



**11.–13.  
August 2017**  
[www.3days.ch](http://www.3days.ch)



# Weisungen

- Veranstalter** OLK Wiggertal
- Wettkampfszentrum (WKZ)** Turnhalle / Gemeindesaal, 4803 Vordemwald  
geöffnet ab 11. August 2017, 13.00 Uhr bis Sonntag,  
13. August 2017, 16.00 Uhr.  
Information, Garderoben, Duschen, Toiletten, Festwirtschaft,  
Campingplatz direkt beim WKZ, Kinderhort, Sanität,  
OL-Materialverkauf
- Besammlung** Für alle 3 Etappen Besammlung im Wettkampfszentrum.  
Alle Etappen sind zu Fuss erreichbar.
- Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln**
- Von Zofingen: Bus Nr. 6 bis Haltestelle Post, evtl.  
Schulhaus (bei Verbindungen zum Pflegeheim Sennhof)  
Abfahrtszeiten: Freitag /  
Samstag: xx.06 und xx.36  
Sonntag: nur xx.08
- Von Rothrist: Bus Nr. 6 bis Haltestelle Post  
Abfahrtszeiten:  
Freitag / Samstag: xx.01  
Sonntag: keine Verbindung
- Zofingen ist dank ausgezeichneten Bahnverbindungen  
halbstündlich von Zürich, Basel, Luzern und Bern in  
30 bis 45 Minuten erreichbar. Fahrplan unter [www.sbb.ch](http://www.sbb.ch)
- Anreise mit Auto** Die Zufahrt zu den Parkplätzen ist ab Dorfeingang  
Vordemwald signalisiert. Es dürfen nur die offiziellen  
Parkplätze benützt werden. Der Weg zum WKZ kann  
max. 15 Minuten betragen (witterungsabhängig).
- Camping** Für Campingplatzbenützer ist ein separater Parkplatz beim  
Wettkampfszentrum reserviert. Wohnmobile werden auf  
einen Hartplatz eingewiesen.  
Camping und Wohnmobil nur auf Voranmeldung.





**Information** Abgabe der Vignette für Campingplatz/Verkauf Frühstücksbuns/Kartenverkauf/Fundgegenstände/generelle Auskunft

Öffnungszeiten des Informationsstandes:

Freitag, 11. August, 13.00 – 21.00 Uhr

Samstag, 12. August, 11.00 – 20.00 Uhr

Sonntag, 13. August, 08.00 – 16.00 Uhr

**Nachmeldung** Solange freie Startplätze vorhanden sind, werden Nachmeldungen in allen Kategorien entgegengenommen. Vor Freitag, 11. August 2017 erfolgen die Nachmeldungen per mail [an3days@olkwiggental.ch](mailto:an3days@olkwiggental.ch)

(Nachmeldegebühr CHF 10.– für alle 3 Tage).

Nachmeldung vor Ort: WO Kategorien, sofern freie Startplätze (Aufpreis: CHF 5.– pro Etappe)

**Offene Kategorien** OL (Offen lang)/OM (Offen mittel)/OK (Offen kurz) geeignet für Einsteiger/Familien.

Start in allen Offenen Kategorien auch in Gruppen möglich.

**OS (Offen sCOOL)** leichte Anfängerbahn mit Orientierungshilfen. Start auch in Gruppen möglich.

**Anmeldung Offene Kategorien** Anmeldung nur am Lauftag an der Information im Wettkampfbüro. Kein Zuschlag! Keine Gesamtwertung.

