Weisungen

Aargauer 3-Tage-OL

11. – 13. August 2023
Neudorf / Beromünster

Veranstalter	OLG Rymenzburg / OLV Luzern
Datum	Freitag, 11. August 2023 bis Sonntag, 13. August 2023
Laufleitung	Adrian Klauser
Informationen	Website: www.3days.ch / E-Mail: info@3days.ch Martin Gantenbein, +41 (0)76 466 44 00
Wettkampfzentrum (WKZ) **Besammlung**	Schulhaus Neudorf, 6025 Neudorf (siehe auch Übersicht auf geo.admin.ch) Informationsstand, Garderobe, Duschen, WC, Festwirtschaft, Zelt- und Wohnmobilplatz, Sanität, OL-Materialverkauf, Anmeldung Offen-Kategorien, Schulhaus-OL am Samstag und Sonntag, Family O Day am Samstag.
Öffnungszeiten WKZ	Freitag: 15:00 – 21:30 Uhr Samstag: 11:00 – 18:00 Uhr Sonntag: 08:00 – 16:00 Uhr
Camping	Siehe Camping-Infos auf www.3days.ch
Anreise öV	Markiert ab Bushaltestelle Neudorf Dorf, 5 Minuten zum Schulhaus / WKZ. An Etappe 1 besteht die Möglichkeit, direkt von der Bushaltestelle Gunzwil, Linden zum Start zu gelangen (keine Garderoben, Gepäcktransport zum Ziel).
Anreise mit PW	Markiert ab Hauptstrasse Neudorf – Hildisrieden, Parkplatz direkt beim Wettkampfzentrum. Parkgebühr CHF 2.- (Entschädigung Landbesitzer) pro Tag ist vor Ort bar zu bezahlen. Wildes Parkieren führt zur Disqualifikation.
Information	Die Information ist die zentrale Anlaufstelle für: • Allgemeine Auskünfte • Abgabe von Fundgegenständen • Einreichen von Beschwerden gemäss Wettkampfordnung, Art 159ff • Abgabe der Karten nicht gestarteter Läufer*innen (ca. 1 Stunde nach dem letzten Start)
Nachmeldung in den Leistungskategorien	Solange Karten verfügbar sind, sind Nachmeldungen für einzelne Etappen (d.h. ohne Berücksichtigung für die Gesamtwertung) in allen Kategorien bis eine Stunde vor dem letzten Start über entry.picoevents.ch möglich. Nachmeldegebühr: CHF 5.-
Anmeldung Offenkategorien	Anmeldung bis eine Stunde vor dem letzten Start über entry.picoevents.ch oder bei der Information beim Schulhaus Neudorf. Am Freitag für eilige öV-Reisende und Einheimische auch bei der Lindenhalle Gunzwil (markiert ab Bushaltestelle Gunzwil, Linden).
Gratis-Start mit sCOOL-Cup Startnummer	Teilnehmende des Aargauer sCOOL-Cups vom 13. Juni 2023 in Aarau können mit ihrer sCOOL-Cup-Startnummer einmal gratis starten. Startnummer mitbringen und bei der Anmeldung vorlegen. Kompass und SI-Card können ausgeliehen werden. Weitere Infos unter scoolcup.aolv.ch/info_gratisstart.html

