

RAIFFEISEN

Raiffeisenbank Aarau-Lenzburg

Kölliker-OL

Lauf der Aargauer Schüler- und
Jugendmeisterschaft (ASJM), McDonald's Cup



Sonntag, 11. Oktober 2020

Weisungen	Allfällige Änderungen vorbehalten. Bitte vor dem Lauf die aktuellste Version auf https://olgkoelliken.ch/koelliker-ol-2020/ beachten
COVID-19	Wir setzen auf die Eigenverantwortung aller Teilnehmerinnen und Teilnehmer und erwarten, dass die Anweisungen in unserem Schutzkonzept (siehe separates Dokument) sowie die Abstandsregeln eingehalten werden. Um Ansammlungen zu vermeiden, gibt es für die regulären Kategorien (ohne Offen und Familie) eine Voranmeldung.
Laufleitung	Hansruedi Häny, Hauptstrasse 11, 5742 Kölliken Auskunft: 079 606 66 22, hrhaeny@pop.agri.ch
Bahnlegung / Kontr.	Samuel Bolliger / Michael Lehmann
Karte	Kölliker Tann 1:10'000, aktualisiert Frühling 2020
Kategorien	Gemäss WO (ohne DE/HE/D20/H20) Offen kurz, mittel, lang, sCOOL (für Anfänger geeignet, Gruppen möglich) Familie (min. 1 Erwachsener mit min. 1 Kind). Der erste Start als Familie wird von McDonald's gegen Vorlage des ausgefüllten Familiengutscheins unterstützt und ist kostenlos (siehe auch www.aolv.ch).
Startgeld	Jahrgänge 2001 und älter CHF 20.- Jahrgänge 2002 und jünger CHF 12.- Zusätzliche Karte CHF 5.-, Miete SI Card CHF 2.- Bezahlung im Voraus oder bei der Information
Anmeldung	Online via https://entry.picoevents.ch/ - (Anmelden und auf Startliste eintragen - Startfenster von 10.00 bis 14.30 Uhr) <ul style="list-style-type: none">• Meldeschluss: Montag, 5. Oktober• Nachmeldungen nur für Kategorien Familie und Offen möglich• Beschränkung auf 450 Startende (sofern durch die aktuellen COVID-19-Bestimmungen zugelassen).



Aargauer OL-Verband



www.uta.ch



Hauptstrasse 35, 5742 Kölliken
Telefon 062 723 82 43
dropa.koelliken@dropa.ch

Besammlung/WKZ	Schulanlagen Kölliken <ul style="list-style-type: none"> • geöffnet ab 08.45 Uhr • Zugangsregistration mit SI-Card (Miet-Cards werden dort abgegeben) • nach Startzeit markierte Sektoren in der Garderobe benutzen • Duschen stehen zu Verfügung (dürfen nicht als Garderobe genutzt werden) • Mutationen bei der Information • Festwirtschaft wird nach Startfeldsektoren aufgeteilt • beim Verlassen des Areals Ausgangsregistration mit SI-Card (Miet-Cards werden dort zurückgegeben)
Besonderes	Das erste Mal an einem OL? Melde dich beim Informationsstand und wir zeigen dir den Ablauf
Anreise ÖV	S28 Lenzburg – Zofingen bis Haltestelle Kölliken (wird mit Bus betrieben) 8 Minuten bis WKZ, Weg markiert
Anreise PW	Parkplätze markiert ab Kreisel Dorfzentrum Kölliken 3 Minuten bis WKZ, Weg markiert
Startzeiten	Fixe Startzeiten gemäss Startliste
WKZ - Ziel - Start	Ab Wettkampfbereich markiert. Distanz zum Ziel (Kleiderdepot) 800 m 40m Steigung 15 Minuten. Distanz vom Ziel zum Start 400 m, 10 m Steigung 6 Minuten.
Postenbeschreibung	Selbstbedienung bei der Registration/Information
Einlaufen	Am Waldrand beim Vorstart
Startablauf	Es stehen 3 Startschläuche zur Verfügung. Die Läufer werden gemäss Startliste eingeordnet. Bitte Weisungen der Starthelfer befolgen.
Startprozedere	-3 Min.: Vorstart, SI-Card löschen, Startraum betreten -2 Min.: Einordnen im Startschlauch -1 Min.: Konzentration aufbauen, D/H 10 und SCOOOL darf Karte nehmen -0 Min.: Startzeit an Starteinheit auslösen und Laufkarte aus Box nehmen
Verspätete Läufer	Melden sich beim Startpersonal und werden eingeordnet
Ziel	Zieleinheit stempeln
Zielschluss	16.00 Uhr
Zielverpflegung	Wasser



Aargauer OL-Verband



www.uta.ch



KIES · BETON · ELEMENTE



Fleisch und Feinkost



Hauptstrasse 35, 5742 Kölliken
Telefon 062 723 82 43
dropa.koelliken@dropa.ch

Auslesen	im Wettkampzentrum (auch Aufgebende). Suchaktionen gehen zu Lasten des Teilnehmers. Beim Anstehen die Abstände einhalten
Rangliste	https://results.picotiming.ch/
Kinder	es gibt keinen Kinderhort und keinen Kinder-OL
Verpflegung	Einfache Festwirtschaft im Wettkampzentrum
Versicherung	Ist Sache der Teilnehmer/innen Der Veranstalter lehnt soweit zulässig jede Haftung ab.

Streckendaten:

Kategorie	Länge	Steigung	Posten	Kategorie	Länge	Steigung	Posten
D10	2.3	50	12	H10	2.3	50	12
D12	2.8	60	11	H12	2.8	60	11
D14	3.6	110	13	H14	3.8	110	15
D16	4.9	150	14	H16	5.5	170	16
D18	6.4	250	17	H18	7.7	240	22
DB	3.6	110	13	HB	3.8	110	15
DAK	3.9	110	14	HAK	5.5	170	16
DAM	4.9	150	14	HAM	6.4	250	17
DAL	6.4	250	17	HAL	7.8	240	20
D35	6.0	160	17	H35	7.7	240	22
D40	5.6	180	18	H40	7.7	240	22
D45	5.6	180	18	H45	6.4	250	17
D50	4.3	130	13	H50	6.4	250	17
D55	4.3	130	13	H55	6.0	160	17
D60	3.9	110	14	H60	5.5	170	16
D65	3.9	110	14	H65	5.5	170	16
D70	3.6	110	13	H70	3.9	110	14
D75	3.0	80	12	H75	3.0	80	12
				H80	3.0	80	12
sCOOL	2.3	50	12	OK	2.8	60	11
OM	4.3	130	13	OL	6.0	160	17
FAM	2.8	60	11				



Aargauer OL-Verband

