



# Weisungen

## Schweizermeisterschaft im Orientierungslauf Langdistanz

Sonntag 7. September 2025

World Ranking 

Montagne de Lussy nahe Romont FR

Grand Slam 

Datum	Sonntag, 7. September 2025
Startzeiten	Starts zwischen 9h30 und ca. 13h00
Laufzentrum	La Montagne de Lussy, Schiessplatz der Schweizer Armee, nördlich Romont FR <a href="https://s.geo.admin.ch/jz26xaaocgdd">https://s.geo.admin.ch/jz26xaaocgdd</a> Information und OL-Beiz sind geöffnet ab 8h00.
Format des Laufs	Orientierungslauf Langdistanz World Ranking Event (WRE) für die Kategorien Elite & Junioren
Konzept der Veranstaltung	Wir setzen auf kurze Wege: Laufzentrum, Festzelt mit OL-Beiz, Ziel und einer der Starts befinden sich alle beieinander auf dem Schiessplatz. Die Klubs können ihre Zelte aufstellen. Eine spektakuläre Ambiance mit Speaker ist garantiert!
Webseite	<a href="https://ca-rosé.ch/lom-2025">https://ca-rosé.ch/lom-2025</a> Wir sind auch auf Instagram.
Model Event Trainings-OL	Ein Model Event (Trainings-Orientierungslauf) wird am Tag vor der LOM organisiert, Samstag 6. September 2025, mit SPORTident und Rangliste. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Waldhütte Châtonnaye FR, <a href="https://s.geo.admin.ch/n9pquacfa5w">https://s.geo.admin.ch/n9pquacfa5w</a></li> <li>- Startzeiten zwischen 14h00 et 16h00</li> <li>- Drei OL-Bahnen: Kurz &amp; leicht, Kurz &amp; schwierig, Mittel &amp; schwierig; Masstab nach Wahl 1:15'000, 1:10'000, 1:7'500</li> <li>- Anmeldung bevorzugt über <a href="https://ol-events.ch">https://ol-events.ch</a> bis 3. September 2025</li> </ul> Ausschreibung mit detaillierten Informationen auf <a href="https://ca-rosé.ch/lom-2025">https://ca-rosé.ch/lom-2025</a>
Cloud-O in Romont	Ab 1. September steht ein Cloud-O in Romont bereit. Kostenloser Download Karte auf <a href="https://ol-events.ch/cloud-o-days">https://ol-events.ch/cloud-o-days</a> . Viel Spass beim Entdecken!
Organisator	CA Rosé, Orientierungslauf und Leichtathletik-Verein, Gemeinde Avry-Rosé FR
Laufleiter	Thomas Bühler, 079 548 27 49, <a href="mailto:tom.buehrer@bluewin.ch">tom.buehrer@bluewin.ch</a>
Bahnlegung & Kontr.	Mathias Blaise, Marion Risse, Quentin Mertenat
Information & Auskunft	Auf Deutsch: Jolanda Wehrli, 079 295 89 48, <a href="mailto:jolanda.wehrli@bluewin.ch">jolanda.wehrli@bluewin.ch</a> Auf Französisch & Englisch: Alison High, 079 891 23 75, <a href="mailto:highs@bluewin.ch">highs@bluewin.ch</a>
Techn. Delegierter	Christophe Ingold
Wettkampfrichterin	Alison High, 079 891 23 75
Schiedsgericht	Urs Hofer (Swiss Orienteering), Reto Pusterla (Swiss Orienteering), Alain Juan (Swiss Orienteering), Christophe Ingold (Technischer Delegierter), Thomas Bühler (beratend vom Veranstalter)
Karte & Masstab	La Montage de Lussy, Kartografie im Sommer 2025 Kartografen: Denis Cuche & Hansjörg Suter Kartenmasstab je nach Kategorie: 1:15'000, 1:10'000, 1:7'500, siehe separate Tabelle mit den Streckendaten, Äquidistanz der Höhenkurven 5 m

