



ZÄHRINGER OL-WEEKEND

OL REGIO BURGDORF & OLG BERN

Weisungen • 2. Nationaler OL Langdistanz (**A) • Sonntag, 29.03.2026



55. Berner Einzel OL

Langdistanz

Forst

Wertungslauf des Wenger Fenster-Cup 2026

SWISSLOS
Sportfonds
Kanton Bern

OL-Nachwuchsheisterschaft BE/SO

Wenger Fenster-Cup

wenger
fenster

Veranstalter	OLG Bern, olgbern.ch
Laufleitung	Matthias Lerf
Bahnlegung / Kontrolle	Simon Wenger / Fabienne Wenger
Technischer Delegierter	Matthias Niggli
Auskunft	Nicole Nussbaumer, nicole.nussbaumer-althaus@olgbern.clubdesk.com , 078 825 41 44

DAS WICHTIGSTE IN KÜRZE

Vorsicht: In der Nacht auf den 29. März werden die Uhren eine Stunde vorgestellt, es gilt Sommerzeit!

Zeitbedarf WKZ->Start

WKZ->Kleiderdepot: ca. 35 Minuten

Kleiderdepot->Start: ca. 10 Minuten

Ziel->Kleiderdepot: ca. 10 Minuten

Kleiderdepot->WKZ: ca. 25 Minuten

GÖNNER

Johann Schneider Ammann

Ohne Nennung

GOLDSPONSOREN



ANREISE	
Anreise mit ÖV	Es wird empfohlen, mit dem ÖV anzureisen! Neuenegg ist mit der S2 ab Bern im Halbstundentakt erreichbar (XX:21/XX:50), die Fahrt dauert 22 Minuten. Ab Bahnhof Neuenegg knapp 10 Minuten zu Fuss zum WKZ
Anreise mit PW	A12, Ausfahrt Nr. 10 Flamatt, Richtung Neuenegg, Zufahrt beschildert ab Dorfeinfahrt Neuenegg. Vier verschiedene markierte Parkplätze, gebührenfrei. Unbedingt dem Verkehrsdienst Folge leisten! Markierter Fussweg von den Parkplätzen zum WKZ (höchstens 10 Minuten).
WETTKAMPFZENTRUM (WKZ)	
Standort	Schulanlage Neuenegg, Schulhausstrasse 5, 3176 Neuenegg Das WKZ ist ab 08.30 Uhr geöffnet.
Anmeldung Offen-Kategorien	Anmeldung nur am Lauftag möglich bei der Information im WKZ von 9.30-12.00 Uhr. Startgeld: Jahrgang 2010 und jünger: CHF 14.– Alle übrigen: CHF 22.– inkl. Familien / Gruppen Zusätzliche Karte: CHF 4.– Miete SI-Card: CHF 2.– Vergabe der Startzeit am Start (fliegende Startliste).
Nachmeldungen und Mutationen	Nachmeldungen und Mutationen sind bis Freitag, 27. März 2026, um 12.00 Uhr über das Mutationsportal modify.picoevents.ch möglich. - Änderung der SI-Card: kostenlos - Nachmeldung (sofern freie Startplätze verfügbar): Startgeld plus Gebühr CHF 10.– - Übertrag des Startplatzes auf eine andere Person: Gebühr CHF 10.–
SIAC Battery Change	Mix Sieber bietet vor Ort den Service an. Bitte um Anmeldung auf https://entry.picoevents.ch/siac.php Dort findet ihr auch weitere Informationen.
Kinderhort	Für Kinder ab 2 Jahren. Voranmeldung auf olgbern.ch bis Montag, 23. März 2026 mit Angabe von: Name / Geburtsdatum / vorhandene Allergien des Kindes sowie Kontaktdaten der Eltern Kinderhort im WKZ (Turnhalle bei Garderoben), offen ab 08.45 Uhr.
Kinder-OL	Kinder-OL beim WKZ (gratis), zwischen 10.00 und 13.30 Uhr.
Festwirtschaft	Reichhaltiges Angebot im WKZ: Schnitzelbrot, Bratwürste, Pasta mit Gourmetsauce, Hotdog, Sandwich, Kuchen. Bezahlung bar oder mit Twint, fürs Essen muss ein Bon gekauft werden (ausser für Kuchen und Sandwiches). Festwirtschaft geöffnet ab 08.30 Uhr, zuerst nur für Kaffee, Getränke und Kuchen.
Sicherheit	Aus Sicherheitsgründen sind Sporttaschen entweder in der Garderobe oder im Freien zu deponieren. Keine Sporttaschen in und um die Aula!

