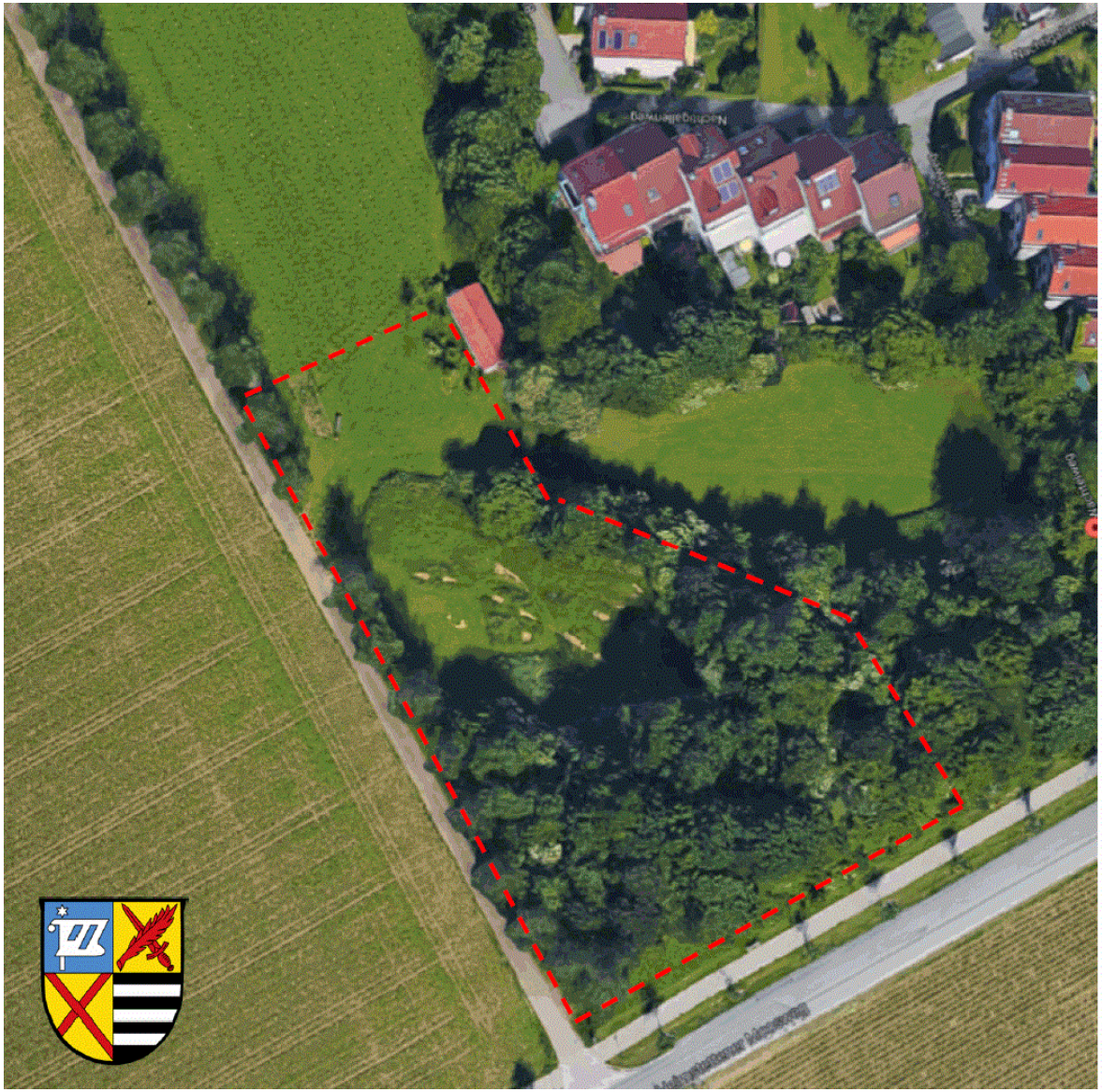


IST-SITUATION

2017

Die Gemeinde Kirchheim verpachtet die bisherige BMX Strecke, die nicht mehr genutzt wird, an den OCR Munic e.V.

Der Verein ist ein Zusammenschluss begeisterter Hindernisläufer und Läuferinnen, die auf diesem Gelände eine Übungsstrecke aufbauen möchten.

