

# IMPULSGEBER



# MOUNTAIN BIKE ORIENTEERING



# #FINDEDEINENWEG



# Was ist Mountainbike-Orientierung?

Mountainbike-Orientierung (MTBO), manchmal Bike-OL genannt, ist die spannende Verbindung aus Mountainbiken (MTB) und Orientierungslauf (OL). Am Start erhältst Du eine spezielle Karte mit eingezeichneten Posten, die in möglichst kurzer Zeit anzufahren sind. Am Posten quittierst Du mit einer Prägezange oder einem elektronischen Chip.



Die Posten sind einfach zu finden, stehen sie doch fast immer an einem Pfad oder Weg. Die Faszination beim MTBO liegt darin, die beste Route zwischen den Posten zu wählen und diese möglichst schnell und fehlerfrei abzufahren ohne dabei die Wege zu verlassen.

Mountainbike-Orientierung ist eine wachsende Abenteuersportart für die ganze Familie. Sie ist für alle geeignet, denn Du wählst deine Strecke und bestimmst dein eigenes Tempo.

## MTBO-Events

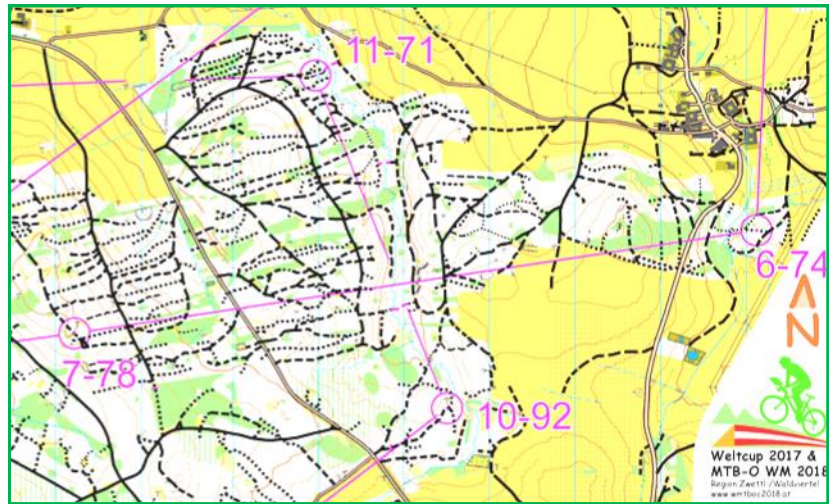
Sowohl MTBO-Spezialisten als auch Gelegenheitssportlerinnen und -sportler finden bei den MTBO-Veranstaltungen eine ihren Fähigkeiten entsprechende Herausforderung. Je nach Alter, Geschlecht und Erfahrung stehen Strecken von ca. 2 km (Kinder) über 5 km (Sprint) bis 40 km (Marathon) zur Wahl. Wettkämpfe gibt es von lokal über Deutsche Meisterschaften bis zu Weltmeisterschaften. E-MTBs starten in eigenen oder offenen Klassen.



## Die Karte

Die MTBO-Karte liefert Informationen über das Wegenetz und das Gelände. Besonders wichtig sind dabei die Angaben über die Befahrbarkeit der Wege und Pfade.

Der Start, das Ziel und die anzufahrenden Posten sind auf der Karte eingezeichnet. Das Lesen der MTBO-Karte hast Du schnell gelernt.



## Die Ausrüstung



Für die Teilnahme beim Mountainbike-Orientierung benötigt Du ein funktionstüchtiges Mountainbike (ein Hardtail reicht meist aus), einen Fahrradhelm und dem Wetter angepasste Kleidung. Bei häufigerer Teilnahme ist ein drehbarer Kartenhalter hilfreich. Solche Halter gibt es zu kaufen, oder Du baust dir einen selbst.

Es empfiehlt sich zudem ein einfacher Kompass, um die Karte nach Norden ausrichten zu können. GPS-Navis mit Kartenfunktion sind nicht erlaubt, reine GPS-Tracker zur Aufzeichnung des eigenen Wegs dagegen schon.

