

# Checkliste für Kartentrainings der OLG Stäfa

Herzlichen Dank, dass du dich für die Organisation und Durchführung eines Trainings der OLG Stäfa bereit erklärt hast. Beiliegend findest du alle wichtigen Informationen.

## 1 Trainingsform / Bahnlänge

- Die **Trainingsform** ist passend zu den Wettkämpfen der OL-Saison vorgegeben. Falls du Fragen zur Form hast, wende dich bitte frühzeitig an den Chef Training.
- Achte bitte darauf, dass das Training auf **zwei Niveau-Stufen** (mittel und schwierig) und ca. **drei Distanzen** (ca. 3.5, 5.0 und 7.5 Lkm) möglich ist.
- Zusätzlich solltest du ca. **10 einfache Posten** für die Einsteiger auf Leitlinien resp. in deren Sichtweite setzen (Leitlinie: klare Linie wie Weg, Bach, Waldrand, etc.).

## 2 Sperrgebiete / Schiessen

- Bitte unbedingt Sperrgebiete (gemäss verteilten Kopien des Kartenchefs) in der Karte einzeichnen, sowie Schiesszeiten eines im Laufgebiet liegenden Schiessplatzes beachten (Info über Gemeinde oder Internet besorgen).
- Gefährliche Strassenübergänge auf Karte kennzeichnen.

## 3 Karten / Bahnlegung / Kartendruck

- 5 - 10 Karten (oder das OCAD-File) für die Bahnlegung erhältst du mit dieser Checkliste vom Chef Training.

### 3.1 Training mit bereits vorhandenen, gedruckten Karten

- Falls im Voraus feststeht, dass das Training mit gedruckten Karten stattfindet, die bereits an Lager sind, werden dir Karten in ausreichender Anzahl ausgeliefert. (Die Nachwuchstrainer erhalten in diesem Fall für die Vorbereitung genügend leere Karten spätestens 10 Tage vor dem Training.)
- Die Trainingsunterlagen (Postennetz und Bahnen) müssen spätestens zwei Wochen vor dem Training dem Chef Nachwuchs zugestellt werden. Dies geschieht am besten als Scan (JPG oder PDF) per E-Mail, ist aber auch in Papierform per Post möglich.
- Der Chef Nachwuchs verteilt die Postennetz- resp. Bahnen-Karten - in der Regel elektronisch - an die Nachwuchs-Trainer weiter.

### 3.2 Training auf Spezialkarten

- Karten für Trainings auf Kartenausschnitten, auf reduzierten Karten (z.B. Weglassen von Wegen), auf Karten mit speziellem Massstab oder mit Kartenkorrekturen (Sperrgebiete, neue Wege) müssen spätestens drei Wochen vor dem Training bei Jürg Hindermann (Kartenchef) bestellt werden.

### 3.3 Training mit Bahnlegung auf OCAD

- Falls das Training auf einer Karte stattfindet, welche extra fürs Training gedruckt wird, drängt sich die Bahnlegung mittels OCAD auf. Kartendruck und Bahneindruck sind so in einem Arbeitsgang möglich. Die unter 3.2. genannten Manipulationen an der Karte sind ebenfalls möglich.
- Bitte die OCAD-Files mit den Bahnen und der verwendeten Karte bis spätestens zwei Wochen vor dem Training dem Chef Nachwuchs und Markus Rutz (Kartendruck) mailen.
- Wer technische Unterstützung braucht, meldet sich noch früher bei Jürg Hindermann (Kartenchef) oder bei Markus Rutz (Kartendruck).

## 4 Posten / Material

- Die Trainingsposten werden in der Regel von Trainingsorganisator zu Trainingsorganisator weitergegeben. Sollte dies nicht möglich sein, holt der Trainingsorganisator die Posten bei der Materialstelle (Telefonnummer und E-Mail im Kapitel 11) ab und bringt diese so schnell wie möglich wieder dorthin zurück.
- Falls Du mehr oder anderes Material (Materialliste siehe separates Dokument) benötigst, bestellst du dieses bitte bis spätestens 2 Wochen vor dem Training bei der Materialstelle, [material@olgstaefa.ch](mailto:material@olgstaefa.ch).
- Chläus und Eri Hugger beraten dich gerne bezüglich vorhandenem Material.

