

# running Leibnitz

www.runningleibnitz.at

office@runningleibnitz.at



## 1 Jahr voller Erfolgsgeschichten <sup>2024</sup>



**running Leibnitz beim Welschlauf !!!**

**Trotz Wolkenbruch gab es  
Podestplätze für running Leibnitz!!**

**Ultra Radchallenge mit respektvollem  
Ergebnis**

**Hobby Triathleten mit perfektem  
Ergebnis**

**Gold für unser jüngstes Mitglied**



# 2025

**Wings for Life World Run  
Event Organisator**



S.13-14



Mag. pharm. Weißmann-Ouimet KG  
sulmtal-apotheke@inode.at



## Obmann: Thomas Prasser

Auf ein erfolgreiches, starkes Jahr darf ich als Gründer und Obmann des Vereins zurückblicken! Im August 2023 reichten meine Partnerin Kerstin, die als Obfrau und Mitgründerin fungiert, und ich den Antrag zur Vereinsgründung bei der BH - Leibnitz ein. Mit nur zwei Personen starteten wir voller Enthusiasmus, ohne jedoch zu ahnen, dass wir innerhalb von 12 Monaten eine so großartige Erfolgsgeschichte schreiben werden.

Wir haben als Laufverein gestartet und dürfen nun auch Rennradfahrer und Triathleten in unserem Verein Willkommen heißen.

Was als kleines Projekt begann, wuchs zu einem florierenden Verein mit nun über 30 Mitgliedern - ein Beweis für das Engagement und die Begeisterung unserer Gemeinschaft!

Einige unserer Mitglieder schafften es durch ihre hervorragenden Leistungen sogar auf das ein oder andere Podest!



Schon nach meinem ersten Wettkampflauf wurde mir klar: Egal wie lange du brauchst, egal wie schnell oder langsam du bist... es gibt kein Richtig und kein Falsch. Die Atmosphäre und Motivation, die ich dabei spüren konnte, waren unbeschreiblich und lassen das Selbstbewusstsein wachsen; man feiert seinen eigenen Erfolg umso mehr. Wenn man sich besser fühlen, mehr Energie haben und das Leben um Jahre bereichern möchte, ist Sport die richtige Antwort auf die mögliche Frage: WARUM? Nebenher ist Sport der beste Ausgleich zu meiner Arbeit im Bauwesen. Spezielles Krafttraining und das Rennradfahren runden meine sportliche Aktivitätspalette ab.

Wie kam die Idee zur Gründung eines Vereines?

Durch meine Leidenschaft zum Laufsport, dem Gefühl "frei zu sein", abschalten zu können und um Gelerntes weiterzugeben, entflamte in mir diese Idee.

Im März 2023 entdeckte ich das Laufen für mich. Doch nur 2 Monate später erhielt ich die Diagnose Leistenbruch. Vorbei war es erst mal mit meiner Leidenschaft. Während einer 3-monatigen Schonzeit eignete ich mir Wissen über die Materie des Laufsportes an. Dabei wurde mir schnell klar: **Laufen ist nicht gleich Laufen!**

Kurze Zeit später folgte aufgrund einer weiteren OP erneut eine Sportabstinenz und eine weitere Schonzeit. Zeit genug, um Ideen zur Gründung eines Vereines zu sammeln!

18.08.2023 - running Leibnitz war geboren!

### 2024

wurden einige persönliche Bestzeiten erlaufen!  
(10 km - 4:38 min / km; 5 km - 4:24 min / km).  
Weiterbildung im Bereich Laufsport.  
Entdeckung des Triathlons für mich.

### Ziele 2025

1-2 Laufwettkämpfe  
Absolvieren 1-2 Sprintdistanzen  
1. Mitteldistanz IM 70.3  
Sportliche Weiterbildung im Bereich:  
Rennrad - Zeitfahrrad,  
Schwimmen & Triathlon



Das Wichtigste am Sport ist nicht der Sieg, sondern die Teilnahme, wie auch das Wichtigste im Leben nicht der Sieg, sondern das Streben nach einem Ziel ist. Das Wichtigste ist nicht erobert zu haben, sondern gut gekämpft zu haben.

## Vorstand

### Obfrau: Kerstin Riedl



Als eine im Gesundheits- und Krankenpflegebereich beschäftigte Person, bekomme ich täglich vor Augen geführt, welch negative Auswirkungen ein Bewegungsdefizit mit sich zieht. Jene Erkenntnisse waren für mich Grund genug, mich bewusst dem Sport zu widmen. Es bedarf keinem großen Aufwand. Laufen bzw. Sport im Allgemeinen setzt keine Altersgrenze voraus, sondern nur den Mut, den ersten Schritt zu wagen. Wichtig ist, die eigenen Erfolge und Ziele niemals aus den Augen zu verlieren, sich mit niemandem anderen messen zu müssen und das Gefühl im Ziel einfach auf sich wirken zu lassen. Sich dabei auf Augenhöhe zu begegnen und gegenseitig zu motivieren, zeigt schon den ersten großen Erfolg, über den man sich mit Sicherheit freuen darf.

