

Eine besondere Form des Orientierungslaufes. Das Akronym [Rogaine](#) stammt aus dem Englischen und bedeutet soviel wie "Schroffe Betätigung für Gruppen im Außenbereich mit Navigation im Dauerlauf". Es besteht ein wesentlicher Unterschied zum klassischen [Orientierungslauf](#)

. Beim Orientierungslauf wird ein gesetzter Kurs von Kontrollpunkten in der schnellstmöglichen Zeit absolviert. Beim Rogaining hingegen ist das Ziel in einer festgesetzten Zeit eine möglichst große Abdeckung des Kurses zu erreichen. Es ähnelt dem Score-OL

Rogaining stammt aus [Australien](#). Der Name des Sports stammt von drei Angehörigen des [Melbourne University Mountaineering Club](#) die den Sport in den 70igern erfunden haben: Rod, Gail und Ned - formten RoGaiNe aus ihren Namen.

Rogaining ist ein Sport, den man mit "Querfeldein-Orientierungslauf" über sehr lange Distanzen bezeichnen kann. Hierbei versuchen Gruppen aus zwei bis fünf Mitgliedern möglichst viele Kontrollpunkte in 24 Stunden zu erreichen. Kontrollpunkte haben unterschiedliche Wertigkeiten in Abhängigkeit von der Schwierigkeit sie zu erreichen. Daher können verschiedene Strategien angewandt werden (z.B. viele geringwertige Wertungen anlaufen). Die Gruppen bewegen sich ausschließlich zu Fuß und Navigieren mit Hilfe von [Karte](#) und [Kompass](#) zwischen den Wertungen. Das Kursgelände kann von freiem Farmland bis zu hügeligem Dickicht reichen. An einem zentralen Punkt, dem "Hash House", werden warme Mahlzeiten während der Wettkampfzeit gerichtet. Die Gruppen können sich dort zwischenzeitlich stärken, ausruhen oder schlafen. Gruppen müssen stets auf Rufweite beieinander bleiben. Sie laufen daher in selbstbestimmter Geschwindigkeit, sodass jeder von Kind bis Großeltern bei diesem Sport Erfüllung erfahren kann. Es bestehen verschiedene Wertungskategorien für die Alters- und Erfahrungs-Level.

Die normale Dauer eines Rogaine ist 24 Stunden. Es können jedoch auch kürzere Varianten wie 6, 8, 12, oder 15 Stunden durchgeführt werden. Abhängig vom Gelände laufen erfahrene Gruppen mehr als hundert Kilometer innerhalb von 24 Stunden. Ein Rogaine wird üblicherweise zum Vollmond gehalten um die Navigation bei Nacht zu ermöglichen. Es werden viele Freiwillige benötigt um ein Rogaine "zu setzen". In [Australien](#) nehmen oft hunderte Menschen an einem Rogaine teil.

Und auch als Hörversion...: `{play}rogaine.mp3{/play}`