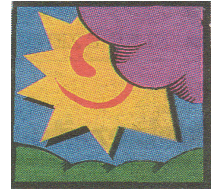


€ 0,03
 Sit 1,6
 Forint 2,3
 Usd 0,1
 Hrk 0,9

Alt-Eggenberger Laufnachrichten

Grado-Wetter
 16° diesig und
 bewölkt. Das
 ideale Lauf-
 wetter, aber
 keine Sonne



Jahrgang 2009 Ausgabe 08

www.alt-eggenberg.net

22. 11.2009

Themen in dieser Ausgabe:

- Laufergebnisse
- Interviews
- Zu verkaufen ,
vermieten
- Fotos
- Kontakte (Liebe nicht
ausgeschlossen)
- Leserbriefe
- Horoskop
- Der Sexualtherapeut

Werte Gäste

Die erste Silvesterfeier
 im

„Alt-Eggenberg“

Steht vor der Tür. Sichert
 Euch jetzt einen Platz, es gibt
 nur eine limitierte
 Teilnehmerzahl. Reserviert
 jetzt. Franz freut sich auf
 Euren Besuch



Chris u.Franz am Start

Ergebnisse:HM 21,1 km

1. Gikuni Ndungu Ken 1:01:12
2. Kiplagat Isaac Ken 1:07:07
3. Duca Francesco It 1:07:59
1462. Franz Bergles A.L.T 1:48:16
1558. Chris Pipusch A.L.T.1:49:53

Ergebnisse: W 21,1 km

1. Kayo Margareth KEN 1:10:11
2. Morietti Paolo IT 1:17:50
3. Lehonkova Katoko UKR 1:19:01

7. Palmanova Halbmarathon 22.11.2009

Als Abschluss der heurigen
 Laufsaison stand für die 2
 letzten aktiven Athleten der
 Halbmarathon von
 Palmanova auf dem
 Programm. In der sehr
 interessanten Festung,
 welche von den Venezianern
 Ende des 16. Jh. erbaut
 wurde, ging es mitten in der
 Stadt, für etwa 2400 Läufer,
 darunter auch 63
 Österreicher, los. Der
 absolut flache Kurs ging als
 Rundkurs durch die
 angrenzenden Gemeinden
 von Palmanova, und endete
 im großen Stadion vor den
 Toren der Stadt. Hier fand
 auch die Nudelparty und
 Siegerehrung statt. Franz
 konnte wieder , so wie auch
 sonst jedes Jahr eine Zeit
 unter 1:50 erlaufen. Chris
 kam , da immer noch im
 Trainingsrückstand, knapp
 dahinter ins Ziel. Für
 Interessierte wäre es
 interessant zu wissen, dass
 es eine italienisch-
 slovenische Wertung gibt,
 in der 4 Halbmarathons ent-



Start in Palmanova beim Porta Udine

halten sind . Außerdem ist der Kurs um Palmanova
 sicher eine gute Strecke um seine persönliche
 Bestzeit zu verbessern. Nach dem Lauf ging es zur
 wohlverdienten Nahrungsaufnahme. Der A.L.T.
 Mannschaftsbus brachte uns zu unserem
 reservierten Tisch in die berühmte Trattoria Da
 Mario noch Prepotto an der slowenischen Grenze.
 Hier wurde bei den Schweinefleischspezialitäten des
 Hauses ausgiebig gefeiert. Bei dieser Gelegenheit
 wurden auch die ersten Auslandseinsätze für den
 Herbst 2010 besprochen, hier stehen Budapest,
 München oder Köln zur Debatte. Für die vielen
 Interessierten heißt das jetzt schon zu planen und
 bei der Klubleitung zu reservieren. Da dies die letzte
 Ausgabe 2009 ist , wünscht der A.L.T. allen
 Sportlern ein „FROHES FEST und ein PROSIT
 2010“ (Text.F.Berglovsky Fotos F.Mauntainles)



Die Basilika von Grado



Unsere Schlemmer



Festmahl nach dem Laufen

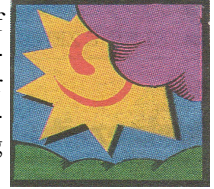
Kaffee „Alt Eggenberg“ ihr Lokal in der Nähe Franz Bergles freut sich auf
 Ihren Besuch . Reservieren Sie jetzt für Ihre Weihnachtsfeier oder Silvesterfeier.
Tel. 0664/27-25-314 e-Mail: franz.bergles@drei.at Home: alt-eggenberg.net