Anmeldezeiten:

Freitag: Anmeldung ab 15.30 Uhr, Start: 17.00 – 18.30 Uhr

Samstag: Anmeldung ab 11.00 Uhr, Start: 12.00 – 14.30 Uhr

Sonntag: Anmeldung ab 08.00 Uhr, Start: 09.30 – 12.00 Uhr

Startgeld pro Etappe für alle Offenen-Kategorien:

1997 und älter CHF 25.–/Tag

1998 bis 2001 CHF 17.–/Tag

2002 und jünger CHF 10.–/Tag

sCOOL 3 Tage CHF 10.–/Tag, 30.–/3 Tage

Familien 3 Tage: CHF 17.–/Tag, 48.–/3 Tage

(mit ausgefülltem Gutschein von McDonalds gratis; vorgängig zum Herunterladen auf [www.aolw.ch](http://www.aolw.ch))

Zusatzkarte CHF 3.–

Vermietung SI-Cards CHF 2.–/Tag,  
(D/H10, Offen sCOOL und Familien gratis)







<b>Startzeiten</b>	<p>Fliegender Start für Offen, Familien, sCOOL und D/H10-Kategorien</p> <p>Fixe Startzeiten für WO Kategorien (siehe <a href="http://www.3days.ch">www.3days.ch</a> oder Anschlag im Wettkampfbüro)</p>
<b>Training</b>	Es wird kein Training angeboten
<b>Unterkunft</b>	<p>Campingplatz beim Wettkampfbüro für Angemeldete. Geöffnet ab Freitag, 11. August 2017, ab 13.00 Uhr bis Sonntag, 13. August 2017 16.00 Uhr. Bei Ankunft melden sich Camper bei der Information, welche gleichzeitig die Voranmeldung für das Frühstück am Samstag und Sonntag entgegennimmt.</p> <p>Hotels: Wegen des Heiteren-Open-Air in Zofingen empfiehlt sich eine frühzeitige Buchung in den Hotels der Umgebung</p>
<b>ASJM</b>	Das Gesamtergebnis zählt zur Aargauischen Schüler- und Jugendmeisterschaft (McDonald's Cup)
<b>Sport-Shop</b>	Orienteering.ch ist mit einem Verkaufsstand im Wettkampfbüro präsent.
<b>Garderoben</b>	Im Wettkampfbüro
<b>Festwirtschaft</b>	<p>Öffnungszeiten:</p> <p>Freitag: 15.00 – 22.00 Uhr (warme Küche ab 17.00 – 21.00 Uhr)</p> <p>Samstag: 07.30 – 22.00 Uhr (warme Küche ab 12.00 – 21.00 Uhr)</p> <p>Sonntag: 07.30 – 16.00 Uhr (warme Küche bis 15.00 Uhr)</p> <p>Täglich sehr gute und preiswerte Angebote, z.B. Pasta-Buffer inkl. Salat und Getränk (Wasser, Sirup, Tee) für CHF 10.– oder:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hotdogs, Grilladen und Sandwiches</li> <li>• Reichhaltiges Kuchenbuffet</li> <li>• Grosse Auswahl an Getränken</li> <li>• Frühstück am Samstag und Sonntag (Voranmeldung)</li> </ul>
<b>Schulhaus-OL</b>	Gratis-Start an allen drei Tagen im Wettkampfbüro





**Kinderhort** Im Wettkampfbereich. Für Kinder ab 2 Jahren. Betreuung während des Wettkampfeinsatzes der Eltern.

Voranmeldung erwünscht an:  
ruth.emmenegger@bluemail.ch

Öffnungszeiten:

Freitag: 15.30 – 20.00 Uhr

Samstag: 10.30 – 16.00 Uhr

Sonntag: 08.00 – 14.30 Uhr

**Sanität** Im Wettkampfbereich

**Versicherung** Ist Sache der Teilnehmer-Innen; der Veranstalter lehnt jegliche Haftung ab.

**Auskunft** Beat Willimann, Brüschiweg 4, 4665 Oftringen  
Tel. +41 (0)62 532 32 04, Mobil +41 (079) 292 79 12  
3days@olkwiggertal.ch

### Technische Weisungen für alle 3 Tage

**Gelände** Mittellandwald mit dichtem Wegnetz

**Startzeiten** Die Startlisten werden pro Bahn ausgelost. Das ergibt im Falle von mehreren Kategorien pro Bahn eine zufällige Durchmischung der verschiedenen Kategorien. Die Publikation erfolgt pro Kategorie.