### Schriftführerin: Carina Eggenreich



Die Routine zur regelmäßigen Bewegung wurde mir nicht in die Wiege gelegt; und so verbrachte ich meine Kindheit und Jugend als absoluter „Sportmuffel“. Erst mit Einstieg in mein Studium Gesundheitsmanagement wurde ich für die Bereiche Sport und Training, sowie Ernährung sensibilisiert. Ein sechsmonatiges Sportpraktikum in Südtirol im Zuge meiner Ausbildung weckte dann endgültig mein sportliches Interesse. Um fit zu werden, begann ich mit dem Laufen. Der Einstieg war hart, aber dank meines Ehrgeizes und meiner Zielstrebigkeit blieb ich mit eisernem Willen dran und integrierte regelmäßige Bewegung Stück für Stück in meinen Alltag. Die Begeisterung und die Leidenschaft zum Laufsport wuchsen nach und nach und ich entwickelte mit zunehmender Leistungsfähigkeit auch Freude am gezielten Training. Es folgten zahlreiche Teilnahmen an verschiedenen Lauf-Wettkämpfen. Die Emotionen, die einen Läufer/eine Läuferin von der Start- bis zur Ziellinie begleiten, kann man einfach nicht in Worte fassen. So sehr ich die Vorteile des Laufens als „Einzelsportart“ als Ausgleich zum Alltag, zum Nachdenken oder um den Kopf frei zu bekommen auch schätze – ich kann mir die Mitgliedschaft und die Gemeinsamkeit unseres Vereines nicht mehr wegdenken. Zusammen „etwas bewegen“, die Freude und den Enthusiasmus am Sport zu teilen und sich darüber austauschen zu können, verleihen dem Laufsport nochmal etwas mehr Besonderheit

### KassierStlv.: Seidl-Fischer Katrin



Mein sportliches Interesse hat mit der COVID-Zeit begonnen. Da ich im Gesundheits- und Krankenpflegebereich auf einer Intensivstation tätig bin, und diese Zeit für mich psychisch sehr belastend war, begann ich jeden Tag eine Radtour zu machen. Zur selben Zeit kämpfte ich schon seit Jahren mit Übergewicht und sah nach meinen anfänglichen kurzen Radstrecken schon bald kleine Erfolge, was das Gewicht betraf.

Das war der Startschuss für meine läuferische Karriere. Anfänglich noch alleine bei Laufveranstaltungen, wusste ich sofort, dass ich mich einem Verein anschließen möchte.

Es macht einfach viel mehr Spaß, gemeinsam im Team, als auch für sich selbst, persönliche Rekorde zu feiern und immer Menschen dabei zu haben, welche sich mit einem freuen.

Egal wie schnell, egal wie weit!

### Bekleidung: Robert Marbler



Mein Übergewicht in der Kindheit motivierte mich schon früh mit dem Sport zu beginnen!

Seit meinem 12. Lebensjahr ist Sport ein wichtiger Bestandteil in meinem Leben. Nachdem ich jahrelang meisterschaftsmäßig Fußball und Tennis spielte, wechselte ich dann in den Ausdauerbereich zum Laufen und Rennradfahren. Bei Wettkämpfen bin ich selbst mein größter Konkurrent und versuche, mich stetig zu verbessern. Sport ist für mich neben dem Wettkampf der stetigen persönlichen Verbesserung auch Kraftquelle, Inspiration und Ausgleich. So war es naheliegend, bei Gelegenheit einem Verein beizutreten, in welchem ich all das mit Gleichgesinnten teilen kann.

Mit running Leibnitz bietet sich die Gelegenheit, in einer coolen, motivierten Gruppe zu sein, in der neben dem Ehrgeiz auch der Spaß und das Gesellschaftliche nicht zu kurz kommen!

### Kassier: Mario Seidl



Sport ist für mich ein Ausgleich zu meinem beruflichen Alltag als Notfallsanitäter.

Bereits in der Sporthauptschule galt mein Interesse dem Schwimmen. Fürs Laufen konnte ich mich eigentlich nie richtig begeistern, fürs Radfahren schon eher.

Da es für mich mehr Motivation bedeutet, in einer Gruppe Sport zu betreiben, war es naheliegend, mir einen Verein zu suchen. So kam ich dann auch zum Laufen. Es macht mir sehr viel Spaß, mich mit Menschen austauschen zu können, welche die gleichen Interessen haben. Die den Sport als

Freizeitbeschäftigung sehen und einen motivieren, weiter zu machen, auch wenn man einmal keinen guten Tag hat. Laufveranstaltungen im Team zu bestreiten, oder für sich selber neue Bestzeiten aufzustellen, ist einfach lustiger mit Kollegen, die einen zusätzlich anfeuern.

Next stop: Triathlon?

## Vereinsfotograf

### Roland Malle

Roland, der immer für einen guten Schmah zu haben ist, übernimmt mit seiner Fotografieerfahrung die Vereinsportraits.

