


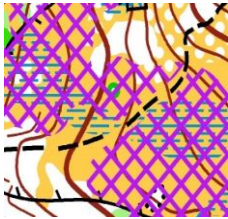




# Nationales OL-Weekend Les Diablerets 30. September / 1. Oktober 2023

## Weisungen

	8. Nationaler OL	9. Nationaler OL
Titel	<b>34ème CO de la Riviera</b>	<b>35ème CO de la Riviera</b>
Datum	<b>Samstag, 30. September</b>	<b>Sonntag, 1. Oktober</b>
Wettkampforte	Lac Retaud, Col du Pillon	Lac Retaud, Col du Pillon, Isenau
Wettkämpfe	<b>Mitteldistanz</b>	<b>Langdistanz</b>
Veranstalter	ANCO / CARE VEVEY ORIENTATION	ANCO / CARE VEVEY ORIENTATION
	<a href="http://www.anco-ne.ch">www.anco-ne.ch</a>	<a href="http://www.care-vevey-orientation.ch">www.care-vevey-orientation.ch</a>
Laufleiter	Pierre-André Baumgartner	Pierre-André Baumgartner
TD	Marc Eyer	Alain Juan + Christophe Ingold (Assistent)
Karten, Massstab	Lac Retaud, Col du Pillon 1:10'000 / 1:7'500 ab H/D 50 und H/DAK	Lac Retaud, Isenau, Pillon 1:15'000 / 1:10'000 / 1:7'500 ab H/D50 und H/DAK
Kartenaufnahme	Urs Steiner / Pierre-Alain Matthey	Urs Steiner / Pierre-Alain Matthey
Bahnlegung	Jean-Claude Guyot	Philippe Ballif
Kontrolle	Gilles Renaud	Domenico Lepori
Gelände	Voralpin, anspruchvolles Laufgelände der SOW2019 / Etappe 3	Voralpin, anspruchvolles Laufgelände der SOW2019 / Etappe 2
Sponsoren		
		
Wettkampfbereich	Les Diablerets / Centre des Congrès -	Les Diablerets / Centre des Congrès
Besammlung	ab 09:00 Uhr	ab 08:00 Uhr
Startzeiten	11:00 bis 14:00 Uhr	10:00 bis 13:00 Uhr
Anreise mit ÖV	ab Aigle oder Gstaad ca. 50'	
Anreise mit PW / Camper	via Aigle oder Gstaad	
Parking PW und Mini-Bus	In der Nähe des Wettkampfbereichs	
Parking Camper	Nur für angemeldete Teilnehmer. Eine Vignette wird den angemeldeten Teilnehmern in der Woche vor dem Rennen zugeschickt. Öffnung des Parkplatzes am Samstagmorgen. Der Platz wird bis Sonntagabend zur Verfügung stehen. Für WC und andere Annehmlichkeiten ist das WKZ tagsüber in der Nähe.	