Mutationen	Mutationen können bis 10. August via entry.picoevents.ch erfasst werden. Mutationen vor Ort bei der Info gegen eine Mutationsgebühr von CHF 5.- (SI-Card-Mutationen gratis).
Rangverkündigung **Preise**	Rangverkündigung am Sonntag, 13. August 2023, ca. 13:30 Uhr für die drei Bestplatzierten der Gesamtwertung jeder Leistungskategorie. Naturalpreise. Die Preise werden nicht nachgesandt. Keine Rangverkündigung / Gesamtwertung in den Offen-Kategorien. Unter allen Anwesenden werden an der Rangverkündigung 2 Skydive-Gutscheine verlost.
Duschen	Es gibt nur wenige Duschen, Warmwasser reicht nur für ca. 150 Personen. Wir bitten um sparsamen Umgang mit Warmwasser und danken für das Verständnis!
Kinderhort	Kinderhort am Samstag und Sonntag vorhanden. Bitte um Voranmeldung bis am Donnerstag 10. August 2023 an b.hirt75@bluewin.ch mit Angaben von Name/Vorname/Notfall-Nr.
Sanität	Erstversorgung am Ziel, Sanitätsposten im Wettkampfzentrum.
Festwirtschaft	Kleines, aber feines Angebot in der Festwirtschaft. Warme und kalte Küche. Frühstück für Campinggäste (siehe Camping-Infos auf www.3days.ch) Öffnungszeiten der Festwirtschaft: Freitag 15:00 – 22:00 Uhr Samstag 08:00 – 22:00 Uhr, warme Küche ab 12:00 Uhr Sonntag 07:00 – 15:00 Uhr
Zahlungsmethoden	Wir sind sowohl für Zahlungen mittels Bargeld wie auch Twint ausgerüstet.
Movie-Night	Am Samstagabend (19:30 Uhr) auf der Bühne (kostenlos).
Versicherung	Ist Sache der Teilnehmenden, der Veranstalter lehnt jegliche Haftung ab.
Fotos und Videos	Mit der Anmeldung nimmt die anmeldende Person (bei Minderjährigen die erziehungsberechtigte Person) zustimmend zur Kenntnis, dass die Fotos und Videos dieser Veranstaltung in Print- und elektronischen Medien veröffentlicht werden. Allfällige Einwände sind schriftlich per E-Mail info@3days.ch bis am 9. August 2023 an den Veranstalter zu richten.
Freizeit	Siehe Übersicht auf geo.admin.ch • Badi Beromünster: ca. 10 Minuten Velofahrt oder Bus • Sky Dive Luzern, Flugplatz Neudorf, 10 Minuten Velofahrt oder Bus • Baldeggersee: Seebad Baldegg (ca. 10 Minuten Autofahrt) • Sempachersee, Badi Sempach (ca. 10 Minuten Autofahrt) • Vogelwarte Sempach (ca. 10 Minuten Autofahrt) • Schloss Heidegg (ca. 15 Minuten Autofahrt) • Luzern: ca. 40 Minuten mit dem Bus

UTA GRUPPE www.uta.ch
FOCUS WATER
RAIFFEISEN
BAUMANN Holzbau-Innenausbau AG
Aargauer OL-Verband
Ein Unternehmen der Grüter Hans AG Oberkirch
HUG SANITÄR+HEIZUNGEN AG HUG
KARDIOLOGIE MITTELLAND
SKYDIVE LUZERN

Breitensport-Angebote

Family-O-Day: Am Samstag, 12. August 2023, 13:30 – 16:30
Mit attraktiven Angeboten auf dem Schulareal in Neudorf.
Die Anmeldung erfolgt vor Ort beim Family O Day Zelt.

Schulhaus-OL: Am Samstag 12:30 – 16:30 und Sonntag 9:00 – 13:00 auf dem Schulareal Neudorf.

Familien- und Offen-Kategorien: Alle Tage, am Samstag mit Einsteiger-Betreuung, Anmeldung vor Ort.

SI-Cards und Kompasse für die Wettkämpfe werden zur Verfügung gestellt.

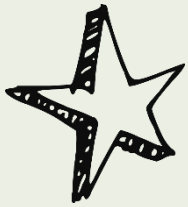
Familien- und Offen-Kategorien

Die Offen-Kategorien eignen sich für Einsteiger und werden an allen drei Tagen angeboten.

Offen sCOOL (OS)	einfache Anfängerbahn mit Orientierungshilfen für die Jahrgänge 2008 und jünger. Begleitung erlaubt
Offen kurz (OK)	einfache Bahn für Einsteiger, Gruppen erlaubt
Offen mittel (OM)	mittelschwere Bahn, Gruppen erlaubt
Offen lang (OL)	für technisch Fortgeschrittene, Gruppen erlaubt
Familie (FAM)	einfache Bahn, mindestens 1 Erwachsener und 1 Kind

Startgeld Offen-Kategorien

	Freitag[1]	Samstag	Sonntag
Jg 2002 und älter	27.-	24.-	24.-
Jg 2003 – 2006	19.-	16.-	16.-
Jg 2007 und jünger	13.-	10.-	10.-
FAM	27.-[2]	24.-[2]	24.-



Zusätzliche Karten für Teams: CHF 5.- pro Karte

[1] Am Freitag erhöhtes Startgeld wegen Bustransport

[2] Am Freitag und Samstag offeriert McDonald's für Familien gegen Vorlage des ausgefüllten Gutscheins einen Gratisstart. Gutscheine liegen in den Aargauer McDonald's Restaurants auf oder können via www.aolv.ch heruntergeladen werden. Familien, die online anmelden, erhalten das Startgeld bei Abgabe des McDonald's Gutschein an der Information zurück.

