

# ASVÖ DONAULAUF OTTENSHEIM



[www.donaulauf.at](http://www.donaulauf.at)

# 9. ASVÖ DONAULAUF

# 01.10.2016



**ASVÖ**  
WIR MACHEN  
SPORT!

**Oberbank**

holzmarkt  
**Seca**  
Ottensheim

**SPORT oö**  
Land Oberösterreich · Upper Austria

**OÖNachrichten**  
nachrichten.at

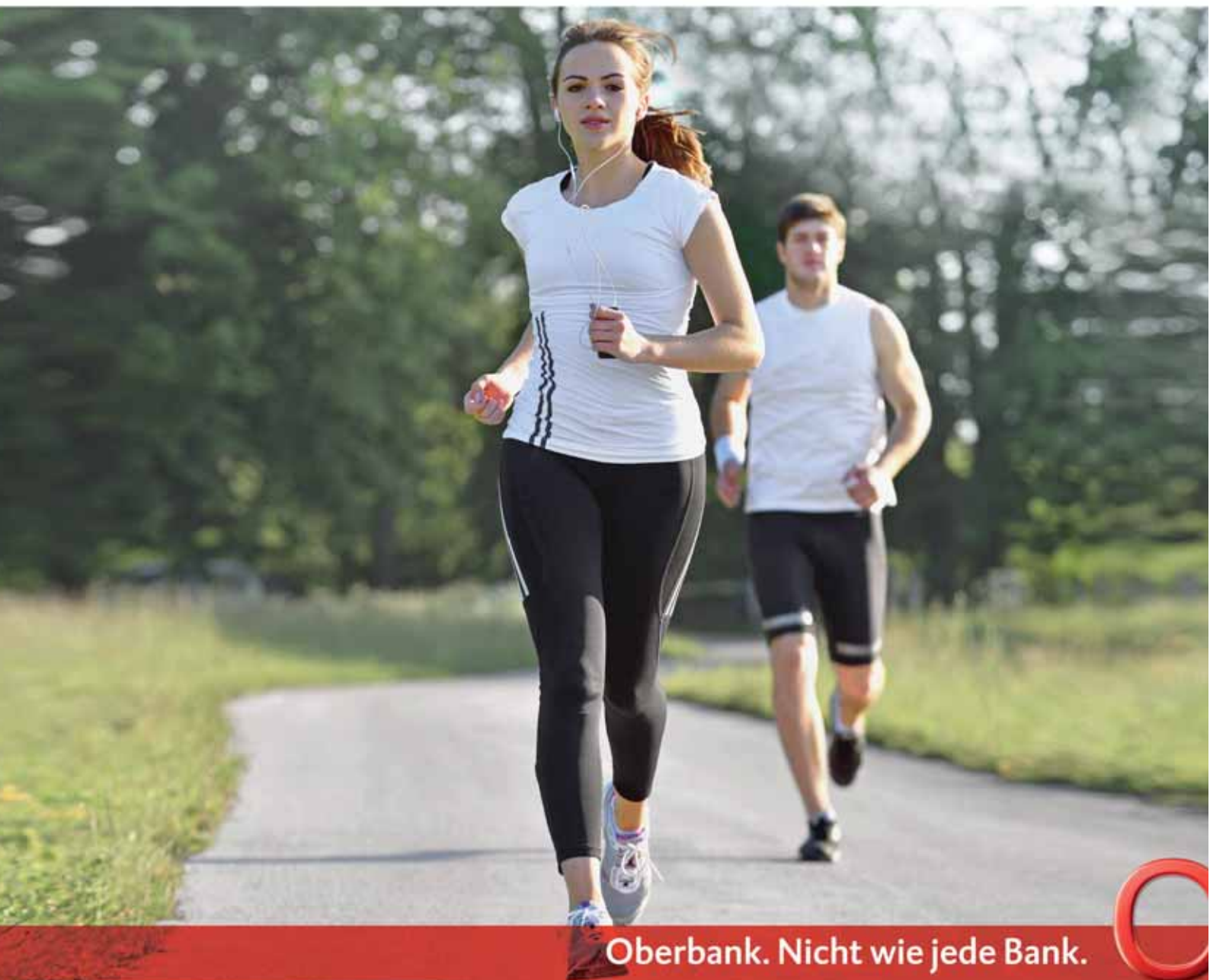
**ENERGIE AG**  
Oberösterreich

Oberösterreichische  
[www.keinesorgen.at](http://www.keinesorgen.at)

Marktgemeinde  
**ÖTTENSHEIM**

# Topfit. Unser Engagement für SportlerInnen.

Damit es im Sport gut läuft, braucht es alle verfügbaren Kräfte: Fitness, Ausdauer, mentale Stärke und einen Partner, der einen unterstützt. Damit es auch finanziell gut läuft, braucht es eine Bank, die in Bestform ist. Eine Bank wie die Oberbank.



Oberbank. Nicht wie jede Bank.