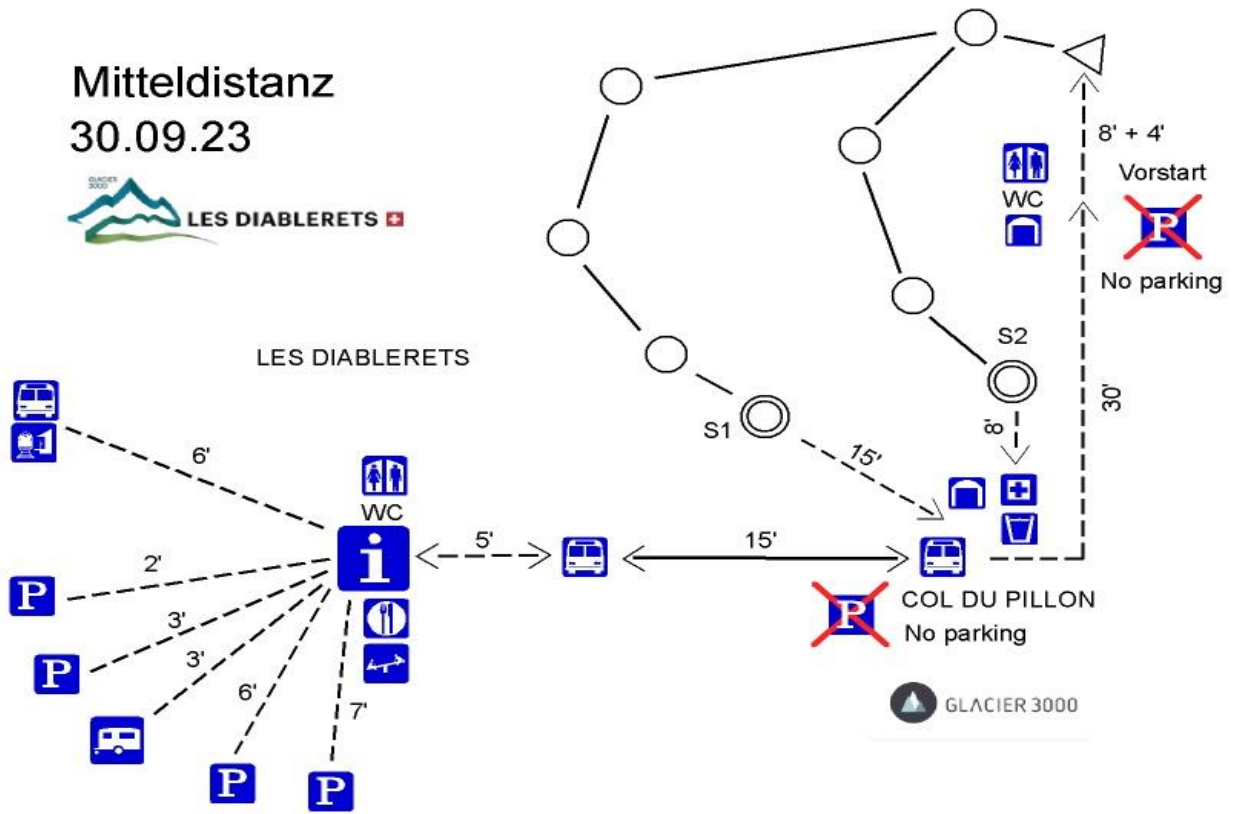
<b>Achtung</b>	<b>Die Parkplätze am Col du Pillon und am Lac Retaud sind für Teilnehmer gesperrt.</b>	
Zugang zum WKZ und Start	Siehe Schema am Ende der Weisungen	Siehe Schema am Ende der Weisungen
Shuttle-Bus obligatorisch	Etwa alle 10 Minuten / Dobb spikes im Bus verboten	Etwa alle 10 Minuten / Dobb spikes im Bus verboten
Weg zum Vorstart	5 Min. zu Fuß bis zur Abfahrt des Shuttle-Busses / 15 Min. mit dem Shuttle-Bus bis zum Col du Pillon / Dann 30 Min. zu Fuß bis zum Vorstart	5 Min. zu Fuß bis zur Abfahrt des Shuttle-Busses / 15 Min. mit dem Shuttle-Bus bis zum Col du Pillon / Dann 30 Min. zu Fuß bis zum Vorstart
	Der Weg zum Vorstart führt teilweise durch Laufgebiet. Der vorgeschriebene Weg darf nicht verlassen werden.	
Warm-Up	Beschränkter Platz in der Nähe des Starts.	Beschränkter Platz in der Nähe des Starts.
WC Toi-Toi	Zur Verfügung am Vorstart	Zur Verfügung am Vorstart
Kleidertransport	Organisiert vom Vorstart bis zum Col du Pillon (vom Ziel 15')	Organisiert vom Vorstart bis zum Col du Pillon (vom Ziel 15')
Startzeiten	Nach Startliste zwischen 11:00 und 14:30 Uhr	Nach Startliste zwischen 10:00 und 13:30 Uhr
Vorstart-Start	8 min. + 4 min.	0 min. + 4 min.
Start-Prozedere	<p>Das Diagramm zeigt den Ablauf des Starts. Ein roter Balken links markiert den Bereich für einen 'verspäter Start'. Die Stationen sind wie folgt angeordnet:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kartenboxen (-1 min.)</li> <li>Startkontrolle (-2 min.)</li> <li>Postenbeschreibungen (-3 min.)</li> <li>Eingangskontrolle (-4 min.)</li> </ul> <p>Rechts daneben sind weitere Stationen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kartenboxen (-1 min.)</li> <li>Start (mit einem roten Quadrat)</li> <li>Startkontrolle (-2 min.)</li> <li>Postenbeschreibungen (-3 min.)</li> <li>Eingang OL / OM OK / OS</li> </ul> <p>Unten sind zwei Kontrollen mit 'Löschen' Beschriftungen dargestellt.</p>	
Markierte Strecke bis zum eingezeichneten Startpunkt	60 m.	70 m.
Details	Keine	Markierte Passage in der Nähe der Aufwärmzone für die Strecken <b>D10 / H10 / OK und OS</b>