Anmeldung Offen-Kategorien

	Anmeldung	Startfenster
Freitag[3]	16:30 – 18:30	17:30 – 19:30
Samstag	12:00 – 15:00	13:00 – 16:00
Sonntag (OS, OM)	09:00 – 11:30	10:00 – 12:30
Sonntag (OK, OL, FAM)	09:00 – 11:30	11:00 – 12:30

[3] Freitag: Anmeldung und Info sowohl in Neudorf als auch bei der Lindenhalle Gunzwil (für Einheimische und eilige öV-Reisende, die nicht nach Neudorf fahren wollen)

Der Family O Day ist Bestandteil des vielfältigen Breitensport-Programms des Aargauer OL-Verbands.

Aargauer OL-Verband

UTA GRUPPE www.uta.ch

SWISSLOS Sportfonds Aargau

Technische Weisungen für alle 3 Tage

Wertungsmodus	Für die Gesamtwertung zählt die Gesamtzeit über alle 3 Tage. Die dritte Etappe wird im Jagdstartmodus durchgeführt, wobei mit den Rückständen gemäss Zwischenrangliste nach zwei Etappen gestartet wird. Für die Gesamtwertung werden nur Läufer*innen gewertet, welche für alle Etappen vorangemeldet sind.
Laufgelände	Übersicht auf geo.admin.ch, alte Karten und Fotos auf www.3days.ch.
ASJM-Wertung	Die Etappen 1 und 2 zählen in den Jugendkategorien je als ein Wertungslauf des McDonald's Cup (ASJM).
Startzeiten / Startlisten	Nur für Etappe 3 (Jagdstart) für die nach zwei Etappen Klassierten in den Leistungskategorien (ausser D/H 10). Die Startlisten werden am Abend des 12. August unter www.o-l.ch und www.3days.ch publiziert und im WKZ angeschlagen. Etappen 1 und 2, D/H 10, offene Kategorien, Nicht-Klassierte: Fliegende Startliste.
Startnummern	Die Startnummern sind beim Busauslad (Freitag) bzw. bei der Info (Samstag und Sonntag) zur Selbstbedienung aufgehängt (nach Nachname sortiert). Bei fehlender Startnummer: bei der Info melden (Freitag: Helfer beim Busauslad). Kein Start ohne Startnummer!
Posten-beschreibungen	Liegen beim Vorstart zur Selbstbedienung auf und sind auf der Karte aufgedruckt. OS, OK, D10, H10, D12, H12 und FAM in Textform (deutsch). Für alle anderen Kategorien: IOF-Symbole.
Bahneindruck	Eingedruckte Bahnen an allen Etappen und für alle Kategorien.
Ablauf am Start	Frei wählbare Startzeiten in allen Kategorien (ausser Jagdstart, siehe technische Weisungen zur Etappe 3).

	OM, OL, Leistungskategorien ohne D/H 10	**D/H 10, OS, FAM, OK**
Go	… Bahn 4 Bahn 3 Bahn 2 Kartenboxen (Selbstbedienung) Start auslösen	Start auslösen Start-Check Bei Fragen sowie für Tipps stehen Betreuer zur Verfügung Abgabe der Laufkarte
-1 Min	Start-Check	
-2 Min	70 Meter (nur Etappe 1)	
-3 Min	70 Meter (nur Etappe 1)	
frei	Postenbeschreibungen (Selbstbedienung) Löschen und Prüfen (selbstständig)	

Die Postenbeschreibungen, Korridore und Karten sind mit «Bahn 1», «Bahn 2» usw. beschriftet. Die Bahnnummern pro Kategorie sind in den Streckendaten weiter hinten sowie auf den Startnummern zu finden.