Unter dem Vereinsnamen ist Roland auch hin und wieder als "Pressefotograf" bei div. Veranstaltungen unterwegs.



## Vereinstrainer

Laufen: Prasser Thomas

### in Ausbildung

Triathlon: Prasser Thomas

Laufen: Eggenreich Carina,  
Seidl-Fischer Katrin

Renntag: Prasser Thomas  
Marbler Robert

Schwimmen: Prasser Thomas  
Seidl Mario



## Warum zu running Leibnitz

100 % freiwillige Teilnahmen  
an:

Lauftreffs und  
diversen Veranstaltungen

Einkaufsvergünstigungen  
bei unseren Partnern,  
Mitgliedsbeitrag umfasst  
2 Laufshirts  
und 1 normales Shirt,  
Vereinsversicherung,  
Mitgliederausweis,  
Vereinsinterne Trainer

Möglichkeit zum Erwerb  
hochwertiger Sportkleidung

## Mitglied bei:

Fachverbänden  
Dachverbände

Teilnahmemöglichkeit bei  
steirischen u. österreichischen  
Meisterschaften

Ironman Club



**Robert Marbler**

**+43 664 45 17 447**

[robert.marbler@uniqa.at](mailto:robert.marbler@uniqa.at)

Das Wichtigste am Sport ist nicht der Sieg, sondern die Teilnahme, wie auch das Wichtigste im Leben nicht der Sieg, sondern das Streben nach einem Ziel ist. Das Wichtigste ist nicht erobert zu haben, sondern gut gekämpft zu haben.

## Vereinsaktivität

### Lauftreff →

Mittwochs findet unser weit bekannter Lauftreff statt. Hierbei wird gemeinsames Laufen in der Gruppe großgeschrieben!

Ziel ist es, mit unseren vereinsinternen Läufern, Rennradfahrern und Triathleten Sport zu betreiben und gleichgesinnte Sportliebhaber jeder Altersgruppe aus der Region Leibnitz zu treffen.

Das Tempo wird so gewählt, dass man sich in der Gruppe gut unterhalten kann.

Distanzen sind unterschiedlich und nach vorhergehender Absprache zwischen 5 und knapp über 10 Kilometern.

So kommt es manchmal vor, dass wir zwei Gruppen bilden, damit auch unsere flotteren Sportler ihr gewünschtes Trainingstempo in der Gruppe gemeinsam laufen können.

#### **Treffpunkt**

einmal wöchentlich:  
Mittwoch, 18.30 Uhr  
Besucherzentrum Grottenhof





## Vereinsangebote

### Lauftreff

Treffen für Mitglieder, Interessierte und Gleichgesinnte.

Von Intervallen auf der Tartanbahn, bis hin zu Bergintervallen haben wir alles dabei!  
Vereinsinterne Trainer.

### Intervall- Trainings

### Laufanfänger

Als Laufanfänger ist man bei uns genau richtig. Um in 8 Wochen 5 km durchlaufen zu können, bieten wir einen dementsprechenden Trainingsplan und eine zusätzliche Einführung ins LAUF-ABC.

Wichtiger Bestandteil des Laufens ist auch der Laufstil, die Ergonomie und die Technik!  
Mit unseren Trainern wird auch an diesen Details gearbeitet.

### Lauf ABC Laufstil



Das Wichtigste am Sport ist nicht der Sieg, sondern die Teilnahme, wie auch das Wichtigste im Leben nicht der Sieg, sondern das Streben nach einem Ziel ist. Das Wichtigste ist nicht erobert zu haben, sondern gut gekämpft zu haben.



## Kraftrainings Mobility

Spezielle Übungen und Trainings, die auf den Ausdauersport abzielen, werden angeboten.

Für unsere Triathleten (und Interessierte) organisieren wir immer wieder dementsprechend notwendige Kurse. Vereinsinterne Trainer für Triathlon und Schwimmen.

## Schwimmkurse

## Rennrad-Zeitfahrrad Ausfahrten

Gemeinsame Ausfahrten sind hier die Devise! Tempo und Strecke werden gemeinsam abgesprochen - keiner bleibt alleine! Vereinsinterne Trainer.

Mit unseren Partnern bieten wir auch eine Leistungsdiagnostik für unsere Athleten an.

## Leistungsdiagnostik

Laktatmessung: Feldlaktatstufentest, Spiroergometrie, Fahrrad(spiro)ergometrie oder auch eine SRM\_Torque-Analyse.

## Veranstaltungen 2024

- Winterrunserie 2023/2024
- Vulkanland-Frühlingslauf
- MSC Rogner Bad Blumau
- Welschlauf
- Narzissenlauf
- Ladysrun Graz
- Airport Run
- Schützengellauf
- SteirerKren Sonnwendlauf
- Parktherme Wüstenlauf
- Ultra Rad Challenge 2024
- Erzberg RUN
- Koralpenlauf
- Südsteiermarktriathlon



- Koralpen Trailrun
- 34. Schilcherlauf
- Ö-Fiber Trailrun
- Losinjer Halbmarathon
- Istria 300
- Ötscher Trail
- Mali Losinjer Feuerwehrlauf
- Graz Marathon
- 1. Viennathlon
- Apfellauf
- 1. 10K run Graz
- Cote d'Azur Marathon
- Murfelder Adventlauf
- weitere Adventläufe



## Das Wettkampffahr 2024

### 26 Events

### 19 Podestplätze



Insgesamt ging unser Verein bei 26 verschiedenen Veranstaltungen an den Start!