Wenn eine elektronische Posten- und Zeitkontrolle eingesetzt wird, kannst Du den passenden Chip in der Regel vor Ort ausleihen.



## MTBO im Siegerland



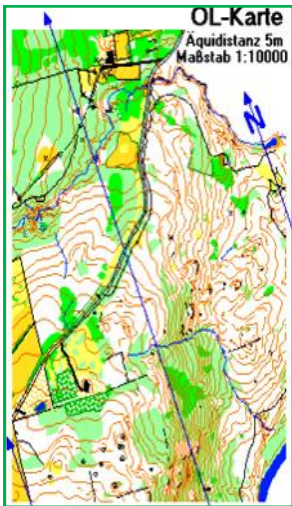
Im Siegerland gibt es mit dem **MTB Siegerland** eine aktive Mountainbikeszene und mit der **OLG Siegerland** und Mitgliedern der **Westfälischen OL-Freunde** aktive Orientierungsläuferinnen und -läufer, doch beide haben bislang noch nicht zueinander gefunden.

Das könnte im Jahr 2018 anders werden. Bei Interesse wären im Herbst für den Anfang eine offene Vereinsveranstaltung und ein Workshop zum Üben denkbar.

**#INTERESSE GEWECKT? #FINDE DEINEN WEG!**

**Interesse bei lokalem Ansprechpartner melden - siehe Rückseite**

# MOUNTAIN BIKE ORIENTEERING



## Symbole auf MTBO-Karten

- Schwarze Symbole stehen für Felsformationen und durch den Menschen angelegte Objekte wie Straßen, Wege, Zäune, Eisenbahngleise, Gebäude und Ruinen.
- Braune Symbole repräsentieren Landschaftsformen wie Höhenlinien, Erdhügel, Gräben und Erdwälle.
- Blau steht für Wasser: Seen, Teiche, Flüsse, Bäche und Sümpfe.

● Mit gelb werden spezielle Vegetationsformen dargestellt: offenes und unbewaldetes Land. Helles Gelb steht für Rasen, dunkles Gelb für Wiesen mit hohem Gras.

● Durch Grün wird die Art des Walds dargestellt: Je dunkler die Fläche, desto dichter der Wald.

● Weiß steht für "offenen" Wald. Eine grüne Schraffur zeigt vorhandenen Bodenbewuchs.

● Purpurrot sind auf der Karte die MTBO-Bahn und Sperrgebiete.

Legende	
	Hauptstrasse
	Nebenstrasse oder asphaltierter Weg
	Weg sehr gut befahrbar (Speed 75-100 %)
	Weg gut befahrbar (Speed 50-75 %)
	Weg langsam befahrbar (Speed 25-50 %)
	Weg schwierig befahrbar (Speed 0-25 %)
	Pfad sehr gut befahrbar (Speed 75-100 %)
	Pfad gut befahrbar (Speed 50-75 %)
	Pfad langsam befahrbar (Speed 25-50 %)
	Pfad schwierig befahrbar (Speed 0-25 %)
	Deutliche / undeutliche Kreuzung
	Schneise oder kaum sichtbarer Weg (befahren verboten)
	Hindernis (passierbar)
	Erlaubte Strecke abseits von Wegen (markiert)
	Verbotene Strecke (queren nur bei Unterbruch erlaubt)
	Kurze, verbotene Strecke
	Allgemeines Sperrgebiet (Fahrverbot)

## Weitergehende Infos und Quellen

MTBO-Homepage Deutschland: <http://www.mtbo-deutschland.de/>

MTBO-Homepage Schweiz: <http://www.mtbo-sui.com/>

Infos zu Kartensymbolen: [http://ardf-ol.de/ol/OL\\_kartenlegende.htm](http://ardf-ol.de/ol/OL_kartenlegende.htm)

Ansprechpartner vor Ort: [stromradler@outlook.de](mailto:stromradler@outlook.de)