

SKITOUREN-ERGEBNISSE

TOURENLAUF GEMEINDEALPE

DAMEN

1. Evelyne Lachner (Team Strabag Alpin) 57,14; 2. Julia Evangelist (Alpin X) 1:05,14; 3. Eva Schuhböck (LC Running Puchberg).

ALLGEMEINE KLASSE

1. Patrick Brieler (Terzerhaus) 43,26; 2. Markus Preiss 44,52; 3. Martin Gansterer (Team Strabag Alpin) 50,40; ...

HERREN AK I

1. Johann Wieland (Team Amefa) 41,03; 2. Thomas Morgenbesser (Team Strabag Alpin) 43,26; 3. Bernhard Bauer (Team Amefa) 44,01; ...6. Thomas Thiel (HSV Marathon Wr.N) 50,36; ...11. Matthias Stranz (ATSV-Tri Ternitz) 57,11; ...

HERREN AK II

1. Willi Nagl (Team Strabag Alpin) 46,49; 2. Gerald Hausmann (Team Strabag Alpin) 48,14; 3. Johannes Böck (ASKÖ Waldtegg) 50,59; ...

HERREN AK III

1. Karl Kahlbacher (Team Amefa) 48,23; 2. Franz Koubek (Lamingtal) 54,31; 3. Hans Abl (Austria Alpin Team) 55,02; 4. Josef Lachner (LC Running Puchberg) 1:02,50; ...

TEAMWERTUNG

1. Team Amefa	2:13,27
2. Team Strabag Alpin (Thomas Morgenbesser, Willi Nagl, Gerald Hausmann)	2:18,29
3. Team Terzerhaus	2:28,38

GASTKOMMENTAR



DR. CHRISTIAN BALOGH
über Symptome und was dabei zu beachten ist.

Ischias Schmerz

Speziell im Winter, durch Kälte aber auch Überbelastungen bei sportlichen Aktivitäten klagen immer mehr Menschen über Probleme des „Ischias“. Ischiasschmerzen sind die am häufigsten beschriebenen Symptome bei Rückenbeschwerden, die in die Beine ausstrahlen.

Streng anatomisch ist eine genaue Zuordnung an den Ischiasnerv nicht möglich. Verantwortlich sind Nervenwurzeln, die von den Bandscheiben und Abnützungen der Wirbelsäule abgedrückt werden. Somit handelt es sich eher um eine Beschreibung eines Symptomenkomplexes als um eine geschädigte Struktur. Es können nahezu alle Strukturen der Wirbelsäule (Nerven, Bänder, Gelenke, ...) diese Beschwerden auslösen. Somit darf man sich nicht mit der Diagnose Ischias, Lumbalgie zufriedenen geben, sondern am Ende einer Untersuchung sollte eine genaue Strukturdiagnose stehen. Erst dann kann gezielt behandelt werden.

Dr. Christian Balogh ist Arzt in Wiener Neustadt und im Sport- und Gesundheitszentrum in Aspang. Informationen unter www.SGZ-impuls.at oder unter 02642/53398.

Erfolgreicher Auftakt

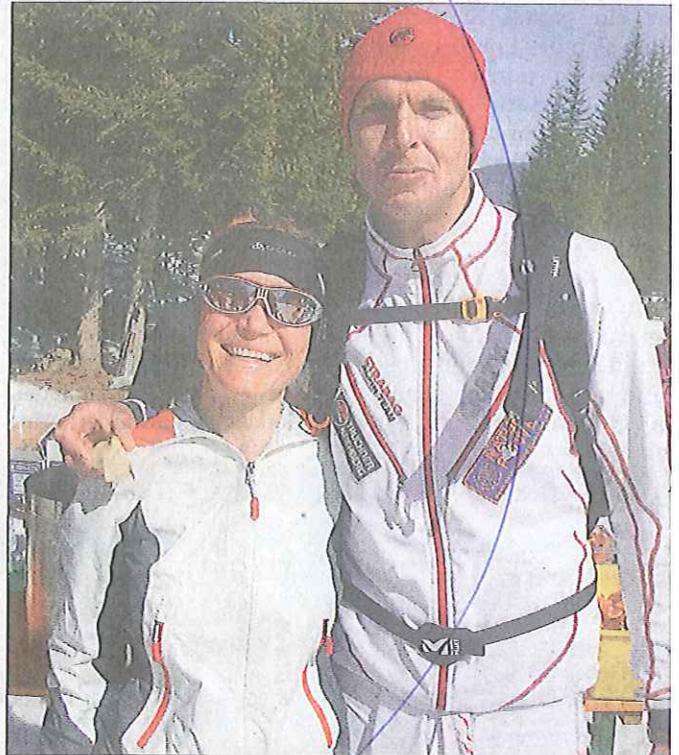
SKITOUREN / Thomas Morgenbesser und Evelyne Lachner holten beim „Gmoa-Oim-Sturm“ Stockerlplätze.