# INHALTSVERZEICHNIS



<b>VORWORT</b> Landesrat Dr. Michael STRUGL MBA	05
<b>VORWORT</b> Konsulent Herbert OFFENBERGER	05
<b>VORWORT</b> Dr. Franz GASSELSBERGER MBA	07
<b>VORWORT</b> Bürgermeister Franz FÜREDER	07
<b>VORWORT</b> Serafin CAMPESTRINI	09
<b>VORWORT</b> Bernhard STEINER	09
<b>BEWERBE STRECKEN PROFILE</b>	10-11
<b>AUF EINEN BLICK</b>	12
<b>DIE SPONSOREN</b>	13
<b>ATHLETENINFO</b>	14-15
<b>TAGESPROGRAMM UND STARTZEITEN</b>	15

## WICHTIGE TELEFON NUMMERN

**POLIZEI:** 133

**ROTES KREUZ NOTRUF:** 144

**ROTES KREUZ LEITSTELLE  
WALDING:** 07234/82244

**DONAULAUFBÜRO:**  
Tourismusbüro Ottensheim  
07234/82255-30  
Täglich von 15:00-19:00 Uhr

**KRANKENHÄUSER:**  
UKH Linz 0732/6920-0  
AKH Linz 0732/7806-0

## IMPRESSUM

**Herausgeber:** Turn- und Sportverein Ottensheim, Moserstraße 2, 4100 Ottensheim, Austria.

**ZVR-Zahl:** 705956306 • **E-Mail:** [sportverein@ottensheim.at](mailto:sportverein@ottensheim.at).

**Für den Inhalt verantwortlich:** Bernhard STEINER, Präsident / Turn- und Sportverein Ottensheim

**Konzept:** [www.pisamedien-group.at](http://www.pisamedien-group.at)

**Layout:** TSV Ottensheim



Sebastian Steffan



Verena Preiner

Fotos: GEPA pictures

# **Sportland OÖ investiert in Breiten- und Spitzensport**

- ➔ flächendeckende Infrastruktur mit rund 6.000 Sportstätten im ganzen Land
- ➔ Förderung und Beratung der 2.500 Sportvereine sowie Unterstützung der 58 Fachverbände und der 3 Dachverbände
- ➔ optimaler Zugang zum Spitzensport durch das BORG und die HAS für Leistungssport in Linz und 28 Schulen mit sportlichem Schwerpunkt in Oberösterreich
- ➔ professionelle Rahmenbedingungen und Betreuung für unsere Spitzensportler/innen im „Olympiazentrum Sportland Oberösterreich“ auf der Gugl in Linz

bezahlte Anzeige

## VORWORT

---



### **DONAUTAL ALS EINZIGARTIGE LAUFSTRECKE**

Die schöne Gemeinde Ottensheim ist auch in diesem Jahr wieder Austragungsort des ASVÖ-Donaulaufs. SpitzensportlerInnen und Hobby-sportlerInnen sorgen immer wieder für sportliche und emotionale Höhe-

punkte und begeistern damit die Zuschauerinnen und Zuschauer entlang der Strecke. Mit dem Kindermarathon finden auch junge Talente die Freude an Bewegung.

Bewegung ist nicht nur gesund und als sportlicher Wettkampf spannend, sondern Laufveranstaltungen bringen Gleichgesinnte zusammen, es macht einfach Spaß, sich sportlich zu messen, sich zu unterhalten, Freunde wieder zu treffen und neue Bekanntschaften zu machen.



Mein besonderer Dank gilt den unermüdbaren Organisatorinnen und Organisatoren dieses Laufevents, die mit Engagement und Erfahrung dieses sportliche Ereignis ermöglichen.

Den Läuferinnen und Läufern wünsche ich alles Gute und viel Erfolg.

Beste Grüße!

*Dr. Michael STRUGL MBA  
Wirtschafts- und Sportlandesrat*



### **SEHR VEREHRTE DAMEN UND HERREN, GESCHÄTZTE FREUNDE DES SPORTS!**

Laufen steht in der Hitparade der beliebtesten Sportarten bei den Oberösterreicherinnen und Oberösterreichern ganz weit oben. Für viele ist es überhaupt die Nummer Eins.

Ob über kurze oder etwas längere Distanzen, mit fiebrigem Blick auf die Stoppuhr oder gelassen auf die „Finisher“-Medaille – Oberösterreich läuft – und das ist gut so!

Dass der „ASVÖ Donaulauf“ des Turn- und Sportvereins Ottensheim heuer schon in seine neunte Auflage geht, spricht ja für die eingangs erwähnte Hitparade. Dazu kommt, dass die „Kulisse“ Ottensheim, die Menschen und das Umland zu den liebenswertesten und attraktivsten im Land ob der Enns zählen.

Am 1. Oktober ist der Herbst gerade einmal eine Woche alt und der Sommer 2016 hat sich hoffentlich noch nicht zur Gänze verabschiedet.

Die Bedingungen sollten demnach ideal sein – für die Profis wie für die Hobbyisten, für Alt und Jung, für die Familie und selbstverständlich fürs Publikum.

Es mögen die Besten gewinnen und die mit dem olympischen Gedanken beseelten zufrieden sein, alle aber sollen sie einen wunderschönen Tag an der Donau in Erinnerung behalten – wünscht Ihr Allgemeiner Sportverband Oberösterreich!