Die **Vogel-Kirsche** ist ein sommergrüner Baum, der Wuchshöhen von 15 bis 20, selten bis zu 30 Metern erreicht.
Die Rinde junger Zweige ist anfangs grün, kahl, glatt, lederartig, glänzend und später rötlich-grau gefärbt. Sie enthält breite, rostfarbene Lentzellen und es sind Querstreifen erkennbar. Die schwärzliche Borke löst sich waagrecht langsam ab und wird „Ringelborke“ genannt.
Der Baum müsste zur Optimalen Pflege (siehe Fachliteratur) im unteren Bereich regelmäßig entastet werden.

Die **Hainbuche** ist ein sommergrüner Laubbaum, der Wuchshöhen bis 25 Meter und Stammdurchmesser bis einen Meter erreicht. Die Stämme bilden in geschlossenen Beständen acht bis zehn Meter lange Schäfte aus, im Extremfall auch bis 18 Meter lange. Der Stamm hat meist einen unregelmäßigen Querschnitt. Häufig ist der Stamm krumm.
Die Kronen sind dicht und setzen sich aus weit ausladenden Ästen der unteren Bereiche und senkrecht orientierten Ästen der oberen Bereiche zusammen.
Die Hainbuche ist ein beliebter Kletterbaum.

Die Hasel wächst in der Regel als vielstämmiger, aufrechter Strauch von fünf bis sechs Metern Höhe. Sie ist sommergrün und bildet Stockausschläge. An der Stammbasis entstehen Schösslinge, die im ersten Jahr mehrere Meter hoch werden können, sich aber erst im zweiten Jahr verzweigen und noch später zur Seite biegen. Diese Schösslinge sorgen für den strauchförmigen Wuchs, da die Verzweigung der Hasel ansonsten akroton (an der Spitze) gefördert ist. Der Stammdurchmesser kann 15 bis 18 Zentimeter erreichen. Das Höchstalter der Hasel liegt bei 80 bis 100 Jahren.

UMWELT und NATUR

Hindernislauf ist eine bewusste Teamsportart. Eine Verbindung zwischen Laufen und Zirkeltraining. Dies zieht besonders Sportler im mittleren Alter an.
Hindernisläufer gehen mit Ihrer Umwelt, Mitmenschen und sich selbst sorgsam um.
Der OCR Munic e.V. hat die Möglichkeit, durch Mitglieder mit unterschiedlichsten beruflichen Hintergrund, die Anforderungen, die an die Pflege einer Anlage gestellt werden zu erfüllen.
Zur Sicherung des Baum- und Naturschutzes, der Pflege der Geräte, als auch zur Einhaltung der vertraglichen Pflichten wurden bereits funktionierende Strukturen im Verein geschaffen.

Vor Ort befinden sich Bäume und Unterwuchs. Die Bäume sind im wesentlichen Vogelkirschen, Hainbuchen und Kiefern.
Als Büsche sind Haselnuss und Felsenbirne auffällig.
Das Unterholz wird im Gelände belassen.

GELÄNDE

2017

Die derzeit vorhandene BMX Strecke wird nicht mehr genutzt.

Nach in Augenscheinnahme wurde festgestellt, dass die ursprüngliche Modellierung nahezu unverändert ist. Lediglich aus dem umlaufenden Hang wurde Erdmasse ausgehoben und Sprunghügel zu schaffen. Der Nutzung als Hindernisstrecke kommt es entgegen, wenn diese Erdhügel wieder an die ursprüngliche Stelle im Hang zurückgebracht werden.