Ob Laufen, Rennrad,  
Trail oder

Triathlon - alles war dabei.

19 Stockerlplätze konnten  
wir für uns  
gewinnen!



---

## Öffentlichkeitsarbeit

regelmäßige Berichterstattung im online Regionauten -Teil "Mein Bezirk"

Zahlreiche Artikel in der Printausgabe der Woche "Mein Bezirk Leibnitz"

Veröffentlichung der Veranstaltungsberichte, sowie regelmäßige Erwähnungen und Updates auf Instagram und Facebook



Das Wichtigste am Sport ist nicht der Sieg, sondern die Teilnahme, wie auch das Wichtigste im Leben nicht der Sieg, sondern das Streben nach einem Ziel ist. Das Wichtigste ist nicht erobert zu haben, sondern gut gekämpft zu haben.



Beim 41. Narzissenlauf in Altaussee gab es den Sonnenschein für unsere 5 Starter erst nach dem Zieleinlauf. Dennoch konnte der Regen unsere motivierten Läufer nicht aufhalten und holten wieder TOP Ergebnisse ein!

Mit Platz 2 und Platz 3 gebührt jeglicher sportlicher Respekt unseren beiden Damen. Gemeinsam passierten sie die Ziellinie nach 15,5 Kilometer mit einer Zeit von unter 80 Minuten und haben sich das Podest regelrecht verdient!

8,1 KM Distanz

Thomas 39:39 Altersklasse 1 Herren / Rang 14

Mario 45:43 Altersklasse 2 Herren / Rang 23

Katrin 53:52 Altersklasse 2 Damen / Rang 22



Bei der Ultra Rad Challenge 2024 am 20.07. in der Ökoregion Kaindorf nahm unser Rennradfahrer Marbler Robert spontan bei der 6h Marathon Challenge teil! Mit 17,9 Kilometer führte der Rundkurs von Kaindorf ausgehend durch die Gemeinden Ebersdorf und Hartl. Dabei legte Robert in 6h eine Gesamtdistanz von 179KM und beeindruckende 1900 Höhenmeter zurück.

Diese bemerkenswerte Leistung und Ausdauer erbrachte ihm den 31. Platz in der Gesamtwertung.

Sein Engagement und seine harte Arbeit haben sich ausgezahlt, und er hat einen respektablen Platz in seiner Kategorie erreicht.

Wir gratulieren Robert herzlich zu seinem Erfolg. Er ist ein inspirierendes Mitglied unserer Gemeinschaft und ein Vorbild für andere Rennradfahrer und Rennradfahrerinnen.

**ART  
FACTORY  
LEIBNITZ**

RAIMUND SEIDL



Vom 27.9.-29.9.24 fand heuer bereits zum 20. Mal der Ötscher Trail statt.

Die Ötscher Trails, verlaufend durch den Naturpark Ötscher-Tormäuer, sind bereits seit 2004 fester Bestandteil der Österreichischen Bergmarathon Szene.

An drei Tagen fanden auch in diesem Jahr wieder sechs verschiedene Bewerbe statt.

Heuer nahmen drei LäuferInnen vom Verein running Leibnitz den Easy-Trail mit einer Länge von 10,4 km und knappen 500 Höhenmetern in Angriff.

Der Start fand um 17:00 bei kühlen acht Grad und immer wiederkehrendem Regen und Wind statt.

Trotz erschwelter Laufbedingungen mit teils rutschigen Wald- und Wiesenpassagen kamen alle drei Athleten mit tollen Finisherzeiten ins Ziel:

Mario Seidl wurde mit einer Zeit von 01 h :11 Minuten 25. von insgesamt 47 Teilnehmern.

Janine Mitterbacher konnte mit einer Zeit von 1 h : 22 Minuten den 1. Platz in ihrer Altersklasse erreichen.

Katrin Seidl-Fischer kam mit einer Zeit von 1 h : 25 Minuten knapp dahinter ins Ziel.

Unsere AthletInnen wurden dem Ötschertrail -Motto „Run to be a Hero“ mit ihren tollen Ergebnissen mehr als gerecht.

Dem „verschlafenen“ Bergdorf St. Oswald ob Eibiswald etwas Leben einzuhauchen ist dem Organisationsteam des Koralpenlaufes definitiv geglikt.

Die Idee „Koralpenlauf“ entstand im Jahre 2015 und entwickelte sich im Laufe der letzten Jahre zu einer beliebten Laufveranstaltung mit top besetztem Starterfeld.