Mit sportlichen Grüßen

*Konsulent  
Herbert OFFENBERGER  
Präsident des Allgemeinen Sportverbandes OÖ*

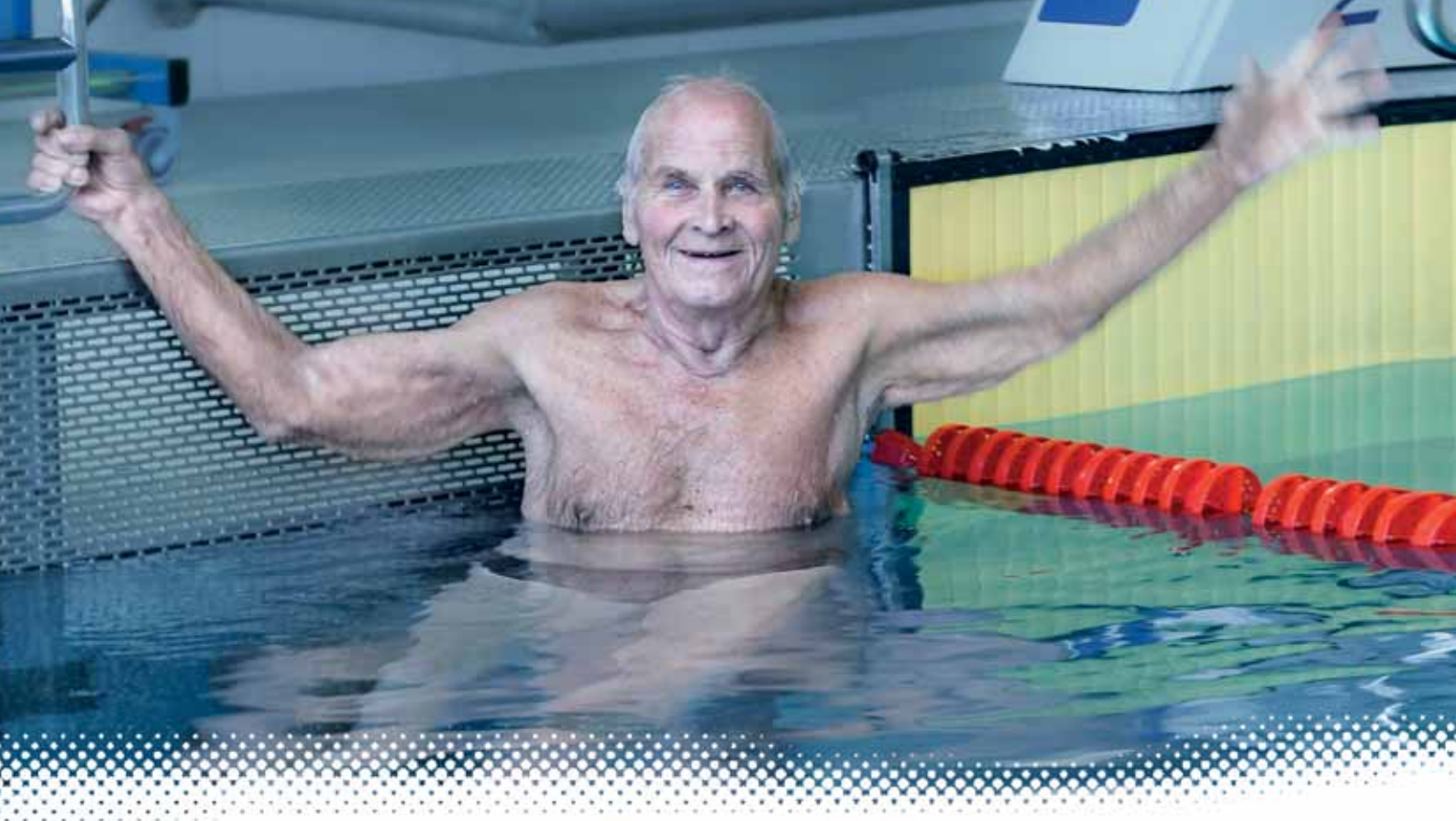
WIR MACHEN  
SPORT!

SENIORENSPORT



## „WAS IST DEIN GEHEIMNIS, FRANZ?“

Franz ZIGON (91), noch heute aktiver Leistungsschwimmer und Seniorentainer beim Ersten Linzer Schwimmklub, 21facher OÖ Landesmeister, 5facher Österr. Staatsmeister, Olympiateilnehmer und Senioren-Weltmeister, hat vor 66 Jahren den Allgemeinen Sportverband Oberösterreich (mit-) ins Leben gerufen.



## WIR MACHEN SPORT!

200.000 Aktive in über 600 Vereinen und 900 Sektionen – seit 66 Jahren! **WAS MACHEN SIE?**

**ALLGEMEINER SPORTVERBAND  
OBERÖSTERREICH**

Leharstraße 28, 4020 Linz  
Web: [ASVO-sport.eu](http://ASVO-sport.eu)  
Telefon: +43 732 6014600  
E-Mail: [office@asvo-sport.at](mailto:office@asvo-sport.at)

# ASVÖ

Allgemeiner Sportverband  
OBERÖSTERREICH



## VORWORT

---



### **SEHR GEEHRTE DAMEN UND HERREN, LIEBE LAUF- FREUNDE!**

Die Oberbank ist ein verlässlicher Partner im Sport. Deshalb freue ich mich sehr, den ASVÖ Donaulauf Ottensheim auch im Jahr 2016 wieder tatkräftig unterstützen zu können.