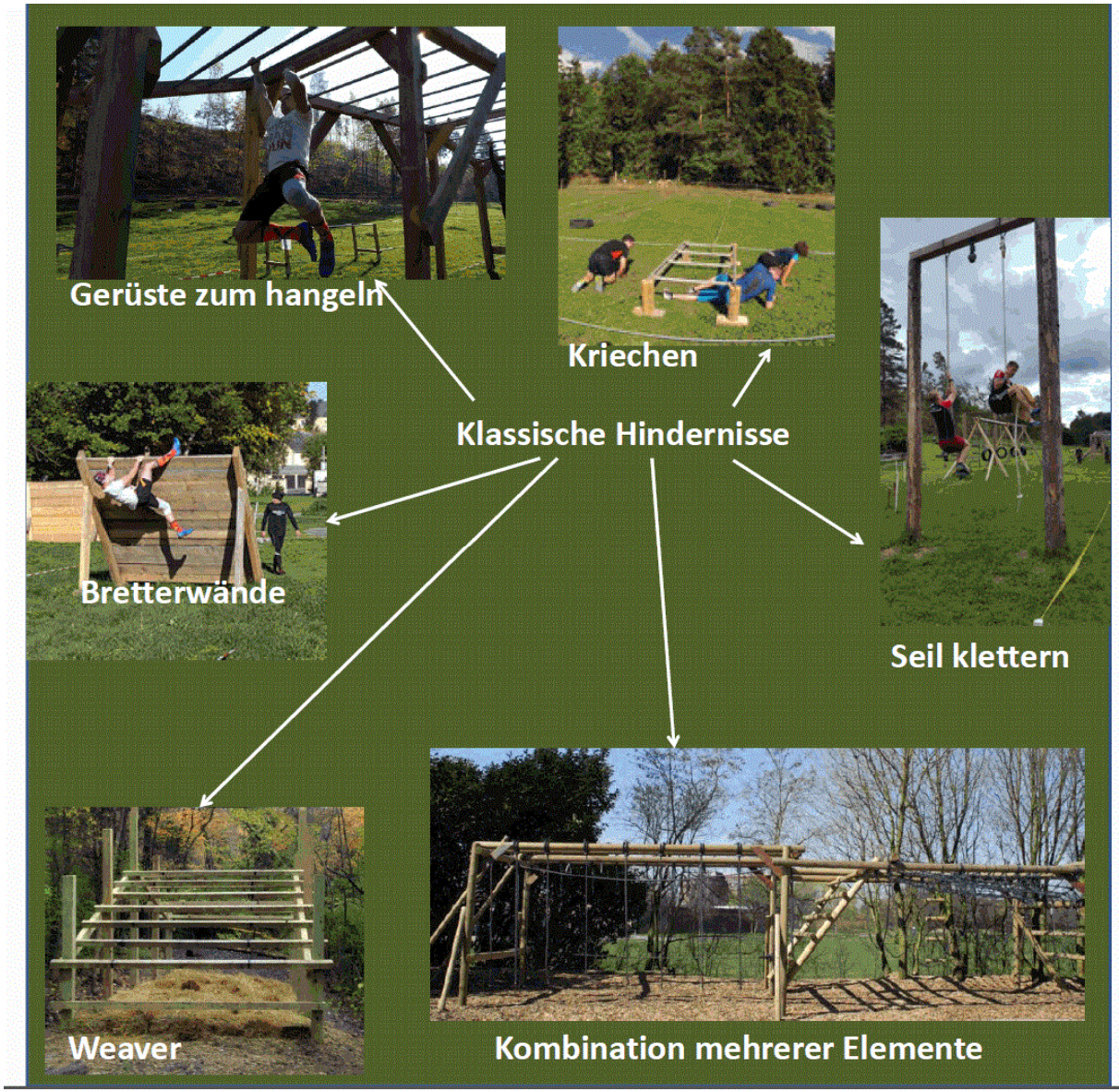
Diese Wiederherstellung der Geländemodellierung wäre die einzige erforderliche Maßnahme. Ansonsten passt das Gelände wunderbar zur geplanten Nutzung.

PLANUNG

Es werden Bewegungszonen geschaffen.

Laufen:
Zum Warmmachen wird einfach gelaufen, gesprungen oder gegangen.
Wände
Zwischen den Hügeln ergeben sich Räume für Wände, die auch Anlauf benötigen.
Parkour
Hier können bodennahe Kriechstrecken oder auch Pfahlstrecken in den Hang integriert werden.
Klettern
In der Lichtung können Seile oder Klimmzugkombinationen (Weaver) platziert werden.
Hangeln
Auf der größeren Hangfläche sind Hangelgerüste (MonkeyBars) vorstellbar.
Turnen
Die Strecke schließt mit einem Platz, an dem Dehnübungen oder Körperübungen möglich sind. Hier soll die Wiese einfach verbleiben.