Startzeiten für Freitag und Samstag sind ab Anfang August im Internet unter [www.3days.ch](http://www.3days.ch) abrufbar.

Startzeiten für Sonntag ab Samstag, 12. August 2017 ab 19 Uhr.

Offen-Kategorien, Offen sCOOL, Familien und D/H10 erhalten die Startzeit an allen drei Etappen am Vorstart zugeteilt («fliegende Startliste»).







- Startnummern** Nur für Jagdstart vom Sonntag 13.08.2017. Die Startnummern werden aufsteigend nach Startzeit über das ganze Teilnehmerfeld vergeben.
- Die Startnummer ist ab Samstag 12.08.2017 19.00 Uhr im Internet abrufbar unter: [www.3days.ch](http://www.3days.ch). Am Sonntag werden Startlisten aufgelegt.
- Die Startnummern werden beim Vorstart der 3. Etappe an einer Hängeleine zur Selbstbedienung bereitgestellt (Sicherheitsnadeln inklusive). Bitte auf die korrekte Startnummer achten. Die übrigen Läufer sind Euch dankbar.
- Kat. D10/H10/  
Offen sCOOL** Diese Kategorien haben sehr einfache Bahnen, alle Posten an Wegen und Orientierungshilfen (Smileys und Frusties). Die Postenbeschreibung und die Idealroute zwischen den Posten sind auf der Karte eingedruckt.
- Posten-  
beschreibung** Abgabe zwischen Vorstart und Zeitstart, IOF-Symbole.
- Offen kurz, Offen mittel, Offen sCOOL, D/H10 und Familien in Textform (deutsch)
- Nicht auf der Laufkarte aufgedruckt ausser für D/H 10 und Offen sCOOL
- Bahneindruck** Die Bahnen sind an allen drei Tagen eingedruckt. Selbstbedienung aus Kartenbox am Start
- Startpunkt** kurze Pflichtstrecke vom Zeitstart (Kartenbox) zum Startpunkt; dieser ist mit einer Postenflagge ohne SI-Einheit markiert
- Sperrgebiete /  
Pflichtstrecken** Sind auf der Karte eingedruckt. Missachtung führt zur Disqualifikation
- Jagdstart  
3. Etappe** Für alle Kategorien (ausser Offen-Kategorien, Familien und D/H 10)
- Alle Läufer, die nach zwei Etappen innerhalb einer Stunde Rückstand auf den Führenden klassiert sind, starten mit diesem Rückstand zur dritten Etappe. Alle anderen starten im Minutenintervall nach dem letzten Läufer, der zum Jagdstart zugelassen wird. Die Startzeiten (Nullzeit) der Erststartenden pro Kategorie werden im Wettkampfbüro angeschlagen und im Internet veröffentlicht (vgl. Streckendaten).