Das Laufen, speziell auf den längeren Distanzen, verbindet einiges mit dem Bankgeschäft: In beiden Bereichen sind Erfahrung und Routine besonders wichtig, beides verlangt eine klare Strategie und ein sorgfältiges Einteilen der Kräfte. In beiden Bereichen kommt es auf Kondition und Ausdauer an. Nicht der schnelle Erfolg zählt, sondern am Ende die Nase vorne zu haben! Die Oberbank unterstützt den Donaulauf Ottensheim auch 2016

wieder tatkräftig. Denn wir tragen gerne dazu bei, den Donaulauf in Ottensheim ein weiteres Mal erfolgreich durchzuführen.

Allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern wünsche ich daher ein unvergessliches Lauferlebnis und viel Erfolg!

*Ihr*

*Dr. Franz GASSELSBERGER, MBA  
Generaldirektor Oberbank AG*



### **LIEBE LAUFFREUNDINNEN UND LAUFFREUNDE!**

Wie traditionell alle Jahre, findet auch heuer wieder der Donaulauf und somit die größte Laufveranstaltung der Region statt.

Rund um unseren schönen Ort werden sich wieder zahlreiche Sportbegeisterte tummeln. Die Strecke startet wie immer bei der Donauhalle und führt anschließend über den Marktplatz in die Streuobstwiesen. Nach der Wende in Hagenau geht es wieder der Donau entlang retour ins Stadion.

Das engagierte Organisationskomitee, unter der Leitung des TSV Präsidenten Bernhard Steiner und unter Mitwirkung der Amtsleiterin

Renate Gräf sowie vieler ehrenamtlicher Helferinnen und Helfer und vieler Sponsoren wird wieder ein besonderes Lafevent bieten.

Unter dem Motto „miteinander bewegen“ wünsche ich allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern ein tolles Wochenende ganz im Zeichen des Laufsports.

*Franz FÜREDER  
Bürgermeister der  
Marktgemeinde Ottensheim*





# Tips

**30**  
JAHRE

**total.  
regional.**

**Danke Ottensheim  
für 30 Jahre Lesen!**



## VORWORT

---



### LIEBE FREUNDINNEN UND FREUNDE DES ASVÖ DONAULAUF OTTENSHEIM!

Der Donaulauf findet heuer zum neunten Mal in Folge statt. Uns als Mitbegründer freut das ganz besonders. Das Ottensheimer Sportfest ist weit über die Grenzen Oberösterreich hinaus bekannt.

Der TSV Ottensheim und der ASVÖ machen die Veranstaltung jedes Jahr zu einem Highlight des Sportjahres. Doch nicht nur der einwandfreie Ablauf sondern besonders der Olympische Gedanke zählt für die Sportlerinnen und Sportler. Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer, ob jung oder alt, haben regelmäßige Bewegung und den Genuss in der Natur zu einem wichtigen Bestandteil ihres

Lebens gemacht. Besonders der Kindermarathon gewinnt neben den klassischen Disziplinen immer mehr an Bedeutung. Sich miteinander zu bewegen und mit Spaß bei der Sache zu sein soll den Nachwuchs bei den ersten Schritten begleiten und den Kindern die Basis für ein gesundes Leben bieten.

Wir wünschen den Organisatorinnen und Organisatoren rund um OK-Präsident Bernhard Steiner eine gelungene Veranstaltung, und freuen uns auf die Zusammenarbeit in den nächsten Jahren.

*Geschäftsführung*  
*Serafin Campestrini GmbH*



### LIEBE FREUNDINNEN UND FREUNDE DES ASVÖ DONAULAUF!

Wegen einer Veranstaltung auf der internationalen Regattastrecke mussten wir vom traditionellen ASVÖ-Donaulauftermin im September abrücken. Wir hoffen, dass es uns gelingt möglichst viele Sportbegeisterte von einem Start am 1. Oktober zu überzeugen. Dafür wollen wir wieder ein Umfeld schaf-

fen, das allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern einen möglichst angenehmen Aufenthalt in Ottensheim ermöglicht.

Als Turn- und Sportverein sind uns die Bewegung und die Freude am Sport nicht nur am Donaulaufwochenende, sondern auch während des Jahres ein besonderes Anliegen. Daher werden wir in Zukunft zusätzlich zum Donaulauf Angebote rund um den Lauf- und

Walkingsport anbieten. Als ersten Schritt dazu starten wir im Herbst mit zwei Vorträgen. Am Donnerstag, 22. September erzählen Richard Pirngruber und Fredl Zitzenbacher von ihrer Teilnahme am Ultra Trail Mont Blanc (UTMB). Am Abend vor den Donaulaufbewerben rücken wir das Thema „richtiges Laufen“ mit einem Vortrag von Dr.<sup>in</sup> Gerlinde Stöbich in den Mittelpunkt.

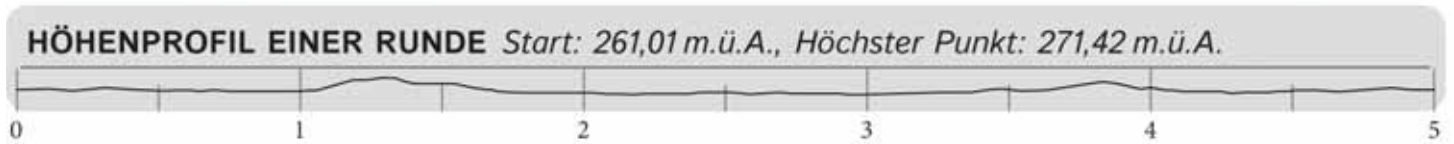
Neben unseren treuen Sponsoren ist der ASVÖ Donaulauf ohne freiwillige Helferinnen und Helfer undenkbar. Das Organisationkomitee bedankt sich für diese Unterstützung und hofft, dass der große Einsatz während der Vorbereitungsarbeiten und am Donaulaufwochenende mit vielen Teilnehmerinnen und Teilnehmer belohnt wird.

