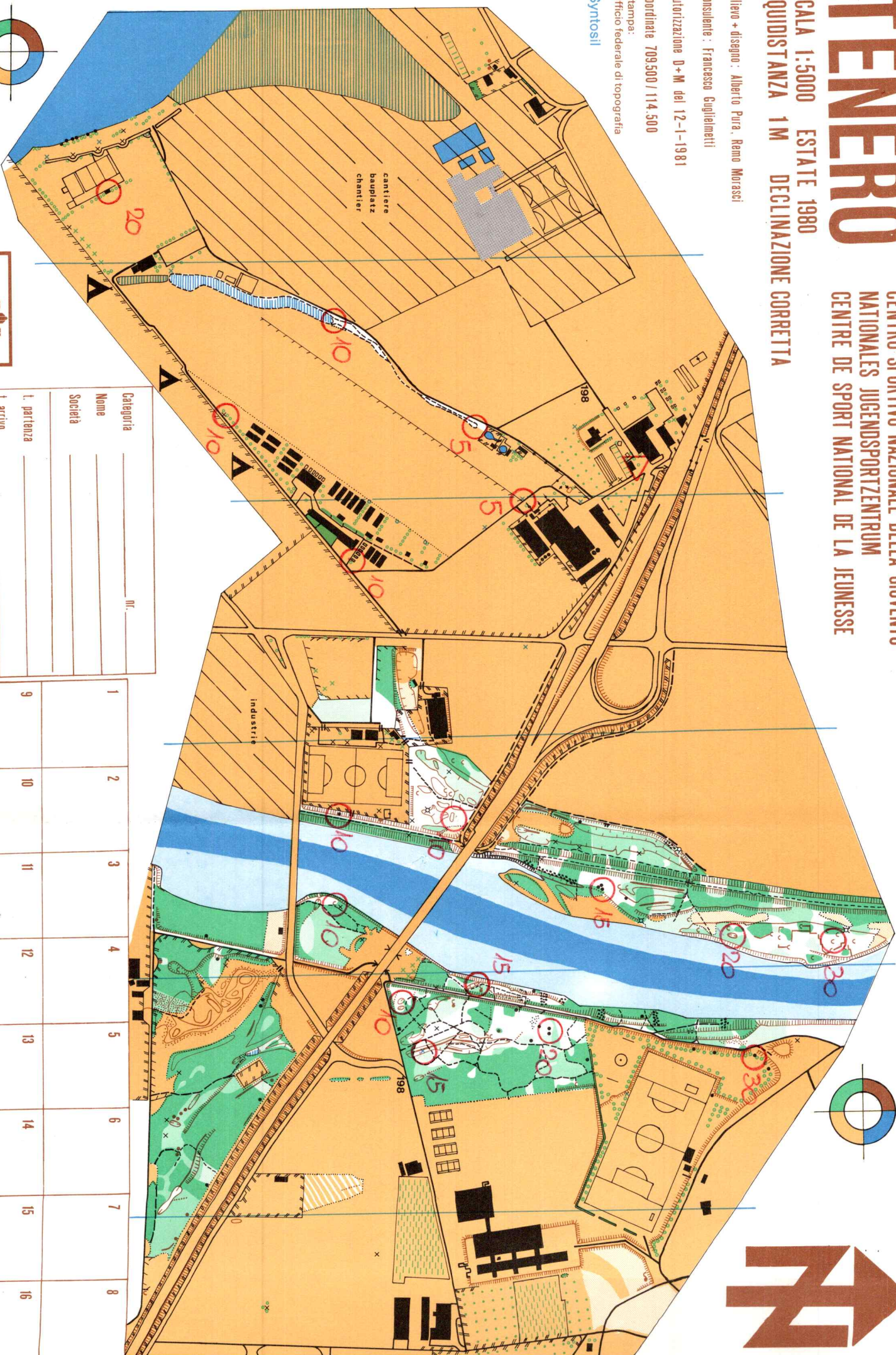
Autorizzazione D+M del 12-1-1981

Coordinate 709500 / 114,500

Stampa:

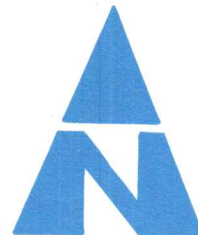
Ufficio federale di topografia

Syntosil



Categoria	Nr.							
Nome								
Società								
t. partenza	1	2	3	4	5	6	7	8
t. arrivo	9	10	11	12	13	14	15	16
t. effettivo								

losone





1	2	3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25	26	27

cat.	
nome	
società	
indirizzo	
arrivo	
partenza	
effettivo	

- legenda:
- bianco - bosco, giallo - prato
 - depressione, buca
 - collina, piccola collina
 - terreno molto accidentato
 - canale molto asciutto, fossa
 - scarpata ripida
 - cava attraversabile e non attravers.
 - rocce attraversabili, parete di roccia
 - strada infossata, vallo
 - strada carrozzabile, mulattiera
 - sentiero, piccolo sentiero
 - striscia di bosco tagliato
 - abitato, casa, rovina
 - mangiaio, piccola e grossa torre
 - piccolo e grosso sasso, termine
 - recinto non attraversabile e attravers.
 - stand di tiro
 - ruscello con passerella, canaleto con acqua
 - canale di drenaggio
 - fontana, sorgente
 - palude, piccolo stagno, buca con acqua
 - vegetazione: corsa impossibile
 - corsa molto ostacolata
 - corsa leggerm. ostacolata
 - cambiamento di vegetazione, taglio di bosco
 - piccolo oggetto particolare
 - zona pericolosa