

DUO*NOL 2023

Freitag, 10.11.2023 Langenthal

Im 2er-Team nachts während 60 Minuten auf Postensuche = DUO*NOL“ (Skore-OL)

- Organisator** VELPOZ Bern (18. DUO*NOL / der traditionelle Abschluss der OL-Saison)
- Teilnehmer** für alle interessierten Läuferinnen und Läufer, welche gerne einmal in der Nacht auf Postensuche gehen möchten! Es hat auch ganz einfache Postenstandorte (Weggabelungen usw.), so dass alle Erfolgserlebnisse haben: sei es nach 1h Postensuche im OL-Wald und beim anschliessenden Spaghetti-Plausch! Es gilt beim DUO*NOL: **MITMACHEN - KOMMT VOR DEM RANG!**
- Laufleiter** Michael Steinauer michael.steinauer@sensemail.ch 078 638 09 40
- Bahnleger** Samuel Rettenmund, Walkringen samuel.rettensmund@swissonline.ch
- Karte** Langenthal ost 1:10000 2016 (Format A4, Posten eingedruckt)
- Skore-OL** Massenstart, 2 Karten und 1 Badges pro Team, 60 Min. Zeit zur Verfügung, freie Routenwahl, unterschiedliche Punktzahl (bzgl. Distanz, Standort) bei richtig quitierten Posten, Punkteabzug bei verspätetem Eintreffen im Ziel.
- Kategorien**
- | | | | |
|-------------|------------|----------------|--------------------------------------|
| Juniorinnen | - 20 Jahre | Junioren | - 20 Jahre |
| Damen | - 39 | Herren | - 39 |
| Seniorinnen | 40 - | Senioren | 40 - |
| Sie + Er | frei | Offen | frei (vor allem Nicht-OL-Läufer) |
| Alt+Jung H | Alt+Jung D | Alt+Jung Mixed | alle 3 Kat. Differenz mind. 20 Jahre |
- Rangierung** 1. nach Punktzahl 2. bei gleichem Punktetotal entscheidet die bessere Laufzeit
- Rangliste** Im Internet unter www.live.srpoz.ch (kein Postversand)
- Besammlng** Schulzentrum Elzmatte, Bettenhölzliweg 10, Langenthal :Check-in (Melden/Start-Nr. /Spaghetti-Bon)
- Parkplatz** Inforama Waldhof Langenthal
- öV** Bahn bis Bhf Langenthal, dann Bus Nr.63 „Spital“ bis Haltestelle Elzmatte kein Bus zurück zum Bahnhof! Fussmarsch 2 km oder Retourfahrten ev. während Nachtessen organisieren, bei Bedarf beim LL melden!
- Startliste** Teilnehmerliste per Mail, betr. Koordination persönlicher Mitfahrgelegenheiten
- Start/Ziel** Fussmarsch (Einlaufen) Garderobe Sporthalle - Start/Ziel = 1 km, flach
- Garderoben** Sporthalle Schulzentrum Elzmatte (enge Platzverhältnisse, bitte möglichst umgezogen anreisen / keine Duschen)
- Anmeldung** bis 2.11.2023 24.00 Uhr per E-Mail (Name, Vorname, Jahrgang, Kategorie, Wohnort, Verein, Spaghetti Ja/Nein) an Samuel Rettenmund (Mail-Adresse siehe oben)
- Startgeld** Fr. 60.- pro 2er-Team (Startgeld OL, Infrastruktur, mit Spaghetti-Essen)
Fr. 25.- pro 2er-Team (nur Lauf, ohne Spaghetti-Essen), bei Anmeldung Vermerk!
Fr. 20.- pro Person für nur Spaghetti-Essen (Gäste, Zuschauer, Begleitpersonen)
Das Startgeld ist beim Check-in vor Ort (Sporthalle) zu bezahlen (Bargeld).
- Start-Nr** Alle Läufer/innen tragen ihre Team-Start-Nr. gut sichtbar vorne.
- Menu** Spaghetti (2 Saucen) - inkl. Wasser mit und ohne Kohlensäure à discretion und 1 Kaffee pro Person
- Ausrüstung** wer hat: Nachtlampe /Stirnlampe, ...oder Taschenlampe, indiv. Laufausrüstung
- Badges** Private Badges erlaubt, Air+aktiv, beim Check-in Gratis-Ausleihe Badges.
- Zeitplan**
- | | |
|--|---------------|
| Check-in ist offen (beim Besammlungsort) | ab 18.00 Uhr |
| Start (alle Kategorien mit Massenstart nach Raketen-Knall!) | um 20.00 Uhr |
| Zielschluss (alle Teams im Ziel!) | 21.30 Uhr |
| Beginn Spaghetti-Party: Rest. Hirschenbad (WKZ-Rest. 10 Min. | ab 21.30 Uhr |
| Rangverkündung (Dauer 10-15 Min.) | ca. 22.15 Uhr |
| öV-Anschlüsse ab Bahnhof Langenthal | |
- Absage** bei kritischen Verhältnissen per mail