Mittlerweile basiert das Laufevent auf karitativem Hintergrund und setzt sich mit dem Koralpenlauf-Soforthilfefond, sowie einer 5 Euro Spende pro Teilnahmegebühr für soziale, regionale Projekte ein.

Start – und Zielbereich befinden sich auf 750 m Seehöhe und liegen, eingebettet in eine malerische Umgebung, am Fuße der Koralpe.

In den Disziplinen:

- Kinderläufe (400 m / 800 m)
- Genusslauf (7 k)

- Viertelmarathon (10,3 km)
- Halbmarathon (20,6 km) und

- Walking Strecke (10,3 km)

findet jede/r Hobby- und Profisportler/in die für ihn/sie passende Strecke.

Die bergige Streckenführung verläuft als



Rundkurs, in welchem es beim Viertelmarathon grob 250 Höhenmeter und beim Halbmarathon nicht ganz 500 Höhenmeter zu bewältigen gilt. Die Anstrengung auf der Strecke rund um den Buchenberg wird mit einem traumhaften Panorama und der Faszination „Laufen“ in der malerischen Südweststeiermark belohnt. Im heurigen Laufjahr meinte es das Wetter

besonders gut mit den StarterInnen; und so zeigte das Außenthermometer bei Startzeit um 16.25 Uhr noch „angenehme“ 30 Grad.

Für running Leibnitz gingen heuer drei LäuferInnen an den Start:

Unser jüngstes Mitglied Ramona Stradner startete beim Secura Kinderlauf über 800 m und konnte nach nur 03:59 min die Ziellinie überqueren.

Beim NetWERKER Viertelmarathon finishte Carina Eggenreich nach 57:16 min und konnte mit dieser Zeit den 3. AK Platz und den 5. weiblichen Gesamtrang erlaufen.

Zwei anspruchsvolle Runden absolvierte Anita Stradner beim Energie Steiermark Halbmarathon und konnte sich mit einer Nettozeit von 01 h 56 min den dritten Damen Gesamtplatz sichern.

Ein unterhaltsames Rahmenprogramm, Musik und Tanz, sowie Speis und Trank ließen die gelungene Laufveranstaltung bei gemütlichem Beisammensein ausklingen.



Das Wichtigste am Sport ist nicht der Sieg, sondern die Teilnahme, wie auch das Wichtigste im Leben nicht der Sieg, sondern das Streben nach einem Ziel ist. Das Wichtigste ist nicht erobert zu haben, sondern gut gekämpft zu haben.



Trotz zahlreicher Herausforderungen in Organisation und Planung stellte Stefflhof Adventures mit dem bereits 17. Studsteiermark Triathlon auch in diesem Jahr wieder eine Sportveranstaltung der Extraklasse auf die Beine. Bei top Wetterbedingungen standen diesmal um die 450 AthletInnen aus insgesamt 10 Nationen an der Startlinie und konnten auf der Sprint- oder der Olympischen Distanz ihre Leistungsfähigkeit unter Beweis stellen.

Die heuer neu lokalisierte Ziel Area direkt am Aldrian See am Ankerpunkt boten den SportlerInnen und ihren zahlreichen Fans einzigartiges Urlaubsflair und eine traumhafte Kulisse.

Für running Leibnitz gingen insgesamt 10 SportlerInnen in allen drei Disziplinen:

- Sprintdistanz (750 m Schwimmen, 19 km Radfahren, 5 km Laufen)
- Olympischer Distanz (1500 m Schwimmen, 38 km Radfahren, 10 km Laufen), und im
- Team bei der Firmen/Team Staffelfbewerb (300 m Schwimmen, 19 km Radfahren, 5 km Laufen)

an den Start und konnten sich tolle Erfolge sichern. Die Mannerstaffel mit Mario Seidl, Georg Bach und Thomas Prasser erreichte den 9. Staffel Gesamtrang, sowie Platz 7 unter allen männlichen Staffelteams (Zeit 01:04:41).

Unsere mixed Staffel mit Fabio Ploder, Robert Marbler und Carina Eggenreich erreichte Platz 8 in der mixed Wertung, sowie den 18. Gesamt Staffelpplatz (Zeit 01:09:00).

Ulrike Siener übernahm den Laufpart in ihrer Familienstaffel, welche sich Platz 9 in der mixed - und Platz 19 in der Gesamtwertung holte (Zeit 01:09:43).

Auch Roswitha Lernbeiß ging mit ihrer Familie an den Start und konnte als Schwimmerin, sowie spontan auch als Läuferin, eine top Leistung erzielen. Ihre Staffel sicherte sich den 14. mixed, sowie den 24. Gesamtrang (Zeit 01:11:16).

Ganz besondere Leistungen erbrachten unsere beiden Sportlerinnen Katrin Seidl-Fischer und Anita Stradner, die jeweils die gesamte Sprint- bzw. Olympische Distanz absolvierten.

Nach 01:35:28 konnte Katrin nach 750 m Schwimmen, 19 km Radfahren und 5 km Laufen stolz die Ziellinie ubqueren.