SILBERSPONSOREN

Silikal  **Suisse AG**

**glezendanner
rothrist**

sanoxx
Baubdichtungen



**GEMEINDE
NEUENEGG**



**STADT
BURGDORF**



EGK
Gesund versichert



**Burgergemeinde
Bern**

SPONSORING AGENTUR

Sportparadise Switzerland AG

WETTKAMPF	
Wettkampfform	Einzel-OL über die Langdistanz
Karte	Forst (Stand März 2026) 1:15'000 HE/DE, HAL/DAL, H/D16-20 1:7'500 HAK/DAK, ab D/H50 sowie Offen-Kategorien 1:10'000 alle anderen Kategorien Äquidistanz 5m
Kartenaufnahme	Dieter Hulliger
Gelände	Das Comeback eines wahrlich grossen OL-Waldes: Der legendäre Forst, teilweise mitgenommen vom Lothar-Sturm, hat sich erholt und ist ideal für einen Long-Wettkampf. Ein ausgedehntes Wegnetz, schnelle Passagen ohne Behinderung und Gebiete mit Gebüsch und Dornen erfordern sorgfältige Entscheide bei langen Routenwahlen und im Postenraum.
Darstellung Wurzelstöcke/Kuppen	Der Forst präsentiert sich Ende März als wunderschöner Frühlingswald. Die Schäden des Lothar-Sturms sind aber noch präsent, sodass heute zahlreiche Kuppen (zerfallene Wurzelstöcke) im Gelände vorhanden sind. Nicht alle sind kartiert, Gebiete mit vielen Kuppen wurden mit der Signatur «feincoupiertes Gelände» generalisiert (nicht lagerichtig) aufgenommen. 
Geländesperre	Gemäss Publikation auf swiss-orienteeing.ch .
Kontrollsystem	Sportident, das AIR+-System ist aktiviert.
Startzeiten	Von 10.00 Uhr bis spätestens 14.00 Uhr.

BRONZESPONSOREN

Jordi + Partner AG dipl. Architekten ETH/SIA
Mülinenstrasse 23
CH – 3006 Bern
Tel +41 31 357 03 03
www.jordiarch.ch
office@jordiarch.ch