Gelände & Bahnen	Der Wald auf der Montagne de Lussy ist riesig und bietet grosse Freiheiten bei der Bahnlegung. Charakteristisch für einen typischen Mittellandwald ist die abwechslungsreiche Vegetation von offen & schnell bis dicht & langsam. Überlegte Routenwahlen und präzises Orientieren in den detaillierten Partien sind zentral für ein schnelles Fortkommen. Dank seinem dichten Wegnetz erlaubt der Wald auch eine attraktive Bahnlegung für weniger geübte OL-Läuferinnen und Läufer.
Kartenausschnitte & Fotos Gelände	
Geländesperre	Gemäss Publikation Swiss Orienteering: <a href="https://s.geo.admin.ch/xgpbui1zyd4g">https://s.geo.admin.ch/xgpbui1zyd4g</a> Erlaubt ist die Teilnahme am Model Event vom 6 September 2025, der auf einem Teil der Karte Montagne de Lussy stattfindet.
Laufzentrum	<p>Schiessplatz der Schweizer Armee auf der Montagne de Lussy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Information, Öffnungszeiten 8h00 - 16h00       <ul style="list-style-type: none"> <li>- Startnummern für HE/DE und H20/D20</li> <li>- Einlaufkarten 1:15'000 für WRE-Kategorien HE/DE und H20/D20</li> <li>- Einreichen der Antidoping Formulare für HE/DE und H20/D20</li> <li>- Anmeldung für Offen-Kategorien und Anmeldebestätigung für vorgängig angemeldete Teilnehmende der Offen-Kategorien</li> <li>- Mutation der SI-card Nummer</li> <li>- Beschwerden</li> </ul> </li> <li>- Start 2</li> <li>- Ziel</li> <li>- OL-Beiz im Festzelt</li> <li>- Mobile Toiletten und zusätzliche Toiletten im Gebäude des Schiessplatzes</li> <li>- Waschgelegenheit vor dem Gebäude des Schiessplatzes       <ul style="list-style-type: none"> <li>- Keine Garderoben und keine Duschen</li> </ul> </li> <li>- Sanität im Gebäude des Schiessplatzes</li> <li>- Zonen für das Aufstellen von Klubzelten</li> <li>- OL-Shops</li> </ul> <p>Siehe Kroki am Ende der Weisungen.</p>

