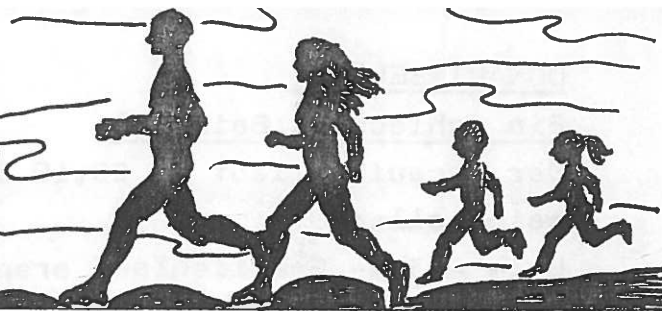


ULC HORN



INFORMATIONSBLETT DES UNION LEICHTATHLETIK CLUBS HORN!

März 1990

Bei der Vereinsmeisterschaft am 17. Dez. 89 gab es folgende Ergebnisse:

1. Werner RUBIK	24:19
2. Ronald SMETACEK	24:29
3. Franz HAMETNER	25:10
4. Franz EIDHER	26:35
5. Ewald FRANK	27:05
6. Emmerich KUTTNER	27:18
7. Gerhard EICHINGER	27:32
8. Alois AMSÜSZ	28:46
9. Emil BLAIM	30:19
10. Rudi SCHWEITZER	30:23

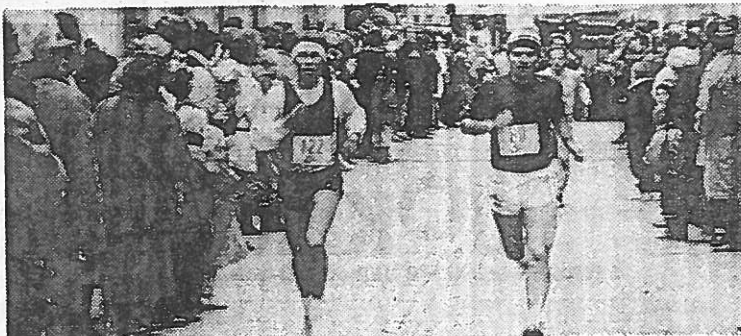
Nach dem Lauf wurden an die Plazierten Pokale überreicht. Wir würden uns freuen, wenn beim nächsten Lauf eine größere Teilnehmerzahl vorhanden wäre. Start und Ziel der Strecke lagen bei der Kaserne Horn, die Runde führte durch das Taffatal.

Hier eine weitere Ergebnisliste vom SILVESTERLAUF in Krems:

Smetacek	32:05
Hametner	32:44
Frank	35:48
Kuttner	35:35
Slancar	37:44
Amsüß	38:26
Lachmayr	38:35
Krammer	39:00
Schweitzer	39:14
Blaim	39:15
Wagner	40:10
Scheidl	

Smetacek lief auf Platz fünf

LAUFSPORT. – Der traditionelle Silvesterlauf in Krems über zehn Kilometer brachte tolle Erfolge für den ULC Horn. Unter den 430 Startern waren auch 12 Läufer aus Horn. Der Sieg und der zweite Platz waren bereits kurz nach dem Start an zwei Polen vergeben, die ein höllisches Tempo vorlegten. Schließlich gewann Lenda zeitgleich mit seinem Kollegen Kompanec in 30,04 Minuten. Hervorstechend dabei die Plazierungen der ULC-Läufer. Der Jungstar Ronald Smetacek wurde Fünfter und Franz Hametner belegte Platz sieben.
WW.



Der ULC Horn-Läufer Ronald Smetacek überläuft hier mit der Nummer 122 einen seiner Gegner.
Foto: Wolfgang Welser

DONAUIINSELLAUF

Ein schlechtes Beispiel

Der Donauinsellauf am 29.10.89 war keine Veranstaltung wie sie hätte sein sollen:

Beim 4,3km- Familienlauf ersparte man sich die Zeitnehmung.

Der Halbmarathon ging nur über 20,7km. Die Verpflegung war sparsam. Sofort nach dem Zieleinlauf mußte man ruhig stehenbleiben, weil es so wichtig war, die Startnummern abzunehmen.

Trotz des immer noch recht großen Starterfeldes(300 + ca.150 Fam.läufer) ersparte man sich eine M30; trotzdem gab es nur für die ersten drei dieser Klasse relativ nichtssagende Pokale, sonst nichts.

Zuletzt wurden noch die meisten zur Verlosung vorgesehenen Preise wieder weggeräumt.

Viele Klasseläufer dürften schon donauinselgeschädigt sein, denn sie waren entweder nur als Zuschauer da(Krempf, Lichtscheidl,..) oder glänzten überhaupt durch Abwesenheit.

Sie glaubten anscheinend nicht dem Versprechen des Veranstalters: "viele ist anders geworden" und wurden voll bestätigt. Schade um die schöne Strecke. Zum Verlauf: Gleich nach dem Start setzten sich der Jugoslawe Jakob Kodric und der Karntner Bergsprzialist Dietmar Marscher ab. In der Verfolgergruppe befand sich neben den bekannten Wienern Robert Blaha und Hannes Spilhacek auch Franz Eidher. Kodric siegte schließlich auch in 1:08:25 mit 2,5 Minuten Vorsprung auf Mascher. Dritter und Sieger der M40 wurde Robert Blaha vor Spilhacek. Knapp zurück Franz Eidher mit 1:14:20 als hervorragender Fünfter. Gerhard Eichinger lief als Gesamtvierzehnter in 1:19:47 ein, eine starke Leistung zum Saisonausklang.

=30 Stunden im Leben von Franz E. oder der Versuch zwei Marathons und einen 15 km-Lauf hintereinander zu bestreiten:

Fr. 24.11.-18.00: Der Countdown läuft: Zusammenstellung des Proviantes und der Ausrüstung: 3l Getränke, Obst, Trockenfrüchte, Käsebrote, Müsliriegel, Kekse, 3 Laufgarnituren, 4 Paar Laufschuhe, Klappsessel, Styroposplatten, Körperpflegemittel usw. Das Gepäck entspricht dem eines 14-tägigen Familienurlaubes.

20.15: Nachtruhe. Der gewünschte Schlaf tritt leider erst zwischen 22.00 und 23.00 Uhr ein.

Sa.25.11.-03.15: Tagwache. Der Wecker erwischt mich im tiefsten Schummer. Ein Blick aus dem Fenster bestätigt meine Befürchtungen: Schneefall. Da hilft nur eins: Eine eiskalte Dusche, die die Lebensgeister weckt, aber fast einen Herzinfarkt hervorruft. Dann Frühstück, nicht ganz so üppig wie sonst; anschließend Verladung von "Zimmer,Kuchl,Kabinett" in das Auto.

04.10: Abfahrt! Doch halt! Stopp! Retour! Handtücher und Anmeldebestätigung vergessen! So, nun beginnen die ersten (leichteren) 100 km dieses Tages. Unterwegs letzte Koordinationsgespräche mit der Betreuerin=Ehegespons!

05.24: Abholen der Startnummer beim Start. Viele bekannte Läufer tauchen aus dem Dunkel der Nacht: Hört Röthel, Carina Weber-Leuthner, Rudi Peer, Dolfi Gruber, Kurt Zirngast, Gottfried Lichtscheidl- diese gehen natürlich nicht an den Start. So verrückt sind sie nicht! Und da ist auch der Mann mit dem großen M...undwerk, H.U. Swoboda, der gar nicht glauben kann, daß wir unser Vorhaben wirklich wahrhaben wollen.

05.59: Es ist noch immer dunkle Nacht, leise rieselt der Schnee- ein Traumwetter für einen Weihnachtsmorgen: Leichter Wind, mittlerer Schneefall, stark rutschige Laufbahn. Die meisten der ca. 180 Starter sind trotzdem gut gelaunt, nur manche fluchen leise, besonders die Geher. Es sind überwiegend Langstreckenspezialisten aus Polen, YU, der CSSR, BRD, Frankreich und der UdSSR am Start, mit 15 oder 34 Starts bei 100km-Läufen; eine ältere Dame bestreitet heute ihren 62. 100er; eine Ungarin will sogar Weltrekord laufen.

06.00: Ein letzter Schluck Tee, ein leises "Achtung, fertig, los"! und wir setzen uns in Bewegung. Vor uns liegen- vielleicht- 100 km Laufstrecke, aufgeteilt auf 20 Runden zu je 5 km, das bedeutet unter anderem 20 mal die lange, lange Prater Hauptallee entlang vom Stadion zum Lusthaus. Doch zunächst verschwende ich keinen Gedanken daran und Versuche das Laufen einmal zu genießen, solange das möglich ist. Ich hänge mich bald an eine Gruppe, die mein Tempo von 4:50 läuft und sich rege unterhält. Ich höre interessiert zu, denke an meine Lehrerkollegen, die sich wahrscheinlich noch einmal im Bett umdrehen und beende die erste Runde

06.24: Meine Betreuerin und Ehefrau tröstet mich mit einem Flascherl selb-
tgemixten Spezialgetränk und den Worten "nur noch 95 km".

07.00: Ich verspüre erstmals ein unangenehmes Ziehen im rechten Hüftgelenk.

07.30: Er wird langsam hell.

08.00: Das Ziehen wird stärker, ich massiere mich bereits seit einer Runde, aber ein Viertel der Distanz ist bereits absolviert. In fast jeder Runde trinke und esse ich eine Kleinigkeit. Ein Rundenzähler fragt mich ob ich die 5. oder 6. Runde beginne.

09.00: Mehr als ein Drittel der Distanz sind geschafft, die Schmerzen werden immer stärker, ansonsten fühle ich mich wohl, ich bin noch nicht sehr naß. Gerhard hat bereist seine Kluft gewechselt. Ich bin ihm bis jetzt zweimal begegnet. Die persönlichen Betreuer schließen mit ihren Leidensgenossen Bekanntschaft, die offiziellen Betreuer erweisen sich als durchwegs "freundliche Wiener".

10.02: Halbzeit; eigentlich genau nach Plan, aber dieses schreckliche Ziehen. Ich beschließe noch eine Runde zu laufen.

10.28: Pause! Wir haben das Glück ein kleines Zelt zur Verfügung zu haben, denn die Masseure sind in das geheizte Erste Hilfe-Zelt übersiedelt. Ich ziehe mich um. lege meine Füße trocken, massiere meine Beine, esse und trinke.

10.44: Auf geht's. Ich versuche es noch einmal. Doch zum zweitenmal heute: Halt, stopp, retour! Was is' mei Startnummer nur? Nach 2 km ist mir wieder warm und- oh Wunder- der Hüftschmerz ist weg. Ich fasse neuen Mut, laufe fast fröhlich vor mich hin. Das ständige Oberrundetwerden durch schnellere Läufer hat endlich aufgehört. Fast ständig überhole ich nun selbst langsamere Läufer und Geher.

12.01: Es ist Mittag und ich habe 70 km hinter mir. Der Tageszeit entsprechend esse ich eine Gemüsesuppe. Die Beine werden immer schwerer aber sie lassen sich noch relativ problemlos bewegen. Es hat zu schneien aufgehört. Die Sonne kommt langsam durbh. Ein polnischer Geher flucht trotzdem immer noch, und das seit 06.00. Er ärgert sich über den nach wie vor rutschigen Untergrund: "Schnee nix gut für Geher"!

Bei km 75 beschließe ich, auf jeden Fall durchzulaufen.
In der 16. Runde gesellt sich Kurt Zirngast zu mir und begleitet mich.

13.20: Fast 85 km, 2. Pause, ich falle in das von unseren Betreuerinnen besetzte Zelt, wechsele nochmals Schuhe und Socken. Ich würde eigentlich viel lieber liegenbleiben. Schließlich rapple ich mich auf - es sind ja nur noch mehr 15 km (einmal die Höhenstraße, nur nicht bergab).

13.30: Ich montiere den Walkman, lege die EAV ein: "Grieeß Gott, i bin da Tod! Vorbei ist deine Not" noch nicht! Vor dem Zelt wartet noch Kurt Zirngast auf mich: Ein wirklich klasser Bursch.

14.00: Es wird kälster. Die Prater Hauptallee gleicht immer mehr einem Eislaufplatz. Aber mich kann nichts mehr erschüttern.

14.15: Walkman runter- die Batterie ist leer. Ein letzter Müsliriegel, es geht in die letzte Runde- unglaublich, aber wahr. Die Rundenzähler sagen es, der Sprecher ruft es nur zu, auch meine Zählung ergibt dasselbe also muß es wahr sein! Ich bin sehr happy, denn ich laufe zwar gerne, für heute jedoch hätte ich allerdings genug.

14.30: Zum letztenmal die Prater-Hauptallee- lo lang war sie noch nie. Ich laufe mitten auf der Straße- Sie gehört mir! Die letzten Meter, vor dem Ziel beschleunige ich sogar noch, das geht sich doch noch unter 8.45 aus.

14.44: Kurz vor dem Ziel reißen sich meine Arme in die Höhe. Der Photograph knipst mich bei meinem schönsten gegülten Lachen, das ich je in meinem Gesicht hatte. Glückwünsche von allen Seiten. Ich bin unbeschreiblich glücklich, fast wären mir ein paar Freudentränen ausge-rutscht. Die ersten Schritte aus dem Zielgelände gleichen dem Taumeln eines Betrunknen, also wanke ich ins Erste Hilfe Zelt und lasse mich massieren. Die beiden jungen Masseusen bringen mich zum Jodeln beim Lösen der Knoten aus meinen Laufwerkzeugen.

15.15: Das hat gut getan. Jetzt ab ins Lusthaus zum wohlverdienten Bier.

16.05: Gerhard ist inzwischen im Ziel und schon massiert. Wir gratulieren uns. Dann fahren wir zum Schwager in die Badewanne - entspannen.

18.00: Auf in die Pizzeria: Salat, Pizza, Lasagne - und ein Bier zum hinunterspülen. Laufen macht hungrig.

19.30: Wir fahren zum "Jump in" im Wiener Stadion. Viele Läufer sind schon da. Die meisten schauen recht frisch aus, ganz anders als vor einigen Stunden. Nur wenn sie sich ergeben, merkt man sofort, daß sie einige Strapazen hinter sich haben

20.00: Bei einem Seiterl plaudern wir mit dem Sieger des 24-h-Laufes von Wörschach, der heute bei 75 km aufgeben mußte, weil er Schütteltrrost bekam.

20.30: Die Siegerehrung muß verschoben werden- also noch ein Seiterl.

21.30: Der Veranstalter gibt die Medaillen und Leibchen aus. Die Siegerehrung zögert sich weiter hinaus.
Wir haben genug und fahren heim.

23.00: Endlich wieder daheim. Mir kommt vor als sei ich eine Woche fort gewesen. Ich gönne mir ein letztes Bier.

24.00: Zapfenstreich. Ein herrliches Gefühl, alle vier von sich strecken zu können.

Im Anschluß noch einige wichtige Kurzmeldungen:

- .) Alle, die noch am Wien-Marathon (22. April 90) teilnehmen wollen, mögen sich bei Walter Kogler melden!
- .) Wer einen vereins-einheitlichen Trainingsanzug bzw. eine kurze Laufdreß erwerben möchte, sollte ebenfalls bis Ende März im -shop- von W.Kogler vorbeikommen.
- .) Bitte um Einzahlung der Mitgliedsbeiträge ab sofort!
Einzelbeitrag: 300,-
Familienbeitrag: 400,-
Erlagschein liegt bei!
- .) Jeden Freitag um 18 Uhr beim Hallenbad Horn findet ein Laufftreff statt bei dem ein gemeinsamer Trainingslauf absolviert wird und Erfahrungen ausgetauscht werden können.
Komm doch auch- komm doch auch- komm doch auch- komm doch auch- komm..
- .) Auch ein neues Mitglied dürfen wir begrüßen:

Ladislav OLSIAK - Herzlich willkommen!

TERMINE TERMINE TERMINE TERMINE TERMINE TERMINE TERMINE TERMINE TERMINE

- .) 3000 m Wien-Marathon-Vorbereitung Mittwoch 11. April,
Start.....18 Uhr Bahn- Gymnasium Horn
anschließend Vor/Nachbesprechung Marathon 19 Uhr- Gasth.Stark
- .) WICHTIG: 1. Mai Weitersfelder Volkslauf
Alle, die Lust und Laune verspüren, an der Organisation und am Ablauf mitzuwirken, sind herzlich dazu eingeladen.
Meldungen bitte an Walter Kogler oder direkt an Franz Eidher
(Tel.: 02948/5735)

Zum Schluß sei noch eine Beitrittserklärung angefügt. Wir freuen uns über jedes neue Mitglied!

Beitrittserklärung

VORNAME: _____ NAME: _____

ADRESSE: _____

Geb.datum: _____

Hobbyläufer 0
wettkampffinteressiert 0
unterstützendes Mitglied 0

Hr.
FRANZ EIDNER
SCHULGASSE 6
2084 WEITERSFELD

MIT UNS ÜBER ALLE HÜRDEN



VOLKSBANK
Wohnbaumodell

Machen Sie den Sprung zur
VOLKSBANK



FINANZIERUNG

FINANZAMT

FÖRDERUNG