Wir freuen uns auf euer Kommen!

*ASVÖ Donaulauf*  
*Organisationskomitee*

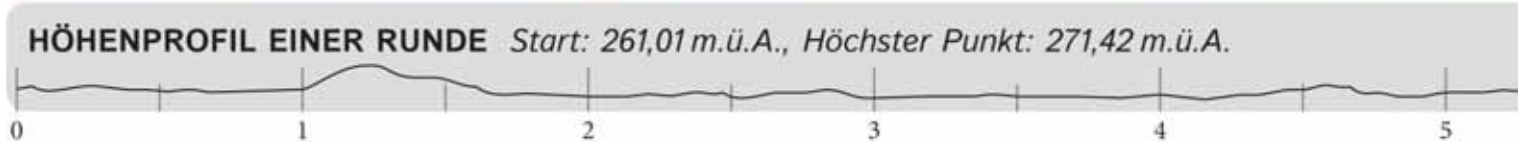
**SECA LAUF 10.000 m**

**KEINE SORGEN EINSTEIGERLAUF 5.000 m**  
**ENERGIE AG TEAMBEWERB 5.000 m**



**ASVÖ NORDIC WALK ~ 10,0 km**

**OBERBANK HALBMARATHON 21,0975 km**



# BEWERBE | STRECKEN

## KEINE SORGEN EINSTEIGERLAUF

Einsteiger/innen laufen diesen Bewerb. Über 5 Kilometer geben Gelegenheitssportler/innen ihr Bestes.

## ENERGIE AG TEAMBEWERB

Zu dritt entsteht im Herren-, Damen- oder Mixed Team ein positives Gemeinschaftsgefühl. Einsteiger/innen und Hobbyläufer/innen werden als Mitglieder des Teams auch individuell im Keine Sorgen Einsteigerlauf oder im SECA 10-Kilometerlauf gewertet.

## SECA LAUF

Der SECA-10-Kilometerlauf ist sowohl für ambitionierte Hobbyläufer/innen als auch für gut trainierte Sportler/innen gedacht. Die 10 Kilometer lange Strecke führt vom Start im Stadion zwei Runden vorbei an der Drahtseilbrücke über den Marktplatz bis zum Regatta-Zielturm, wo gewendet wird. Zurück laufen die Starter/innen wieder über die Rodlbrücke und entlang der Donau bis nach Ottensheim, wo sie nach der zweiten Runde unter tosendem Applaus der Zuschauer/innen empfangen werden.

## OBERBANK HALBMARATHON

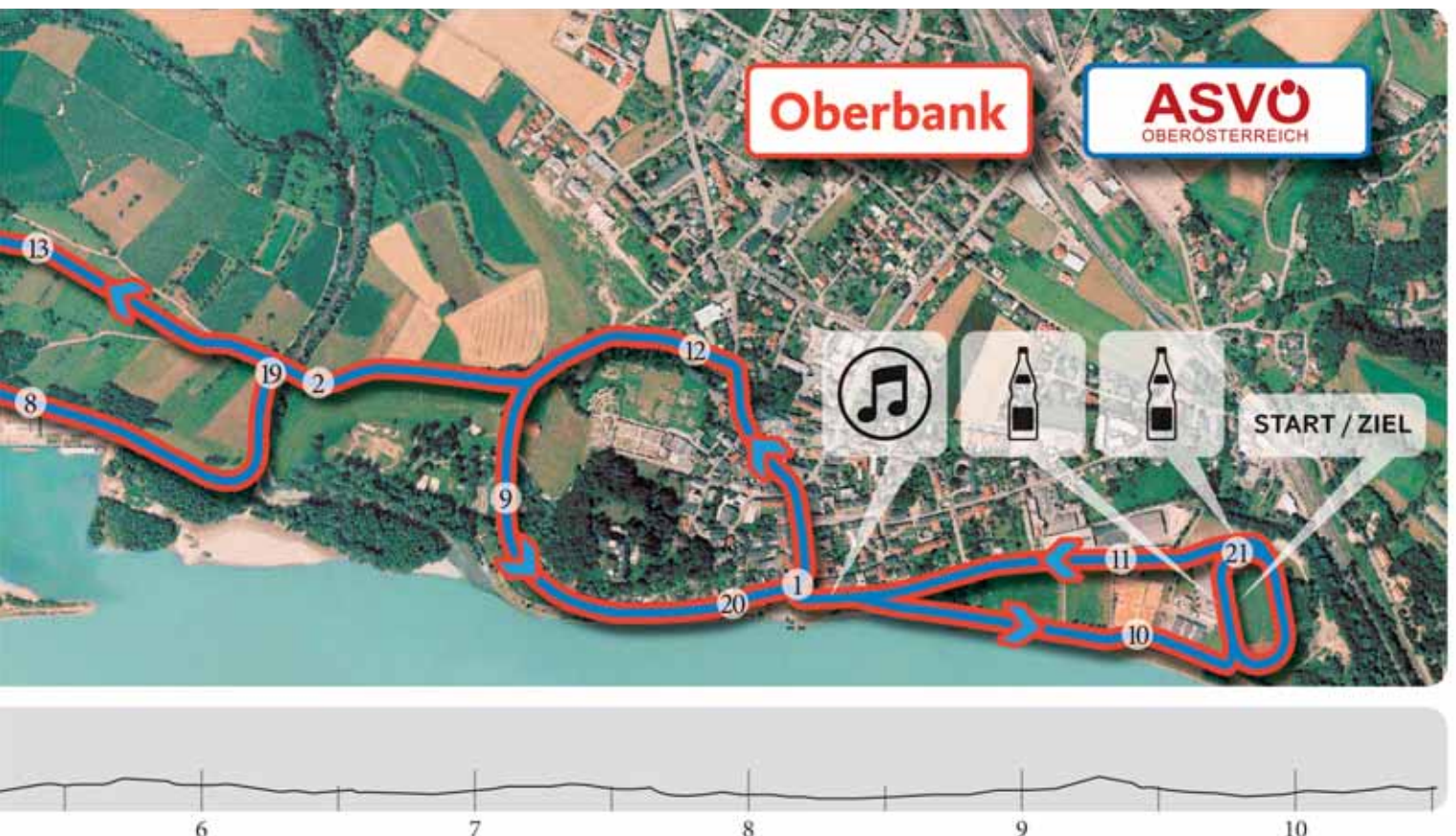
Der Oberbank Halbmarathon mit einer Länge von 21,0975 AIMS-konform vermessenen Kilometern ist die Königsdisziplin des Donaulaufs Ottensheim. Erfahrene und gut trainierte Sportler/innen laufen zwei große Runden entlang der Donau. Vom Start im Ottensheimer Donaustadion, an der Drahtseilbrücke vorbei, über den Ottensheimer Marktplatz geht es über die Rodlbrücke nach Hagenau. Von dort über eine kurze Querfeldein-Passage zum Altarm der Donau. Dort wenden die Läufer/innen und genießen entlang der Donau die idyllische Landschaft bis ins Ziel im Donaustadion.

