

TRAININGS/WETTKÄMPFE

Trainings

Von März bis September bietet die OLG Suhr in Zusammenarbeit mit anderen Aargauer OL-Vereinen jeden Mittwoch ein OL-Training an. Starten kannst du ab 17 Uhr. Wo diese Trainings stattfinden, siehst du auf www.olg-suhr.ch. Die Trainings sind freiwillig. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Es gibt immer eine einfache OL-Bahn, welche für Anfänger geeignet ist. Für Tannliflitzer ist das Training gratis. Im Winter trainieren wir am Dienstag und Mittwoch in der Turnhalle "Feld" in Suhr. Die Trainings dauern von 18.20 - 19.55 Uhr.

McDonalds Cup—ASJM-Läufe

(Aargauer Schüler- und Jugendmeisterschaft)

Diese Läufe sind ideal für dich, wenn du noch nicht viele OL's gemacht hast. Du startest dort je nach Alter in einer andern Kategorie. Wann und wo die ASJM-Läufe stattfinden, siehst du auf dem Tannliflitzer-Programm. Brauchst du eine Mitfahrgelegenheit oder Betreuung für einen ASJM-Lauf? Melde dich bei einem der Tannliflitzer-Leiter

OL - Spass für die ganze Familie

Du kannst auch gerne deine Eltern an die OL's mitnehmen. An einem OL gibt es für jedes Alter und für jedes Können geeignete Kategorien. Ihr könnt auch zusammen in der Kategorie "Familie" starten.

KONTAKTADRESSEN

Tannliflitzer-Betreuung

Isabelle Schenkel
Hans Hässigstrasse 5a
5000 Aarau
Tel. 062 534 30 55
tannliflitzer@olg-suhr.ch

Adrian Lais
Dammweg 3
5102 Rapperswil
Tel. 062 897 43 50
adrian-lais@yetnet.ch

Ismael Röthlisberger
Delfterstrasse 40
5004 Aarau
Tel. 062 824 23 04
Ismael_roe@gmx.ch



Die OLG Suhr ist Mitglied bei
Prävention sexueller Ausbeutung im Freizeitbereich

OL – WAS IST DAS?

Orientieren + Laufen

OL braucht Köpfcchen (Orientieren) und schnelle Beine (Laufen). Mit Karte und Kompass versuchen wir die Posten in vorgegebener Reihenfolge auf der optimalen Route möglichst ohne Fehler anzulaufen. Jeder entscheidet selber, welchen Weg er von Posten zu Posten wählt. Je schneller unsere Beine über Wege, Bäche, Hügel oder durch Dickichte sprinten, desto eher sind wir beim nächsten Posten oder manchmal auch ein wenig daneben.



OL-Karten

Die OL-Karten sind Spezialkarten mit Massstab 1:10'000 oder 1:15'000 (1cm = 150m). Sie werden von unseren Klubmitgliedern hergestellt.



Neben dem Wegnetz und den Höhekurven enthalten OL-Karten auch detaillierte Informationen über die Vegetation, Belaufbarkeit und kleine Objekte wie Wurzelstöcke, Grenzsteine, Rinnen und Löcher.



OLG SUHR

Seit 1974 sind wir als OL-Verein im Raum Aarau, Suhrental, unteres Wynental und Erzbachtal tätig. Die OLG Suhr besteht aus rund 100 Mitgliedern im Alter von 8 bis 80 Jahren.

Die OLG Suhr organisiert jährlich den Suhrentaler OL und den Suhrer Schüler-OL. Gelegentlich führen wir auch Nationale OL's und Schweizermeisterschaften durch wie z.B. die Team-OL-Meisterschaft im Herbst 2012.

Unser Klubheftli "Futterkrippe" erscheint 4x im Jahr. Darin findest du Berichte von Vereinsnänsen, Infos über Trainings und Wettkämpfe und natürlich die News der Tannliflitzer. Möchtest du die "Futterkrippe" abonnieren? Melde dich bei einem der Tannliflitzer-Leiter.

Auf unserer Homepage www.olg-suhr.ch findest du weitere Informationen zu Trainings, Wettkämpfen, Klubnänsen und vieles mehr.



TANNLIFLITZER

1991 wurde die Jugendgruppe der OLG Suhr gegründet und zählt heute gut 30 Mitglieder im Alter von 8 bis 20 Jahren. Die Gruppe wird durch Isabelle Schenkel, Adrian Lais und Ismael Röthlisberger betreut.

Zusätzlich zu den Vereinsnänsen bieten wir dir ein spezielles Tannliflitzer-Programm. Dies umfasst neben OL in allen denkbaren Formen (Wettkämpfe, Weekends, Spezialtrainings, Lager etc.) auch andere Sportarten und spassige Ausflüge. Tradition haben z.B. das Minigolf- und Badminton-Turnier, die Velotour mit Bräteln, oder der alljährliche Überraschungstag.

WIE WERDE ICH EIN TANNLIFLITZER?

Fülle den beiliegenden Talon aus und schicke ihn an einen der Tannliflitzer-Leiter oder melde Dich via www.olg-suhr.ch Rubrik Nachwuchs online an.

Als Tannliflitzer hast du folgende Vorteile:

- ☺ Das erste Jahr ist gratis, nachher beträgt der Mitgliederbeitrag 20 Franken pro Jahr
- ☺ Trainings- und Wettkampfbetreuung durch die Tannliflitzer-Leiter
- ☺ Günstige Teilnahme an Vereinsnänsen wie z.B. Weekends oder Lager

