

# Orientierungs- Lauf oder ~Wandern am 4. Adventswochenende:



Liebe Mitglieder,  
die 22 Posten die es im Heinrich-Laehr-Park in Zehlendorf, zu finden gilt, wurden für das 4. Adventswochenende noch mal neu gehängt. Die Strecke eignet sich für Beginner\*innen und Fortgeschrittene, wobei Letztere die Aufgabe haben, so selten wie möglich auf die Karte zu schauen. Dieser sog. Merk- oder Gedächtnis-OL funktioniert so, dass nur im Stehen auf die Karte geschaut werden darf, dies gezählt wird, vom Start bis zum Ziel selbständig die Zeit gemessen wird und jedes Stehenbleiben fürs Orientieren MIT Karte eine Zusatzminute bedeutet. Wer schafft die schnellste Zeit?

Für die Jüngeren und Unerfahreneren unter euch gibt es auch wieder ein Lösungswort. Wer gerne knobelt, notiert sich den Buchstaben auf der Vorderseite, ansonsten kann man auf der Rückseite schmulen, dann sollte es ganz einfach sein.

Der Start befindet sich Laehrstr./ Ecke Türksteinweg in 14167 Berlin (nahe Bushaltestelle Laehrstr., 285 + X10). Die Posten sind – passend zur Jahreszeit – weiße Karteikarten in Ziptec-Gefrierbeuteln.

Matthias freut sich auf eure Rückmeldungen und wünscht viel Spaß im Grünen sowie einen schönen 4. Advent! Hier geht es zur Karte, Have Fun.

Sportliche Grüße  
Matthias

Bitte haltet euch bei allen Trainings an die geltenden gesetzlichen Regelungen. Zufallsbegegnungen haltet kurz und grüßt euch nur mit Abstand. Weitere Trainingsaufgaben findet ihr unter: Training im Dezember