Öffentlicher Verkehr	Wir ermutigen euch, mit dem öffentlichen Verkehr anzureisen. SBB bis Romont FR, Halt der Schnellzüge von Bern und Lausanne Extra Bus mit Fahrzeit 10' zwischen Bahnhof Romont und Laufzentrum	
Preis für extra Bus	<b>Billet hin &amp; zurück kostet CHF 5.-</b> , zu bezahlen per TWINT während der Busfahrt oder cash beim Zugang zum Laufzentrum. Fahrplan extra Bus: - Hin: 08h00 – <b>alle 30'</b> – 11h00 - Zurück: 12h50 – 13h50 – 14h50 – 15h20 – 15h50 – 16h20 – 16h50	
Anreise Auto	Signalisiert ab Kantonsstrasse zwischen Romont FR und Châtonnaye. <b>Es ist nicht erlaubt, die Strasse zwischen Lussy und dem Schiessstand der Montagne de Lussy zu befahren.</b>	
Vorsichtig fahren	Fahrt vorsichtig und langsam auf der Zufahrtsstrasse zum Schiessplatz. Läufer überqueren diese Zufahrtsstrasse während des Laufs. Parkplätze auf dem Areal des Schiessplatzes, max. 10' zu Fuss bis zum Laufzentrum	
Parkgebühr	<b>Die Parkgebühr pro Auto beträgt CHF 5.-</b> , zu bezahlen per TWINT oder cash beim Zugang zum Laufzentrum.	
Wohnmobile	Von Samstag 6. auf Sonntag 7. September darf auf dem Areal des Schiessplatzes übernachtet werden. Vorgängige Anmeldung per Mail bei der Auskunft mit Angabe von Name, Mobiltelefon, Fahrzeug-Kennzeichen. Das Wohnmobil muss auf einem der markierten Parkplätze für die LOM parkiert werden. Es hat keine Anschlüsse für Wasser und Strom. Sind Leerungen von Abwasser oder WC notwendig, müssen diese auf dem offiziellen Camping-Platz für Wohnmobile in Romont erfolgen, Promenade des Avoines, 1680 Romont, Koordinaten 46.69757, 6.91783 / N 46° 41' 51.3", E 6° 55' 4.2". Übernachtungsgebühr CHF 10.-, zu bezahlen per TWINT oder cash beim Zugang zum Laufzentrum.	
Eventuelle Laufabsage	Evtl. Laufabsage wegen stürmischem Wetter oder anderem Grund wird bis spätestens 7. Sept. 2025 um 7h00 publiziert auf <a href="https://ca-rosé.ch/lom-2025">https://ca-rosé.ch/lom-2025</a>	
Anmeldung	WO-Kategorien & Offen-Kategorien: via <a href="https://ol-events.ch/races/665">https://ol-events.ch/races/665</a> Offen-Kategorien: Anmeldung auch am Lauftag auf Platz bei der Information	
Anmeldeschluss	25. August 2025	
Mutation	Mutation von Kategorie und/oder Startplatz nur online bis 25. August 2025. Danach sind nur noch Mutationen der SI-Card zugelassen, via das Portal <a href="https://modify.picoevents.ch">https://modify.picoevents.ch</a> oder am Lauftag bei der Information (gratis).	
Kategorien	Gemäss Wettkampfordnung (WO) von Swiss Orienteering: H10/12/14/16/18/20/HE/HAK/HAM/HAL/HB/H35/40/45/50/55/60/65/70/75/80/85 D10/12/14/16/18/20/DE/DAK/DAM/DAL/DB/D35/40/45/50/55/60/65/70/75/80 Offen-Kategorien (Einzel oder als Team): Distanz & Schwierigkeit zunehmend von kurz & leicht bis lang & schwierig: sCOOL – kurz – mittel – lang	
Besondere Laufzeiten	Die Siegerzeiten bei HE/H20 und bei DE/D20 wurden reduziert auf 75 Minuten.	

Startgeld	WO-Kategorien, Alter 21+ CHF 32.- WO-Kategorien, Alter 17-20 CHF 20.- WO-Kategorien, Alter -16 CHF 14.- Offen-Kategorien, nach Alter CHF 14 / 20 / 26 pro Person oder pro Team
Grand Slam 2025	Die LOM zählt für den Grand Slam von Swiss Orienteering presented by EGK. 
World Ranking Event	Die LOM ist ein World Ranking Event (WRE) der IOF. Die Kategorien HE/H20 und DE/D20 laufen dieselbe Bahn. Die zusammengefassten Resultate zählen für das World Ranking. 
Antidoping	Mit der Anmeldung unterstellen sich alle Teilnehmenden den Antidoping-Regeln von Swiss Olympic. Es können Dopingkontrollen bei allen Teilnehmenden durchgeführt werden.  In den Kategorien HE/DE und H20/D20 darf nur starten, wer die Unterstellungserklärung zum Dopingstatut unterzeichnet hat. Informationen unter Swiss Orienteering: <a href="https://www.swiss-orienteeing.ch/de/integritaet/uebersicht-antidoping.html">https://www.swiss-orienteeing.ch/de/integritaet/uebersicht-antidoping.html</a>
Startnummern für HE/DE & H20/D20	Selbstbedienung bei der Information im Laufzentrum. Die Startnummern müssen ungefaltet auf der Brust getragen werden.
Startzeiten	WO-Kategorien: Start gemäss Startliste zwischen 9h30 und ca. 13h00 Offen-Kategorien: Freie Startzeit zwischen 9h30 und 12h00
Startlisten	Die Startlisten werden bis spätestens 2. September 2025 publiziert auf <a href="https://www.o-l.ch/cgi-bin/results?type=start">https://www.o-l.ch/cgi-bin/results?type=start</a>  Erstellung Startlisten: <ul style="list-style-type: none"> <li>- HE/DE: World Ranking Wald, die Bestklassierten am Schluss, Auslosung in 5er-Gruppen</li> <li>- H/D20 et H/D18 et H/D16: PISTE, die Bestklassierten am Schluss, Auslosung in 5er-Gruppen</li> <li>- Übrige Kategorien: Auslosung nach Regionen</li> </ul>
Weg zum Start	<b>Start 1:</b> 1,5 km und 0 m Steigung ab Laufzentrum, siehe Kroki am Schluss der Weisungen <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zwei mobile Toiletten auf dem Weg zum Start 1</li> </ul> <b>Start 2:</b> im Laufzentrum
Einlaufen	<b>Start 1:</b> Auf dem Weg zum Start. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Die WRE-Teilnehmenden (HE/DE et H20/D20) erhalten eine Einlaufkarte, angeheftet an die Startnummer</li> </ul> <b>Start 2:</b> Im Perimeter des Laufzentrums und der Parkplätze.  Es ist verboten, auf den Wiesen ausserhalb Perimeter Laufzentrum/Parkplätze und auf den Wiesen angrenzend an den Weg zum Start 1 einzulaufen.
Startablauf WO-Kategorien	<b>Start 1:</b> Startzeit -5 Minuten: Überqueren der Kantonsstrasse. Nach der Überquerung gemäss Standardprozedere von Swiss Orienteering, siehe Start 2. Die Organisatoren sichern die Überquerung der Kantonsstrasse. <b>Start 2:</b> Standardprozedere von Swiss Orienteering: Startzeit -4 Minuten: Löschen und Testen SI-Card Startzeit -3 Minuten: Selbstbedienung Postenbeschreibung