Zertifiziert nach ISO 9001



**Stämpfli
Kommunikation**

WANDER Fabrikladen



**STUCKI
MÜLLER**
Küche | Bad | Wohnen

SwissFactory Group


YPSOMED
SELFCARE SOLUTIONS


**BURGERGEMEINDE
BURGDORF**

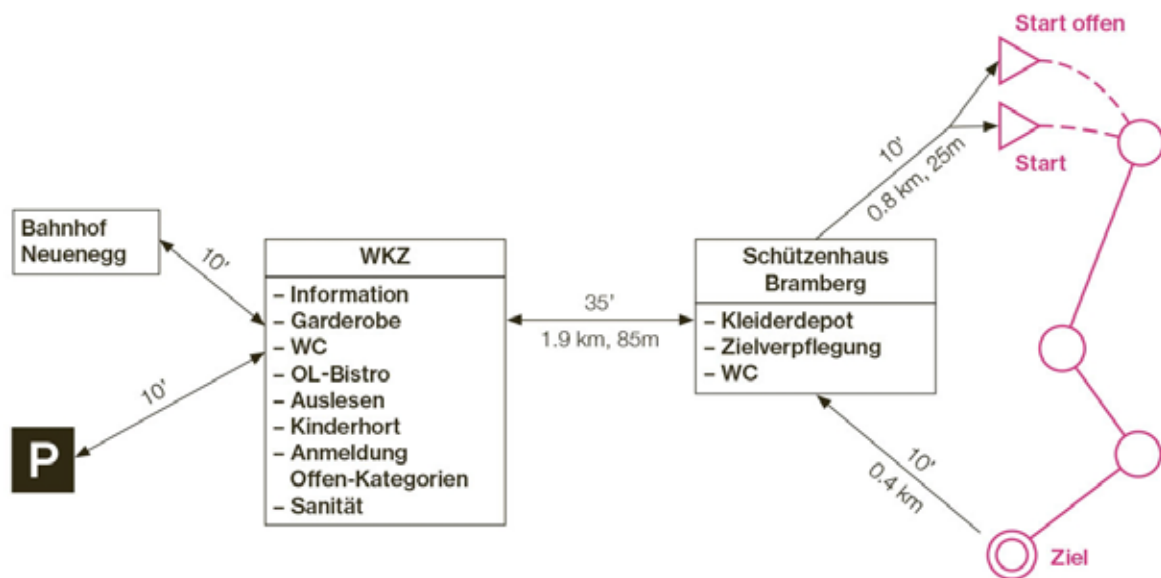

time
Zeitmessung

brandtreuhand

Startreihenfolge	Startzeitblöcke gemäss regionaler Auslosung.
Startlisten	Die Startlisten werden eine Woche vor dem Wettkampf auf swiss-orienteering.ch publiziert.
Weg zum Start	<p>WKZ->Kleiderdepot: 1.9 km, 85 m Steigung, ca. 35 Minuten</p> <p>Kleiderdepot->Start: 0.8 km, 24 m Steigung, ca. 10 Minuten, nach ca. 500 Metern Abzweigung zum Start Offen-Kategorien (separater Start).</p> <p>Der Start ist ausserhalb des Waldes, einlaufen auf dem Weg zum Vorstart. Und auf dem Weg hinauf zum Bramberg-Denkmal (lohnt sich auch wegen der Aussicht!)</p>
Kleiderdepot	Gedecktes Kleiderdepot beim und allenfalls im Schützenhaus der Sportschützen Bramberg.
Toiletten	Im WKZ, verstärkt durch Mobile WCs zu Beginn des Anmarschweges. Im Schützenhaus gibt es ebenfalls vier WCs im Parterre und im Untergeschoss (signalisiert). Das Gebäude darf auch mit Spike-Schuhen betreten werden, aber bitte nicht den ganzen Waldschmutz hineinbringen.
Start	<p>Standardablauf für nationale Läufe. Jede Läuferin und jeder Läufer ist für das Löschen («clear») und Prüfen («check») ihrer/seiner SI-Card verantwortlich.</p> <p>Startzeit -4': Eintritt nach Startliste, Löschen und Prüfen der SI-Card Startzeit -3': Selbstbedienung Postenbeschreibung Startzeit -2': Anzeige Anordnung der Kartenboxen Startzeit -1': Start-Check SI-Card, dann Zutritt zur Kartenbox Start: Die Laufkarte darf erst beim Ertönen des Startsignals der Kartenbox entnommen werden</p> <p>Alle Teilnehmenden sind selber dafür verantwortlich, mit der richtigen Laufkarte zur richtigen Startzeit zu starten (Kategorie und Startuhr kontrollieren)</p>
Start Offen-Kategorien	Separater Start-Kanal für Offen-Kategorien. Der Start muss mit der SI-Card selber ausgelöst werden.
Startpunkt	Markiert mit einem OL-Posten ohne SI-Einheit. Die markierte Pflichtstrecke zum Start darf nicht verlassen werden. Pflichtstrecke: 60 Meter
Bahneindruck	Eingedruckte Bahnen und Postenbeschreibungen für alle Kategorien. Die Posten sind fortlaufend nummeriert und in der richtigen Reihenfolge anzulaufen.
Postenbeschreibung	IOF-Symbole (Selbstbedienung 3 Minuten vor dem Start und auf Laufkarte aufgedruckt). Für die Offen-Kategorien liegen diese bei der Anmeldung im WKZ auf, Selbstbedienung als IOF- oder Textpostenbeschreibung.
Übergänge im Wald	<p>Die Verbindungsstrasse zwischen Süri und Matzenried durchquert das Laufgebiet. Für die Teilnehmenden ist diese Strasse grundsätzlich gesperrt. Sie darf weder gequert noch darf ihr entlanggelaufen werden. Auf der Karte ist die Strasse mit der Signatur Sperrgebiet (Symbol 709) markiert. Ausnahme: Die längeren Kategorien passieren die Strasse zweimal bei einem markierten Pflichtübergang.</p> 
Sperrgebiete	Es gibt einige Sperrgebiete im Wald, betreten führt zur Disqualifikation!