Alle Teilnehmenden sind selbst dafür verantwortlich, die richtige Laufkarte zu nehmen.

D/H10 Offen sCOOL	Diese Kategorien haben sehr einfache Bahnen. Alle Posten stehen an Leitlinien. Bei den Wald-Etappen (Samstag und Sonntag) sind Orientierungshilfen (Smileys 😊 und Frusties ☹️) vorhanden und ein Wegvorschlag ist auf der Karte eingezeichnet.

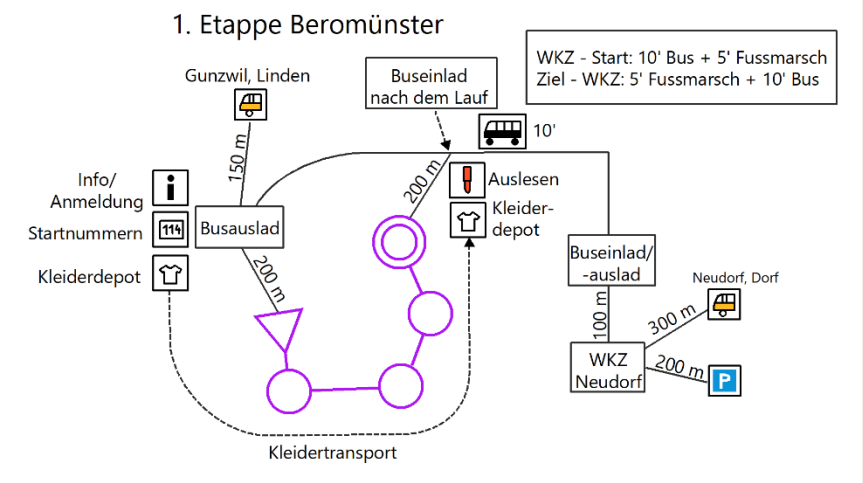
Sperrgebiete / Pflichtstrecken	Sind auf der Karte eingedruckt und müssen beachtet werden. Missachtung führt zu Disqualifikation. Ausgezogene Randlinien von Sperrgebieten sind im Wald mit Bändern markiert.
Posten	Postenflaggen mit SPORTident-Einheit (Air+ aktiviert). Die Posten sind in der vorgeschriebenen Reihenfolge anzulaufen. Bei nicht funktionierender SI-Einheit (kein akustisches und/oder optisches Signal) oder fehlender SI-Einheit ist mit der Zange auf die Laufkarte in die Reserve-Felder zu stempeln und die Karte beim Auslesen abzugeben.
Ziel	Der Zielposten muss quittiert werden (Air+ aktiviert).
Zielverpflegung	FOCUSWATER und Wasser
Laufaufgabe	Aufgebende Läufer*innen müssen sich bei der Auswertung zurückmelden. Für die Kosten einer allfälligen Suchaktion muss der/die fehlbare Läufer*in aufkommen.
Kartenrückgabe	Karten können nach dem Lauf behalten werden, dürfen jedoch noch nicht gestarteten Läufer*innen nicht gezeigt werden (Fairness).
Auswertung	Alle Etappen werden mit dem elektronischen Postenkontrollsystem SPORTident ausgewertet (SI-Card kann bei der Anmeldung/Info gratis ausgeliehen werden). Nach Beendigung der Etappe SI-Cards sofort auslesen lassen. Wer seine SI-Card 30 Minuten nach Zielschluss nicht ausgelesen hat, wird nicht gewertet.
Rangliste	Etappenrangliste auf live.3days.ch. Die Gesamtrangliste nach der 2. und 3. Etappe wird im WKZ angeschlagen und auf www.3days.ch publiziert. Offizielle Ranglisten auf www.o-l.ch.
Laufabsage	Bei Gewitter, Sturm oder anderen Ereignissen kann der Lauf durch den Veranstalter abgesagt, unterbrochen oder abgebrochen werden. Es besteht kein Anspruch auf Startgeldrückerstattung.
Rangverlesen	Im Wettkampfzentrum am Sonntag, 13. August 2023, ca. 13:30 Uhr Preisberechtigt: die ersten drei pro Kategorie der Gesamtwertung.
Schiedsgericht	Adrian Klauser (Laufleiter), Martin Gantenbein und die/der verantwortliche Bahnleger*in der Etappe.

