



€ 0,03
 Sit 1,6
 Forint 2,3
 Usd 0,1
 Hrk 0,9

Alt-Eggenberger Laufpost

Jetzt genau das richtige Triathlonwetter für diesen Tag, für 3 Stunden und 17 Minuten



Thermentriathlon Fürstenfeld 13.08.2006

Themen in dieser Ausgabe:

- Triathlonergebnisse
- Interviews
- Zu verkaufen , vermieten
- Fotos
- Unser Laufklub
- Leserbriefe
- Horoskop
- Der Sexualtherapeut

Sommerspezial

Grillschmankerl von der Holzkohle jeden Tag bei Schönwetter



Ripperl mit Knoblauchsauce
 Schopfsteak mit Salat
 Cevapcici mit Ajvar

Bier-Wein-und Schnapsspezialitäten warten auf Sie. Ich



freue mich auf Ihren Besuch. Ihr Franz Bergles

Zum 2. Mal ging ein A.L.T. Triathlonteam in Fürstenfeld an den Start, und das gleich mit 3 Startern. Momentan hat der A.L.T. schon mehr Triathleten wie Läufer. Erstmals in dieser Sportart am Start, Claudia Bergles, unsere neue große junge Hoffnung, nachdem unser ältester Triathlet aus gesundheitstechnischen Gründen ja nicht mehr für seinen Club startet, sicher eine willkommene, und auch in Kürze vielleicht stärkere Athletin. Nun zum Lauf selbst, der Wettergott hatte ein Einsehen, und es gab eine ideale Temperatur. Unser Rookie Claudia stürzte sich um 9 Uhr ins Wasser, um nach 6:57 min schon wieder heraus zukommen, da waren noch mehr als 20 Schwimmer im Wasser. Auch mit



Unsere neue Triathlonhoffnung Claudia Foto: A.L.T. Fototeam TWR

dem Rad hatte Sie keine Probleme, und die 10 km unter 30 min waren sehr beachtlich. Chris konnte sich deutlich steigern, und verbesserte sich in allen 3 Bereichen , vor allem die äußerst schwierige Radstrecke mit 3 Steigungen von bis zu 18 % wurden in einer tollen Zeit von 1:27:32 bewältigt. Mit dieser Leistung hat er aufgezeigt, dass noch einiges in Richtung 2:30 möglich ist. Franz war im Schwimmen und Laufen für seine Verhältnisse recht gut unterwegs, kam aber mit der Radstrecke überhaupt nicht zurecht, und verlor 10 min zu seiner Vorjahreszeit. Die Veranstaltung war gut organisiert, und für das Startgeld gab es 2 Essen und ein Funktionsshirt . Wir werden im nächsten Jahr sicher wieder kommen. (Mt.Les von der Strecke)



Unser Team
 Christian , Claudia und Franz

Ergebnisse Fürstenfeld Olympisch

- | | | | |
|------|--------------------------|-------------|---------|
| 1. | Mernatz Adam HUN | Kl. Rg. 1. | 1:51:17 |
| 2. | Leitner Werner AUT | Kl. Rg. 1. | 1:52:47 |
| 3. | Hömöstrei Peter AUT | Kl. Rg. 2. | 1:54:36 |
| 142. | Pipusch Christian A.L.T. | Kl. Rg. 18. | 2:47:50 |
| 160. | Bergles Franz A.L.T. | Kl. Rg. 4. | 3:17:14 |

Ergebnisse Hobbybewerb

- | | | | |
|-----|-----------------------|-------------|----------|
| 1. | Lindner Johann AUT | Kl. Rg. 1. | 0:54:58 |
| 2. | Rabitsch Wolfgang AUT | Kl. Rg. 2. | 0:56:01 |
| 3. | Swoboda Georg AUT | Kl. Rg. 3. | 0:56:20 |
| 98. | Bergles Claudia AUT | Kl. Rg. 17. | 01:35:37 |



Chris im Ziel Claudia beim Negativstrip der Start zum Hobbybewerb Franz fast der Letzte

Semriacher Marktlauf

Ergebnisse 4. Marktlauf Semriach

M- 9,8km

- | | | | | |
|----------------------|--------|---------|---------|----|
| 1. Krejci Thomas | AUT | 0:33:48 | Kl. Rg. | 1 |
| 2. Leitner Werner | AUT | 0:34:12 | Kl. Rg. | 1 |
| 3. Wengschen Joachim | AUT | 0:34:37 | Kl.Rg | 2 |
| 40. Brauchart Markus | A.L.T | 0:55:10 | Kl.Rg. | 16 |
| 42. Bergles Franz | A.L.T. | 0:57:55 | Kl.Rg. | 6 |

