

211. LCC-Laufveranstaltung
seit Clubgründung 1977



wünscht allen Läufern persönliche
Bestleistungen für 1990 !

ÖLV-Nr.: 90/89
LAUF- UND CONDITIONS - CLUB WIEN
ROADRUNNERS CLUB VIENNA

Sportlicher Leiter:
Staatlich geprüfter Dipl. Sportlehrer Adolf Gruber

A-1020 WIEN, SCHÜTTELSTRASSE 9
TELEFON: 0222/26 61 15

Wien, 1989 Dezember 31.

ER G E B N I S L I S T E =====

des 13. INTERNATIONALEN LCC-SILVESTERLAUFES 1989/90 über 10 km,
am 31.12.89, 14 Uhr.

Wetter: Hochnebel, trocken, -1°C, Luftdruck 999, L'feuchtigkeit 98%
kalter SO-Wind mit 20-25 km^h.

TYROLIA, SPORT-AICHINGER und SPORT-HAANL sponserten unsere drei Ren-
nen, welche innerhalb von 6 Tagen durchgeführt werden.

Wir sprechen unseren herzlichsten Dank aus !

Eines unserer neuen Mitglieder -Herbert PROCKL(seit II/89 LCC-Mit-
glied, schwergewichtig und schon 25 kg bei uns abgenommen !!) be-
treut uns bei LCC-Rennen in uneigennütziger Weise mit sämtlichen
Erfrischungen für die Labestation. Er ist auch sehr trainingsfleißig,
weshalb wir ihm auch die Zeit von unter 3:00 Stunden bald wünschen!

Resultate:

Frauen:

				Punkte für den Winter-Läufer- 3-Kampf nach 2 Bewerben:
1. TITSCH-NUOFER	Annemarie	51 (LCC-TYROLIA)	41:42	20
2. Arockner	Ingrid	57 (")	42:36	18
3. Kovar	Monika	48 (")	42:51	8
4. Fuchs	Elisabeth	60 (TYROLIA)	43:43	15
5. Langsteiner	Claudia	72 (SVS)	45:55	6
6. Gruber	Dagmar	70 (LCC-TYROLIA)	46:14	5
Kühnert	Elisabeth	36 (")		7
Steiner	Maritta	60 (")		6

M 20:

1. GRÜNWALD	Peter	64 (LCC-TYROLIA)	33:39	20
2. Fuchs	Josef	61 (")	35:33	17
3. Spulak	Ronald	63 (Heidenreichstein)	36:01	8
4. Piller	Johannes	68 (Rohrbach)	36:50	7
5. Wippel	Helmut	66 (Straasshof)	37:30	6
6. Arlt	Hermann	61 (Wien)	37:47	5
7. Boden	Georg	66 (")	38:06	4
8. Lanser	Max	67 (Mödling)	40:00	3
9. Fuchs	Hartwig	68 (Wien)	40:33	2
10. Mühl	Gerhard	66 (")	46:31	1
11. Pelikan	Wolfgang	61 (")	46:59	-
12. Willer	Max	62 (")	47:13	-
13. Nerbig	Hans	60 (")	47:23	-
Binder	Gert-Michael			9
Panacz	Michael			7
Dotti	Erich			6

Punkte:

Friedl Franz
Weiss Helmut
Legerer Martin
Willer Max
Nerbig Hans

5
4
3
2
1

U 21: FEUCHT

Thomas

70 (LCC-TYROLIA) 38:49 20

TYROLIA

SPORTAICHINGER

2320 SCHWECHAT WIENERSTRASSE 11 TEL 776369
1030 WIEN LANDSTR. HAUPTSTR. 4 TEL 735397

**INTERSPORT
HAANL**

Wien 21, Brünnerstraße 82, Tel. 39 14 28
Wien 22, Kagraner Platz 21, Tel. 23 67 07 - Wien 21, Schöffhofer Str. 9, Tel. 38 51 54
Wien 2, Taborsstr. 48, Tel. 24 16 99

M 30:

Tagesbestzeit

1. LICHTSCHEIDL	Gottfried	56 (LCC-TYROLIA)	33:01	20
2. Reichel	Herbert	53 (")	33:03	9
3. Adam	Paul	59 (")	33:17	15
4. Ing. Oravec	Josef	59 (Bratislava/CSR)	35:34	7
5. Feucht	Josef	50 (LCC-TYROLIA)	36:10	11
6. Arocker	Alfred	59 (")	36:32	11
7. Hrdlicka	Adolf	53 (ATV-Vösendorf)	36:35	8
8. Dosedel	Robert	53 (LCC-TYROLIA)	38:48	6
9. Saghy	Josef	52 (Wien)	39:38	2
10. Brouschek	Gerhard	54 (LCC-TYROLIA)	40:33	1
11. Dr. Iglitsch	Marco	58 (Wien)	41:03	-
12. Krammer	Johannes	51 (")	41:41	-
13. Prockl	Herbert	55 (LCC-TYROLIA)	42:12	-
14. Neubauer	Erwin	53 (Wien)	43:29	-
15. Baluch	Ahmed	52 (LCC-TYROLIA)	45:45	-
16. Heindl	Franz	51 (ATV-Vösendorf)	46:03	-
17. Mayr	Harald	59 (TYROLIA)	46:12	-
18. Kuzel	Wolfgang	59 (Wien)	47:02	-
19. Hanyka	Josef	55 (")	50:09	-
20. Kutzera	Sigi	51 (")	50:18	-
21. Biegler	Franz	50 (")	51:12	-
22. Weigel	Fritz	53 (")	51:10	-
23. Meixner	Georg	55 (St. Pölten)	52:22	-
24. Gerl	Karl	52 (Wien)	53:20	-
25. Rainer	Adalbert	51 (")	53:16	-
26. Gebel	Ignaz	53 (")	54:31	-
27. Barthold	Ferdi	59 (")	54:33	-
28. Leber	Karl	59 (")	54:44	-
29. Kargl	Sepp	58 (")	55:02	-
30. Lehner	Herbert	53 (")	55:13	-
Reichl Herbert				9
Keiler Bernhard				9
Tomaczek Gerhard				8
Oravel				7
Saghy				2
Ritter Hellmut				2
Brouschek				1
Kühnert				2

TYROLIA-VEREIN

Schloßmühlstraße 1 - 2320 Schwechat - Telefon: (0 22 2) 77 79 344

				Punkte:
<u>M 40:</u>				
1. ZIRNGAST	Kurt	46 (LCC-TYROLIA)	34:38	20
2. Taian	Cyril	48 (Velka Sucha/CSR)	35:28	9
3. Keim	Josef	47 (ULC-RR)	36:41	8
4. Kolarzik	Heinz	42 (TYROLIA)	36:56	15
5. Podhorsky	Wolfgang	47 (LCC-TYROLIA)	39:09	11
6. Hruby	Hans	42 (Wien)	39:37	9
7. Burian	Rudolf	43 (LCC-TYROLIA)	41:24	4
8. Hofer	Karl	41 (ATuS-Gr. Enzersdorf)	41:44	3
9. Krca	Walter	47 (ATV-Vösendorf)	42:49	2
10. Habermair	Helmut	46 (Wien)	43:22	1
11. Dr. Scherff	Dietrich	44 (UKJ-WIEN)	43:42	-
12. Dolinek	Kurt	42 (LCC-TYROLIA)	44:33	-
13. Gerl	Georg	42 (Wien)	44:46	-
14. Singer	Franz	46 (")	45:16	-
15. Braun	Felix	43 (")	46:13	-
16. Leibold	Herbert	43 (")	47:10	-
17. Meller	Andy	42 (")	48:57	-

<u>M 50:</u>				
1. Ing. G O T S C H	Walter	37 (LCC-TYROLIA)	37:32	20
2. Festa	Gerhard	34 (")	41:53	18
3. Penka	Günther	35 (ATV-Vösendorf)	46:06	15
4. Haider	Karl	32 (")	46:14	15
5. Mühl	Robert	35 (Wien)	49:50	6
6. Pomer	Stefan	34 (ATV-Vösendorf)	51:56	5
7. Sedelmayer	Franz	35 (FC. Reumannhof)	56:03	4
8. Wessely	Heinz	34 (Wien)	57:13	3
9. Keller	Robert	32 (")	57:50	2
Formanek				6
Gerl				5
Kargl				4

M 60:	1. CERMOCH Franz	21 (LCC-TYROLIA)	50:11	19
	Stangl			10

Es trat der seltene Fall ein, daß der LCC-WIEN in allen 7 Klassen den Sieg davontrug !!!!
 Einige neue LCC-Mitglieder haben sich in einigen Wochen um 1 bis 2 Minuten über 10 km verbessert, obwohl das Wetter schlechter war, als vor 4 Wochen !
 Spitzenläufer (nach Wiener Maßstäben (!). kommen wenig zu LCC-Rennen, weil sie geringe Chancen haben!
 Wir sind heuer von 10 km aufwärts stark besattelt !

Nur bei Adi Grubers Training, im LCC-WIEN, wirst Du schnell besser!
 Ich wurde schon oft kopiert - aber nie erreicht, denn individuell jemand besser machen, dazu gehört das theoretische Wissen, das praktische Können und Pädagogik, was aber nur wenige besitzen! Adi Gruber



Mineral-Vitamin-Drink
 für Leistungssportler
 zur Regulierung des
 Elektrolyt-Haushaltes



ZENTRALSPARKASSE