Die Etappen 1 und 2 zählen zum McDonald's-Cup 2023.
So steht's in der Zwischenrangliste

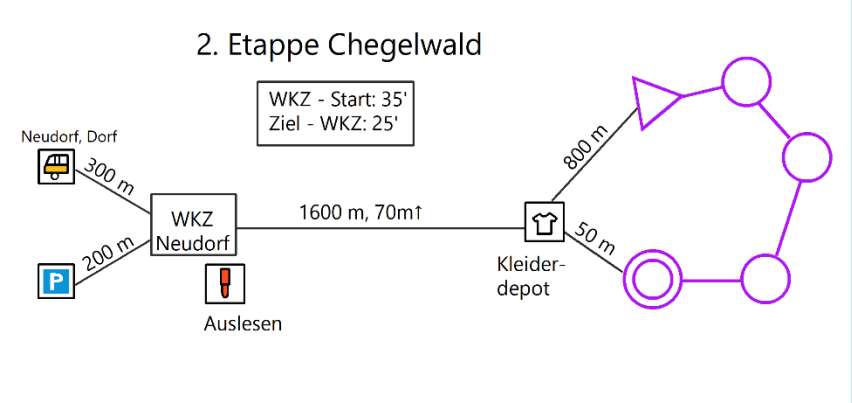
Nichts verpassen! Checke
Instagram und www.3days.ch

UTA GRUPPE www.uta.ch
Aargauer OL-Verband
KARDIOLOGIE MITTELLAND
FOCUS WATER
RAIFFEISEN
BAUMANN
Ein Unternehmen der Grüter Hans AG Oberkirch
HUG SANITÄR+HEIZUNGEN AG
SKYDIVE LUZERN

Etappe 1: Freitag, 11. August 2023

Wettkampftyp	Sprint (urban)
Laufkarte	Dorf Beromünster, Stand 2023, 1:4'000, 2m Aequidistanz
Gelände	Stadt-OL mit einem wunderschönen Stiftsbezirk und stattlichen Bürgerhäusern im Zentrum, sowie dem Bach Wyna, abgerundet von neueren Aussenquartieren.
Schuhwahl	Wir empfehlen Laufschuhe für die Strasse. Schuhe mit Spikes sind nicht erlaubt.
Bahnlegung	Matthias Moser, Kontrolle: Stephan Rudolf
Übersicht	
WKZ – Start	Bustransport nach Beromünster (10 Min), von dort 150 m zu Fuss zum Start. Erster Bus 16:45, danach ca. alle 15 Minuten.
Kleidertransport	Kleider können beim Busauslad deponiert werden und werden zum Ziel transportiert.
Toiletten	3 Toi Toi beim Vorstart. Bitte Toiletten im Wettkampfzentrum benutzen.
Ablauf am Start	Fliegende Startliste zwischen 17:30 und 19:30 Uhr. Details zum Ablauf am Start siehe oben (Technische Weisungen alle Tage).
Strassenverkehr	Mit gewöhnlichem Quartierverkehr ist zu rechnen. Bitte Vorsicht beim Überqueren der Strassen.
Maximalzeit	60 Minuten, Zielschluss 60 Minuten nach dem letzten Start.
Auswertung	Auswertung direkt beim Ziel.
Ziel – WKZ	200 m zu Fuss vom Ziel zum Buseinlad, Bustransport nach Neudorf (10 Min).
Hinweise	Das Nichtbeachten von verbotenen Gebieten (Sperrgebiete sowie auf der Karte olive markierte Privatflächen) führt zur Disqualifikation. öV-Reisende mit knappem Zeitbudget können direkt zum Start anreisen (Haltestelle Gunzwil, Linden), Gepäck wird mit dem Kleidertransport zum Ziel gebracht. Einheimische können sich bei der Lindenhalle in Gunzwil anmelden und müssen nicht nach Neudorf fahren. Keine Parkplätze in Beromünster, wildes Parkieren führt zur Disqualifikation. Wer mit dem Auto anreist, parkiert beim WKZ in Neudorf und benutzt den Bustransport.