## ASVÖ NORDIC WALK

Der ASVÖ Nordic Walk über eine Runde der Halbmarathon-Strecke ist bestens geeignet für all jene, die dem Walken mehr abgewinnen können als dem Laufen. Im ambitioniert flotten Walkschritt kann die Natur genossen und gleichzeitig ein Rennen gegangen werden. Bewegungs-, Naturfreundinnen und Naturfreunde kommen hier auf ihre Kosten.

## MARKTGEMEINDE OTTENSHEIM – KINDERMARATHON

Der ASVÖ-DONAULAUF stellt beim Kindermarathon unsere jüngsten Teilnehmer/innen in den Mittelpunkt. Die Jüngsten bestreiten in der Klasse U5 einen Mini-Marathon über 42 m auf der Zielgeraden des Donaulaufs. Für die Altersklassen U8 und U10 verläuft die Strecke über 421 m im Stadion. Die U12 und U14 Kids laufen 1.000 m im Stadion und um die Donauhalle Ottensheim.



### DIE STRECKEN

**OBERBANK Halbmarathon** 21,0975 km

**SECA Lauf** 10.000 m

**KEINE SORGEN Einsteigerlauf** 5.000 m

**ENERGIE AG TEAMBEWERB** 5.000 m

**ASVÖ Nordic Walking** 9,3 km

**MARKTGEMEINDE OTTENSHEIM Kindermarathon** 42 m / 421 m / 1.000 m

### WERTUNG ENERGIE AG TEAMBEWERB

Gewertet wird die Gesamtzeit eines Teams mit drei Starterinnen/Startern (möglich sind Herren-, Damen- und Mixed-Teams) nach 5 km, wobei alle das Ziel erreichen müssen.

Jedes Teammitglied wird je nach gelaufener Strecke zusätzlich in der 5 km oder 10 km Einzelwertung geführt.

Für den **Kindermarathon** gilt die folgende Alterseinteilung:

WERTUNG	JAHRGANG
U5 (42 m)	2012 / 2013
U8 (421 m)	2009 / 2010 / 2011
U10 (421 m)	2007 / 2008
U12 (1.000 m)	2005 / 2006
U14 (1.000 m)	2003 / 2004

### NACHNENNUNGEN

30.09. 12:30 – 19:00 Uhr

01.10. 09:30 – 13:30 Uhr

(Kindermarathon bis 12:30 Uhr)

jeweils in der Donauhalle.