Zwischenverpflegung	Keine	Wasser: auf der Karte markiert
Sanitätsposten	Col du Pillon / <b>Telefon : 077 468 54 56</b> auch auf Laufkarte aufgedruckt	Col du Pillon und im Gelände, <b>Telefon : 077 468 54 56</b> auch auf Laufkarte aufgedruckt
Ziel 1	Zieleinlauf markiert ab letztem Posten. Stempeln des Zielpostens mit der SI Card dann 15 Minuten zu Fuß bis zum Col du Pillon.	Zieleinlauf markiert ab letztem Posten. Stempeln des Zielpostens mit der SI Card dann 15 Minuten zu Fuß bis zum Col du Pillon.
Ziel 2	Zieleinlauf markiert ab letztem Posten. Stempeln des Zielpostens mit der SI Card dann 8 Minuten zu Fuß bis zum Col du Pillon.	
Verpflegung	Col du Pillon; 15' Fussmarsch vom Ziel	Col du Pillon; 15' Fussmarsch vom Ziel
Auslesen der SI-Karte	Im Wettkampfbüro, Maison des Congrès, Les Diablerets	Im Wettkampfbüro, Maison des Congrès, Les Diablerets
Maximale Zeit	90 Min.	150 Min.
Zielschluss	90 Min. nach dem letzten Start	150 Min. nach dem letzten Start
Rückgabe der Karten	Karten können von den Läufern behalten werden (Danke für Ihr Fairplay)	Karten können von den Läufern behalten werden (Danke für Ihr Fairplay)
Shuttle-Bus zurück nach Les Diablerets	Etwa alle 10 Minuten / Dobb spikes im Bus verboten	Etwa alle 10 Minuten / Dobb spikes im Bus verboten
Jury	Simone Niggli (Swiss Orienteering) / Marc Eyer (DT) / Pierre André Baumgartner (Organisator)	Michael Eglin (Swiss Orienteering) / Alain Juan (DT) / Jean-Claude Guyot (Organisator)
Wettkampfrichter	Jean-Claude Guyot	Philippe Ballif
Beschwerden	Bevor Sie einen Rekurs einreichen, melden Sie sich bitte an der Information beim ZK beim Wettkampfrichter, um zu versuchen, einen Konsens zu finden. Sollte es nicht möglich sein, eine einvernehmliche Lösung zu finden, muss der Rekurs schriftlich gemäss WR mit dem entsprechenden Formular erfolgen und spätestens eine Stunde nach Zielschluss an der Information hinterlegt werden. Die Person, die den Rekurs einreicht, muss der Jury zur Verfügung stehen.	
<b>Wichtige Hinweise</b>		
Zäune	Achtung es gibt viele Zaunübergänge im Gelände. Bitte melden Sie eventuelle Schäden beider Ankunft oder an der Information. Auf gewissen Abschnitten sind möglicherweise einigeder kartierten Zäune auf dem Boden gelegt.	
Sperrgebiet	Sperrgebiete sind in lila Farbe auf der Karte aufgedruckt. Das Betreten dieser Gebiete ist verboten und wird mit Disqualifikation bestraft. Die als verbotene Gebiete markierten Wiesen reichen bis zum Waldrand. Es ist erlaubt, auf den eingezeichneten Pfaden und Wegen zu laufen, die durch die verbotenen Gebiete führen.	
	Einige Zonen sind mit Wimpeln abgegrenzt oder mit Absperrband abgegrenzt (auf der Karte mit Linie markiert)	 
Infos	Sophie Hamel, <a href="mailto:sophie.hamel78@gmail.com">sophie.hamel78@gmail.com</a> 078 843 20 45	
<b>Laufschuhe</b>	<b>Bitte lassen Sie Ihre Laufschuhe außerhalb des Laufzentrums stehen!</b>	