## 5 SPORTident

- Bei wettkampfmässigen Trainings (Sprints, Mitteldistanz, Schlaufen-OL usw.) ist der Einsatz von SPORTident erwünscht. Setze dich bitte frühzeitig mit Beat Kuster, [sportident@olgstaefa.ch](mailto:sportident@olgstaefa.ch) zwecks Reservation und allfälliger kurzer Einführung in Verbindung. Beachte, dass 31 SPORTident-Posteneinheiten und ebenso viele Trainingsposten mit SI-Halterungen zur Verfügung stehen.

## 6 Postenbeschreibung

- Trainings immer mit **Postenbeschreibung** vorbereiten. Diese sind für ein genaues Anlaufen des Postens wichtig und müssen im Training auch geübt werden können.
- Die Postenbeschreibung bei der PÜST<sup>1</sup> zum Abschreiben zur Verfügung stellen.

## 7 Besammlung / Trainingsbeginn

- Karten und PÜST müssen **spätestens um 18:15 Uhr** bereit sein. Alle Posten müssen dann gesetzt sein.
- Besammlung zum Training ist um 18:15 Uhr. Der Trainingsorganisator muss dann für Informationen bereit sein.
- Trainingsbeginn ist um 18:30 Uhr.

## 8 Anwesenheitskontrolle

- Eine Anwesenheitskontrolle wird nur für den Nachwuchs geführt.

---

<sup>1</sup> PostenÜbertragungsSTelle = PÜST

## 9 Kartenrückgabe

Nicht verwendete Karten nach dem Training an die Kartenverkaufsstelle retournieren.

## 10 Weitere Fragen?

Chef Training / Chef Nachwuchs: Urs Tschamper

Kartenchef: Jürg Hindermann

Kartendruck und -auslieferung: Susanna und Mäk Rutz

## 11 Adressliste

Funktion	Name	Adresse	Tel-Nr	eMail-Adresse
Chef Training / Nachwuchs	Tschamper Urs	Breitacher 1, Hombi	055 244 22 22 079 320 97 78	<a href="mailto:klubtraining@olgstaefa.ch">klubtraining@olgstaefa.ch</a>
Chef Karten	Hindermann Jürg	Sunnentalstr. 8B, Wolfhausen	055 243 46 47 044 938 66 27	<a href="mailto:kartenchef@olgstaefa.ch">kartenchef@olgstaefa.ch</a>
NW / Kartendruck	Rutz Markus	Rainstr. 45, Stäfa	044 796 41 66 044 928 30 60	<a href="mailto:markus.rutz@bluewin.ch">markus.rutz@bluewin.ch</a>
NW / Kartenverkauf	Rutz Susanna	Rainstr. 45, Stäfa	044 796 41 66	<a href="mailto:karten@olgstaefa.ch">karten@olgstaefa.ch</a>
NW	Brechbühl Cristina	Eichwiesstr. 49B, Hombi	055 244 30 91	<a href="mailto:cristina.brechbuehl@gmx.ch">cristina.brechbuehl@gmx.ch</a>
NW	Zürcher Eveline	Unt. Heslibachstr. 50, Küsnacht	044 910 03 38	<a href="mailto:evezue@yahoo.com">evezue@yahoo.com</a>
Nachwuchs	ganzes Team			<a href="mailto:nachwuchs@olgstaefa.ch">nachwuchs@olgstaefa.ch</a>
Material (Posten u.a.)	Huggler Eri	Willikonerstr. 1, Oetwil a. S.	044 929 14 69	<a href="mailto:material@olgstaefa.ch">material@olgstaefa.ch</a>
Material SPORTident	Kuster Beat	Widmen 4, Hombi	055 244 39 30	<a href="mailto:sportident@olgstaefa.ch">sportident@olgstaefa.ch</a>

**Nochmals herzlichen Dank für Deinen tollen Einsatz und viel Spass!**