	<p>Startzeit -2 Minuten: Info über die Anordnung der Kartenboxen</p> <p>Startzeit -1 Minute: Check SI-Card und Aufstellung bei Kartenbox der eigenen Kategorie</p> <p>Nach dem Startsignal die Karte nehmen. Alle Teilnehmenden sind selbst dafür verantwortlich, mit der richtigen Laufkarte zu starten.</p>
Startablauf Offen-Kategorien	<p>Separater Startkorridor für Offen-Kategorien beim Start 2.</p> <p>Ähnlicher Ablauf wie für WO-Kategorien mit dem Unterschied, dass der Start mit der SI-Card ausgelöst werden muss.</p>
Startpunkt	<p>Markierte Pflichtstrecke bis zum Startpunkt. Der Startpunkt ist auf der Karte mit einem Dreieck dargestellt und im Gelände mit einem OL-Posten ohne SI-Einheit markiert.</p> <p>Distanz bis zum Startpunkt:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Start 1: 30 m</li> <li>- Start 2: 180 m</li> </ul>
Verspätete Läufer	<p>Melden sich beim Korridor für verspätete Läufer. Ein Helfer führt möglichst schnell zum Start. Je nach Umstand ist es notwendig, den Start mit der SI-Card auszulösen.</p>
Sperrgebiete	<p>Sperrgebiete sind auf der Karte mit dem Symbol 709 dargestellt (rote Schraffur). Ihre Nichtbeachtung führt zur Disqualifikation.</p>
Kantonsstrasse = Sperrgebiet	<p>Die Kantonsstrasse und ihre Böschungen sind Sperrgebiet. Das Sperrgebiet der Kantonsstrasse ist auf der Karte mit dem Symbol 709 dargestellt (rote Schraffur). Es ist verboten, auf der Kantonsstrasse und ihren Böschungen entlangzulaufen.</p>
Waldränder	<p>Es ist erlaubt, dem Waldrand entlangzulaufen, wenn auf der Karte ein Abstand zwischen dem Symbol 709 (rote Schraffur) und dem Waldrand dargestellt ist.</p>
Verpflegung	<p>Verpflegungen mit Wasser sind mit dem Becher-Symbol dargestellt.</p>
Sanität & erste Hilfe im Gelände	<p>Die Sanität im Laufzentrum befindet sich im Gebäude des Schiessplatzes. Ein erste Hilfe Posten befindet sich bei der Querung der Kantonsstrasse.</p> <p><b>Notfallnummer: 079 251 03 06</b></p>
Überquerung der Kantonsstrasse	<p>Die Läufer des Starts 1 überqueren die Kantonsstrasse während des Wettkampfs. Die Überquerung erfolgt entlang einer Pflichtstrecke. Die Organisatoren sichern die Überquerung. Die Läufer sind gebeten, vorsichtig zu sein und den Anweisungen der Organisatoren Folge zu leisten.</p>
Überquerung der Zufahrtsstrasse zum Schiessplatz / Laufzentrum	<p>Die Läufer des Starts 1 überqueren die Zufahrtsstrasse zum Schiessplatz während des Wettkampfs. Die Läufer dürfen die Zufahrtsstrasse an beliebiger Stelle überqueren. Die Organisatoren bremsen Autos und Busse. Die Läufer sind gebeten, die Zufahrtsstrasse mit Vorsicht zu überqueren.</p>
Posten	<p>Orange-weiße Flaggen. Mit SI-Card quittieren, berührungslos mit AIR+ oder durch Hineinstecken der SI-Card in die SI-Einheit.</p> <p>Falls eine SI-Einheit nicht funktioniert oder fehlt, die Postenzange benutzen. Auf die Laufkarte quittieren und beim Auslesen im Ziel informieren.</p>
Postenbeschreibungen	<p>IOF-Symbole, auf Laufkarte gedruckt und Selbstbedienung am Start.</p>
Ziel	<p>Das Ziel muss mit der SI-Card quittiert werden. Die Klassierung erfolgt aufgrund der auf der SI-Card registrierten Zeit. Auslesen SI-Card direkt nach Ziel.</p> <p>Die Karten müssen im Ziel abgegeben werden. Die Läufer deponieren ihre Karte im Sack der zugehörigen Kategorie. Nach dem letzten Start können die Karten bezogen werden. Es werden keine Karten per Post nachgeschickt.</p>
Zielverpflegung	<p>Verpflegung mit Wasser nach dem Ziel.</p>

