



# Lipica Open 2020

6.-8.3/11.3.2020

[www.lipicaopen.com](http://www.lipicaopen.com)



Alljährlich findet die europäische OL-Saison ihren Auftakt beim traditionellen Lipica-Open. Mehr als 1000 Läufer, unter ihnen auch die Weltspitze, nehmen an dieser Veranstaltung im Slowenischen Karst teil.

Das BG/BRG Fürstenfeld und der OC Fürstenfeld werden ein starkes Team zu diesem Wettkampf entsenden, da ja auch eine Vereinswertung ausgetragen wird - der Sieger gewinnt den begehrten „Lipica-Schinken“.

Dieses Jahr werden wir in Hinblick auf die großen Ziele, die wir als Schule und Verein mit unserem starken Nachwuchs verfolgen, die Besten für den 5-tägigen Bewerb nennen - der Rest nimmt am 2-tägigen Hauptbewerb teil!

Da wir allerhöchstens 25 SchülerInnen unterbringen können, müssen sich Interessenten sobald wie möglich anmelden (Anzahlung: 50€/100€)!

## **Programm:**

### **6.3.2020**

10:30 Abfahrt vor der Schule

Ca. 14:00 Training im Karst

Danach Zimmerbezug im Albergo Alla Valle di Banne, Banne 25, 34151 Triest (2- und 3-Bettzimmer)

19:00 Abendessen im Hotel

### **7.3.2020**

8:00 Frühstück

9:00 Abfahrt zum Wettkampf nach Kokos

11:00 erster Start Lipica Open 1. Tag

Ca. 15:00 Rückfahrt zum Albergo

Ca. 16:00 Fahrt mit der Straßenbahn von Opicina nach Triest

18:00 Abendessen in Triest am Hafen (Pizzeria)

20:00 Rückfahrt mit der Straßenbahn

### **8.3.2020**

7:30 Frühstück

8:30 Abfahrt zum Wettkampf nach Dobravlje

10:00 erster Start Lipica Open 2. Tag

Ca. 14:00 Rückfahrt nach Fürstenfeld

Ca. 18:00 Ankunft in Fürstenfeld

*Ca. 14:00 Fahrt nach Duino (Wanderung entlang des Rilke Pfades, Schloß Duino)*

*Abendessen in Duino*

### **9.3.2020**

7:30 Frühstück

8:00 Abfahrt zum Wettkampf nach Dobravlje

10:00 erster Start Lipica Open 3. Tag

Ca. 15:00 Rückfahrt zum Albergo

Laufanalyse und Regeneration

Abendessen im Albergo

### **10.3.2020**

7:30 Frühstück

8:00 Abfahrt zum Wettkampf nach Kazlje

10:00 erster Start Lipica Open 4. Tag

Ca. 15:00 Rückfahrt zum Albergo

Fahrt zur Grotta Gigante (Tropfsteinhöhle), Besichtigung

Abendessen in Opicina

### **11.3.2020**

7:30 Frühstück

8:00 Abfahrt zum Wettkampf nach Presnica

10:00 erster Start Lipica Open 5. Tag

Ca. 14:00 Rückfahrt nach Fürstenfeld

Ca. 18:00 Ankunft in Fürstenfeld

### **Ausrüstung:**

Reisepass

Laufausrüstung für 2/5 (!) Läufe:

lange Laufhose, langärmeliges Laufdress, Laufschuhe (vorzugsweise mit festem Profil), außerdem (wenn vorhanden): OC-Fürstenfeld - Shirt, Kompass, SI-Chip;

Postenbeschreibungshalterung

dazu: warme Jacke, Haube, feste Schuhe, Regenschutz

### **Verpflegung:**

Ausreichend Getränke, Müsliriegel, Obst

Ab dem 2. Tag gibt es jeweils am Vormittag die Möglichkeit in einem Supermarkt für das Mittagessen einzukaufen.

Bitte keine Naschereien mitbringen!

### **Kosten:**

Selbstbehalt (3Tage): **125€/Schüler** – der Restbetrag wird vom Schulsportverein und vom Orientierungslaufklub (Mitgliedschaft vorausgesetzt) finanziert (damit ist abgedeckt: Fahrt (inkl. Maut), Nenngeld, 2 x Nächtigung, 1 x Abendessen (Fr.), 2 x Frühstück, Fahrt mit der Straßenbahn/Bus)

Noch zu bezahlen oder mitzubringen sind: Mittagsjause, Getränke, Abendessen in Triest  
Selbstbehalt (6Tage): **250€/Schüler** – der Restbetrag wird vom Schulsportverein und vom Orientierungslaufklub finanziert (damit ist abgedeckt: Fahrt (inkl. Maut), Nenngeld, 5 x Nächtigung, 2 x Abendessen, 5 x Frühstück, Fahrt mit der Straßenbahn/Bus, Eintritte)  
Noch zu bezahlen oder mitzubringen sind: Mittagsjause, Getränke, 3 x Abendessen

**Begleitung:** A. Friessnig, J. Friessnig, R. Fesselhofer