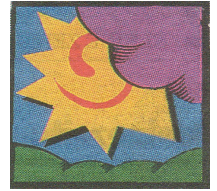




Alt-Eggenberger Laufnachrichten



Köln Marathon

03.10.2010 (der 25. Marathon für Franz)

Themen in dieser Ausgabe:

- Laufergebnisse
- Interviews
- Inserate
- Fotos
- Kontakte (Liebe nicht ausgeschlossen)
- Leserbriefe
- Horoskop
- Unsinn und Ernstes
- Wahres u. Gelogenes

Das Menü der Woche

Minestrone

Faschierter Braten

Kartoffelpüree

Erbsen

Apfelstrudel € 6,80

Schon seit Jahren startet der A.L.T. traditionell einmal im Jahr im Ausland . Heuer ging es ins Rheinland, in die Hauptstadt des deutschen Humors, nach Köln, in das Kölschparadies, welches dann auch ausgiebig genossen wurde. Am Freitag nach der Ankunft auf dem Flughafen Köln-Bonn wurde gleich im Messegelände Deutz die Startnummer ausgefasst. Am Samstag Kölner Dom und Erholung. Sonntag strahlendes Sommerwetter mit bis zu 26°. Der Start war um 11 Uhr angesetzt. Mit etwa 20 Minuten Verspätung, ging es dann vom Platzsprecher gut unterhalten los . Christian begleitete Franz bis zu km 12, von da an lief Franz, dann nur mehr mit etwa 8000 Läufer/innen bis ins Ziel in die Rewe City, auf dem Messegelände von Deutz. Die gewaltige Zuschauerkulisse beim drittgrößten Marathon in Deutschland, auf einem sehr flachen Kurs war dann auch gut für eine recht ansprechende Zeit für unseren letzten A.L.T. Läufer Franz. Die nächsten 2 Tage gab es dann Kultur, Geschichte und Kulinarik pur. Auch im nächsten Jahr wird unser Rumpflaufklub wieder einen Lauf im Ausland (23.01.2011 Gran Canaria) starten. (Text: Berglovsky Fotos: De Lorenzo)



Unser Laufteam in Köln
(Foto: De Lorenzo Edith)

Laufklub

Leider musste sich der Eggenberger Traditionslaufklub heuer auflösen. Es besteht aber immer noch das Klublokal in der Vinzenzgasse , und Franz würde sich freuen ab und zu einmal seine Exläufer zu sehen. Franz wird weiter laufen , und hofft auch Euch laufend zu treffen. Die Laufzeitung erscheint gratis weiter. Es grüßt Franz.

Ergebnisse Graz HM M

1. Mock Jürgen AUT 1:10:04
- 2.. Puffing Man. AUT 1:13:54.
3. Duller Stefan.AUT 1:13:56
- 1736.Bergles Fr. A.L.T.1:58:07

Ergebnisse Graz HM W

1. Jarz Jessica AUT 1:23:55
- 2.. Mühlbacher V. AUT 1:25:23.
3. Zerkhold Irene AUT 1:26:50

Ergebnisse Köln M

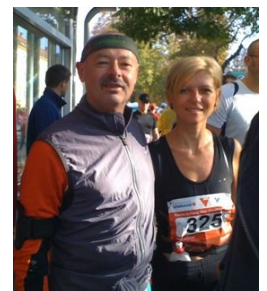
1. Kipkoel Bowel Fran. KEN 02:14:12 Kl. Rg. 1
2. Steidl Ulrich GER 02:27:31 Kl. Rg. 2
3. Hauser Rene SUI 02:28:12 Kl. Rg. 3
- 2328.Bergles Franz A.L.T. 04:13:58 Kl. R.G. 240

Ergebnisse Köln W

- 1.Heining Katarina GER 02:46:04 Kl. Rg. 1.
- 2.Steg Kerstin GER 02:59:46 Kl. Rg. 1.
- 3.Hooß Tanja GER 03:02:31 Kl.Rg. 2

Grazmarathon Ergebnis W 10.10.10

Den Graz Marathon lief heuer nur ein A.L.T. Läufer, nämlich unsere Susanne , sie allein hat die Fahnen für unseren Laufklub, in der vollen Distanz hochgehalten, und konnte ihre eigene Bestzeit um fast 7 Minuten verbessern, und das ist sehr gut. Von Franz und Michael, einem mehrfachen Ironman wurde sie die ersten 21,1 km begleitet. Dann lief Susanne bis km 36 alleine, denn dort kam Franz wieder auf die Strecke , und begleitete Sie bis ins Ziel. Im nächsten Jahr wird Susanne sicher wieder irgendwo einen Marathon laufen, und hat auch die Fähigkeit unter 4 Stunden zu laufen. Der A.L.T. gratuliert herzlichst (Von der Strecke: Wolfsthal)



Susanne und Franz

Ergebnisse Graz M W

1. Kiminy Mild KEN 2:38:29
2. Pumper Susa. AUT 2:50:29
3. Tramoy Sylvia AUT 2:53:48
- 729.Ginner Susanne A.L.T 4:04:18



Jetzt im „Alt-Eggenberg“

Schilchersturm

1/4 l € 2,50



Um weiter ausgeglichen zu bleiben wären Dauerläufe am Morgen genau das Richtige. Glückszahlen: 2/ 12/ 16/ 54/ 104

Kaffe „Alt-Eggenberg“ Vinzenzgasse 20

Reservieren Sie jetzt ihre Martinigansl Tel: 0664/27-25-314