- Posten** Postenflaggen mit SPORTident-Einheit (Air+ freigeschaltet). Die Posten sind in der vorgeschriebenen Reihenfolge anzulaufen. Bei nicht funktionierender SI-Einheit (kein akustisches oder optisches Signal) oder fehlender SI-Einheit ist mit der Zange auf die Laufkarte zu stempeln und die Karte beim Auslesen abzugeben.
- Ziel** Der Zielposten (Air+ aktiviert) muss gestempelt werden
- Zielverpflegung** Wasser und RIVELLA
- Laufaufgabe** Aufgebende LäuferInnen müssen sich bei der Auswertung (Wettkampfbüro) zurückmelden.
- Kartenrückgabe** Aufgebende LäuferInnen müssen sich bei der Auswertung (Wettkampfbüro) zurückmelden.
- Auswertung** Alle Etappen werden mit dem elektronischen Postenkontrollsystem SPORTident ausgewertet (SI-Card kann bei der Information gemietet werden, für D/H10, Offen sCOOL und Familien gratis).  
Nach Beendigung der Etappe SI-Card sofort im Wettkampfbüro auslesen lassen.  
Nach der 2. Etappe ist die SI-Card bis spätestens um 17:00 Uhr auszulesen, andernfalls besteht kein Anspruch auf Einreihung im Jagdstart (automatische Zuteilung einer Startzeit im Minutenstart).
- Rangliste** Schnellrangliste im Wettkampfbüro. Die Ranglisten werden im Internet unter [www.solv.ch](http://www.solv.ch) und [www.3days.ch](http://www.3days.ch) publiziert.
- Gesamtwertung** Gesamtzeit nach den 3 Läufen
- Durchführung** Bei Gewitter oder Sturm kann der Lauf durch den Veranstalter abgesagt oder abgebrochen werden.
- Rangverlesen** Sonntag, 13. August 2017, ca. 14.00 Uhr im Wettkampfbüro. Die ersten drei in der Gesamtwertung jeder Kategorie erhalten einen Naturalpreis.
- Schiedsgericht** Beat Willimann, Laufleiter, Mobil +41 (079) 292 79 12  
Urs Zinniker, Chef Technik, Mobil +41 (079) 794 15 62  
Hansruedi Schlatter, Mobil +41 (077) 212 02 88







## Etappe 1 – Freitag, 11. August 2017 Sprint

<b>Karte</b>	Kressgraben, Stand 2017, 1:5'000, Äquidistanz 2.5m, Sprintkarte gemäss ISSOM 2007, Format A4
<b>Bahnlegung / Kontrolle</b>	Eveline Husner Christoph Ruesch
<b>WKZ – Start</b>	2.1 km, 60m Steigung, ca. 30 Min  Der Weg ist mit Rivella-Fähnchen und NAB-Trassierband gekennzeichnet.  Ab Waldeingang ist es untersagt, den Weg zum Start zu verlassen!  Der Weg zur ersten Etappe kann bis zum Kleiderdepot (1.6 km) auch per Velo zurückgelegt werden. Abstellplätze beim Kleiderdepot sind markiert
<b>Kleiderdepot</b>	Kleiderdepot vorhanden
<b>Toiletten</b>	TOI-TOI Kabinen und Urinal 100m vor Kleiderdepot
<b>Startzeiten</b>	Startzeiten gemäss Startliste ab 17.00 Uhr bis 19.00 Uhr
<b>Start</b>	Am Vorstart Aufruf 4 Minuten vor der Startzeit <ul style="list-style-type: none"> <li>• 4' Aufruf und Löschen / Testen</li> <li>• 3' Postenbeschreibungen</li> <li>• 2' Wartezone</li> <li>• 1' Check &amp; zur Kartenbox treten</li> </ul> Start ab Kartenbox  Alle Offen-Kategorien, Familien und D/H10 erhalten die Startzeit am Vorstart («fliegender Start») und haben einen eigenen Startkanal. Manuelles Auslösen der Startzeit.
<b>Spezialsignatur</b>	Braunes Kreuz steht für Asthaufen
<b>Sperrgebiet</b>	Auf der Karte eingedruckt. Missachtung hat Disqualifikation zur Folge.
<b>Pflichtstrecke</b>	Für die Kategorien D/H12, OK und Familien zwischen zwei Posten auf der Karte und Postenbeschreibung ersichtlich
<b>Ziel</b>	Zielposten muss gestempelt werden





<b>Zielschluss</b>	1 Std. nach dem letzten Start
<b>Maximalzeit</b>	1 Std
<b>Verpflegung</b>	keine Zwischenverpflegung
<b>Ziel – WKZ</b>	700m bis Kleiderdepot, der Weg darf nicht verlassen werden, total 2.3km