Ihr überaus gelungenes Debüt auf der Olympischen Distanz konnte Anita Stradner nach 02:44:00 mit ihren Vereinsmitgliedern bei einem erholsamen Beisammensein gebührend feiern.



#### 20. steierischer Leukamiehilfelauf- Ein Zeichen für unsere Gemeinschaft

Am 20.09.2024 fand der jährliche Leukamiehilfelauf im Grazer ASKÖ Stadion statt. Organisiert wurde dieser heuer schon zum 20. Mal von der Leukamiehilfe Steiermark – einer Non-Profit Organisation, getragen von PatientInnen und MitarbeiterInnen der klinischen Abteilung für Hematologie am Univ. Klinikum Graz, welche sich in Form von Beratungen, Verbesserungen in Punkto Infrastruktur, sowie Forschung und Finanzierung für Betroffene hematologischer Erkrankungen einsetzen.

Dem Verein running Leibnitz war es ein großes Anliegen, bei diesem Charity Event mit- und gemeinsam etwas zu be-wirken und stand mit 7 SportlerInnen an der Startlinie.

Für diese Laufveranstaltung hat es sich running Leibnitz zum Ziel gemacht, ein Zeichen für „gemeinsames Schaffen“ zu setzen und gleichzeitig einem karitativen Zweck zu folgen. Absolviert wurde die Hauptdistanz von 5 km deshalb einheitlich und gemeinschaftlich als „Gruppe“.

Gemeinsam überkreuzten die SportlerInnen gut gelaunt die Ziellinie und können auf ein gelungenes Sportevent zurückblicken.

## FOTSC H FOTSC

Fotsc Bertram Versicherungsagentur

8403 Lebring • Dexenberg 2  
Tel. 0664 / 152 80 08 • Fax 0810 9554 168358  
www.wfb.at • E-Mail: office@wfb.at

Bei einem Radrennen der Extraklasse startete am 28.09.2024 unser Radprofi, Robert Marbler.Beim

Istria300 verwandelte sich die kroatische Küstenstadt Pore in das Mekka des internationalen Radsports. Unter dem Motto "Ride your Limits" bot Istrien heuer wieder optimale Bedingungen für ambitionierte RadsportlerInnen, die sich einer großartigen sportlichen Herausforderung stellten.

Bewerbsdisziplinen:

lang / 300,00 km / 5150 Höhenmeter  
mittel / 209,00 km / 3250 Höhenmeter  
kurz / 134,50 km / 1800 Höhenmeter.



Robert startete nach intensiven Vorbereitungen in der Mittel- Distanz und absolvierte die knapp 208 km lange Strecke mit 3.164 positiven Höhenmetern in nur 07 h : 28 Minuten (durchschnittliche Geschwindigkeit 27,8 km/h) und radelte mit dieser Finisher-Zeit auf Platz 283 von insgesamt 948 Startern.

Das Wichtigste am Sport ist nicht der Sieg, sondern die Teilnahme, wie auch das Wichtigste im Leben nicht der Sieg, sondern das Streben nach einem Ziel ist. Das Wichtigste ist nicht erobert zu haben, sondern gut gekämpft zu haben.



Teambuilding mit „Hindernissen“

Monkeyland, Wand 4 Panier und Bagjump waren nur einige jener Hindernisse, die es für unsere 7 running Leibnitz Mitglieder am vergangenen Samstag gemeinsam als Team zu bewältigen galt – sie gingen an den Start eines spektakulären Hindernislaufes auf der Wiener Donauinsel.

10 Hindernisklassiker mussten dabei auf der rund 5 Kilometer langen Laufstrecke überwunden werden.

Mit der Wettbewerbsteilnahme fokussierte sich running Leibnitz keinesfalls auf eine bestimmte Zielzeit – vielmehr ging es darum, gemeinsam als Team etwas zu schaffen, sich gegenseitig zu pushen, in der Hindernisbewältigung zu stärken und zu unterstützen und auf ein gemeinsames Finish stolz zu sein.

Teilnahmen wie diese fördern den Teamgeist, stärken den Zusammenhalt und zeigen einmal mehr, mit wieviel Freude, Begeisterung und Humor man Sport gemeinsam als Team erleben kann.



Viennathlon Hindernislauf - 5 km Teamrun

- Thomas Prasser
- Mario Seidl
- Roland Malle
- Roswitha Lernbeiß
- Stefica Kelemen
- Kerstin Riedl
- Katrin Seidl-Fischer



Soziales Engagement und Hilfsbereitschaft entlang der Strecke zeigten unsere Viennathlon-StarterInnen allemal – vier unserer StarterInnen gehen beruflich einer medizinisch-pflegerischen Tätigkeit nach und übernahmen während des Bewerbes die Erstversorgung eines verletzten Wettbewerbsteilnehmers. Bis zum Eintreffen der Rettungskräfte leisteten sie erste Hilfsmaßnahmen und sorgten für das Wohl und die Genesung des Verletzten.