Übrigens:
Geparkt wird bei Anreise mit dem PKW auf dem gegenüberliegenden Parkplatz der bestehenden Sportanlage.



Was ist OCR?

Obstacle **C**ourse **R**aces

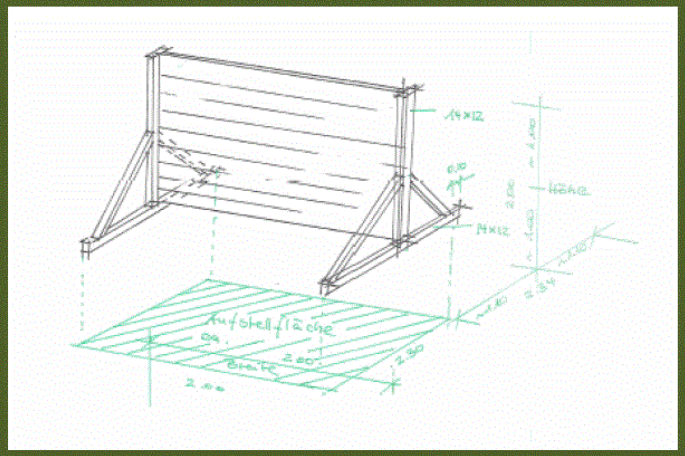
zu deutsch => Hindernislauf

Bei OCR werden die Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Schnelligkeit, Geschicklichkeit, Balance und Koordination gefordert. Im Unterschied zum klassischen Hindernislauf in der Leichtathletik wird der Laufrhythmus unterbrochen und die aufgebauten Hindernisse unterscheiden sich hinsichtlich der Anforderungen erheblich.

Die Profile der Strecken und der Hindernisse sind beim Extrem-Hindernislauf nicht einheitlich gestaltet.

Es wird wie beim Crosslauf auf Naturstrecke gelaufen.
Es werden Bewegungszonen geschaffen.

Klassische Hindernisse bestehen aus Naturmaterialien.
Insbesondere werden Muskelgruppen trainiert, die bei reinen Laufsportarten zu kurz kommen: Rücken, Arme und der Oberkörper.



Eskaladierwand

Die **Eskaladierwand** ist eine Holzwand oder Mauer, die in der Regel zwischen 180 und 270 cm hoch ist. Sie kommt auf Hindernisbahnen der Feuerwehr, des Militärs und der Polizei zur Verwendung. Ziel ist es, hohe Hindernisse ohne weitere Hilfe zu überwinden.
Es werden zwei Möglichkeiten verwandt, um die Eskaladierwand ohne Hilfe zu überwinden:
Man nimmt seitlich Anlauf, greift die Wand mit der Hand, die ihr zugewandt ist, stößt sich mit dem Fuß der gleichen Seite an der Wand hoch und hakt sich mit dem anderen Fuß oben ein. Dann lässt man sich hinüberrollen.
Man läuft gerade auf die Mauer zu, stößt sich mit einem Fuß frontal an der Wand ab und drückt sich nach oben. Gleichzeitig greifen beide Hände die Wand und man zieht sich hoch.

Herstellung

Wir planen die Hindernisse nach Normen und Vorgaben. Wir verwenden einheimische Hölzer und Fachleute für die Herstellung und Montage.

Den Test übernehmen wir gerne selbst.

Die Abnahme erfolgt durch einen Sachverständigen für Spielplätze mit TÜV Zertifizierung.