Für **alle anderen Bewerbe** gilt die folgende Alterseinteilung:

WERTUNG	JAHRGANG
U16 W-Schüler / M-Schüler	2001 und jünger
U18 W-Jugendliche / M-Jugendliche	1999 - 2000
U20 W-Junioren / M-Junioren	1997 - 1998
Hauptklasse WH / MH	1987 - 1996
W30 / M30	1977 - 1986
W40 / M40	1967 - 1976
W50 / M50	1957 - 1966
W60 / M60	1947 - 1956
W70 / M70	1946 und älter

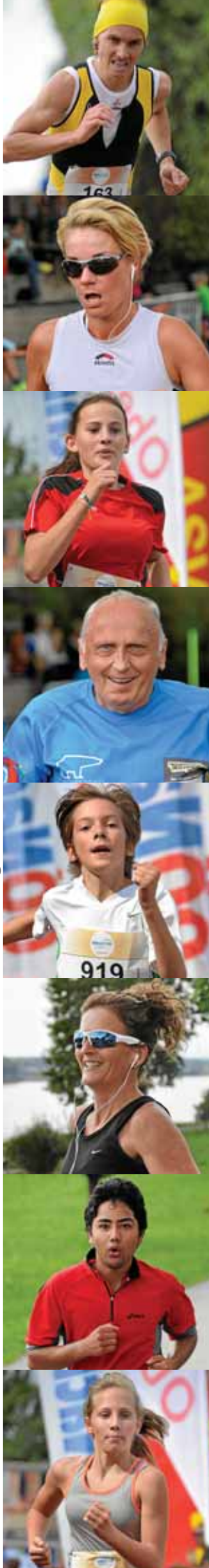
### GEBÜHREN PRO BEWERB

	online bis 11.07.	online bis 08.09.	online bis 25.09.	NACHNENNUNG 30.9/01.10.
Oberbank Halbmarathon (21,0975 km)*	€ 18	€ 20	€ 22	€ 29
SECA Lauf (10.000 m)*	€ 16	€ 18	€ 20	€ 29
Keine Sorgen Einsteigerlauf (5.000 m)*	€ 14	€ 16	€ 18	€ 25
Energie AG Teambewerb (5.000 m)**	€ 39	€ 45	€ 51	€ 72
ASVÖ Nordic Walking (~ 10 km)*	€ 16	€ 18	€ 20	€ 29
Marktgemeinde Ottensheim Kindermarathon	€ 4	€ 4	€ 4	€ 6

\* Von Jugendlichen bis 16 Jahre (Jahrgang 2000 oder jünger) wird BEI ONLINEANMELDUNG das verminderte Startgeld von EUR 8,00 eingehoben. Die NACHNENNENNGEBÜR beträgt EUR 12,00

\*\* Preisangaben pro Team. Pro jungem Teammitglied bis 16 Jahre (Jahrgang 2000 oder jünger) reduziert sich das Nenngeld bei ONLINEANMELDUNG um EUR 7,00 bei NACHNENNUNG um EUR 12,00

# DANKE DEN VIELEN SPONSOREN



© FOTO VIERTBAUER HORST



**DAS NENNGELD** überweisen Sie bitte unmittelbar nach der Anmeldung. Erst mit Überweisung des Betrages wird Ihre Nennung gültig. Das Nenngeld für den Kindermarathon kann wegen des geringen Betrags auch erst im Rahmen der Startnummernabholung bezahlt werden.

Sollten Sie sich knapp vor dem **Online-Anmeldeschluss** am **25.09.2016** anmelden, überweisen Sie das **Nenngeld** bitte **spätestens am Montag, 26.09.2016**. Ansonsten ist es uns nicht mehr möglich, den Zahlungseingang zu erfassen.  
**Bankverbindung:** IBAN AT36 1501 3040 4106 5279.

**RECHNUNGEN:** Wird für das Nenngeld eine Rechnung benötigt, geben Sie das bitte unter Angabe der Rechnungsadresse und der Läufer/innen an [info@donaulauf.at](mailto:info@donaulauf.at) bekannt. Wir senden Ihnen die Rechnung dann gerne zu.

**STARTNUMMERN- UND CHIPAUSGABE:**  
am **Freitag, 30.09.2016 von 12:30 bis 19:00 Uhr**  
und **Samstag, 01.10.2016 von 09:30 bis 14:00 Uhr**  
(Kindermarathon bis 12:45 Uhr)  
in der Donauhalle Ottensheim, Sportplatzstraße 1.

Am **Mittwoch, 28.09.2016** erhalten Sie eine Mail mit Ihrer Teilnahmebestätigung. Diese Bestätigung muss als Ausdruck bei der Abholung der Startnummer vorgelegt werden.

**ACHTUNG:** Da die Teilnahmebestätigung ausschließlich per Mail versandt wird, geben Sie bitte bei der Anmeldung unbedingt eine E-Mailadresse bekannt.



**NACHNENNUNGEN:** Gegen ein erhöhtes Nenngeld besteht zu den folgenden Zeiten die letzte Möglichkeit zur Anmeldung in der Donauhalle Ottensheim, Sportplatzstraße 1.

**Freitag, 30.09.2016 von 12:30 bis 19:00 Uhr**  
**Samstag, 01.10.2016 von 09:30 bis 13:30 Uhr**  
(Kindermarathon bis 12:30 Uhr)

Näheres erfahren Sie unter  
<http://www.donaulauf.at/bewerb/gebuehren/>

**PASTA-PARTY:** Am **Freitag, 30.09.2016**, findet im Sportbuffet in der Donauhalle ab 18:00 Uhr die Pasta-Party statt. Bei Abholung Ihres Starterpakets am Freitag erhalten Sie einen Gutschein für eine Portion Pasta.

**ZEITMESSUNG:** Die Zeitmessung erfolgt durch PENTEK timing mit orangen und grünen Chips. Weiters können im Besitz der Teilnehmer/innen stehende gelbe Champion Chips verwendet werden. Für den Kindermarathon werden mit den Startnummern unentgeltlich orange Chips ausgegeben, die unmittelbar nach den jeweiligen Läufen wieder abgegeben werden müssen.

