

47°12'20.10"N
OLV LANGENTHAL
7°47'19.80"E



Informationen Kartentrainings 2025 HuLa OL

Trainingszeit: Donnerstag, 18:00 – 19:30 Uhr Kartentraining

Transport: Zu den weiter entfernten Trainingsorten wird ein Bustransport ab Langenthal (K2/3) bzw. Huttwil (Ribimatte) organisiert. Der Bus fährt um 17:30 Uhr ab und ist ca. um 20:00 Uhr zurück. Die genaue Rückkehrzeit wird bei der Abfahrt im Chat mitgeteilt. Zu den nahe gelegenen Trainingsorten sind die Eltern für den Transport verantwortlich.

An- / Abmeldung: Um genug Karten und Trainingsmaterial vorzubereiten und im Bus Platz für alle Teilnehmer/Innen zu haben, ist eine Anmeldung übers Nuudel bis Dienstag um 22:00 Uhr notwendig. Der Link zur Anmeldung, der Treffpunkt und alle anderen wichtigen Informationen werden spätestens bis Sonntagabend im Trainingschat bekannt gegeben.

Kurzfristige Abmeldungen müssen direkt dem Hauptleiter gemeldet werden. Wer dies ist, wird ebenfalls in den Trainingsinfos mitgeteilt.

Mitnehmen:

- OL-Schuhe oder geländegängige Turnschuhe, hohe Socken, lange Hosen, ev. Zeckenspray
- Kompass (kann im ersten Jahr gegen ein Depot ausgeliehen werden)
- Armbanduhr
- Ev. weiteres Material gemäss Trainingsinfos
- Getränk, ev. Snack
- Wechselkleider und Ersatzschuhe für nach dem Training (zum Schutz gegen Zecken, um nicht zu frieren nach dem Schwitzen und für den Bustransport)

Gruppeneinteilung: Für die Kartentrainings gibt es dieses Jahr wieder vier Niveaus: **Wägliläufer** (Einsteiger, wer noch Begleitung braucht), **Querfeldein** (Halb-Fortgeschrittene), **Vollgas** (Fortgeschrittene) und **Profis** (Könner).

Das Leiterteam teilt die Junior/Innen zu Saisonbeginn einem Niveau zu. Ein Niveauwechsel ist innerhalb der Saison möglich, wenn entsprechende Kriterien erreicht sind. Der Entscheid erfolgt durch das Leiterteam in Absprache mit dem Junior/der Juniorin.

Individuelle Betreuung / Schättelen: In den ersten fünf Kartentrainings werden wir die Grundlagen in den Bereichen Kompasslaufen und Höhenkurven erarbeiten/erweitern und dank der Unterstützung von vielen Hilfsleiter/Innen eine enge Betreuung für die Junioren anbieten können. Schaut, dass ihr in diesen Trainings möglichst häufig dabei seid, falls ihr im Rahmen des Fragebogens eine individuelle Betreuung gewünscht habt oder diese als D/H12 bzw. NeueinsteigerIn sowieso noch erhält.

Erwachsenentraining / späterer Trainingsbeginn

Auch die Erwachsenen sind herzlich Willkommen in den Kartentrainings und können sich für ein freies Training auf ihrem gewünschten Niveau anmelden.

Wem es aus beruflichen oder schulischen Gründen nicht auf Trainingsstart an den Treffpunkt reicht, darf auch später noch dazuzustossen. Schreibt in diesem Fall bitte im Nuudel einen entsprechenden Hinweis.

impOLs-Läufe

In den drei Wochen vor bzw. nach den Sommerferien besuchen wir anstelle der Kartentrainings die Abendläufe des impOLs-Cup. Die Ausschreibung dafür folgt, die internen Infos mit dem Anmeldenuudel fürs Büssli erhält ihr jeweils ca. eine Woche vor dem Lauf über den Trainingschat.

Spezialtrainings

Während der Sommersaison gibt es zwei Spezialtrainings, die für alle Vereinsmitglieder offen sind:

- Do. 08.05. Sprintstaffeltraining Langenthal-Hard als Vorbereitung für die SSM in Uzwil
- Do. 05.06. Kartentraining mit Schnuppertraining für Eltern und anschliessendem Bräteln beim Babeliplatz in Melchnau

HuLa-Weekends

Reserviert euch diese beiden Daten bereits jetzt. Es wäre toll, wenn wir möglichst vollständig daran teilnehmen könnten! 😊

- Sa./So. 10./11.05. HuLa-Weekend in Uzwil mit Sprintstaffel-SM (Samstag) und Sprint-SM (Sonntag) -> für alle Vereinsmitglieder mit Wettkampferfahrung, Infos und Anmeldung siehe bereits erhaltene Ausschreibung
- Sa./So. 26./27.10. Schlussweekend in Rüttenen mit Schlusslauf Nachwuchsmeisterschaft (Samstag), gemeinsamer Übernachtung und Berner Team-OL (Sonntag) -> für alle Junioren, Infos folgen

Fragen

- Nicole Stöckli Nachwuchsverantwortliche OLV Langenthal 079 746 66 08
- Daniela Grossenbacher Nachwuchsverantwortliche OLG Huttwil 079 663 71 76