

Vorschlag (Anpassungen in rot) WO 42 Abs 1

Kommission Technik
 Reiserstrasse 75
 4600 Olten

Alters-Gruppe	Vollständige Bezeichnung	Kurzform	Alter	Meisterschaften	Nat OL	Reg. OL	Richtzeit in Min. Lang	Richtzeit in Min. Mittel	Richtzeit in Min. Sprint	orientierungstechnische Anforderungen
für Läufer bis 20 Jahre	Knaben 10	H10	-10	O	O	O	10 - 20	10 - 15	10 - 15	■
	Knaben 12	H12	-12	X	X	O	25 - 35	15 - 20	10 - 15	■■
	Knaben 14	H14	-14	X	X	O	35 - 45	20 - 25	10 - 15	■■■
	Junioren 16	H16	-16	X	X	O	45 - 55	25 - 30	10 - 15	■■■■
	Junioren 18	H18	-18	X	X	O	55 - 65	25 - 30	10 - 15	■■■■■
	Junioren 20	H20	-20	X	X	O	65 - 80	30 - 35	10 - 15	■■■■■■
ohne Altersbeschränkung	Herren Elite	HE	Frei	X	X	(O)	70 - 100	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Herren A lang	HAL	Frei	X	X	O	65 - 80	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Herren A mittel	HAM	Frei	X	X	O	50 - 60	25 - 30	10 - 15	■■■■■■■
	Herren A kurz	HAK	Frei	X	X	O	30 - 40	20 - 25	10 - 15	■■■■■■■
	Herren B	HB	Frei	X	X	O	45 - 55	25 - 30	10 - 15	■■■■■
für Läufer ab 35 Jahren	Senioren 35	H35	35-	X	X	O	50 - 60	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Senioren 40	H40	40-	X	X	O	50 - 60	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Senioren 45	H45	45-	X	X	O	50 - 60	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Senioren 50	H50	50-	X	X	O	50 - 60	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Senioren 55	H55	55-	X	X	O	50 - 60	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Senioren 60	H60	60-	X	X	O	50 - 60	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Senioren 65	H65	65-	X	X	O	50 - 60	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Senioren 70	H70	70-	X	X	O	50 - 60	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Senioren 75	H75	75-	X	X	O	45 - 55	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Senioren 80	H80	80-	X	X	O	40 - 50	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Senioren 85	H85	85-	X	X	O	40 - 50	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
für Läuferinnen bis 20 Jahre	Mädchen 10	D10	-10	O	O	O	10 - 20	10 - 15	10 - 15	■
	Mädchen 12	D12	-12	X	X	O	25 - 35	15 - 20	10 - 15	■■
	Mädchen 14	D14	-14	X	X	O	35 - 45	20 - 25	10 - 15	■■■
	Juniorinnen 16	D16	-16	X	X	O	45 - 55	25 - 30	10 - 15	■■■■
	Juniorinnen 18	D18	-18	X	X	O	55 - 65	25 - 30	10 - 15	■■■■■
	Juniorinnen 20	D20	-20	X	X	O	65 - 80	30 - 35	10 - 15	■■■■■■
ohne Altersbeschränkung	Damen Elite	DE	Frei	X	X	(O)	70 - 100	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Damen A lang	DAL	Frei	X	X	O	65 - 80	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Damen A mittel	DAM	Frei	X	X	O	50 - 60	25 - 30	10 - 15	■■■■■■■
	Damen A kurz	DAK	Frei	X	X	O	30 - 40	20 - 25	10 - 15	■■■■■■■
	Damen B	DB	Frei	X	X	O	45 - 55	25 - 30	10 - 15	■■■■■
für Läuferinnen ab 35 Jahren	Senioreninnen 35	D35	35-	X	X	O	50 - 60	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Senioreninnen 40	D40	40-	X	X	O	50 - 60	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Senioreninnen 45	D45	45-	X	X	O	50 - 60	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Senioreninnen 50	D50	50-	X	X	O	50 - 60	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Senioreninnen 55	D55	55-	X	X	O	50 - 60	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Senioreninnen 60	D60	60-	X	X	O	50 - 60	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Senioreninnen 65	D65	65-	X	X	O	50 - 60	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Senioreninnen 70	D70	70-	X	X	O	50 - 60	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
	Senioreninnen 75	D75	75-	X	X	O	45 - 55	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■
Senioreninnen 80	D80	80-	X	X	O	45 - 55	30 - 35	10 - 15	■■■■■■■	