Die Teilnehmer/innen des Hauptlaufs, die noch keinen eigenen gelben Champion Chip besitzen, erhalten bei der Startnummernausgabe gegen EUR 3,00 Miete einen GREEN Chip. Von den Zeitmessanlagen werden ausschließlich eigene gelbe und für diese Veranstaltung ausgegebene orange und GREEN Chips gelesen. Alle anderen und andersfärbigen Chips können nicht verarbeitet werden. Gelbe Chips können weiterhin online über den Shop unter [www.pentek-timing.at](http://www.pentek-timing.at) bestellt werden.

**Ohne Chip gibt es keine Zeitnehmung!**

**CHIPRÜCKGABE:** Aus Gründen einer für die Athletinnen/ Athleten und den Veranstalter vereinfachten Abwicklung wird für die grünen und orangen Chips (nur für den Donau- lauf gültig) *keine Kaution* eingehoben. Für die grünen Chips wird bei der Ausgabe lediglich die Miete in der Höhe von EUR 3,00 eingehoben. Der Veranstalter haftet gegen- über der Firma PENTEK für die Rückgabe der Chips. Aus Gründen der Fairness und im Sinne des Recycling-Gedan- kens ersuchen wir Sie daher dringend, die Chips in die im Zielbereich bereitgestellten Behälter zu werfen.

**UMKLEIDE- UND DUSCHMÖGLICHKEIT:** Unmittelbar bei Start und Ziel in der Donauhalle stehen den Teilnehmerin- nen und Teilnehmern Umkleide- und Duschkmöglichkeiten zur Verfügung.

**SIEGEREHRUNG:** Die Siegerehrung für den Kinder- marathon erfolgt unmittelbar nach den Bewerben um ca. 14:15 Uhr im Stadion. Für die Bewerbe des Massenstarts erfolgt die Siegerehrung um 18:00 Uhr in der Donauhalle.

**PARKPLÄTZE:** Für die Veranstaltung stehen Parkplätze direkt bei der Donauhalle zur Verfügung. Die Zufahrt und Abfahrt ist zwischen 14:45 Uhr und 16:20 Uhr wegen des Laufbewerbs nicht möglich.

**VERPFLEGUNG UND LABSTATIONEN:** An den Labstellen stehen Bananen, isotonische Getränke und Wasser bei folgenden Laufkilometern zur Verfügung.

*Oberbank-Halbmarathon:* 4,5 / 8 / 10,5 / 15 und 18,5

*SECA 10 km Lauf:* 2,5 / 5 und 7,5

*ASVÖ Nordic Walking:* 4,5 und 7,5

*Keine Sorgen 5 km Lauf:* 2,5

Weiters steht für alle Bewerbe eine Labstelle im Ziel zur Verfügung.

**FOTOSERVICE:** Das offizielle Teilnehmerfotoservice 2016 erfolgt durch FOTO VIERTBAUER HORST .

Ihre persönlichen Erinnerungsfotos auf der Strecke und im Ziel werden in bewährter Weise vom Team FOTO VIERTBAUER HORST für Sie gemacht und bereitgestellt.

**KOSTENLOSE SERVICELEISTUNGEN:**

Taschenaufbewahrung in der Donauhalle



## TAGESPROGRAMM UND STARTZEITEN:

### **Freitag, 30.09.2016**

**12:30 Uhr** Nachnennungen,  
Ausgabe Startnummern und  
Timing-Chips (bis 19.00 Uhr)

**18:00 Uhr** Pasta-Party  
im Sportbuffet Donauhalle

**19:00 Uhr** Richtiges Laufen  
Vortrag von Dr.<sup>in</sup> Gerlinde Stöbich  
in der Donauhalle

### **Samstag, 01.10.2016**

**09:30 Uhr** Ausgabe Startnummern und  
Timing-Chips (bis 14.00 Uhr)  
(Kindermarathon bis 12:45 Uhr)  
Nachnennungen bis 13:30 Uhr  
(Kinder bis 12:30 Uhr)

**13:00 Uhr** Startgruppenbildung und  
Aufwärmen für den Kindermarathon

**13.30 Uhr** **START KINDERMARATHON**  
anschließend Siegerehrung

**15:00 Uhr** **MASSENSTART ALLER BEWERBE**

**18:00 Uhr** **SIEGEREHRUNG**

**20:00 Uhr** Ziehung des Gewinnspiels

**ASVÖ**

# DONAU LAUF

**OTTENSHEIM**

[www.donaulauf.at](http://www.donaulauf.at)

# KINDERMARATHON

**01.10.2016**



**ASVÖ**  
WIR MACHEN  
SPORT!

## Rund um den Donaulauf

**Donnerstag, 22.09.2016**

**20:00 Uhr Ultra Trail Mont Blanc**

Ein Vortrag von Richard Pirngruber  
und Fredl Zitzenbacher  
im Gemeindesaal

**Freitag, 30.09.2016**

**18:00 Uhr PastaParty**

im Sportbuffet Donauhalle

**19:00 Uhr Richtiges Laufen**

Ein Vortrag von Dr.<sup>in</sup> Gerlinde Stöbich  
in der Donauhalle