Zielschluss	ca. 15h30, Maximalzeit 2h30
Aufgabe	Aufgebende Läufer müssen ihre SI-Card im Ziel auslesen. Kosten für unnötige Suchaktionen können dem fehlbaren Läufer verrechnet werden.
Resultate	Live Resultate unter <a href="https://results.picoevents.ch">https://results.picoevents.ch</a> Die offiziellen Resultate werden nach dem Lauf publiziert auf: <a href="https://www.o-l.ch/cgi-bin/results">https://www.o-l.ch/cgi-bin/results</a>
Beschwerden	Beschwerden sind mit dem Formular gemäss WO 159ff bei der Information einzureichen. Die Wettkampfrichterin ist vorgängig zu informieren. Sich beschwerende Personen halten sich zur Verfügung des Schiedsgerichts. Beschwerdefrist gemäss WO 162.
Kein Kinderhort	Start 2 und Ziel befinden sich im Laufzentrum. Eltern mit Kindern sind gebeten, sich in ihrem Klub zu organisieren.
Festwirtschaft	Grosse Auswahl an Getränken und Essen im Festzelt im Laufzentrum. Bezahlung mit TWINT oder cash.
Rangverkündigung	Ab 15h00 im Festzelt. Medaillen für die Kategorien Elite und Jugend. Naturalpreise für die drei Erstklassierten aller Kategorien. Preisgelder des Grand Slams von Swiss Orienteering presented by EGK <ul style="list-style-type: none"> <li>- HE/DE : CHF 400 – CHF 300 – CHF 200</li> <li>- H20/D20 : CHF 200 – CHF 150 – CHF 100</li> <li>- H20/D20 laufen dieselbe Bahn wie Elite.</li> </ul> Der Organisator bezahlt die Differenz zum Preisgeld der Elite, wenn sich H20/D20 in den ersten Drei scratch klassieren. Es werden keine Preise per Post nachgeschickt. 
Versicherung	Die Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Die Veranstalter lehnen jegliche Haftung ab, soweit dies gesetzlich zulässig ist.
Medien	Am Wettkampftag werden Bild- und Videoaufnahmen gemacht, die im Internet und in Medienberichten veröffentlicht werden können. Mit der Anmeldung erklären sich die Teilnehmenden mit der Veröffentlichung einverstanden. Medienkontakt: Laurine Cudré-Mauroux, 079 420 95 69, <a href="mailto:laurine.cudremauroux@bluewin.ch">laurine.cudremauroux@bluewin.ch</a>
Unterkünfte	Freiburg Tourismus: <a href="https://fribourg.ch">https://fribourg.ch</a> Romont und seine Region: <a href="https://fribourg.ch/fr/romontregion">https://fribourg.ch/fr/romontregion</a>



