

Schul-Orientierungslauf-Training im Herbst 2023

Liebe Schülerinnen und Schüler, liebe Eltern!

Das Schul-Orientierungslauf-Training findet wöchentlich am **Montag** um **14:45 Uhr** statt und richtet sich an alle Grazer Schüler*innen ab 10 Jahren. Organisiert und durchgeführt werden die Trainings als unverbindliche Übung in Zusammenarbeit des BG/BRG Seebacher, der Bildungsdirektion Steiermark, des Steirischen Orientierungslaufverbandes (STOLV) und des OLC Graz unter der Leitung von Prof. Mag. **Josef Striegl** sowie **Vera Chiusole** und **Mathias Peter**.

Die Trainings finden alle in Graz statt und sind öffentlich gut erreichbar. Trainingsbeginn ist dieses Semester wieder am **Montag um 14:45 Uhr**, Trainingsende ca. um 15:45 Uhr. Die Trainingstermine lauten wie folgt:

Datum	Laufgebiet	Einsteiger	Fortgeschrittene
25.09.2023	Hilmteich / Leechwald	Schmetterlings-OL	Multitechnik
02.10.2023	Innfeldgasse TU Graz	Sprinttraining	Sprint-OL-Intervalle
09.10.2023	Rieshang	Waldtraining	Fenster-OL
16.10.2023	St. Johann / Leechwald	Mitteldistanz	Mitteldistanz
17.10.2023	Fürstenfeld	Teilnahme am 1. OL-Schulcup 23/24 ¹	
23.10.2023	Smart City	Sprint-Korridortraining	Sprintkorridor
30.10.2023	<i>kein Training - Herbstferien</i>		
06.11.2023	FH Joanneum	Score-OL	Score-OL
13.11.2023	Karmeliterplatz / Stadtpark	Sprintroutenwahlen	Kappen-Schnappen
20.11.2023	Oeverseepark	Put & Pick	Put & Pick
27.11.2023	Augarten	Abschlussstaffel	Abschlussstaffel

Eine Übersicht zu den genauen Treffpunkten auf Google Maps ist unter www.stolv.at, über nebenstehenden QR-Code sowie über diesen [Link](#) abrufbar.

Kosten:

Ein Unkostenbeitrag von 50€ pro Semester ist bitte bei der zweiten Einheit mitzubringen. Alternativ kann der Betrag auch überwiesen werden.

Ausrüstung:

Laufkleidung mit langer Hose oder Stutzen sowie Sportschuhe mit grobem Profil werden empfohlen.

Das Training findet bei jedem Wetter statt, bitte auf entsprechende Kleidung (inkl. Wechselkleidung für die Heimreise nach dem Training) achten!



Weitere Orientierungslauf-Termine für Interessierte:

Wöchentliche Trainingscups des STOLVs in und rund um Graz: Mittwoch, 17:00 Uhr
26.-29.10.2022 | Herbstcup in der Südsteiermark

Unter www.oefol.at können weitere Informationen zu Orientierungsläufen abgerufen werden.

Bei Fragen erreichbar:

Josef Striegl (josef.striegl@seebacher.ac.at +43 650 7036487)

Vera Chiusole (chiusole.vera@gmail.com +39 342 1930396)

Mathias Peter (mathi.peter@hotmail.com +43 650 2429299)



Bis bald in Park und Wald!

¹ Für den Schulcup wird es gesonderte Informationen (bzgl. gemeinsamer Anreise, Organisation, usw.) geben.