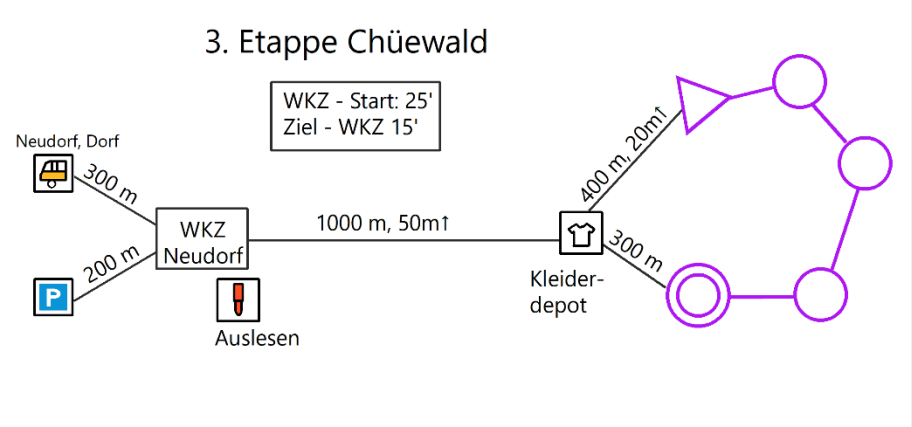
Etappe 2: Samstag, 12. August 2023

Wettkampftyp	Mitteldistanz
Laufkarte	Chegelwald, Stand 2023, 1:10'000
Gelände	flacher Mittellandwald mit unterschiedlicher Belaufbarkeit, vielen Rinnen und dichtem Wegnetz
Bahnlegung	Matthias Merz, Kontrolle: Daniel Klauser
Übersicht	
WKZ – Start	2400 m Fussmarsch und 70 m Steigung zum Start: Zeitbedarf ca. 35 Minuten.
Kleiderdepot	Kleiderdepot in Zielnähe (50 m)
Toiletten	3 Toi Toi beim Vorstart. Bitte Toiletten im Wettkampfzentrum benutzen.
Ablauf am Start	Fliegende Startliste zwischen 13:00 und 16:00 Uhr. Details zum Ablauf am Start siehe oben (Technische Weisungen alle Tage).
Maximalzeit	120 Minuten, Zielschluss 2 Stunden nach dem letzten Start.
Ziel – WKZ	1600 m, bergab
Hinweise	Für die Kategorien D/H 10, OS, D/H 12, FAM und OK gibt es zwischen zwei Posten eine im Gelände mit Fähnchen markierte Strecke. Mobile Hochsitze sind nicht kartiert:

Mobiler Hochsitz (nicht kartiert)

Fixer Hochsitz (kartiert)

Etappe 3: Sonntag, 13. August 2023

Wettkampftyp	Langdistanz
Laufkarte	Chüewald, Stand 2023, 1:10'000
Gelände	Mittellandwald mit unterschiedlicher Belaufbarkeit, vielen Rinnen und dichtem Wegnetz
Bahnlegung	Hubert Klauser, Kontrolle: Lilian Knechtli
Übersicht	
WKZ – Start	1400 m Fussmarsch und 70 m Steigung zum Start: Zeitbedarf ca. 25 Minuten.
Kleiderdepot	Kleiderdepot in Zielnähe (300 m)
Toiletten	3 Toi Toi beim Vorstart. Bitte Toiletten im Wettkampfzentrum benutzen.
Jagdstart	Jagdstart gemäss Startliste zwischen 10:00 und 11:30 Uhr für alle nach zwei Etappen Klassierten in den Leistungskategorien (ausser D/H 10). Die Nullzeiten für die Jagdstarts werden ab 7. August auf www.3days.ch publiziert. Die nachstehenden Kategoriengruppen haben an allen Etappen die gleiche Bahn, hier wird pro Gruppe eine kategorienübergreifende Jagdstartliste erstellt, der Schnellste aller Kategorien der Gruppe startet zur Nullzeit: • D18, D35, D40 • D75, D80 • H18, HAM, H35, H40 • H45, H50 • H55, H60 • H65, H70 • H80, H85 Teilnehmende mit einem Rückstand von mehr als 30 Minuten starten im Minutenintervall. Bei kategorienübergreifendem Jagdstart bezieht sich dieser Rückstand auf die letztstartende Führende einer der Kategorien.
Freie Startzeiten	**D/H 10, OS, OM:** Fliegende Startliste zwischen 10:00 und 12:30 Uhr. Wir bitten die nach zwei Etappen Klassierten D/H 10, vor 11:30 zu starten. **OK, OL, FAM und nicht klassierte D/H 12:** Fliegende Startliste zwischen 11:00 und 12:30. **Übrige nicht klassierte:** Fliegende Startliste zwischen 11:30 und 12:30. Details zum Ablauf am Start siehe oben (Technische Weisungen alle Tage).