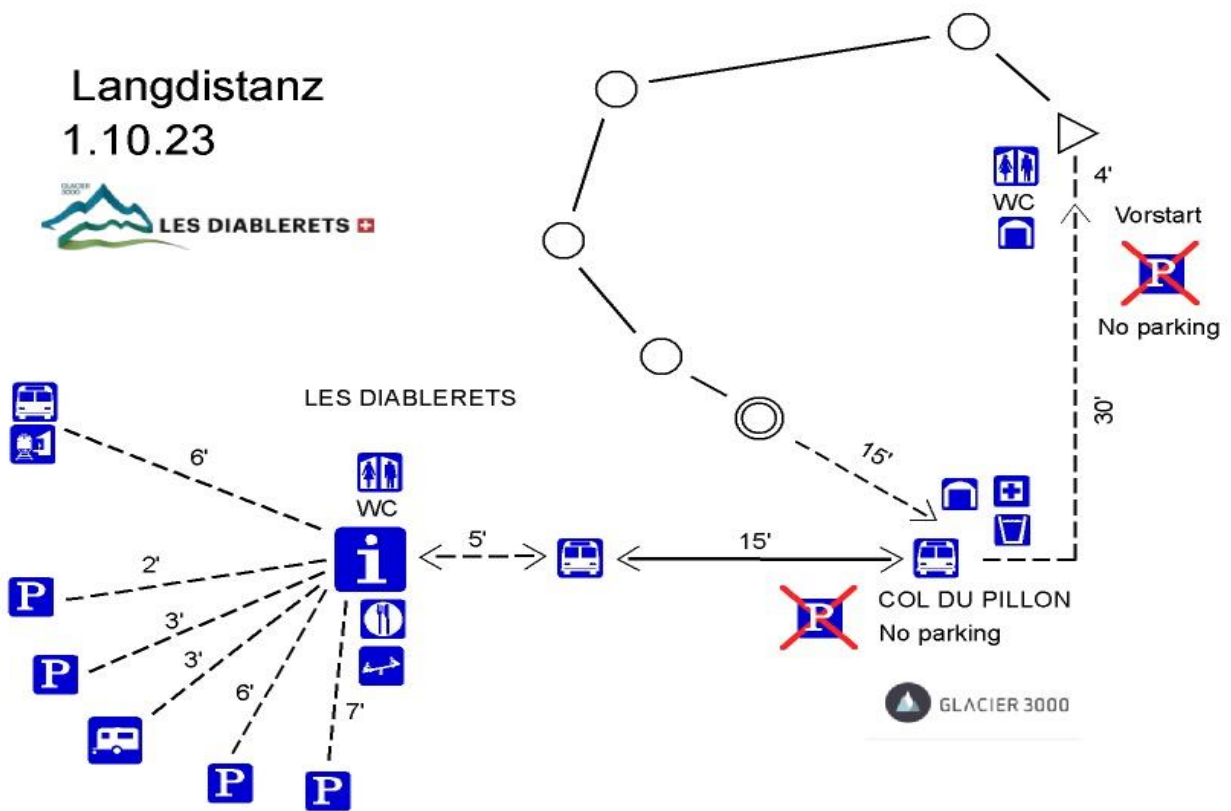
Nachmeldung "Open" Kategorien	Am Tag des Rennens im Rennzentrum, Maison des Congrès, Les Diablerets, möglich. <b>Samstag von 11.00 bis 13.00 Uhr und Sonntag von 10.00 bis 12.00 Uhr.</b>
Mutationen	Startplatztransfer ab Samstag, 23. September bis Donnerstag, 28. September, 20.00 Uhr, unter <a href="https://modify.picoevents.ch">https://modify.picoevents.ch</a> : CHF 10.- Änderung der SI-Card-Nummer: gratis
Startreihenfolge	Ausgeloste Startzeiten nach Regionen
Startlisten	Die Startlisten werden von Swiss Orienteering eine Woche vor den Wettkämpfen veröffentlicht. <a href="http://www.swiss-orienteering.ch">www.swiss-orienteering.ch</a>
Cloud-O	Demo-Lauf ums Wettkampzentrum / gratis - Info bei CLOUD-O Flagge
Kinder OL	Einfacher Lauf ums Wettkampzentrum / gratis
Kinderhort	Geöffnet am Samstag ab 9:30 Uhr und am Sonntag ab 8:30 Uhr im Laufzentrum für Kinder ab 3 Jahren. <b>Anmeldung</b> erforderlich bis zum 28. September mittags unter Angabe des Alters des Kindes.
Garderoben / Duschen	Nur kleine Garderoben vorhanden; für Benutzer öffentlicher Verkehrsmittel reserviert; bitte in der Unterkunft oder im Auto umziehen.
Buvette	Getränke und kleine Snacks. Backwaren, Sandwiches, Suppe und Raclette.
