

Jahresrückblick Saison 2010 der LSG Vorarlberg

Rang			Platz/AK	Zeit
Frauenfelder Halbmarathon 5. November 2009				
66.	Kerschat Michael	M45	19.	01:22:55
Untertage Marathon Sondershausen 4. Dezember 2009				
	Kerschat Michael	M45	5.	04:01:00
Gossauer Weihnachtslauf im Dezember 2009 4.18km jonglierend				
201.	Raum Daniel			
1. Lauf Lustenauer Crosslaufserie 5. Dezember 2009 9km				
		Altersklasse	Platz /AK	
3.	Günter Ernst	M35	2.	00:30:39
4.	Greber Michael	M20	2.	00:31:40
6.	Steger Harald	M35	3.	00:31:52
20.	Kessler Martin	M45	4.	00:33:48
33.	Langenscheidt Dieter	M45	8.	00:34:48
35.	Birnbaumer Günther	M40	6.	00:35:27
36.	Wilczek Joachim	M40	7.	00:35:37
50.	Fröhle Siegfried	M50	7.	00:37:54
58.	Dür Michael	M45	15.	00:38:44
71.	Giesinger Norbert	M55	4.	00:43:26
2. Lauf Lustenauer Crosslaufserie 19. Dezember 2009 4 km				
7.	Greber Michael	M20	3.	00:13:42
10.	Feichtinger Herbert	M35	3.	00:13:59
33.	Wilczek Joachim	M40	4.	00:15:29
34.	Posch Robin	M40	5.	00:15:31
37.	Birnbaumer Günther	M40	7.	00:15:48
41.	Langenscheidt Dieter	M45	8.	00:15:57
44.	Fend Wolfgang	M45	9.	00:16:04
Altacher Silvesterlauf am 27. Dezember 2009 12.4 km				
Frauen				
11.	Mödritscher Christine	W35		00:55:00
Männer				
8.	Molzbichler Hermann	M35		00:45:36
50.	Birnbaumer Günther	M40		00:50:09
55.	Posch Robin	M35		00:50:35
62.	Buchta Gerald	M30		00:51:01
62.	Erhard Michael	M35		00:51:01
74.	Fend Wolfgang	M45		00:51:43
93.	Salzmann Fredie	M50		00:53:14
120.	Dür Michael	M45		00:54:49
123.	Kalb Wolfgang	M45		00:54:54
144.	Fässler Martin	M45		00:56:21
213.	Lukas Gerd	M40		01:00:11

6.2 Km

Frauen

14.	Steger Ulrike	W30		00:29:54
-----	---------------	-----	--	----------

Männer

4.	Greber Michael	M20		00:21:14
64.	Wagenleitner Franz	M45		00:27:30
116.	Raum Daniel	M25		00:29:43
272.	Buchwald Arnt	M40		00:38:01

Kisslegger Silvesterlauf am 31. Dezember 2009

7.1 km

5.	Greber Michael	M20	3.	00:25:23
15.	Feichtinger Herbert	M35	3.	00:26:06
81.	Fröhle Siegfried	M50	6.	00:30:34

Silvesterlauf Innsbruck 31. Dezember 2009

5.3 km

65.	Kerschats Michael	M45	17.	00:20:51
-----	-------------------	-----	-----	----------

Nürnberger Silvesterlauf am 31. Dezember 2009

10km

185.	Raum Daniel	M20	56.	00:45:19
------	-------------	-----	-----	----------

3. Lauf Lustenauer Crosslaufserie 9. Januar 2010

15 km

8.	Feichtinger Herbert	M35	3.	00:56:04
9.	Steger Harald	M35	4.	00:56:08
13.	Molzbichler Hermann	M40	1.	00:56:30
26.	Greber Michael	M20	11.	01:01:09
31.	Langenscheidt Dieter	M45	6.	01:01:56
35.	Posch Robin	M35	5.	01:02:35
39.	Birnbaumer Günther	M40	7.	01:04:55
43.	Salzmann Freddie	M50	5.	01:06:23
50.	Dür Michael	M40	14.	01:08:09