## GAPPS

Ihr Ansprechpartner für den Metallbau:  
[www.gapps.at](http://www.gapps.at); 0664/ 7504 6968; [office@gapps.at](mailto:office@gapps.at)  
 sowas GAPPS noch nie.

Das Wichtigste am Sport ist nicht der Sieg, sondern die Teilnahme, wie auch das Wichtigste im Leben nicht der Sieg, sondern das Streben nach einem Ziel ist. Das Wichtigste ist nicht erobert zu haben, sondern gut gekämpft zu haben.

Deutlich flacher präsentierten sich die Hauptdistanzen von 5,5 km und 11 km beim Murecker Aulauflauf, welche ausgehend vom Hauptplatz Mureck mitten in die Murecker Aulandschaft führten.

Je nach Wettbewerb waren dabei entweder eine Runde (5,5 km) oder zwei Runden (11 km) auf meist befestigten Spazier- und Wanderwegen entlang der Mur zu absolvieren.

Neben den Hauptläufen waren auch zahlreiche Walker (8,4 km), sowie Kinder und Jugendliche in ihren jeweiligen Wettbewerbsdisziplinen vertreten.

Veranstaltet wurde das Lauevent vom UTC Mureck. Der Murecker Aulauflauf ging heuer bereits zum neunten Mal über die Bühne.

Vom Verein running Leibnitz starteten sieben SportlerInnen – einmal Jugendlauflauf über die 1,8 km Distanz, zwei über die 5,5 km Distanz und vier über die knapp 11 km Langdistanz und konnten top Ergebnisse, darunter zwei Stockerlplätze erzielen:

#### Kurzdistanz:

Markus Starz: 24:44 Minuten

Alexander Elsniß: 32:10 Minuten

#### Langdistanz:

Thomas Prasser: 53 : 06 Minuten

Carina Eggenreich: 55 : 57 Minuten (3. AK Platz)

Roswitha Lernbeiß: 01h : 02 Minuten (3. AK Platz)

Ulrike Siener: 01h : 04 Minuten

#### Jugendlauflauf über 1.800 m

Jana Siener: 09:47 Minuten (Platz 17 von 24)



Geplant für Mitte September – wetterbedingt verschoben auf Mitte Oktober, konnte der 11. Steirische Apfelfeld Lauf bei angenehm kühlen Lauftemperaturen am 19.

Oktober endlich über die Bühne gehen.

Veranstaltet und perfekt organisiert wurde der Lauf rund um den Stubenbergsee in wiederholter Folge von der Laufgemeinschaft Apfelfeld, in Zusammenarbeit mit dem Tourismusverband Oststeiermark.

Neben verschiedenen Kinder und Jugendwettbewerben konnten begeisterte Hobby- und Leistungssportler in den Hauptwettbewerben zwischen zwei verschiedenen Distanzen wählen:

- 7,5 Kilometer Volkslauf
- 21,1 Kilometer Halbmarathon.

Im Zuge des heurigen Apfelfeld Laufes wurden außerdem die Steirischen Meisterschaften im Halbmarathon (STLV) ausgetragen.

Für den Halbmarathon hieß es, insgesamt sechs Runden um den Stubenbergsee zu absolvieren.

In dieser Distanzwertung ging running Leibnitz Athlet Andreas Kaufmann an den Start und nahm sich eine persönliche Bestzeit zum Ziel.

Andreas bewies Kampfgeist und enorme Stärke – finishte den Halbmarathon in einer Zeit von 01:26:28 (Durchschnittspace 04:05/km), lief auf den 3. Platz in seiner Altersklasse, den 22. Gesamtrang und darf eine neue persönliche Halbmarathon Bestzeit verzeichnen.

Teamgeist erforderten die Staffelnwettbewerbe Kikeriki Halbmarathon Staffel und Mühlenbau Binder Firmen / Vereinswettbewerb, für welche jeweils 3 SportlerInnen als Team an der Startlinie standen. running Leibnitz startete mit

- Markus Starz
- Anita Stradner &
- Carina Eggenreich

in der Halbmarathon Staffel (ca. sieben Lauf-Kilometer je Teilnehmer) und konnte mit einer Gesamt Halbmarathonzeit von 01:37:48 Silber holen (2. Gesamtplatz aller Staffeln; 2. Platz Mixed Wertung).

Markus: 7,5 km in 34:18 - pace 04:29, Anita: 6,8 km in 31:43 - pace 04:42, Carina: 6,8 km in 31:46 - pace 04:43).