## **Etappe 2 – Samstag, 12. August 2017 Mitteldistanz**

<b>Karte</b>	Langholz Süd, Stand 2017, 1:10 000, Format A4
<b>Bahnlegung/ Kontrolle</b>	Rosi Rudolf und Barbara Zinniker Stephan Rudolf
<b>WKZ -Start</b>	600m, 25m Steigung, 10Min. Der Weg ist mit Rivella-Fähnchen und NAB-Trassierband gekennzeichnet. Zum Start besteht für alle Teilnehmer ein absolutes Fahrverbot. Disqualifikation für Fehlbare.
<b>Kleiderdepot</b>	Kein Kleiderdepot
<b>Toiletten</b>	Toiletten im WKZ benutzen. TOI-TOI Kabine und Urinal beim Vorstart  Wildes Versäubern ist strikte untersagt!
<b>Startzeiten</b>	Startzeiten gemäss Startliste ab 12.00 Uhr bis 15.00 Uhr
<b>Start</b>	Am Vorstart Aufruf 4 Minuten vor der Startzeit <ul style="list-style-type: none"> <li>• 4' Aufruf und Löschen/Testen</li> <li>• 3' Postenbeschreibungen</li> <li>• 2' Wartezone</li> <li>• 1' Check &amp; zur Kartenbox treten</li> </ul> Start ab Kartenbox  Alle Offen-Kategorien, Familien und D/H10 erhalten die Startzeit am Vorstart («fliegender Start») und haben einen eigenen Startkanal. Manuelles Auslösen der Startzeit.
<b>Sperrgebiet</b>	Auf der Karte eingedruckt. Missachtung hat Disqualifikation zur Folge.
<b>Ziel</b>	Auf der Karte eingedruckt. Missachtung hat Disqualifikation zur Folge.







<b>Zielschluss</b>	1 ½ Std nach dem letzten Start
<b>Maximalzeit</b>	1 ½ Std
<b>Verpflegung</b>	keine Zwischenverpflegung
<b>Ziel – WKZ</b>	240 Meter

### **Etappe 3 – Sonntag, 13. August 2017 Langdistanz; Jagdstart**

<b>Karte</b>	Langholz Nord, Stand 2016/2017, 1:10'000, Format A3
<b>Bahnlegung/ Kontrolle</b>	Nick Gebert Stefan Bolliger
<b>WKZ - Start</b>	1.1 km, ca. 15 Min  Der Weg ist mit Rivella-Fähnchen und NAB-Trassierband gekennzeichnet.  Zum Start besteht für alle Teilnehmer ein absolutes Fahrverbot. Disqualifikation für Fehlbare.
<b>Kleiderdepot</b>	Kein Kleiderdepot
<b>Toiletten</b>	Toiletten im WKZ benutzen. TOI-TOI Kabine und Urinal beim Vorstart  Wildes Versäubern ist strikte untersagt!
<b>Startzeiten</b>	Jagdstart ab 09.30 Uhr; Startlisten werden am Samstag-Abend im Wettkampfbereich angeschlagen und im Internet unter <a href="http://www.3days.ch">www.3days.ch</a> veröffentlicht.  Das Tragen der Startnummer ist obligatorisch, damit ein reibungsloser Jagdstart möglich ist. Am Sonntagmorgen werden die Startnummern an einer Hängeleine vor dem Vorstart bereitgestellt (Sicherheitsnadeln inklusive). Selbstbedienung. Bitte auf die richtige Startnummer achten.  Ohne Startnummer kein Start!





**Start** Jagdstart; Aufruf 5 Minuten vor der effektiven Startzeit.

Die Laufkarte wird vor dem Zeitstart vom Läufer gefaltet aus der Kartenbox entnommen. Auffalten und Karteneinsicht ist erst nach dem Zeitstart erlaubt

- 5' Aufruf und Löschen/Testen
- 4' Postenbeschreibungen
- 3' leere Zone
- 2' Einreihen, Check, Karte gefaltet der Kartenbox entnehmen, zur Startlinie treten

0' Start

Alle Offen-Kategorien, Familien und D/H10 erhalten die Startzeit am Vorstart («fliegender Start») und haben einen eigenen Startkanal. Manuelles Auslösen der Startzeit.

