

ULC - Sparkasse Langenlois

Obmann: Ing. Thaler Erich
Am Mühlkamp 85
3492 Walkersdorf
Tel. 02735/5781



JAHRESBERICHT 1999



Siegerehrung der besten Langenloiser und Langenloiserinnen beim Stadtlauf 1999

**Hauptonsoren: Sparkasse Langenlois
K&K Kamptal - Klassik
Tourismusverein Langenlois**

**Expert Redl
Koch - Schuhe**

Vorstand:	Obmann	Ing. Thaler Erich
	Obmann-Stv	Binder Johann
	Schriftführer	Pernicka Erich
	Schriftführer-Stv	Tiefenbacher Erich
	Kassier	Holzer Josef
	Kassier-Stv	Röglasperger Erwin
	Beiräte	Flöck Richard, Hartl Traude, Lehr Ludwig, Rotter Kurt, Waidbacher Gerhard

Mitgliederzahl: 43 (1998 32 Mitglieder)

Training/ Wettkampf

Im Winter 1998/1999 wurde von November bis März regelmäßig 2x wöchentlich ein Aufbautraining durchgeführt. Einem Krafttraining in der Hauptschulhalle, und einem langen langsamen Dauerlauf über ca. 2 Stunden.

Das restliche Aufbauprogramm wurde von jedem einzelnen Athleten aufgrund seiner gesteckten Ziele (Marathon oder Kurzstrecken) alleine durchgeführt (3 bis 5 mal in der Woche). Ab April trafen wir uns regelmäßig einmal in der Woche auf der Laufbahn, um ein Intervaltraining durchzuführen. Nach 14 tägiger Trainingspause im Oktober, begann ab Anfang November unser neuerliches Aufbautraining für das Jahr 2000. 2 x wöchentlich wird im Turnsaal der Gartenbauschule ein Zirkeltraining und am Sonntag ein langer Dauerlauf durchgeführt.

Von Jänner an nahmen unsere Athleten an verschiedenen Wettkämpfen, vom Crosslauf über Stadtläufe bis zu verschiedenen Marathons und Halbmarathons teil. Weiters gingen einige Läufer bei Landesmeisterschaften an den Start

Es wurden	71 Laufveranstaltungen in 4 Bundesländern sowie in der Schweiz besucht
	3 Landesmeisterschaften
	1 Bergmarathon
	7 Marathons 42,2 km
	16 Halbmarathons 21,1 km
	Wolfgangseelauf 27,2 km
	Stadtläufe
	Bahnwettkämpfe
gingen	23 Athleten an diverse Starts
erreichten	die Athleten folgende Plazierungen
	1 Platz der Bezirkswertung AK - Wachau Halbmarathon
	1 Platz bei Bezirkswertung M 45- Wachau Halbmarathon
	Finisher beim Jungfrau-Marathon (Bergmarathon mit 1823 Höhenmetern)
	4 Platz bei Landesmeisterschaften Junioren 800m
	4 Platz bei Landesmeisterschaften M 45 Berg
	6 Platz bei Landesmeisterschaften M 35 Cross
	19 Siege
	25 weitere Stockerlplätze
nahmen	Athleten von 16 bis 63 Jahren am Training teil

Obmannwechsel

Im Frühjahr 1999 wurde Ing. Thaler Erich zum neuen Obmann bestellt. Sein Stellvertreter ist der ehemalige Obmann Herr Binder Johann.

Langsamlaufftreff

Im Zuge der Aktion „Gesunde Gemeinde“ haben wir einen Langsam Laufftreff organisiert. Bis zu 20 Laufanfänger und Langsamläufer konnten mittels Trainers und eines 10 Wochenprogrammes am Ende dieser 10 Wochen ruhig 45 Minuten in einem Laufen. Diese Gruppe trifft sich noch immer regelmäßig zum gemeinsamen Laufen.

Stadtlauf 1999

Der am 11. September durchgeführte Stadtlauf war ein voller Erfolg, bei dem 534 Läufer (289 im Hauptlauf und 245 bei den Kinderläufen) teilnahmen. Um 180 Teilnehmer mehr als 1998.

Der Gesamtsieg ging an Max Wenisch. Die Langenloiserwertung entschieden Andreas Redl bzw. Patricia Weilguni für sich.

Besonderes Lob gebührt den 30 freiwilligen Helfern, die zu dem reibungslosen Ablauf beigetragen haben.

5000 m Bahnmeisterschaften

Am 8. Oktober findet auf unserer Anlage ein 5000m Lauf der Vereinsläufer, Langenloiser und einigen Gästen (ca. 30-35 Personen) statt.

Vortrag „Abnehmen durch Laufen“

Am 19. November haben wir einen Vortrag über „Abnehmen durch Laufen“ von Hans Ulrich Swoboda mit ca. 80 begeisterten Zuhörern im Vereinssaal veranstaltet.

Aktivitäten

Im Frühjahr wurde ein gemeinsamer Ausflug ins Kabarett „Simpl“ durchgeführt. Jeden ersten Dienstag im Monat wurde nach dem Training ein Stammtisch abgehalten.