## Wir sind euer Veranstalter für den Wings4Life APP RUN für den Bezirk Leibnitz

Wann: 4. Mai 2025  
Start: 13:00  
Wo: Wagna



MARKTGEMEINDE  
WAGNA

### LAUFE FÜR DIE, DIE ES NICHT KÖNNEN

## 4. MAI 2025

ANMELDUNG



**Parkmöglichkeit**  
Römerdorf Wagna  
46°46'06.6"N 15°33'46.3"E



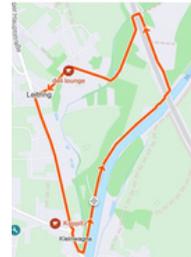

[www.runningleibnitz.at](http://www.runningleibnitz.at)  
[office@runningleibnitz.at](mailto:office@runningleibnitz.at)



### STRECKE

#### ca. 4,4KM Rundkurs

Der Lauf startet bei der Hundeschule Flavia Solva direkt am Muruferbegleitweg West. Von dort geht es in nordöstlicher Richtung auf dem Begleitweg entlang des Flusses. Nach einem kurzen Abschnitt wechselt die Route auf den Autobahnbegleitweg und führt weiter in westlicher Richtung auf den Forellenbachweg. Dieser mündet in die Dorfstraße, der die Strecke folgt.



Die Zielgerade verläuft nach Süden auf dem Geh- und Radweg entlang der Hauptstraße B67. Schließlich kehren die Läufer\*innen zurück in den Start- und Zielbereich in südlicher Richtung.



**KOMPLETTE STRECKE GESPERRT!**  
**1 Labestation**

Hundeschule Flavia Solva  
solange der Vorrat reicht!



**Robert Marbler**  
+43 664 45 17 447  
[robert.marbler@uniqa.at](mailto:robert.marbler@uniqa.at)

Das Wichtigste am Sport ist nicht der Sieg, sondern die Teilnahme, wie auch das Wichtigste im Leben nicht der Sieg, sondern das Streben nach einem Ziel ist. Das Wichtigste ist nicht erobert zu haben, sondern gut gekämpft zu haben.

## DIESER LAUF IST EINZIGARTIG

Beim Wings for Life World Run starten alle Teilnehmer weltweit zur selben Zeit. Dabei ist es unwichtig, ob man Spitzensportler, Hobbyläufer oder blutiger Anfänger ist. Eine Ziellinie gibt es nämlich nicht. Stattdessen setzt sich 30 Minuten nach dem Start das Catcher Car in Bewegung und überholt die Läufer und Rollstuhlfahrer nach und nach. Das Beste: Alle Startgelder und Spenden fließen zu 100% in die Rückenmarksforschung und helfen dabei, Querschnittslähmung zu heilen.



Wann startet das Catcher Car?

Die Besonderheit des Wings for Life World Runs liegt darin, dass anders als bei anderen Volksläufen keine vorgegebene Distanz zurückgelegt werden muss. 30 Minuten nach dem Start fährt ein „Catcher Car“-Auto die Strecke ab.

### VIELE UNTERSCHIEDLICHE FORSCHUNGSBEREICHE



## FORSCHUNG GIBT HOFFNUNG

Genau in dieser Sekunde – während du das liest – verletzt sich jemand das Rückenmark und erleidet eine Querschnittslähmung. Das bedeutet: kein Gefühl in den Beinen, im schlimmsten Fall auch nicht mehr in den Armen und Händen. Bewegungsunfähigkeit. Man ist ständig auf Hilfe angewiesen. Wir möchten helfen. Als gemeinnützige Stiftung fördert Wings for Life weltweit Spitzenforschung. Unser großes Ziel: die Heilung von Querschnittslähmung.

Wir sind richtig stolz: Dank unserer großzügigen Spender und der Teilnehmer am Wings for Life World Run, können wir dieses Jahr gleich 26 neuen Projekten unsere Förderung zusagen. Welches Projekt ist am vielversprechendsten? Welche Studie liefert die wertvollsten Ergebnisse? Mit diesen Fragen beschäftigen sich unser Vorstand und die wissenschaftliche Leitung von Wings for Life einmal im Jahr, bevor sie entscheiden, welche Projekte gefördert werden. Die Anträge erreichen uns aus aller Welt, und die Forscher setzen sich mit verschiedensten Bereichen der Rückenmarksforschung auseinander. Aber sie alle arbeiten daran, das große Ziel zu erreichen: eine Heilung für Querschnittslähmung. Von der Vorauswahl und der genauen Begutachtung durch unabhängige Experten bis hin zur Entscheidungssitzung ist es ein langer Weg. Die Auswahl steht nun fest und wir sind stolz, in diesem Jahr 26 neue Forschungsprojekte fördern zu können. Seit Gründung der Stiftung konnten 324 Forschungsprojekte unterstützt werden. Einige der Forscher werden schon das zweite oder dritte Jahr gefördert. So zählen wir aktuell 65 laufende Projekte aus 15 Ländern. [Hier](#) geht es zu unseren Forschungsprojekten.

Von Herzen danke an alle, die uns bei unserer Mission unterstützen. Gemeinsam werden wir Querschnittslähmung heilbar machen. ❤️

# RUNNING LEIBNITZ



Das Wichtigste am Sport ist nicht der Sieg, sondern die Teilnahme, wie auch das Wichtigste im Leben nicht der Sieg, sondern das Streben nach einem Ziel ist. Das Wichtigste ist nicht erobert zu haben, sondern gut gekämpft zu haben.

SÜD  
STEIERMARK



## die Bewegungs- revolution

SPORT  
UNION 