**Sperrgebiet** Auf Karte eingedruckt. Durchqueren ist nur auf ausgesparten Wegen erlaubt. Missachtung hat Disqualifikation zur Folge.

**Pflichtstrecke** Für die Kategorien D/H10, sCOOL, D/H12, OK und Familien zwischen zwei Posten auf der Karte und Postenbeschreibung ersichtlich.

**Verpflegung** Zwischenverpflegung mit Wasser für die längeren Kategorien. Standort mit Bechersymbol auf Postenbeschreibung ersichtlich.

**Ziel** Zielposten muss gestempelt werden. Die Klassierung im Gesamtklassement ergibt sich aus der am Zielposten gestempelten Zeit.

**Zielschluss** 2 ½ Std. nach dem letzten Start

**Maximalzeit** 2 ½ Std

**Ziel – WKZ** 240 Meter







## Aarg. 3 Tage OL 2017

Kategorie	Bahn	1. Etappe			2. Etappe			3. Etappe			*	**Nullzeit
		Distanz	Steigung	Posten	Distanz	Steigung	Posten	Distanz	Steigung	Posten		
D10	16	1,4	10	8	2,6	40	9	3,0	90	12		fliegend
D12	4	1,4	20	9	3,0	35	10	4,1	90	12		10:47:00
D14	6	1,5	40	11	2,8	55	9	4,2	90	9		10:28:00
D16	7	1,8	40	12	2,9	70	10	5,2	110	9		09:49:00
D18	10	2,2	60	17	3,3	60	11	6,0	150	10	41	11:00:00
D18K	6	1,5	40	11	2,8	55	9	4,2	90	9		11:10:00
D35	10	2,2	60	17	3,3	60	11	6,0	150	10	41	10:08:00
D40	10	2,2	60	17	3,3	60	11	6,0	150	10	41	10:29:00
D45	11	1,9	40	14	3,3	85	11	5,3	130	9	45	10:15:00
D50	11	1,9	40	14	3,3	85	11	5,3	130	9	45	10:45:00
D55	5	1,7	40	14	2,8	70	10	4,5	100	8		10:10:00
D60	5	1,7	40	14	2,8	70	10	4,5	100	8		10:48:00
D65	2	1,5	25	9	2,3	30	7	3,8	80	8		10:49:00
D70	1	1,3	20	10	1,8	40	7	3,1	80	8		10:30:00
D75	1	1,3	20	10	1,8	40	7	3,1	80	8		09:50:00
DAK	5	1,7	40	14	2,8	70	10	4,5	100	8		09:31:00
DAL	13	1,9	70	16	4,3	95	13	8,0	200	12	41	09:30:00
DAM	10	2,2	60	17	3,3	60	11	6,0	150	10	41	09:32:00
DB	6	1,5	40	11	2,8	55	9	4,2	90	9		09:51:00
H10	16	1,4	10	8	2,6	40	9	3,0	90	12		fliegend
H12	4	1,4	20	9	3,0	35	10	4,1	90	12		10:09:00
H14	8	1,6	40	12	3,3	60	10	5,3	110	11		10:11:00
H16	9	2,1	60	17	4,0	90	15	6,3	150	10	41	09:49:00
H18	14	2,1	75	11	4,7	95	17	8,7	200	13	41	09:50:00
H18K	8	1,6	40	12	3,3	60	10	5,3	110	11		10:50:00
H35	14	2,1	75	11	4,7	95	17	8,7	200	13	41	10:31:00
H40	14	2,1	75	11	4,7	95	17	8,7	200	13	41	10:51:00
H45	13	1,9	70	16	4,3	95	13	8,0	200	12	41	10:12:00
H50	13	1,9	70	16	4,3	95	13	8,0	200	12	41	10:32:00
H55	12	1,9	50	15	4,0	90	12	7,2	180	11	45	10:08:00
H60	12	1,9	50	15	4,0	90	12	7,2	180	11	45	09:33:00
H65	3	1,6	50	11	3,3	80	11	5,9	150	9	41	09:51:00
H70	3	1,6	50	11	3,3	80	11	5,9	150	9	41	10:30:00
H75	2	1,5	25	9	2,3	30	7	3,8	80	8		10:09:00
H80	2	1,5	25	9	2,3	30	7	3,8	80	8		09:33:00
HAK	11	1,9	40	14	3,3	85	11	5,3	130	9	45	09:45:00
HAL	15	2,4	80	14	5,2	105	14	9,5	200	16	41	09:30:00
HAM	14	2,1	75	11	4,7	95	17	8,7	200	13	41	10:10:00
HB	8	1,6	40	12	3,3	60	10	5,3	110	11		09:30:00
OK	4	1,4	20	9	3,0	35	10	4,1	90	12		fliegend
OL	9	2,1	60	17	4,0	90	15	6,3	150	10	41	fliegend
OM	7	1,8	40	12	2,9	70	10	5,2	110	9		fliegend
OS	16	1,4	10	8	2,6	40	9	3,0	90	12		fliegend
FAM	4	1,4	20	9	3,0	35	10	4,1	90	12		fliegend

