



**Samstag, 30. Mai 2015**  
**Mitteldistanz**

**Sonntag, 31. Mai 2015**  
**Langdistanz (SM)**

**Veranstalter**  
**Besammlng**  
**Anreise ÖV**

**Anreise Auto**

**Bahnlegung**  
**Kontrolle**  
**Besammlng**  
**Startzeiten**

**OLG Dachsen**

Primarschulhaus in 8463 Benken ZH  
S33 bis Marthalen (an der Linie Winterthur - Schaffhausen)  
mit Bike in 15' zum Schulhaus  
N4 Winterthur - Schaffhausen, Ausfahrt Benken, PP beim Schulhaus

Hansruedi Kohler  
Käthi Kohler  
12.15 Uhr - 14.15 Uhr  
13.00 Uhr - 15.00 Uhr

Sabrina Meister  
Roland Meister  
09.15 - 11.15 Uhr  
10.00 - 12.00 Uhr

<b>Karte</b>	Bike-OL Karte Ellikerholz 1:15'000, Format A4/A3, Stand 2015	Bike-OL Karte Cholfirst
<b>Bahnen</b>	Die Bahnen sind eingedruckt. Abgabe der Karte 1' vor dem Start Mitteldistanz, feste Postenreihenfolge, zum Teil mit Skoreteil	Langdistanz, feste Postenreihenfolge
<b>Zeitmesssystem</b>	SPORTident Air+ Touchfree-System, SI-Cards werden abgegeben.	
<b>Startliste</b>	freie Startreihenfolge	Kategorien DE / HE nach Startliste
<b>Dopingbestimmungen</b>		An der Bike-OL SM darf in den Kategorien DE, HE, D20 und H20 nur starten, wer unterschriftlich bestätigt hat, dass er/sie von Dopingbestimmungen Kenntnis genommen hat.
<b>Anmeldung</b>	auf <a href="http://entry.picotiming.ch">http://entry.picotiming.ch</a>	
<b>Meldeschluss</b>	Montag, 25. Mai 2015	
	Nachmeldungen am Lauftag möglich, Zuschlag CHF 5.--	
<b>Startgeld</b>	Jg. 1995 u. jünger CHF 13.00 Jg. 1994 u. älter CHF 20.00	Jg. 1995 u. jünger CHF 15.00 (SM) Jg. 1994 u. älter CHF 22.00 (SM)
<b>Ausrüstung</b>	Bike oder robustes Velo (Rennvelos sind ungeeignet) mit gültiger Vignette. Das Tragen eines Velohelms ist obligatorisch.	
<b>Versicherung</b>	Kartenhalter können für CHF 6.00 pro Tag gemietet werden (solange Vorrat). eine ausreichende Versicherung ist Sache der Teilnehmer. Der Veranstalter lehnt soweit gesetzlich zulässig für sich und seine Hilfspersonen jede Haftung ab.	
<b>Regeln /Fairplay</b>	Die auf der Karte eingezeichneten Wege dürfen nicht verlassen werden. Auf andere Waldbenützer ist Rücksicht zu nehmen Die Verkehrsregeln sind einzuhalten. Das Bike muss immer mitgeführt werden. Das Nichteinhalten dieser Regeln hat die Disqualifikation zur Folge.	
<b>Auskunft</b>	Sabrina Meister, 078 619 61 56, <a href="mailto:meister.sabrina@bluewin.ch">meister.sabrina@bluewin.ch</a>	

Kategorien	Alter	SA Richtzeit Sieger (Min.)	SO Richtzeit Sieger (Min.)	Bahn
<b>DAMEN</b>				
D14	Jg. 2001 u. jünger	30	60	F
D17	Jg. 1998 u. jünger	30	60	E
D20	Jg. 1995 u. jünger	40	75	C
DAL / DE	Alter frei	45	90	B
DAK	Alter frei	40	75	D
D40	Jg. 1975 u. älter	40	75	D
D55	Jg. 1960 u. älter	30	60	E
<b>HERREN</b>				
H14*	Jg. 2001 u. jünger	30	60	E
H17	Jg. 1998 u. jünger	40	75	C
H20	Jg. 1995 u. jünger	45	90	B
HAL / HE	Alter frei	55	105	A
HAK	Alter frei	40	75	C
H40	Jg. 1975 u. älter	45	90	B
H50	Jg. 1965 u. älter	40	75	C
H60	Jg. 1955 u. älter	40	75	D
H70	Jg. 1945 u. älter	30	60	E
OL	Alter frei	40	75	D
OM	Alter frei	30	60	E
OK	Alter frei	30	60	F

\* Jüngeren Knaben und Neulingen wird empfohlen, die Bahn F in der Kategorie Offen kurz (OK) zu fahren.

### Was ist Bike-OL?

Bike-OL oder englisch „Mountainbike-Orienteeing“ (MTBO) ist eine Orientierungsfahrt auf Strassen und Wegen mit dem Velo. Am Start erhält man eine spezielle Karte mit eingezeichneten Posten. Damit ist in möglichst kurzer Zeit eine bestimmte Anzahl Posten - meistens in vorgegebener Reihenfolge - anzufahren.

Die Posten sind einfach zu finden, stehen sie doch immer an einem Pfad oder Weg. Die Faszination beim Bike-OL liegt darin, die schnellste Route zwischen den einzelnen Posten zu wählen, ohne die eingezeichneten Strassen und Wege zu verlassen.

Bike-OL ist eine Plausch- und Abenteuersportart für die ganze Familie und ist für alle geeignet, denn man wählt sein eigenes Tempo.

Bike-OL braucht keine teure Spezialausrüstung. Benötigt werden lediglich ein Mountainbike oder ein robustes Velo (Rennvelos sind nicht geeignet) sowie ein Helm (obligatorisch). Drehbare Kartenhalter können an den Anlässen gemietet werden.

### Was ist der Bike-OL Swiss Cup?

Der Bike-OL Swiss Cup umfasst alle nationalen Bike-OL Anlässe in der Schweiz.

Im 2015 sind es 9 Rennen. In jeder Kategorie (ausser Kat. Offen) wird ein Ranking geführt. Für das Gesamtklassement jeder Kategorie zählen am Saisonende die 5 besten Resultate.

Weitere Infos über Bike-OL gibt es im Internet unter <http://www.mtbo.weebly.com> oder [www.swiss-orienteeing.ch](http://www.swiss-orienteeing.ch)