Mountain Attack Saalbach Hinterglemm

3008HM 26 km

23.	Kerschats Michael	M45		02:54:31
-----	-------------------	-----	--	----------

4. Lauf Lustenauer Crosslaufserie 23. Januar 2010

6 km

2.	Ernst Günter	M35	1.	00:20:00
4.	Greber Michael	M20	2.	00:20:16
9.	Steger Harald	M35	2.	00:21:01
11.	Molzbichler Hermann	M40	1.	00:21:14
27.	Langenscheidt Dieter	M45	5.	00:22:59
28.	Wilczek Joachim	M40	4.	00:23:01
33.	Posch Robin	M40	5.	00:23:24
36.	Birnbaumer Günther	M40	6.	00:23:35
40.	Fend Wolfgang	M45	8.	00:24:05
47.	Fröhle Siegfried	M50	7.	00:24:36
50.	Salzmann Freddie	M50	9.	00:25:03

5. Lauf Lustenauer Crosslaufserie 6. Februar 2010

18 km

7.	Molzbichler Hermann	M40	1.	01:07:48
14.	Wilczek Joachim	M40	3.	01:12:24

25.	Fend Wolfgang	M45	4.	01:16:02
42.	Dür Michael	M45	8.	01:26:09

6km

10.	Raum Daniel	M20	4.	00:26:11
-----	-------------	-----	----	----------

Lauf-Cup.ch Heiden im Februar 2010

11.5km;360hm

103.	Raum Daniel	M20		01:08:57
------	-------------	-----	--	----------

3. Int. Hallenmeeting in St. Gallen

800 m

3.	Greber Michael	M20		2:10.93
----	----------------	-----	--	---------

5. Lauf Lustenauer Crosslaufserie 6. Februar 2010

9 km

3.	Greber Michael	M20	1.	00:30:51
7.	Feichtinger Herbert	M35	2.	00:35:14
21.	Wilczek Joachim	M40	5.	00:34:21
24.	Birnbaumer Günther	M40	6.	00:35:17
31.	Fend Wolfgang	M45	6.	00:36:31
41.	Salzmann Fredie	M50	7.	00:38:20
61.	Molzbichler Hermann	M40	11	00:43:50

VLV Hallenmeisterschaft Masters 21. Februar 2010

60 m

Langenscheidt Dieter	M45	1.	8,72
Feichtinger Herbert	M35	4.	9,46
Nothdurfter Karl	M70	3.	9,62
Fröhle Siegfried	M50	2.	9,78
Molzbichler Hermann	M40	1.	10,06

Barcelona Marathon 7. März 2010

Fend Wolfgang	M45	03:08:13
Peham Jörg	M45	03:17:18
Kalb Wolfgang	M45	03:30:41
Niederstetter Alexander	M50	03:32:02
Christine Mödritscher	W35	03:32:03
Lukas Gerd	M40	03:39:11
Kalb Rudi	M55	03:50:13
Zechner Anja	W35	03:52:46

VLV Meisterschaften Crosslauf 7. März 2010

4500m - Kurzstrecke

3.	Greber Michael	M20	3.	00:15:51
4.	Feichtinger Herbert	M35	4.	00:16:13
8.	Molzbichler Hermann	M40	8.	00:16:36
16.	Salzmann Fredie	M50	4.	00:18:30

Mannschaftswertung

1.	LSG Vorarlberg (Greber, Feichtinger, Molzbichler)
----	--

10000m - Langstrecke

3.	Ernst, Günter	M35	2.	00:35:50
5.	Steger Harald	M35	4.	00:36:51
8.	Molzbichler Hermann	M40	2.	00:38:01
10.	Feichtinger Herbert	M35	1.	00:38:39
11.	Langenscheidt Dieter	M45	7.	00:38:57
13.	Posch Robin	M40	9.	00:40:01
14.	Kerschät Michael	M45	4.	00:40:17
16.	Birnbaumer Günther	M40	11.	00:41:04
17.	Wilczek Joachim	M40	12.	00:41:10

Mannschaftswertung

1.	LSG Vorarlberg I (Ernst, Steger, Molzbichler)
3.	LSG Vorarlberg II (Feichtinger, Langenscheidt, Posch)
5.	LSG Vorarlberg III (Kerschät, Birnbaumer, Wilczek)

Masters

M40	
1.	Molzbichler Hermann
3.	Posch Robin
5.	Birnbaumer Günther
6.	Wilczek Joachim
M45	
2.	Langenscheidt Dieter
4.	Kerschät Michael
M50	
5.	Fröhle Siegfried
M70	
1.	Nothdurfter Karl

Teamwertung M40

1.	(Molzbichler, Posch, Birnbaumer)
----	----------------------------------

Rom Marathon 21. März 2010

6508.	Festini Caroline	W40	03:58:26
6514.	Forster Maria	W45	03:58:27
400.	Wilczek Joachim	M40	03:05:41

VLV Halbmarathon Meisterschaft Oberriet 21. März 2010

Frauen

1.	Schindler Jamsine	W25	01:35:18
2.	Rützler Julia	W30	01:37:50
3.	Blum Barbara	W30	01:40:26
4.	Steger Ulrike	W35	01:47:25
W40			
3.	Mender Sabine		01:47:48
4.	Holzmüller Petra		01:52:29

Männer

2.	Greber Michael	W20	01:16:08
3.	Steger Harald	W35	01:16:30
5.	Feichtinger Herbert	W35	01:18:00
9.	Mennel Martin	W35	01:22:41
12.	Kopriwa Ingo	W30	01:24:57
20.	Raum Daniel	W25	01:39:52

M40		
5.	Birnbaumer Günther	01:23:51
10.	Posch Robin	01:30:47
M45		
2.	Kerschatsch Michael	01:22:42
3.	Kessler Martin	01:23:17
11.	Fend Wolfgang	01:29:29
18.	Dür Michael	01:37:51
M50		
3.	Hammerer Franz	01:23:20
4.	Krüse Robert	01:29:54
M55		
1.	Rüf Reinhold	01:34:35
M70		
1.	Nothdurfter Karl	01:46:03

Mannschaftswertung Frauen

1.	LSG-Vorarlberg I Schindler, Rützler, Blum
2.	LSG-Vorarlberg II Steger, Mender, Holzmüller

Mannschaftswertung Männer

1.	LSG-Vorarlberg I Greger, Steger, Feichtinger
6.	LSG-Vorarlberg II Kerschatsch, Kessler, Hammerer
8.	LSG-Vorarlberg III Birnbaumer, Kopriva, Fend
13.	LSG-Vorarlberg IV Krüse, Posch, Rüf
16.	LSG-Vorarlberg V Dür, Raum, Nothdurfter

Freiburg Marathon 28.03.2010

277.	Salzmann Fredie	M50	31.	3:24:47
------	-----------------	-----	-----	---------

6h für ein Kinderlachen in Wals/Szbg. am 10.04.2010 50.895km jonglierend

96.	Raum Daniel	M20	9.	33 Runden
-----	-------------	-----	----	-----------

Zürich Marathon 11.04.2010

324	Holzmüller Petra	W40	75.	4:12:31
179.	Hammerer Franz	M50	14.	2:57:54
198.	Kopriva Ingo	M30	57.	2:58:39
758.	Pacher Horst	M45	148.	3:23:26

Bündner Frühlingslauf 25 km Geländelauf 17.04.2010

11.	Schuler Barbara	W30		2:08:32
-----	-----------------	-----	--	---------

17.	Rüf Reinhold	M50		1:57:15
-----	--------------	-----	--	---------

Wien Marathon 18.04.2010

Halbmarathon

2107.	Mender Sabine	W40	37.	1:45:52
95.	Kerschat Michael	M45	10.	1:22:32
4497.	Kalb Rudi	M55	139.	1:57:30
4589.	Lintschinger Peter	M45	556.	1:57:58

Marathon

2340.	Steger Ulrike	W35	39.	3:49:50
298.	Mennel Martin	M35	39.	3:02:56
1135.	Krüse Robert	M50	108.	3:28:01
2339.	Steger Harald	M35	392.	3:49:50

grand defi de vosges am 18.04.2010 55km - 2000hm

21.	Matzalik Peter	M45	7.	5:22:40
-----	----------------	-----	----	---------

Rheintal Cup- Bernecker Orientierungslauf 4.4km

	Raum Daniel	M20	4.	0:30:50
--	-------------	-----	----	---------

London Marathon 25.04.2010

1003.	Kerschat Michael	M45	115.	02:59:10
-------	------------------	-----	------	----------

Hamburg Marathon 25.04.2010

46.	Felizeter-Kessler Monika	W30	9.	03:14:57
250.	Rützler Julia	W30	41.	03:38:39
808.	Fink Christiane	W35	137.	04:03:35
24.	Ernst Günter	M35	3.	02:35:25
	Kessler Martin	M45		02:48:56
699.	Weiss Reinhard	M50	47.	03:09:11
6284.	Wetzstein Dieter	M45	1278.	04:03:41

Marbach Duathlon 25.04.2010

Elite 24-29 W				
	Schindler Jasmine	W25	1.	01:08:44
U23 män.				
	Greber Michael	M20	2.	00:56:50
Masters				
	Brunold Martin	M55	1.	01:05:03
	Schattauer Gerd	M40	7.	01:12:23
	Mayer Horst	M70	1.	01:17:23
	Gamper Hansjörg	M65	1.	01:18:37

Welschlauf Marathon mit ca. 1400HM (Südsteiermark) 01.05.2010

58.	Posch Robin	M35		03:51:03
-----	-------------	-----	--	----------

VLV Langstreckenmeisterschaft am 01.05.2010 in Götzis

10000 m

Masters

M40	Birnbaumer Günther	2.	00:37:28
	Molzbichler Hermann	3.	00:38:15
M45	Langenscheidt Dieter	1.	00:35:34
M50	Fröhle Siegfried	1.	00:42:34
M70	Nothdurfter Karl	1.	00:45:49

Finale VLV Wertung

2.	Griell Benzamin		00:34:39
4.	Greber Michael		00:35:08
6.	Langenscheidt Dieter		00:35:34
10.	Birnbaumer Günther		00:37:28
12.	Molzbichler Hermann		00:38:15
16.	Fröhle Siegfried		00:42:34
18.	Nothdurfter Karl		00:45:49

Schlossberglauf in Hohenems am 01.05.2010

1500m 235hm

Elite

Ernst Günter	6.	00:09:37
Raum Daniel jonglierend	13.	00:14:58

Hobby

Kessler Martin	9.	00:10:59
Fässler Martin	24.	00:11:57
Fend Wolfgang	27.	00:12:00
Rusch Walter	30.	00:12:05
Raum Daniel	41.	00:12:56
Mayer Horst	63.	00:16:37

Hindernislauf in Gisingen am 05.05.2010

3000m

2.	Greber Michael		00:10:28
----	----------------	--	----------

Rennsteig-Supermarathon 08.05.2010

73km + 1490 HM

Rüf Reinhold	M55	68.	08:34:00
--------------	-----	-----	----------

VBA Duathlon in Bad Häring am 08.05.2010

7.5-30-4.5

U23	Greber Michael	2.	01:31:52
-----	----------------	----	----------

Älpelelauf in Feldkirch am 08.05.2010

7.5-30-4.5

Frauen

6.	Schindler Jamsin	W20	1.	01:07:39
13.	Fink Christine	W30	3.	01:23:41

Männer

16.	Birnbaumer Günther	M40	3.	00:54:06
18.	Kopriwa Ingo	M30	8.	00:54:30

52.	Fend Wolfgang	M40	20.	01:03:26
56.	Fässler Martin	M40	22.	01:04:14
62.	Haueis Paul	M40	25.	01:06:20
70.	Dür Michael	M40	30.	01:09:00

**Stadtlauf in Dornbirn am 21.05.2010
10km**

	Schindler Jasmine	W20	2.	00:43:41
	Christiane Fink	W35	5.	00:50:56
	Mender Sabine	W40	2.	00:46:26
	Holz Müller Petra	W40	3.	00:47:41
	Kopriwa Ingo	M30	4.	00:38:16
	Ernst Günter	M35	1.	00:34:11
	Steger Harald	M35	2.	00:34:12
	Molzbichler Hermann	M40	2.	00:37:21
	Birnbaumer Günther	M40	3.	00:37:38
	Posch Robin	M40	9.	00:39:55
	Schattauer Gert	M40	16.	00:43:58
	Hammerer Franz	M50	3.	00:38:02
	Herbert Franz	M50	5.	00:43:12
	Brunold Martin	M55	1.	00:40:55
	Rüf Reinhold	M55	2.	00:41:17

Altstätter Stadt-OL (Rheintaler OL-Cup)

	Raum Daniel	M20	7.	
--	-------------	-----	----	--

5. Kriessner Dorf-OL (Rheintaler OL-Cup)

	Raum Daniel	M20	2.	
--	-------------	-----	----	--

7. Montlinger Dorf-OL (Rheintaler OL-Cup)

	Raum Daniel	M20	2.	
--	-------------	-----	----	--

5. Marper Dorf-OL (Rheintaler OL-Cup)

	Raum Daniel	M20	5.	
--	-------------	-----	----	--

Laufwunder der young Caritas Feldkirch am 18.05.2010

	Raum Daniel		3.	13 Runden
--	-------------	--	----	-----------

Stundenlauf LZH (jonglieren) am 30.05.2010

	Raum Daniel			
--	-------------	--	--	--

**7. Bregenzer Sparkassen Seelauf 04.06.2010
10km (VLV Strassenmeisterschaften)**

Frauen

1.	Mödritscher Christine	W40	1.	00:44:04
2.	Rützler Julia	W30		00:44:19
4.	Holz Müller Petra	W40	3.	00:48:24

Männer

6.	Steger Harald	M35		00:34:52
11.	Kessler Martin	M45	2.	00:36:49
15.	Molzbichler Hermann	M40	3.	00:37:43
18.	Birnbaumer Günther	M40	4.	00:37:58
19.	Feichtinger Herbert	M35		00:38:02
20.	Rauch Arno	M45	5.	00:38:05

21.	Hammerer Franz	M50	3.	00:38:24
22.	Langenscheidt Dieter	M45	6.	00:38:25
23.	Purin Christian	M40	5.	00:38:27
27.	Kopriwa Ingo	M25		00:39:21
31.	Posch Robin	M40	6.	00:41:15
32.	Brunold Martin	M55	2.	00:41:27
33.	Herbert Franz	M50	5.	00:42:09
37.	Nothdurfter Karl	M70	1.	00:45:48

Mannschaftswertung

1.	LSG-Vorarlberg I Mödritscher, Rützler, Holzmüller
3.	LSG-Vorarlberg I Steger, Molzbichler, Birnbaumer
5.	LSG-Vorarlberg II Feichtinger, Rauch, Hammerer
6.	LSG-Vorarlberg III Langenscheidt, Purin, Kopriwa
8.	LSG-Vorarlberg IV Posch, Brunold, Herbert

VLV Meisterschaft Gisingen 13.06.2010 5000m

3.	Greber Michael	M20		00:16:33
6.	Langenscheidt Dieter	M45	2.	00:17:20
7.	Feichtinger Herbert	M35	2.	00:17:24
9.	Molzbichler Hermann	M40	2.	00:18:04
12.	Kerschatsch Michael	M45	4.	00:18:21

1500m

4.	Greber Michael	M20		00:04:30
5.	Feichtinger Herbert	M35		00:04:48

11. LGT Marathon Bendern-Malbun am 12.06.2010 1870 HM

	Schuler Barbara	W30	17.	04:58:54
	Rüdiger Martin	M30	29.	04:13:01
	Fend Wolfgang	M45	28.	04:21:52
	Raum Daniel (jonglierend)	M18	21.	05:27:51