Auf der Gemeindealpe in Mitterbach startete die heutige Skitouren-Saison.

Der „Gmoa-Oim-Sturm“ fand bei perfekten Pistenbedingungen statt. Nur der 1626m hohe Gipfel der Gemeindealpe war in Nebel gehüllt. Von Mitterbach ging es über die Piste 826 HM hinauf und rasant retour mit einem kurzen, aber knackigen Skatinganstieg.

Der beste Bezirksstarter war wieder Thomas Morgenbesser, der sich nach einem erbitterten Abfahrtsduell mit einer knappen Skilänge Vorsprung den zweiten Gesamtrang in 43:26 Minuten sicherte.

Willi Nagl war es, der den Sieg in der AK II für sich verbuchen konnte. Die beflissene Vorbereitung und die verletzungsbedingte Abwesenheit von Lokalmatador und Organisator Manfred Tod hat ihres dazu beigetragen. Knapp dahinter wurde der durch Rückenprobleme gehandicapte Gerald Hausmann Zweiter in der AK II. Die drei genannten erreichten damit auch im Team den zweiten Podestplatz.



Am Podest. Evelyne Lachner und Thomas Morgenbesser überzeugen beim Saisonauftakt mit einer Spitzenleistung. FOTO: J.

Den zufriedenstellenden dritten Rang in der AK erreichte Martin Gansterer nach einer bisher bescheidenen Höhenmetersammlung.

Evelyne Lachner gewann trotz gedämpfter Erwartungen souverän die Damen Gesamtwertung in 57:14 Minuten.

Lisa Pasteiner überraschte

QUERFELDEIN / Die Payerbacherin holte Bronze in der U-15 Kategorie. Karl Langegger (RC Grafenbach) sicherte sich Platz zwei.

Der RC-Grafenbach Niederösterreich Süd organisierte die Staatsmeisterschaft und die österreichischen und niederösterreichischen Meisterschaften im Querfeldeinsport. Der große Arbeitsaufwand wurde durch spannende Rennen und großes Publikumsinteresse belohnt.

Bei der Kategorie Elite nahmen über 30 Fahrer bei feuchtem Wetter das Rennen in Angriff. Der selektive Rundkurs von 2.300 m Länge war mit einem steilen Laufstück einigen

Kehren und Anstiegen ausgestattet. Der Vorarlberger MTB Spezialist Daniel Gaismayr distanzierte bei den Elitefahrern seine Konkurrenten und gewann mit vier Minuten Vorsprung überlegen. Auf den Plätzen folgten der Kärntner Alexander Gehbauer und der Steirer Karl-Heinz Gollinger.

Karl Langegger erreicht zweiten Platz

Im U15-Bewerb startete auch die U-13 Fahrerinnen Lisa Pasteiner vom WSV Payerbach

und eroberte sensationell die Bronzemedaille. Der RC Grafenbach Fahrer Karl Langegger gewann die Silbermedaille bei den NÖ Meisterschaften.

Bei den Frauen gewann Jacqueline Hahn vor der jungen Nadja Heigl, die noch in der Kategorie U 17 startberechtigt war und vor Viktoria Zeller aus Waidling.

Weitere österreichische Meister sind Florian Grub (Junioren), Felix Ritzing (U17), Christian König (U1 und Johann Fuchs (Masters).