Posten / Postenkontrolle	Weiss-Orange Postenflagge gemäss WO mit SPORTident-Einheiten (AIR+ aktiviert). Posten mit SI-Card quittieren. Bei nicht funktionierendem AIR+ (Batterie der SIAC leer) SIAC zum Quittieren ins Loch der SI-Einheit halten. Bei nicht funktionierender SI-Einheit (kein akustisches und kein optisches Signal) oder fehlender SI-Einheit ist mit der Zange auf der Laufkarte zu stempeln, im Ziel unaufgefordert das Team vor Ort zu informieren und die Laufkarte mit Namen versehen zur Kontrolle abzugeben. Beim Auslesen ist entsprechend zu informieren.
Verpflegung	Es gibt diverse Verpflegungsposten mit Wasser im Laufgelände und bei den Übergängen. Sie sind auf der Laufkarte markiert.
Holzarbeiten	Im Laufgebiet können insbesondere die längeren Bahnen durch kurzfristige Holzarbeiten tangiert werden. Sollten dadurch Behinderungen entstehen, werden entsprechende Informationen vor dem Lauf kommuniziert.
Rückegassen (Schneisen)	Rückegassen für zukünftige oder erfolgte Holzarbeiten sind auf der Karte gelb (gut belaufbar) bzw. grün (schlechter belaufbar) dargestellt. Sie sind nur dort kartiert, wo sie im Gelände deutlich erkennbar sind und auch beim Queren wahrgenommen werden. 
Ziel	Der Weg vom letzten Posten zum Ziel ist markiert. Das Ziel muss mit der SI-Card quittiert werden. Die Karten können im Ziel behalten werden. Diese den noch nicht gestarteten Laufenden nicht zeigen. Wir bitten um Fairness!
Zielverpflegung	FOCUS Water, nicht unmittelbar beim Ziel, sondern beim Kleiderdepot vor dem Schützenhaus.
Fairness	Das Teilen von Informationen über den Wettkampf mit noch nicht Gestarteten ist untersagt. Auch die Publikation des Laufes auf sozialen Medien (Strava etc.) ist bis nach dem letzten Start verboten.
Maximalzeit	150 Minuten.
Zielschluss	150 Minuten nach dem letzten Start.
Sanität	Sanitätszimmer im WKZ, Erste-Hilfe-Material beim Schützenhaus. Notfallnummer: 077 473 53 02
Weg Ziel->WKZ	Ziel->Kleiderdepot, 0.4 km, ca. 10 Minuten Kleiderdepot->WKZ, 1.9 km, ca. 25 Minuten
Auswertung	Bei der Ankunft im WKZ in Neuenegg nach dem Lauf bitte sofort SI-Card auslesen! Aufgebende Teilnehmende müssen ihre SI-Card ebenfalls unbedingt auslesen, damit Suchaktionen verhindert werden können.
Ranglisten	Liveresultate: https://phitime.ch/live Die definitive Rangliste wird auf swiss-orienteeing.ch publiziert.
LiveloX	Das Tool wird nach dem letzten Start freigeschaltet.
Medien	Esther Diener (esther.diener@dienerbern.ch)
Wettkampfrichter	Hermann Wenger (OLG Bern), erreichbar bei der Auswertung/Information.

