

Wir wollen den Herbst und Winter für die Verbesserung unserer O-Technik nützen. Dazu werden wir uns wieder zu regelmäßigen OL-Trainings treffen, wo spezifische Orientierungstechniken geübt werden.
Heuer werden wir uns besonders der TEMPOKONTROLLE widmen. (z.B. Ampelsystem, Ablaufpunkt, etc.)

Das Training wird für drei Gruppen gestaltet:

- 1) Leistungsorientierte (Jugendliche und Erwachsene)
- 2) Normal/Spaß-OLer (Senioren, Hobby Läufer)
- 3) Neulinge und Kinder

Das Training findet bei jedem Wetter statt! Daher unbedingt Wechselkleidung (= Socken, Unterwäsche, Pullover, Haube) und Schuhe für nachher mitnehmen. Bitte wenn vorhanden, Kompass, Folie und wasserfesten Stift mitbringen. **Uhr mitnehmen!**

Das Training ist für **Vereinsmitglieder** eines ASKÖ OL-Vereins und für **alle Wiener Schüler/Jugendliche** (mit und ohne Vereinsmitgliedschaft) gratis. Für erwachsene OL-Anfänger ist ein Probetraining gratis. Bei Gästen freuen wir uns über eine kleine Spende für die Trainingsvorbereitung, Karte etc. **Bringt Eure Freunde mit!**

Treffpunkt: 10:45 jeweils Samstag um 11.00 Uhr (pünktlich) geht es los

Termin	Treffpunkt	Übungsform	Leitung	Tel.
10.01.2015	Perchtoldsdorf, W-Ende Hyrtlallee Treffpunkt 10.1. Hyrtlallee West-Ende Postbus bis Sportzentrum (dann 500m) Keinesfalls vor Hauseinfahrten parken!!	Grob/Fein-Orientierung	Wolfgang Pietsch	0664 1529481
17.01.2015	1190; Sieveringer Straße/Höhenstraße Griaß-di-a-Gott Wirt Treffpunkt 17.1. Griaßdiagott Wirt Autobus 43A	Ampel-OL	Wolfgang Siegert	0660 5441179
24.01.2015	1170; Höhenstraße Parkplatz "oberhalb Waldandacht" erster Parkplatz rechts nach der Waldandachtsiedlung (vom Süden kommend) 48.254509,16.2782735 Treffpunkt 24.1. P oberhalb Waldandacht Autobus 43A Station obere Waldandacht und dann kurzes Stück zu Fuß	Strukturieren im steilen Gelände	Ernst Bonek	0664 2098480
31.01.2015	Semesterferien kein Training			
07.02.2015	Semesterferien kein Training			

Ferri Gassner, Naturfreunde Wien – OL, www.nfwien-ol.at

Die Veranstalter übernehmen keinerlei Haftung für auftretende Schäden jedweder Art, auch nicht gegenüber dritten Personen.
Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr.