

INFO ULC HORN INFO



Erlebnisbericht - VEITSCHER GRENZSTAFFELLAUF - 15. 7. 1990

Von einem Lauferlebnis ganz besonderer Art sei hier - etwas verspätet- berichtet, aber auch Monate später bin ich von dieser Veranstaltung noch sehr beeindruckt: Wild, urig, extrem, dabei wunderschön und von netten Leuten perfekt organisiert - das ist der Veitscher Grenzstaffellauf - 54 km quer durchs Gebirge, 2030 Höhenmeter rauf und natürlich auch wieder runter; Als 3er-Staffel oder allein.

Vier Tage vor dem Rennen beschloß ich, mich einmal vorsichtig zu informieren - kurzer Anruf, und schon war ich überredet und mit einem Privatquartier versorgt.

Nach der Anreise am Samstag ging es am Sonntag um 9 Uhr los. Mit dem Vorsatz, locker (ha, ha) durchzulaufen, einigen Tips von Seriensieger Josef Hones und viel Vertrauen in meine Form ~~stand~~ gleich zusammen mit ca. 30 weiteren Einzelläufern und 30 Staffeln am Start. Die ersten 6 Kilometer befestigte Waldwege in Serpentina bergauf - kein Problem - bei der ersten Labstelle liege ungefähr auf Platz 10 der Einzelläufer.

Jetzt wird es unwegsamer: Wurzeln, Lacken, ja sogar Bretterzäune sind zu überwinden, dann geht es wieder glatter bergauf. Beim ersten Wechsel nach 16 km bin ich 17., aber schon? im Einzel, eine halbe Stunde später schon 5., aber.....Schock!!...Ich erblicke einen Berg, dessen Gipfel ich nur mit Genickstarre ausmachen kann, so steil ragt er vor mir auf....da gibt es kein Laufen mehr, nicht einmal für die Spitzenläufer der Staffeln, die ja noch einigermaßen ausgerastet sind, nur mehr Berggang (Hände auf die Knie). Ich mache das zum 1. Mal, fühle mich ~~elend~~, der Puls rast auf 180....vonwegen locker, da rauf geht's nicht locker. Nach 20 Minuten Qual (26 km sind hinter mir) bin ich am Gipfel, dicht vor mir Alois Pfeiler, der Vorjahrsdritte, das gibt Auftrieb. Ein paar kurze Worte, sonst nur Konzentration, sonst ~~ligst~~' bei den Steinen auf 2000 m Seehöhe. Bis zum 2. Wechsel geht es auf schwierigem Terrain leicht bergab, ich kann Pfeiler abhängen, bin an 3. Stelle (keine Information)

Lange Rast, viel Trinken....da habe ich entscheidende Zeit verloren aber es sagt einem ja keiner was. Schön langsam werden die Beine schwer, das Bergablaufen zur Qual, bergauf detto. Einmal Verknöcheln bei einem "Pflichtsprung", einmal im Morast.....Bei den Labstellen heißt es immer: "Jetzt geht's nur mehr bergab" - Denkste, die Berge werden zwar kürzer, aber noch immer qualvoll steil. Verzweiflung macht sich breit, man kämpft, so gut man kann. Letzte Kontrolle bei km 49 - "jetzt geht es nur noch bergab....." Diesmal stimmt's, im Finish halte ich mir noch einen Staffelläufer vom Leib - hätte ja ein Konkurrent sein können. Im Ziel nach 4:32, Dritter hinter Josef Hones und dem Leibnitzer Heinz Fink - der Wahnsinn hat ein Ende. Ich bin zufrieden, daß ich nach langsamem Beginn meine Chance rechtzeitig gewittert habe, auf "Platz" gelaufen bin, auch bin ich gänzlich unversehrt, nicht einmal eine Blase ~~trübt~~ den 27 Grad warmen, sonnigen Tag.

Michael Schiffer

10. KREMSER SILVESTERLAUF 90

1. Sallinger Nikolas	31:05	16. Weber Gerhard	34:13
2. Spandler Stefan (D)	31:22	17. Stibl Ernst	34:15
3. SMETACEK Ronald	31:41	18. Matzka Franz	34:28
4. Miedler Karl	31:45	19. LACHMAYER Wolfgang	34:35
5. Zauner Gerhard	31:50	20. Gattinger Josef	34:40
6. Füreder Bernhard	31:58	21. Kallinger Christian	34:42
7. Kössler Markus	32:11	22. Kozak Gerald	34:44
8. Lumpflecker Gerhard	32:18	23. Wallisch Franz	34:49
9. Hauer Gottfried	32:40	24. Holzschuh Christian	34:52
10. HAMETNER Franz	32:48	25. Hanel Adolf	34:55
11. Wenisch Max	33:08	36. EICHINGER Gerhard	35:59
12. Eischer Ronald	33:17	38. KUTTNER Emerich	36:03
13. Lindenthal Erwin	33:52	74. SCHWEITZER Rudolf	38:12
14. EIDHER Franz	33:59	97. LEITNER Florian	39:22
15. Lang Reinhard	34:10		

Damensiegerin: Zimmermann Jutta 36:51; 278 Läufer gewertet

VEREINSSITZUNG

Fr 22.2.1991 19.30 Gh. Knell, Mold

TAGESORDNUNG

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Finanzielle Situation des Vereines
3. Belohnung und Unterstützung aktiver Mitglieder
4. Waldviertel - Laufcup
5. Wien - Marathon
6. NÖ - Meisterschaften, Hallen- und Crossläufe
7. Allfälliges

Alle Mitglieder des ULC Horn (ganz besonders der Kassier - siehe Punkt 2 und 3) sind sehr herzlich dazu eingeladen.