Beschwerden	Vor Einreichen einer Beschwerde muss mit dem Wettkampfrichter Rücksprache genommen werden, mit dem Ziel, die Sache einvernehmlich zu regeln. Wird keine Lösung gefunden, ist die Beschwerde schriftlich bis spätestens eine Stunde nach Zielschluss bei der Information mit dem dort vorliegenden Formular einzureichen. Sich beschwerende Personen müssen sich zur Verfügung des Schiedsgerichts halten.
Schiedsgericht	Alain Juan Matthias Niggli Matthias Lerf
Anti-Doping	Mit der Anmeldung unterstellt sich alle Teilnehmenden den Anti-Doping Regeln von Swiss Olympic. Es können Dopingkontrollen bei allen durchgeführt werden. Bei D/HE und D/H20 darf nur starten, wer die Erklärung zum Dopingstatut unterzeichnet und eingereicht hat.
Datenschutz	Es gilt WO Art.19bis
Versicherung	Ist Sache der Teilnehmenden. Der Veranstalter lehnt für sich und seine Hilfspersonen jede Haftung gegenüber den Teilnehmenden ab, soweit dies gesetzlich zulässig ist.
Laufabsage	Eine allfällige Laufabsage wird auf swiss-orienteering.ch und olgbern.ch kommuniziert.





VITAMIN
FOCUS
WATER +
ACTIVE

VITAMIN
FOCUS
WATER +
RELOAD
VITAMIN B12 & MAGNESIUM
reloads your batteries
LEMON & LIME

VITAMIN
FOCUS
WATER +
ACTIVE
VITAMINS B6 & C, MAGNESIUM
reduce your fatigue
PINEAPPLE & MANGO

VITAMIN
FOCUS
WATER +
CARE
VITAMINS B3 & BIOTIN
care for your well-being
MIRABELLE & RHUBARB

VITAMIN
FOCUS
WATER +
CALM
0 SUGAR
0 SWEETENERS
RASPBERRY & RHUBARB FLAVOUR
VITAMINS B3 & BIOTIN, MAGNESIUM

VITAMIN
FOCUS
WATER +
SHINE
0 SUGAR
0 SWEETENERS
PASSIONFRUIT FLAVOUR
BIOTIN & ZINC

0 Zucker Süßung

Summa summarum: ganz solide

Lassen Sie uns gemeinsam an Ihrer finanziellen Zukunft arbeiten, um Ihren Träumen Flügel zu verleihen. Wir setzen uns unermüdlich für Ihre Ziele ein und kennen unser Fluggebiet!



Gut finanziert
Meine ganz persönliche Bank

EEK
BANK



fisolan.ch

Sponsor von
Matthieu Bühler



DÄMMSTOFF SCHAFWOLLE

Abbau von Formaldehyd Wohngifte wie Formaldehyd werden in der Schafwollfaser abgebaut.

Dämmplatten sind formstabil und erlauben ein effizientes Verlegen.

Einbaumöglichkeiten: Dachisolation, Decken, Böden, Holzwände zwischen und auf den Dachsparren

Fugenzöpfe von 10–30 mm bei Fenstern und Türen verwendbar.

Dank innovativer Aufwicklung, einfach abwickelbar und kein Verknoten

Brandkennziffer 5.2 schwer brennbar
Mit **Mottenschutz** ausgerüstet.

Bestes Preis- Leistungsverhältnis
und ab sofort über den Grosshandel in der Schweiz verfügbar



für Dämmplatten
und Fugenzöpfe

Jetzt Musterbox
bestellen!

fisolan@fisolan.ch | Tel. 031 838 40 30

GESUNDES WOHNKLIMA

MINERGIE®

Minergie AG, 8002 Zürich
www.minergie.ch

FISOLAN AG | Biglenstrasse 505 | CH-3077 Enggistein
Tel. 031 838 40 30 | fisolan@fisolan.ch | fisolan.ch



Wenn deine Gesundheit
natürliche Wege geht.