€ 0,03
US \$ 0,6
Forint 2,3
Usd 0,1
Hrk 0,9

Alt-Eggenberger Laufnachrichten

Optimales Lauf- und Jahreswechselwetter
geringe Bewölkung, sonnig
Temp. 6°-10°



Jahrgang 2009 Ausgabe 9

www.alt-eggenberg.net

31.12.2009

Themen in dieser Ausgabe:

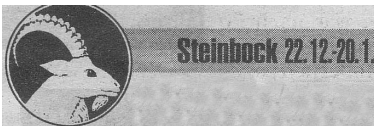
- Laufergebnisse
- Laufberichte
- Unsere neuen
- Mitglieder
- Fotos
- Werbung
- Wissenswertes

Silvesterlauf in Graz 31.12.2009

Zum Jahreswechsel haben sich dieses Mal doch wieder 2 A.L.T. Läufer, und einige Bekannte aus dem Umfeld vom Vereinslokal „Alt-Eggenberg“ am Start eingefunden. Die A.L.T.–Sportler Nina und Franz starteten beim 10 km Bewerb. Alex Zenz und Alex Kneissl bestritten die 5 km Strecke. Wie so in dieser Zeit des Feierns hatten Nina und Franz nicht gerade die besten Leistungen zeigen können, aber das ist beim Silvesterbewerb ja nicht unbedingt das Ziel dieser Zwei gewesen. Schon sehr deutlich ernster startete Alexandra Zenz die neue junge Hoffnung der weiblichen Laufsportwelt in ihrem 1. Wettkampf bei in der Halbdistanz. Sie belegte in Ihrer Klasse den respektablen 19. Rang. Alex Kneissl, der ja seine Jugend im Lokal von Franz verbracht hat, hat auch seine laufsportliche Ader entdeckt. Er ging über die 5 km Distanz, die er in der beachtlichen Zeit von 0:28:43 bestritt. Das erklärte Ziel von Alex ist ja ein Marathon in den nächsten Jahren. Der A.L.T. wünscht diesem aufstrebendem Sportler das Beste für die Laufsaison 2010.



Nina und Franz vor dem Start
Foto: DELO



Alle Steinbockgeborenen, speziell um den 19.01. sollten jetzt mit dem Sport beginnen, und Geld für die Geburtstagsrunde sparen.

Glückszahlen: 1/9 /19/23/45/88
Ihr Glückstag: Dienstag

Reservieren Sie jetzt:

Geburtsstagsfeiern, Firmenbesprechungen, Fortbildung oder Friseurbesuche. Spezielle Menüs für jeden Anlass und Preise die sich jeder leisten kann.

Tel.: 0664/27-25-314

e-Mail: alt-eggenberg@gmx.at

Das Menü der Woche

Kürbiscremesuppe

Gekochtes Rindfleisch mit Röstkartoffeln

Cremespinat

€ 5,90



Franz zwischen seinen Läuferinnen und mit Alex
(Fotos: Wolfsthale und DELO)

Vor dem Start



Gedanken zum Jahreswechsel von unserem Präsidenten Hr. Hugo vom Wolfsthale:

„Wertes zumeist nicht laufendes Laufvolk. Wieder ist ein Sportjahr, für die Meisten viel zu früh, zu Ende gegangen. Für den Großteil meiner Sportuntertanen sollte ein Jahr mindestens 18-22 Monate haben, damit sie während eines Jahres zu einem Lauf kommen. Jetzt ist die Zeit der guten Vorsätze, die Zeit um eine Veränderung zu planen. Also frisch ans Werk, geht mit mir in die Natur um zu trainieren. In diesem Sinne ein Prosit Neues Laufjahr. Hugo v. Wolfsthale, Präsident und Imperator auf Lebenszeit“



Ergebnisse 5 km:

1. Rossmann Thomas 0:15:41 Kl. Rg. 1.
2. Toesch Andreas 0:16:51 Kl. Rg. 2.
3. Leitner Werner 0:16:51 Kl. Rg. 2.
119. Kneissl Alexander 0:28:43 Kl. Rg. 31.
157. Zenz Alexandra 0:32:17 Kl. Rg. 19.

Ergebnisse 10 km:

1. Milleder Martin 0:32:10 Kl. Rg. 1.
2. Klastenegger Achim 0:32:50 Kl. Rg. 1.
3. Peindl Hermann 0:34:29 Kl. Rg. 2.
191. Maicovsky Michael 0:51:14 Kl. Rg. 43.
244. Bergles Franz 0:54:02 Kl. Rg. 24.
233. Krainer Nina 0:56:28 Kl. Rg. 6.

Kaffee-Restaurant „Alt-Eggenberg“

Vinzengasse 20, Ihr Lokal im Herzen von Eggenberg e-Mail: alt-eggenberg@gmx.at