Versicherung	Jeder Teilnehmer am Wettkampf tut dies auf eigenes Risiko und muss einen angemessenen persönlichen Versicherungsschutz haben. Der Veranstalter übernimmt keine Verantwortung für Ereignisse, die vor, während und nach den Wettkämpfen eintreten (gemäß Artikel 21 der WO). Mit der Anmeldung erklärt sich der Teilnehmer mit den Versicherungsbedingungen einverstanden.
Anti-Doping	Das Doping-Statut von Swiss Olympic ist für alle Teilnehmer des Rennens ohne Ausnahmen massgebend. Kontrollen können bei allen Teilnehmern gemäss WR Art. 61 durchgeführt werden. In den Kategorien DE, HE, D20, H20 werden nur diejenigen Läufer zum Start zugelassen, die den Organisatoren die Anti-Doping-Erklärung abgegeben haben.
Absage des Rennens	Bei starkem Schneefall könnten die Rennen abgesagt werden. Informationen unter <a href="http://www.swiss-orienteering.ch">www.swiss-orienteering.ch</a> bis spätestens am 29. September, 12h00
COVID 19	Die zum Zeitpunkt der Wettkämpfe geltenden Schutzmaßnahmen müssen unbedingt eingehalten werden. Der Stand der Maßnahmen zum Zeitpunkt der Wettkämpfe wird auf der Website <a href="http://www.swiss-orienteering.ch">www.swiss-orienteering.ch</a> veröffentlicht.