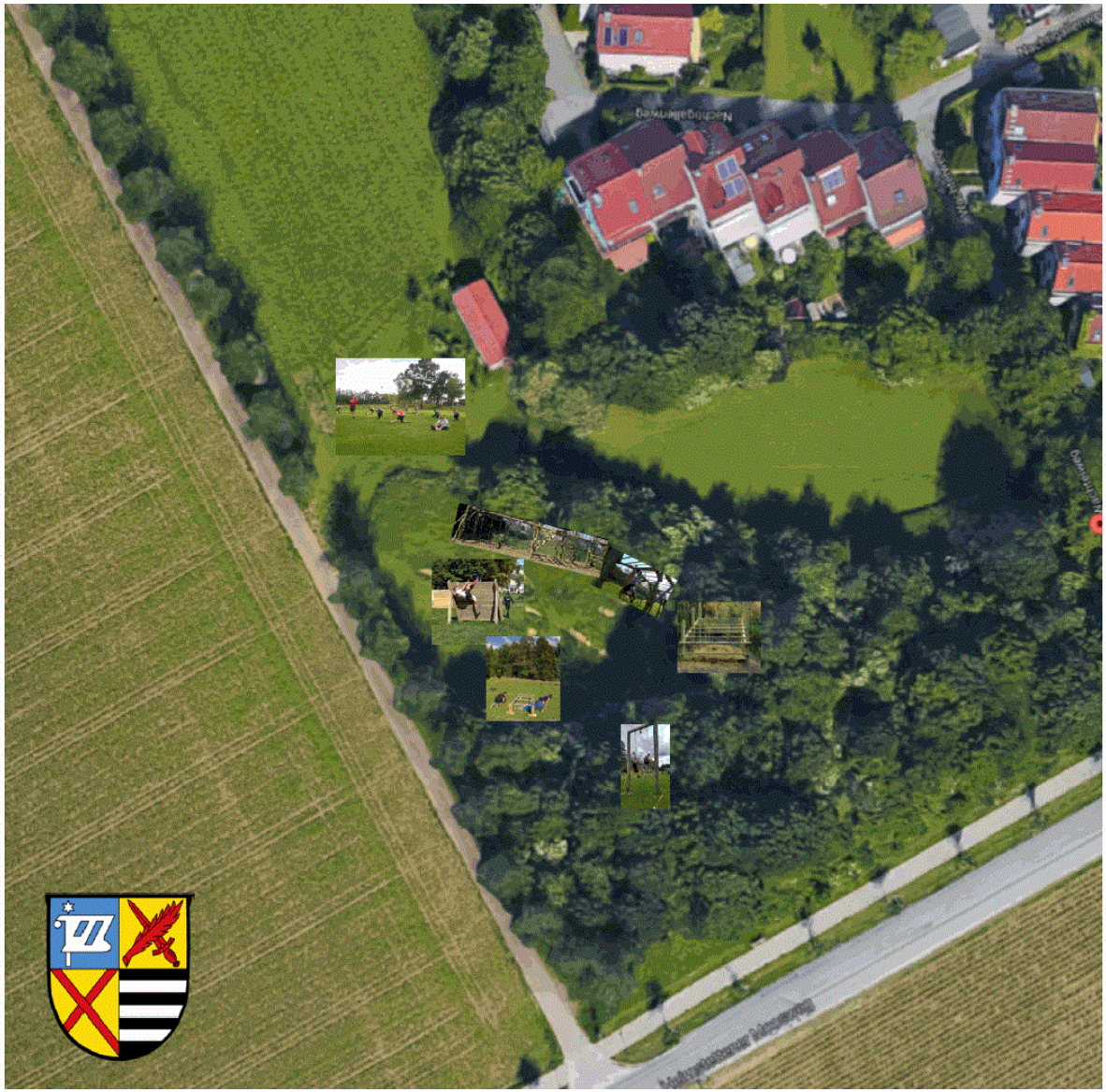
Hindernisse

Die Hindernisse werden nach festen Normen und Plänen gebaut.

Verwendet wird einheimisches Holz. Dies kann und soll mit der Zeit eine gewissen Patina (silbrige Oberfläche) bekommen.

Die Geräte werden vor der In Betriebnahme durch einen zugelassenen Sachverständigen für Spielplatzgeräte abgenommen.

Unser Erwachsenenen-spielplatz ist sicher!



Der OCR Munich e.V. besteht aus Mitgliedern der Regien. Der Vorsitzende des Vereins Herr Uwe Kaunz ist Kirchheimer Bürger.
Wir freuen uns auf das neue attraktive Angebot, dass eine Bereicherung für die Gemeinde sein soll.

Wir sichern eine pflegliche, rücksichtsvolle und naturverbundene Nutzung der Fläche zur.

Wir bedanken uns für Ihre Aufmerksamkeit, Ihre Unterstützung und nehmen Anregungen und Vorschläge gerne auf.