Ablauf Jagdstart

<table>
<tr><td rowspan="2">Go</td><td rowspan="2">…
Bahn 3
Bahn 2
Bahn 1
Kartenboxen (Selbstbedienung)</td><td rowspan="5"></td><td>Late-Start auslösen</td></tr>
<tr><td rowspan="4">Verspäteter Start</td></tr>
<tr><td>-1 Min</td><td>Start-Check</td></tr>
<tr><td>…</td><td>Einreihung gemäss Startzeit durch Start-Helfer</td></tr>
<tr><td>-4 Min</td><td>Aufruf</td></tr>
<tr><td rowspan="2">frei</td><td colspan="3">Postenbeschreibungen</td></tr>
<tr><td colspan="3">Löschen und Prüfen</td></tr>
</table>

Es gilt die Startzeit gemäss Startliste – keine Starteinheit zum Auslösen der Startzeit.

Verspätete bedienen sich selbstständig bei den Postenbeschreibungen und löschen und prüfen ihre SI-Card. Danach melden sie sich beim Spätstart-Korridor und registrieren an der Late-Start-Einheit ihre effektive Startzeit. Diese wird nur aktiviert, wenn die Verspätung nicht selbstverschuldet ist – zur Beurteilung durch das Schiedsgericht muss nach dem Lauf eine entsprechende Begründung bei der Info eingereicht werden (keine Diskussion am Start).

Maximalzeit	150 Minuten, Zielschluss 2.5 Stunden nach dem letzten Start.
Ziel – WKZ	1300 m, bergab
Verpflegung	Bahnen mit über 5.5 km Distanz haben 1 – 2 Verpflegungsposten (Wasser). Die Verpflegungsposten sind auf der Postenbeschreibung gekennzeichnet.
Hinweise	Es führt ein markierter Bike-Trail durch den Wald.

UTA GRUPPE www.uta.ch
FOCUS WATER
RAIFFEISEN
BAUMANN Holzbau-Innenausbau AG
Aargauer OL-Verband
Ein Unternehmen der Grüter Hans AG Oberkirch
HUG SANITÄR+HEIZUNGEN AG HUG
KARDIOLOGIE MITTELLAND
SKYDIVE LUZERN