# Mitteldistanz 30.09.23



# Langdistanz 1.10.23



<b>MD / 30.09.2023 / Lac Retaud</b>					
Catégorie	Km	Dénivelé	Postes	Arrivée	Echelle
H10	1,79	25	8	2	1:10'000
H12	2,48	95	13	2	1:10'000
H14	2,85	125	14	1	1:10'000
H16	3,47	130	16	1	1:10'000
H18	3,34	155	15	1	1:10'000
H20	3,69	175	20	1	1:10'000
HE	4,08	245	21	1	1:10'000
HAL	3,69	170	16	1	1:10'000
HAM	2,82	110	15	1	1:10'000
HAK	2,45	60	12	1	1:7'500
HB	2,68	90	12	1	1:10'000
H35	3,41	140	16	1	1:10'000
H40	3,64	150	15	1	1:10'000
H45	3,58	150	15	1	1:10'000
H50	3,69	135	16	1	1:7'500
H55	3,59	135	16	1	1:7'500
H60	3,33	90	16	1	1:7'500
H65	2,84	125	13	1	1:7'500
H70	2,73	80	13	1	1:7'500
H75	2,26	85	14	1	1:7'500
H80	2,03	30	11	1	1:7'500
H85	2,03	30	11	1	1:7'500
D10	1,66	25	7	2	1:10'000
D12	2,30	50	11	2	1:10'000
D14	2,68	90	12	1	1:10'000
D16	3,01	95	15	1	1:10'000
D18	2,60	115	12	1	1:10'000
D20	3,19	135	14	1	1:10'000
DE	3,69	140	15	1	1:10'000
DAL	2,89	140	13	1	1:10'000
DAM	2,09	115	11	1	1:10'000
DAK	1,91	40	9	1	1:7'500
DB	2,01	80	11	1	1:10'000
D35	2,60	115	12	1	1:10'000
D40	2,87	110	12	1	1:10'000
D45	2,87	110	12	1	1:10'000
D50	2,98	85	15	1	1:7'500
D55	2,70	75	12	1	1:7'500
D60	2,64	70	14	1	1:7'500
D65	2,44	55	12	1	1:7'500
D70	2,07	45	12	1	1:7'500
D75	1,77	30	9	1	1:7'500
D80	1,77	30	9	1	1:7'500
OL	2,97	130	14	1	1:10'000
OM	2,01	80	11	1	1:10'000
OK	2,30	50	11	2	1:10'000
OS	1,66	25	7	2	1:10'000

LD / 01.10.2023 / Isenau					
Catégorie	Km	Dénivelé	Postes	Arrivée	Echelle
H10	2,39	40	11	1	1:10'000
H12	3,51	120	13	1	1:10'000
H14	4,96	210	14	1	1:10'000
H16	6,28	350	17	1	1:15'000
H18	7,21	420	16	1	1:15'000
H20	9,45	580	22	1	1:15'000
HE	11,68	840	25	1	1:15'000
HAL	8,18	580	18	1	1:15'000
HAM	5,84	320	14	1	1:10'000
HAK	3,91	140	11	1	1:7'500
HB	4,75	200	13	1	1:10'000
H35	5,96	380	13	1	1:10'000
H40	6,24	360	12	1	1:10'000
H45	6,22	340	14	1	1:10'000
H50	5,91	340	14	1	1:7'500
H55	5,97	330	13	1	1:7'500
H60	5,64	290	15	1	1:7'500
H65	5,12	270	12	1	1:7'500
H70	4,91	200	11	1	1:7'500
H75	3,96	190	12	1	1:7'500
H80	2,87	100	11	1	1:7'500
H85	2,55	70	10	1	1:7'500
D10	2,39	40	11	1	1:10'000
D12	3,25	100	12	1	1:10'000
D14	4,28	200	11	1	1:10'000
D16	5,16	270	13	1	1:15'000
D18	6,01	350	14	1	1:15'000
D20	6,73	360	16	1	1:15'000
DE	9,35	640	22	1	1:15'000
DAL	6,55	380	16	1	1:15'000
DAM	5,05	240	12	1	1:10'000
DAK	3,20	120	10	1	1:7'500
DB	3,89	150	12	1	1:10'000
D35	5,23	230	12	1	1:10'000
D40	5,63	260	13	1	1:10'000
D45	5,45	260	12	1	1:10'000
D50	5,01	260	11	1	1:7'500
D55	4,89	240	12	1	1:7'500
D60	4,64	200	11	1	1:7'500
D65	4,00	200	12	1	1:7'500
D70	3,40	150	11	1	1:7'500
D75	2,65	70	10	1	1:7'500
D80	2,49	70	10	1	1:7'500
OK	2,38	40	10	1	1:10'000
OM	2,73	90	11	1	1:10'000
OL	4,87	220	12	1	1:10'000
OS	2,03	40	11	1	1:10'000