

Einzeltraining mit deinem Smartphone

MAPRUN ist eine App mit der angebotene Trainings jederzeit abgelaufen werden können, man braucht keinen Treffpunkt, Anmeldung, Postensetzer, Zeitnehmung. Die Strecken können zu jeder Tageszeit abgelaufen werden, solange die Karte im Netz verfügbar ist. Alle diese Argumente sprechen in Covid 19 Zeiten dafür es einmal auszuprobieren.

MAPRUN von Google Play kostenlos runterladen, Name für die Ergebnisliste eingeben und es kann losgehen. Wenn du dich in der Gegend nicht auskennst, führt dich ein GPS Signal zur Karte hin. Wenn Du auf der Karte angelangt und startbereit bist, drückst du "Start the GPS". Sobald Du das Startdreieck erreicht hast, ertönt ein Signal und die Zeit beginnt zu laufen. Wenn Du in den Bereich eines Postenstandortes kommst, registriert dein Smartphone den Posten, je nach GPS Empfang, 2-10 Meter bevor Du direkt am Objekt bist. Das gilt auch für das Ziel. Bei Score OLs verändert sich zusätzlich die Postenringlefarbe auf GRÜN, wenn man einen Posten angelaufen hat.

MAPRUN kommt aus Australien und wird bevorzugt für Schultrainings als Score-OL verwendet.

Unter <http://maprunners.weebly.com/scoring-schemes.html> findest Du alle Trainingsformen (incl. Scorepunktevergabe) und auch weitere Erklärungen.

In der Kartenliste unter "Austria" findest Du OL-Karten Trainingsmöglichkeiten in Eisenstadt, Weikersdorf, Wien (5 Karten mit 13 Bahnen), Wiener Neustadt. Meist gibt es mehrere Trainingsangebote auf einer Karte, sodass Du nicht nur für ein 30 min. Training weit fahren musst.