Datum, Ort	km	Teilnehmer	Name	Platzierung gesamt	Platzierung Altersklasse	Zeit
23.01 Schwarzenau - Cross	6,5	40	Thaler			25'02"
31.01 Ratzersdorf - Cross	9,4	54	Lehr	32	7 M40	38'52"
14.02 Obergrafendorf	5,0	19	Lehr	13	2 M40	23'33"
28.02 Ternitz LMS-Cross	6,0	65	Thaler		6 LMS35	24'53"
07.03 Krems - Cross	6,0	91	Rotter Harsch	65 66	5 M60 6 M50	27'19" 27'28"
14.03 Ratzersdorf - Cross	6,3	54	Lehr	24	5 M40	25'09"
21.03 St. Pölten	21,1	141	Redl A Rotter	14 110	12 M30 3 M60	1h 21'05" 1h 47'00"
28.03 Tulln	8,0	77	Rotter	20		34'57"
28.03 Tulln	24,0	84	Lehr	13	1 M45	1h 37'32"
05.04 Melk - Staffel	5,0	9	Staffel: Redl A, Waidbacher J, Thaler, Flöck, Gartner W	3	3	
05.04 Melk	5,0	138	Waidbacher J Gwiss L Harsch	38 48 66	6 Jun 10 M30 4 M50	19'24" 20'01" 22'02"
05.04 Melk	10,0	289	Redl A Lehr Neumann N Gwiss F Waidbacher G Rotter Neumann S	41 78 90 126 181 222	22 M30 20 M40 46 M30 34 M40 3 M60 2 W30	35'55" 38'00" 38'54" 40'45" 43'01" 43'42" 47'46"
17.04 Zwettl	3,6	40	Thaler Waidbacher J	3 6	1 M35 1 Jun	12'13" 13'06"
17.04 Zwettl	8,7	182	Lehr Gwiss L Rotter Waidbacher G Harsch	45 56 99 103 121	1 M40 14 M30 4 M60 5 M50 6 M50	34'01" 34'49" 38'01" 38'15" 39'24"
24.04 Waidhofen/Ybbs	8,0	248	Rotter	133	7 M60	36'16"

Datum, Ort	km	Teilnehmer	Name	Plazierung gesamt	Plazierung Altersklasse	Zeit
25.04 Pottenbrunn	10,4	96	Lehr	25	7 M40	40'05"
25.04 Wien LCC	21,1	526	Neumann N Neumann S	52 343	29 M30 7 W30	1h 24'37" 1h 44'43"
01.05 Weitersfeld	2,7	110	Thaler Waidbacher J	7 9	1 Jun	09'18" 09'43"
01.05 Weitersfeld	9,2	140	Lehr Gwiss L Rotter Harsch	34 44 76 94	1 M40 12 M30 5 M60 4 M50	35'26" 36'37" 40'00" 42'12"
08.05 Horn	3,1	45	Waidbacher J Flöck	5 6	2 Jun	10'44" 11'21"
08.05 Horn	12,4	117	Lehr Gwiss F Rotter Waidbacher G	28 34 69 78	1 M40 8 M40 5 M60 6 M50	47'02" 48'26" 53'27" 54'31"
13.05 Mariazell	21,1	394	Redl A	40	8 M30	1h 21'32"
15.05 Waidhofen/Th	9,0	118	Gwiss L Rotter	33 73	7 M30 2 M60	36'02" 40'05"
16.05 St.Pölten LMS	800m		Waidbacher J	4	4 LMS	02'11"
24.05 St.Pölten	10,0	326	Rotter	147	5 M60	42'48"
28.05 Krems	1,0		Waidbacher J	1	1 Jun	02'58"
30.05 Wien - Marathon	42,2	6112	Redl A Gwiss F Schmid Pernicka	182 985 3836	56 M30 175 M40 95 M55	3h 02'10" 3h 27'40" 3h 50'18" 4h 16'55"
30.05 Wien - Frühlingslauf	14,5	2833	Gwiss L Neumann S Neumann N	34 235 236	7 M30 8 W30 38 M30	1h 00'04" 1h 10'04" 1h 10'05"
29.05 Altaussee	15,6	135	Waidbacher G	67	8 M50	1h 14'41"
03.06 Hofstetten	10,0	40	Lehr	18	1 M40	38'21"
12.06 Litschau	4,6	50	Waidbacher J Flöck	8 12		17'05" 18'20"

Datum, Ort	km	Teilnehmer	Name	Plazierung gesamt	Plazierung Altersklasse	Zeit
08.10 Langenlois	5,0	30	Redl A	2	1 LM	18'06"
			Holzer K		2 LM	18'27"
			Gwiss L		3 LM	18'43"
			Gartner		4 LM	19'09"
			Gwiss F		5 LM	19'23"
			Flöck		6 LM	19'41"
			Rotter		7 LM	20'41"
			Waidbacher G		8 LM	21'08"
			Hartl T		1 LW	21'15"
			Imrich		9 LM	22'36"
			Hartl J		10 LM	22'53"
			Binder		11 LM	23'14"
			Brauner		2 LW	25'21"
			Gwiss H		3 LW	27'08"
Redl B	4 LW	28'35"				
09.10 Wien - Höhenstraßenlauf	15,0	393	Harsch	194	23 M50	1h 05'58"
10.10 Krems	10,0	22	Rotter	8	2 M60	43'38"
17.10 Wolfgangsee	27,3	2097	Gwiss F	499	92 M40	2h 12'51"
			Redl A	856	160 M30	2h 23'44"
			Waidbacher G	1365	90 M50	2h 42'11"
17.10 Ardagger	6,0	141	Rotter	68	3 M60	26'12"
24.10 St.Pölten - Klangturm	11,5	64	Lehr	14	4 M40	46'48"
26.10 Gr. Siegharts	2,2		Waidbacher J	5	5	07'30"
26.10 Gr. Siegharts	6,6	77	Gwiss L	19	7 M30	25'08"
			Gwiss F	24	7 M40	25'45"
			Rotter	34	1 M60	27'07"
			Flöck	38		27'46"
			Waidbacher G	43	4 M50	28'18"
13.11 St.Pölten	3,2		Waidbacher J	1	1	11'20"
13.11 St.Pölten	6,5	83	Lehr	24	5 M40	25'01"
			Rotter	39	4 M60	27'04"
08.12 Horn - Cross	7,3	46	Redl A	10	2 M30	27'11"

