

Individuelles **OL** Wintertraining ohne Wintercup-Wertung

- Wann: Jederzeit, ab sofort bis voraussichtlich Ende Februar 2018
- Ort: Die Haard, Wanderparkplatz am Herzogstal (N 51.72537, E 007.19369)
45721 Haltern-Bossendorf, Herzogsweg
- Konzept: Die Miniposten Holz-Armee ist wieder ausgerückt. Zwölf Posten warten mit laminierten iOrienteering QR-Codes auf euren Besuch für einen Score-OL.
- Vorbereitung: (zu Hause) Ladet die kostenlose App "iOrienteering" aus dem Google Play Store oder aus dem Apple Store aufs Mobiltelefon. Windows-Phone = Pech gehabt. Startet die App und scannt folgenden QR-Code "Wintertraining Herzogstal":



Course : Wintertraining Herzogstal

Scan this QR to load the course into the App



5*5 cm Holzposten

Ablauf:



Tafel - Rückseite beachten!

Start und Ziel befinden sich an der Info-Tafel, direkt am Parkplatz. Unten auf der Rückseite der Tafel findet Ihr die drei QR-Codes "Course", Start und Ziel. Startet die App. Der Course "Wintertraining Herzogstal" muss angezeigt werden. Falls nicht, einfach nochmal scannen. Erst danach könnt ihr beginnen, und zwar mit dem Scannen des Start-QR-Codes. Ab dann läuft die Zeit (Siehe Display). Die Posten können in beliebiger Reihenfolge angelaufen werden und jedes Mal ist der QR-Code in gleicher Weise zu scannen. Zurück am Parkplatz wird die Zeit mit dem Stempeln des Ziel-QR's angehalten. Es ist nicht notwendig, alle Posten anzulaufen und man kann auch "einfach so", also ohne Mobiltelefon laufen. Die kleinen Posten sind mit dem QR-Code eigentlich gut zu erkennen, wenn man an der richtigen Stelle ist. Meistens sind sie an Bäumen in Kniehöhe befestigt. Die Codenummern (101-112) könnt Ihr an den QR-Codes (unten) überprüfen. Die Beschriftungen auf den Holzposten sind hier irrelevant. Noch eine große Bitte: Lasst die Posten exakt dort stehen, wo sie sind.

Nachbereitung:

Ich würde mich freuen, wenn Ihr Eure Laufdaten später hochladen würdet. Dann hätte ich eine Rückmeldung, ob das Training angenommen worden ist und vor allem praxistauglich ist. Oder ihr schreibt mir eine Email mit euren Erfahrungen. Sollte ein Posten gar nicht aufzufinden sein, gebt mir bitte eine Info darüber.

Homepages:

Weitere Infos zu iOrienteering gibt's hier: www.iorienteering.com
Die OL-Karte als pdf findet ihr zum Ausdrucken auf der Adler-Winter-OL Seite.

Das wichtige, Kleingedruckte:

Den Bossendorfer Damm nur an Unterführungen bzw. der Brücke queren!!!
Ihr lauft eigenverantwortlich, wie immer. Viel Spaß wünscht Euch Christian!