Komplementärmedizin ist Teil unserer DNA.

EGK-Gesundheitskasse

Dornacherplatz 19 | 4500 Solothurn
solothurn@egk.ch | T 032 628 68 80 | egk.ch



griezendanner
rothrist



Bodenbeschichtungen ■ Abdichtungen ■ Polymerbeton

Silikal  Suisse AG

Möösli 1 | 3425 Willadingen | T 034 413 17 17 | F 034 413 17 27 | mail@silikal.ch | www.silikal.ch

sanoxx
Bauabdichtungen

Hammerstrasse 49 4410 Liestal
T +41 61 901 42 42
F +41 61 901 52 32

www.sanoxx.ch
sanieren abdichten dämmen

HEIZEN SIE MIT DER KRAFT DER NATUR.



LIEBI 
NACHHALTIGE WÄRMELÖSUNGEN



Unsere Wärmelösungen nutzen die Energie
aus der Umwelt. Komfortabel, effizient und zukunftssicher.
Mehr erfahren Sie auf [liebi.swiss](https://www.liebi.ch)



durch **Gesund**
ganzheitliche
Pharmazie



ryser
apotheke ryser ag

burgdorf · 034 422 20 13 · www.apotheke-ryser.ch

Die Apotheke mit Pfiff.

STUCKI MÜLLER

Küche | Bad | Wohnen

SHOWROOM
Spiez

SHOWROOM
Rüfenacht

Stucki Küchen AG
Showroom Rüfenacht
Worbstrasse 33
3075 Rüfenacht

stucki-mueller.ch
031 839 33 66

Grösste Ausstellungsflächen
im Raum Bern-Thun!

Publikumspreis
Schönste Küche

SWISS
KITCHEN
AWARD

SILBER

2025



WANDER Fabrikladen



ERLEBE UND ENTDECKE UNSERE
PRODUKTE HAUTNAH IN UNSEREM
FABRIKLADEN IN NEUENEGG.

Wander AG, Fabrikstrasse 10, 3176 Neuenegg








Ihre Botschaft. Unser Handwerk.

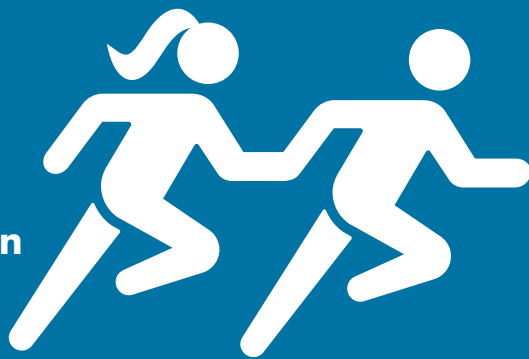
Kommunikation, die Eindruck hinterlässt.

staempfli.com



 **SwissFactory** Group

**Run for fun
mit Ypsomed.**



Ypsomed AG
www.ypsomed.com //  ypsomed

YPSOMED
SELF-CARE SOLUTIONS

brandtreuhand

Gemeinsam gewinnen

Mit Brand Treuhand an deiner Seite!

Ob Privatperson oder KMU – wir bringen
Ordnung und Klarheit in deine Finanzen.
Fair, kompetent und persönlich.

Brand AG Treuhand und Revision
Eigerplatz 4
3007 Bern
031 372 27 55
info@brandtreuhand.ch
www.brandtreuhand.ch

Jordi + Partner AG dipl. Architekten ETH/SIA
Mülinenstrasse 23
CH – 3006 Bern
Tel +41 31 357 03 03
www.jordiarch.ch
office@jordiarch.ch

Zertifiziert nach ISO 9001



phitime.ch
3178 Böisingen

Zeitmessung/Auswertung mit
Live-Results

Tools für OL-Veranstalter

Organisation/Durchführung
von Schul-OLs

OL-Angebote für Schulen

Kartografie