WO Art. 43 Abs 1

Alters-Gruppe	Vollständige Bezeichnung	Kurzform	Summe des Alters aller drei Läufer	Alter	Staffel	Team		Richtzeit in Minuten Staffel	Richtzeit in Minuten Team	orientierungs-technische Anforderungen
für Läufer bis 18 Jahre	Knaben 10	H10		-10	-	O	-	-	20 - 30	■
	Knaben 12	H12		-12	X	X	90 - 120	30 - 40	■■	
	Knaben 14	H14		-14	X	X	105 - 135	35 - 45	■■■	
	Junioren 16	H16		-16	X	X	120 - 150	45 - 55	■■■■	
	Junioren 18	H18		-18	X	X	135 - 165	55 - 65	■■■■■	
ohne Altersbeschränkung	Herren Elite	HE		Frei	X	X	140 - 170	70 - 90	■■■■■■■	
	Herren A kurz	HAK		Frei	X	X	105 - 135	45 - 55	■■■■■■■	
für Läufer ab 35 / 45 / 55 / 65 Jahren	Senioren 120	H120	120-	35- *)	X	X	135 - 165	50 - 60	■■■■■■■	
	Senioren 150	H150	150-	45- *)	X	X	135 - 165	50 - 60	■■■■■■■	
	Senioren 180	H180	180-	55- *)	X	X	135 - 165	50 - 60	■■■■■	
	Senioren 210	H210	210-	65- *)	X	X	135 - 165	45 - 55	■■■■	
für Läuferinnen bis 18 Jahre	Mädchen 10	D10		-10	-	O	-	20 - 30	■	
	Mädchen 12	D12		-12	X	X	90 - 120	30 - 40	■■	
	Mädchen 14	D14		-14	X	X	105 - 135	35 - 45	■■■	
	Junioreninnen 16	D16		-16	X	X	120 - 150	45 - 55	■■■■	
	Junioreninnen 18	D18		-18	X	X	135 - 165	55 - 65	■■■■■	
ohne Altersbeschränkung	Damen Elite	DE		Frei	X	X	140 - 170	70 - 90	■■■■■■■	
	Damen A kurz	DAK		Frei	X	X	105 - 135	45 - 55	■■■■■■■	
für Läuferinnen ab 35 / 45 / 55 / 65 Jahren	Senioreninnen 120	D120	120-	35- *)	X	X	135 - 165	50 - 60	■■■■■■■	
	Senioreninnen 150	D150	150-	45- *)	X	X	135 - 165	50 - 60	■■■■■■■	
	Senioreninnen 180	D180	180-	55- *)	X	X	135 - 165	50 - 60	■■■■■	
	Senioreninnen 210	D210	210-	65- *)	X	X	135 - 165	45 - 55	■■■■	

- Legende: X = muss ausgeschrieben werden
O = darf ausgeschrieben werden
(O) = darf nur mit Bewilligung der Kommission Technik ausgeschrieben werden
■ = eine Anforderungsstufe
*) = Mindestalter jedes Läufer Team

Für die SOM ist das Mindestalter ab D/H120, je Läufer, 35 Jahre oder älter.

Abs 2 Sprint-Staffelmeisterschaften

Altersgruppe	Vollständige Bezeichnung	Kurzform	Summe des Alters aller vier Läufer	Alter	Staffelzusammensetzung	Richtzeit in Min. Staffel	Orientierungstechnische Anforderungen
Für Läufer*innen bis 16 Jahre	Junioren*innen 16	SS16	-	-16	2 Damen 2 Herren	48'	■■■■■
Ohne Altersbeschränkung	Elite	SSE	-	Offen	2 Damen 2 Herren	48'	■■■■■■■
	A	SSA	-	Offen	2 Damen 2 Herren	48'	■■■■■■■
Für Läufer*innen ab 40 Jahren	Senioren*innen 40	SS40	-	40-	2 Damen 2 Herren; 1-Dame kann durch einen H60-Läufer ersetzt werden.	48'	■■■■■
Für Läufer*innen ab 60 Jahren	Senioren*innen 60	SS60	-	60-	2 Damen 2 Herren; 1-Dame kann durch einen H75-Läufer ersetzt werden.	48'	■■■■■

Die Staffeln bestehen aus zwei Damen und zwei Herren (Streckenabfolge D-H-H-D). ~~Die Ausnahme bei den SeniorInnen SS40 und SS60 ist zu beachten.~~

Olten, 2. Dezember 2022

Stefan Schlatter
Berechtleiter Technik