WICHTIG!!!WICHTIG!!!WICHTIG!!!WICHTIG!!!WICHTIG!!!WICHTIG!!!WICHTIG!!!

Donauinsel - Halbmarathon 28.10.1990

Drei ULC-Horn Läufer nahmen teil:

EICHINGER Gerhard	Zeit: 1:18:13	Rang 9
FRANK Ewald	1:18:48	13
SCHWEITZER Rudolf	1:23:12	28

Sieger wurde Franz Matzka mit der Zeit von 1:12:47
251 Läufer erreichten das Ziel.

F R Ü H L I N G S M A R A T H O N Wien 14. April 1991

Anmeldungen so bald wie möglich bei Walter KOGLER

(wenn vorhanden mittels Anmeldeformular) abgeben !!!!!

NENNSCHLUSS bei Walter KOGLER 9. März !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

Jeden zweiten Samstag gemeinsames Marathontraining

Treffpunkt: Kaserne Horn 9:00 Uhr

Laufstrecke: Taffatal, Kamptal

Am 2.3.91 44 km Trainingslauf, Hinblick Wien Marathon

Treffpunkt: Windigsteig bei Fam. EICHINGER 8:45 Uhr

Laufgeschw.: ca. 5min/km

Alle Interessierten sind herzlich willkommen !!

Rücksprache Marathontraining : EICHINGER gerhard

Bürozeit: 02983/2307 377

abends : 02849/2621

Ein Jahr ist um und wir kommen nicht drum herum,
daher möchte ich alle bitten den Mitgliedsbeitrag so bald
wie möglich einzuzahlen.

Eizelbeitrag: 300,-

Schüler bis 18 J. 150,- ERLAGSCHEIN LIEGT BEI !!

Familienbeitrag : 400,- EMPFANGSCHEIN = Mitgliedsausweis

Derzeitiger Mitgliederstand des ULC - Horn :

Läufer : 96

Gymnastik : 14

Bei der V E R E I N S S I T Z U N G am 22.2.1991 19:30 Uhr

in KNELL 's Schenke wird wohl ein riesiger Tisch notwendig sein !

GYMNASTIKABEND , jeden MITTWOCH 19:30 Uhr in der Hauptschule Horn

ERGEBNISLISTE CROSSLAUF 8.12.1990

Damen: 5 km
Herrn: 8 km

1. Ronald SMETACEK	24.16
2. Franz EIDHER	26.25
3. Wolfgang LACHMAYR	26.44
4. Franz HAMETNER	27.31
5. Gerhard EICHINGER	27.52
6. Florian LEITNER	30.05
7. Rudi SCHWEITZER	30.16
8. Alois AMSÜSS	31.00
9. Helmut SCHEIDL	32.19
10. Otto WEINMAYR	32.22
11. Franz PFRIEMER	33.22
12. Fritz HIRSCHBÖCK	37.52

1. Monika PFRIEMER	26.39
2. Melitta EICHINGER	27.06
3. Gerti EIDHER	30.42
4. Ulli NOWAK	30.44

Herausragende Leistungen von ULC -Horn Läufern 1990

Ronald SMETACEK läuft am 1.9. in Stadlau die 10 000 m in ausgezeichneten 31:31,63 und scheint somit in der Österr. Bestenliste auf. (Rang 17)

Seine derzeitige Bestzeit über 1000 m.....2:32,92 Wien Cricket Beim Kremser Silvesterlauf fühlt sich SMETACEK nicht in Hochform, er wird trotzdem Dritter hinter Sallinger und dem Deutschen Spandler.

Das wöchentliche Laufen von Ronny liegt bei knapp über 100 km. Er hat somit noch einen gehörigen Spielraum, was Quantität und auch Qualität betrifft. Wir werden sicher in Zukunft noch viel von ihm hören.

BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO

Werner RUBIK nimmt am 23.9. in Amstetten bei der Österr. Marathonmeisterschaft teil.

Werner läuft die 42,2 km in 2:31:18,9 und erreicht den ausgezeichneten achten Gesamtrang.

Wo wäre Werner bei intensiven Lauftraining ???

Werner ist zur Zeit mit seinem Studium sehr ausgelastet, dennoch hoffen wir auch in Zukunft von ihm zu hören.

BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO

Michael SCHIFFER läßt sich am 15.7. zum Veitscher Grenz-Staffellauf hinreißen und wird Dritter. Siehe Erlebnisbericht! Von Michael hört man selten etwas, doch wenn er in Erscheinung tritt, dann zahlt sich's aus. Er erreicht dann meistens eine Superplatzierung.

BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO

Franz HAMETER erreicht im Herbst beim Jauerling Berglauf hinter Max Wenisch den zweiten Platz mit der Zeit von 48:11

Franz EIDHER wird Fünfter 49:21.

BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO

Beim 42. Wiener Höhenstraßenlauf gab es einen Triumph für den ULC -Horn. R. SMETACEK wurde bester Österreicher und der Mannschaftssieg ging an ULC -Horn 1 (Smetacek, Rubik, Hameter) vor der UdSSR. ULC -Horn 2 schaffte den 6. Platz von insgesamt 19 Mannschaften (Eidher, Frank, Eichinger)

BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO BRAVO

Gute Aussichten für 1991 !

Am 13.1.91 errang R.SMETACEK beim Cricket -Wintercup im 4850 m Lauf mit einer Leistung von 15:26,80 in der Klasse M I den 2.Platz hinter Bernhard Richter.

Am 26.1.91 konnten R.SMETACEK und F.HAMETER eine neue pers. Bestzeit über 3 000 m aufstellen. Siehe Ergebnisliste!

LEICHTATHLETIK - MEETING DUSIKA - HALLENSTADION 26.JAN.91
ERGEBNISLISTE

3 000 m Männer

1. Zeitlauf

Jg.

1. NECHAICKY Petr	66	CSFR	8:15,45
2. GEBL Petr	69	CSFR	8:20,86
3. KRAUS Jan	65	CSFR	8:25,25
4. GÖLLY Arthur	67	Post Graz	8:25,87
5. SALLINGER Niki	67	SVS	8:30,23
<u>6. SMETACEK Ronald</u>	<u>69</u>	<u>ULC Horn</u>	<u>8:32,90</u>
7. KOSS Robert	71	Post Graz	8:57,01
8. IWANOFF Helmut	65	U.Salzburg	8:57,66
9. MAICHIN Rainer	69	Post Graz	9:04,30

2. Zeitlauf

1. BENESCH Karl	61	SVS	9:02,05
2. SPIES Manfred	62	Reichsbund	9:05,32
3. PRANZ Ronald	72	LC Lusthaus	9:14,54
4. MAYER Martin	68	ULB	9:18,15
<u>5. HAMETER Franz</u>	<u>65</u>	<u>ULC Horn</u>	<u>9:20,67</u>
6. Jonas Herbert	61	E-Werke	9:21,14
7. ZOSSIASATAYNI Darius	68	E-Werke	9:22,17
8. KASTNER Helmut	63	Lc Lusthaus	9:57,91
9. Trimmel Erich	65	ATSV Ternitz	10:08,08
10. SPANNY Rudolf	52	TYROLIA	10:13,35

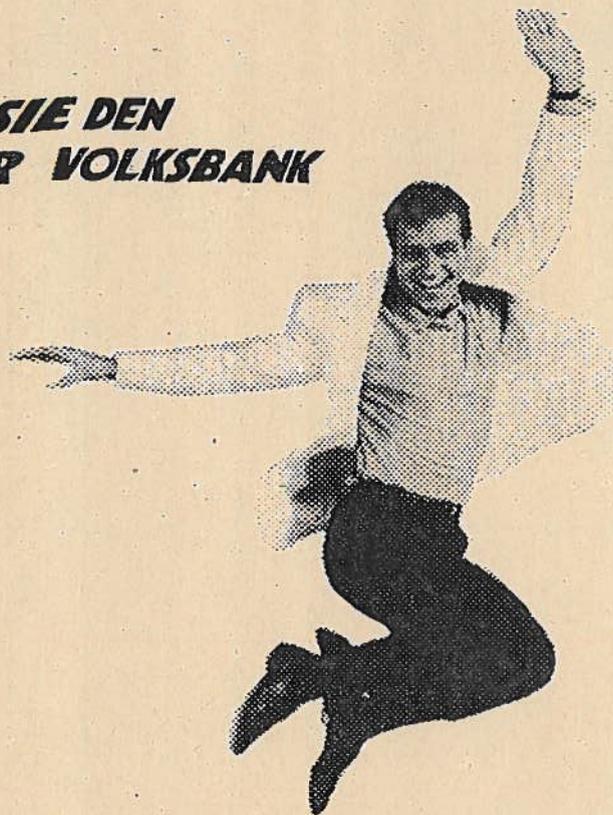
Herzliche Gratulation vom ULC-Horn !

Für den Inhalt verantwortlich: ECHINGER G., EIDHER F., SCHIFFER M.

MACHEN SIE'S WIE ICH...



**...MACHEN SIE DEN
SPRUNG ZUR VOLKSBANK**



VOLKSBANK