Streckendaten

	Etappe 1 (Sprint)				Etappe 2 (Mitteldistanz)				Etappe 3 (Jagdstart)			
Kat	Bahn	km[a]	Hm[c]	Posten	Bahn	km[b]	Hm[c]	Posten	Bahn	km[b]	Hm[c]	Posten
D10	1	2.2	30	15	1	1.9	15	10	1	2.3	45	11
D12	2	2.4	40	17	2	2.7	20	14	2	3.5	50	12
D14	13	2.7	30	19	3	3.6	30	12	3	5.3	70	14
D16	12	2.7	50	21	4	3.9	35	12	4	6.1	90	15
D18	7	3.0	65	18	15	3.9	50	14	15	6.1	90	16
D35	7	3.0	65	18	15	3.9	50	14	15	6.1	90	16
D40	7	3.0	65	18	15	3.9	50	14	15	6.1	90	16
D45	6	2.8	60	15	8	4.1	40	12	8	6.0	80	14
D50	8	2.8	60	14	8	4.1	40	12	8	6.0	80	14
D55	8	2.8	60	14	10	3.3	30	11	10	5.6	75	15
D60	9	2.5	50	15	10	3.3	30	11	10	5.6	75	15
D65	9	2.5	50	15	12	2.8	30	11	12	3.9	70	12
D70	10	2.0	40	12	12	2.8	30	11	12	3.9	70	12
D75	10	2.0	40	12	14	2.5	25	10	14	3.8	65	11
D80	10	2.0	40	12	14	2.5	25	10	14	3.8	65	11
DAL	4	3.2	60	18	7	4.6	60	17	7	8.1	120	20
DAM	7	3.0	65	18	8	4.1	40	12	8	6.0	80	14
DAK	9	2.5	50	15	12	2.8	30	11	12	3.9	70	12
DB	13	2.7	30	19	3	3.6	30	12	3	5.3	70	14
H10	1	2.2	30	15	1	1.9	15	10	1	2.3	45	11
H12	2	2.4	40	17	2	2.7	20	14	2	3.5	50	12
H14	15	2.6	50	17	3	3.6	30	12	3	5.3	70	14
H16	14	3.4	70	22	5	4.4	40	11	5	7.2	90	16
H18	3	3.8	75	25	7	4.6	60	17	7	8.1	120	19
H35	3	3.8	75	25	7	4.6	60	17	7	8.1	120	19
H40	3	3.8	75	25	7	4.6	60	17	7	8.1	120	19
H45	4	3.2	60	18	9	4.4	50	15	9	7.3	100	19
H50	4	3.2	60	18	9	4.4	50	15	9	7.3	100	19
H55	5	3.0	55	17	11	4.2	65	12	11	6.8	90	18
H60	5	3.0	55	17	11	4.2	65	12	11	6.8	90	18
H65	6	2.8	60	15	13	4.0	40	12	13	6.2	80	14
H70	6	2.8	60	15	13	4.0	40	12	13	6.2	80	14
H75	16	2.0	35	11	6	3.5	40	12	6	4.7	90	13
H80	16	2.0	35	11	14	2.5	25	10	14	3.8	65	11
H85	16	2.0	35	11	14	2.5	25	10	14	3.8	65	11
HAL	11	3.9	85	21	16	5.9	80	16	16	9.6	130	29
HAM	3	3.8	75	25	7	4.6	60	17	7	8.1	120	19
HAK	8	2.8	60	14	6	3.5	40	12	6	4.7	90	13
HB	15	2.6	50	17	4	3.9	35	12	3	5.3	70	14
OS	1	2.2	30	15	1	1.9	15	10	1	2.3	45	11
FAM	2	2.4	40	17	2	2.7	20	14	2	3.5	50	12
OK	2	2.4	40	17	2	2.7	20	14	2	3.5	50	12
OM	12	2.7	50	21	3	3.6	30	12	17	4.1	65	13
OL	14	3.4	70	22	5	4.4	40	11	5	7.2	90	16

[a] Distanz auf einer möglichen Route, [b] Distanz Luftlinie, [c] Steigung auf einer möglichen Route

geringfügige Änderungen vorbehalten

Vielen Dank unseren Silber- und Bronze-Sponsoren

UTA GRUPPE www.uta.ch

RAIFFEISEN

FOCUS WATER

BAUMANN Holzbau-Innenausbau AG

Aargauer OL-Verband

HUG SANITÄR+HEIZUNGEN AG

Ein Unternehmen der Grüter Hans AG Oberkirch

HUG

KARDIOLOGIE MITTELLAND

SKYDIVE LUZERN

HUWILER MASCHINENBETRIEB

archimetra architektur planung design

eatec ELEKTRO AUTOMATION

HEDIGER ELEKTRO AG

peka

AC/DC Solar+Elektro GmbH
078 698 60 05
info@solarundelektro.ch
www.solarundelektro.ch
Ihr Profi für Solar und Elektroinstallationen aus der Region

Holz und Bau AG ZIMMERMANN

AUFZÜGE HASLIMANN

AG FÜR TIERGESUNDHEIT
KLEINTIERMEDIZIN SCHWEINEMEDIZIN WIEDERKÄUERMEDIZIN SCHUL- UND KOMPLEMENTÄRMEDIZIN

Hirschen

UTA GRUPPE www.uta.ch

SWISSLOS Sportfonds Aargau