Sponsoren und Partner

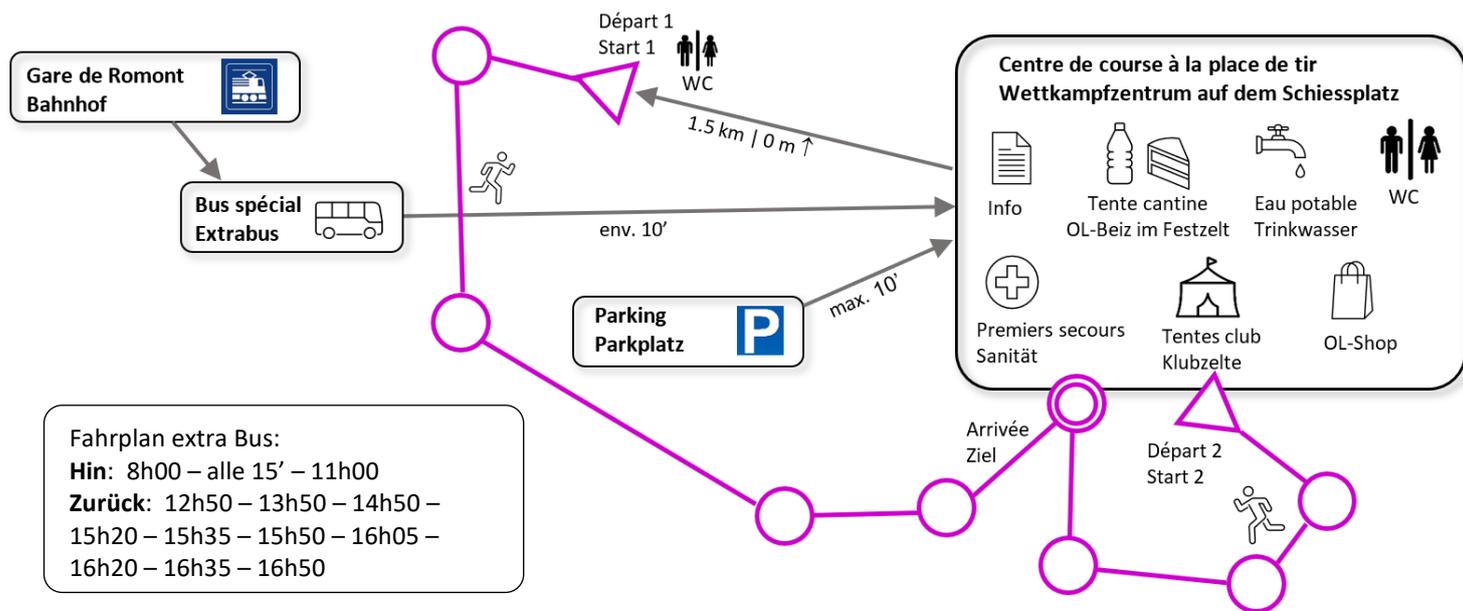
Wir bedanken uns bei unseren wertvollen Partnern!





# Übersichtsplan LOM

7.9.2025





# Wettkampzentrum LOM

## 7.9.2025