\* Postennummer des Verpflegungspostens

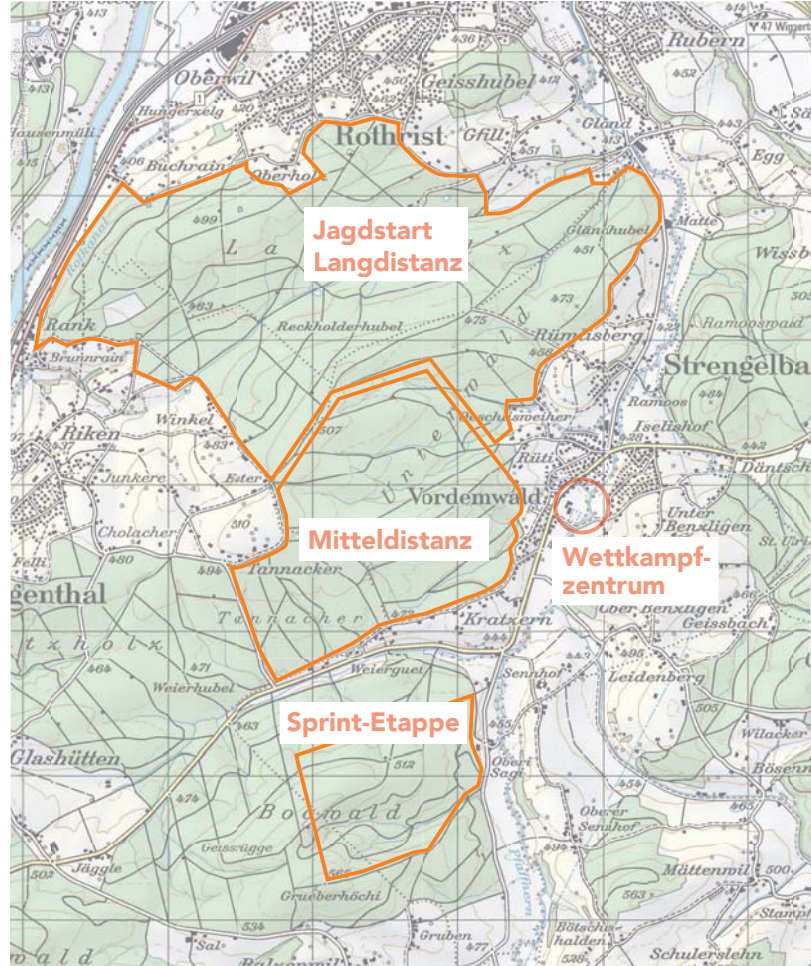
\*\* Nullzeit: erste Startzeit der Kategorie zum Jagdstart







Lageplan



Organisator



Sponsoren

