



HEILIGER MORGEN SPRINT

18. Heiliger Morgen Sprint

24.12.2025

Langeweile vor der grossen Bescherung? Oder einfach Lust, die OL-Fähigkeiten einmal auf eine andere Art zu testen?

Dann bist du herzlich willkommen am Heiligen Morgen Sprint.

Wann	Mittwoch, 24. Dezember 2025															
Was	Zweiteiliger Lauf. Knackiger Sprint-OL in der Länggasse, Siegerzeit 12 Minuten für die Weltbesten. Indoor-OL im Gymnasium Neufeld mit geplanten Siegerzeiten von 15-20 Minuten. Bei der Anmeldung wählst du, ob du an beiden Läufen oder nur an einem teilnehmen willst.															
Organisator	Matthias Niggli, gemeinsam mit NLZ Bern															
Bahnlegung	Lars und Matthias Niggli															
Wettkampfbereich	Gymnasium Neufeld , Zugang von Norden her.															
Anreise mit ÖV	Haltestelle Bern, Lindenhofspital. Von dort ist es nur ein Katzensprung.															
Anreise mit PW	Der Weihnachtswunsch der Organisatoren ist, dass möglichst alle mit dem ÖV kommen.															
Karten	Bern Länggasse, 1:4'000, Stand 2025 Gymnasium Neufeld, 1:700, Stand 2025 Die Indoor-Karte wird nach den geplanten Normen der IOF aufgenommen. Lies dich schon mal ein.															
Kategorien	<table border="0"> <tr> <td></td> <td>Outdoor</td> <td>Indoor</td> </tr> <tr> <td>Gold</td> <td>3.5km, schwierig</td> <td>sehr schwierig</td> </tr> <tr> <td>Weihrauch</td> <td>3km, schwierig</td> <td>schwierig</td> </tr> <tr> <td>Myrrhe</td> <td>2.5km, mittel</td> <td>mittel</td> </tr> <tr> <td>Zimtstern</td> <td>2km, mittel</td> <td>einfach</td> </tr> </table> <p>Sei dir bewusst, dass Indoor-OL eine Herausforderung ist.</p>		Outdoor	Indoor	Gold	3.5km, schwierig	sehr schwierig	Weihrauch	3km, schwierig	schwierig	Myrrhe	2.5km, mittel	mittel	Zimtstern	2km, mittel	einfach
	Outdoor	Indoor														
Gold	3.5km, schwierig	sehr schwierig														
Weihrauch	3km, schwierig	schwierig														
Myrrhe	2.5km, mittel	mittel														
Zimtstern	2km, mittel	einfach														
Zeitplan	<table border="0"> <tr> <td>10:00</td> <td>WKZ offen, letzte Informationen</td> </tr> <tr> <td>10:15-11:45</td> <td>Startmöglichkeiten Sprint (outdoor) und Indoor-OL, Reihenfolge kann selber gewählt werden</td> </tr> <tr> <td>13:00</td> <td>Zielschluss, alle verlorenen Seelen werden gesucht</td> </tr> </table>	10:00	WKZ offen, letzte Informationen	10:15-11:45	Startmöglichkeiten Sprint (outdoor) und Indoor-OL, Reihenfolge kann selber gewählt werden	13:00	Zielschluss, alle verlorenen Seelen werden gesucht									
10:00	WKZ offen, letzte Informationen															
10:15-11:45	Startmöglichkeiten Sprint (outdoor) und Indoor-OL, Reihenfolge kann selber gewählt werden															
13:00	Zielschluss, alle verlorenen Seelen werden gesucht															
Startgeld	CHF 10.- für einen Lauf, CHF 15.- für beide. NLZ und bis D/H16 (bis Jahrgang 2009) sind gratis.															
Anmeldung	Online-Anmeldung auf entry.picoevents.ch Meldeschluss: Montag, 22. Dezember 2025 um Mitternacht.															
Weisungen, Besonderes	Falls noch wichtige Dinge kommuniziert werden müssen, erhältst du diese per Mail oder am Wettkampftag. Falls es viele Anmeldungen gibt (das wollen wir doch hoffen), machen wir eine Startliste. Schreib bei den Bemerkungen bei der Anmeldung hinzu, falls du nur früh oder spät starten kannst.															
Auskunft	Matthias Niggli, matthias.niggli@gmx.ch , 079 222 13 87															

Wir freuen uns auf dich!