

## Informationen Zentralschweizer OL-Training 8

**Wann:** Samstag, 10. November 2018, 13.30-15.30 Uhr. 1. Massenstart um 14 Uhr.

**Wo:** Karte Steinhauserwald (Kt. Zug), 1:10'000, Stand April 2018

**Form:** Staffeltraining mit 2 Starts, jeder mit einer eigenen Bahn, Sportident Air

1. Start: Massenstart
2. Start: Jagdstart für die ersten LäuferInnen der 1. Schlaufe, alle mit mehr als 3' Rückstand starten im Massenstart

**Bahndaten:** Beide Schlaufen: lang: 3 - 3.3 km, 100 m Steigung  
kurz: ca. 2.3 km, 65 m Steigung  
mittel: dazwischen

**Organisation/Fragen:** [coni.mueller@datazug.ch](mailto:coni.mueller@datazug.ch) 079 734 89 41 / [koepfli\\_adrian@gmx.ch](mailto:koepfli_adrian@gmx.ch) 079 385 91 45

**Anmeldung:** bis Sonntag, 4. November, 20.00 Uhr auf [training.zsolv.ch](http://training.zsolv.ch) mit Angabe der Bahn kurz, mittel, lang

**Besammlung:** **Steinhauserwaldhütte** 13.30 – 13.40 Uhr.

PP bei der Hütte und an der Strasse nordöstlich der Hütte, siehe Kroki

Start und Ziel beim Waldsee (600 m, ab Waldhütte markiert)

Getränk und Kleider zum sich Warmhalten mitnehmen

1. Massenstart um 14 Uhr
2. Massenstart um ca. 14.40 Uhr



Koordinaten Besammlung:

<a href="#">CH1903+ / LV95</a>	<a href="#">2'679'900.6, 1'228'941.6</a>
<a href="#">CH1903 / LV03</a>	679'899.80, 228'941.74
<a href="#">WGS 84 (lat/lon)</a>	47.20659, 8.49326
	47°12'23.709"N 8°29'35.745"E
<a href="#">UTM</a>	461'624, 5'228'246 (zone 32T)
<a href="#">MGRS</a>	32TMT 61624 28246
<a href="#">what3words</a>	meinen.kennt.gesundes
Höhe	486.3 m
	<a href="#">Link mit Fadenkreuz</a>



Nach dem Lauf: **Duschen möglich** im Schulhaus Feldheim in Steinhausen.

Für alle, die nach dem Training direkt ans O-Fest in Pfäffikon (ZH) gehen.

Ich freu mich auf ein spannendes Staffeltraining!

Die ersten 3 Zesolnak-AthletInnen erhalten einen Gratisstart am 12. Zuger Samichlaus-OL vom 8. Dez.  
- im gleichen Wald - mit Chlaus-Säckli!

Coni Müller