Frauen 5,9 km

- | | | | | |
|------------------------|--------|---------|---------|----|
| 1. Neuhold Claudia | AUT | 0:25:31 | Kl.Rg. | 1. |
| 2. Wisenhofer Cornelia | AUT | 0:25:34 | Kl.Rg. | 1. |
| 6. Reimer Olivia | A.L.T. | 0:31:10 | Kl. Rg. | 1. |
| 8. Trotscha Eva | A.L.T. | 0:33:46 | Kl. Rg. | 1. |
| 9. Bergles Claudia | A.L.T. | 0:36:20 | Kl. Rg. | 2 |

Klagenfurt Halbmarathon

Wir haben natürlich auch unseren besten Läufer zur österreichischen Halbmarathonmeisterschaft an den Wörthersee geschickt. Chris lief mit einem unserer Gastläufer Florian Mayer, konnte aber leider nicht über die volle Distanz das Tempo

Ergebnisse Klagenfurt Halbmarathon Männer

- | | | |
|---------------------|--------|---------|
| 1. Salil Stanly K. | KEN | 1:05:31 |
| 2. Toth Tamas | KEN | 1:06:39 |
| 3. Cheruyot Davis | HUN | 1:07:01 |
| 453. Mayer Florian | AUT | 1:33:29 |
| 1069. Pipusch Chris | A.L.T. | 1:44:33 |

Frauen

- | | | |
|-------------------|-----|---------|
| 1. Kalovics Aniko | HUN | 1:10:39 |
| 2. Kraus Melanie | GER | 1:14:21 |
| 3. Chelimo Selina | KEN | 1:14:35 |
| 4. Pumper Susanne | AUT | 1:14:59 |

mithalten. In einem sehr heißen Rennen rächte sich die Völlerei vom Vortag ein wenig. Chris brachte trotzdem eine sehr Gute Zeit ins Ziel. Wir gratulieren unserem Nummer 1 Läufer.
(Birglov Klgt.)

Bereits zum 3. Mal kamen unsere Läufer ins Gebirge, und das gleich mit 6 Topathleten inklusive Hund Fritz. Bei recht warmen Temperaturen, man staune, erstmals kein Regen, erliefen wir als **Das erfolgreichste Team in Semriach der A.L.T.** das beste Team, 2

Klassensiege durch Eva und Olivia und einen 2. Platz durch Claudia. Olivia wurde durch ihren Hund förmlich den Berg hinaufgezogen, von der Laufleistung ist er schon ganz gut, es fehlt Hr. Fritz nur noch die richtige Einteilung, welche ihm aber unser Präsident Herr vom Wolfsthal, sicher noch beibringen wird. Markus wurde, man glaubt es kaum, diesmal sogar gewertet. Eva hat sich gegenüber Ihren Trainingsläufen stark gesteigert und lief den Kilometer unter 6 Minuten. Claudia wurde durch Ihren Vater stark gebremst, konnte aber dennoch das zweite Treppchen erklimmen. Unser Franz absolvierte am Vormittag einen 30 km Lauf und wurde erwartungsgemäß wie fast immer Letzter.

Schade nur, dass bei dieser liebevoll ausgerichteten Veranstaltung, nicht mehr Läufer nach Semriach zog. Wir werden im nächsten Jahr auf alle Fälle wieder kommen (Text: Berglovsky Foto:Chripi)

After running Party beim GÜ

Wie jedes Jahr hat der Laufklub weder Kosten noch Geld gespart um seinen Läufern, und auch seinen Gönnern und Fans, ein feudales Buffet im lukullischen Geheimtipp GÜ zu bieten. Günther hat wieder einmal seine Phantasien kochen lassen, und auch die ausgefallensten Kreationen haben den Zuspruch aller gefunden.. Alle die nicht dabei waren, können wenigstens auf obigem Foto im Geiste mit uns im Nachhinein schlemmen. Unseren nächsten Läufe sind der Stainzer HM (02.09.) der Wachau Marathon (17.9.) und der Thaler Lauf 8 km am 23.9. **Gut Lauf.**



Fotoimpressionen Semriach

(Fotos: Chripi)



Unsere Pokalmädels

Olivia Siegerin W-30

Claudia und Eva 1. Und 2. W-20

Vater-Tochterlauf