HM 25km - 1150 HM

	Schindler Jasmin	W18	1.	02:43:42
	Kessler Martin	M45	1.	02:09:10
	Rüf Reinhold	M55	3.	02:32:47
	Haueis Paul	M40	13.	02:49:00

Biel Marathon am 12.06.2010 100km

153.	Krüse Robert	M50	33.	10:11:17
------	--------------	-----	-----	----------

VLV Meisterschaften in Gieingen am 12.06.2010

1500m

4.	Greber Michael	M20		00:04:30
5.	Feichtinger Herbert	M35		00:04:48

5000m

3.	Greber Michael	M20		16:33:56
6.	Langenscheidt Dieter	M45		17:20:38
7.	Feichtinger Herbert	M35		17:24:29
9.	Molzbichler Hermann	M40		18:04:74
12.	Kerschats Michael	M45		18:21:24
		M25		

Muttersberglauf am 20.06.2010

15.	Schindler Jasmine	W20	4.	01:00:22
21.	Fink Christiane	W30	5.	01:10:19
19.	Kopriwa Ingo	M30	4.	00:47:56
45.	Rusch Walter	M55	1.	00:54:50
51.	Fässler Martin	M45	13.	00:56:39

Frauenlauf 19.06.2010**5km**

Mender Sabine
Lais Anna Maria
Holzmüller Petra
Walterskirchen Petra
Steger Ulrike
Zechner Anja
Troll Julia
Mödrtscher Christine
Rützler Julia

**Graubünden Marathon am 26.06.2010
42.195km + 2 222 HM**

Wölfe Roland	M50	69.	07:02:51
--------------	-----	-----	----------

Scolattos Berglauf am 26.06.2010
11.1 km + 954 HM

Rüf Reinhold	M50	6.	01:23:13
--------------	-----	----	----------

Int. VLV Meisterschaft in Götzis am 26.06.2010**100m**

Nothdurfter Karl	M70	2.	00:15:82
------------------	-----	----	----------

200m

Nothdurfter Karl	M70	1.	00:32:26
------------------	-----	----	----------

800m

Langenscheidt Dieter	M45	1.	00:02:14
Feichtinger Herbert	M35	2.	00:02:15
Kerschats Michael	M45	5.	00:02:28
Fröhle Siegfried	M50	1.	00:02:42
Nothdurfter Karl	M70	1.	00:02:53

1500m

Langenscheidt Dieter	M45	1.	00:04:42
Feichtinger Herbert	M35	2.	00:04:53
Fröhle Siegfried	M50	1.	00:05:35

Notdurfter Karl	M70	1.	00:05:45
-----------------	-----	----	----------

Montafon Arlberg Marathon am 03.07.2010

9.	Rützler Julia	W30	3.	04:41:03
6.	Kessler Martin	M40	4.	03:40:56
17.	Kempter Arno	M40	8.	04:12:32
18.	Rüdiger Martin	M30	6.	04:12:32
44.	Matzalik Peter	M40	25.	04:39:25
46.	Haueis Paul	M40	26.	04:39:28
66.	Dür Michael	M40	35.	04:58:23

Lavaredo Ultra Trail am 08.07.2010

92.4 km; 5148HM

Schmid Holger	M30	24.	14:37:00
---------------	-----	-----	----------

Zermatt Marathon am 10.07.2010

138.	Fend Wolfgang	M45	25.	04:39:24
139.	Ernst Günter	M30	47.	04:39:28

Challenge Roth (Marthon in der Triathlonstaffel) Juli 2010

3.8; 180km; 42.195km

Raum Daniel	M20	354.	10:57:20
-------------	-----	------	----------

Österr. Staatsmeisterschaften in Villach 10.07.2010

3000m Hindernis

Greber Michael	M20	5.	10:29:94
----------------	-----	----	----------

Vandanser Dörflilauf am 18.07.2010

5,3 km

Ritzelsberger Daniel	M20	3.	0:21:49
----------------------	-----	----	---------

10.6 km

Buchwald Birgit	W30	2.	1:02:42
Buchwald Arnt	M40	14.	1:02:42
Horst Mayer	M70	1.	0:55:11

Halbmarathon

Ernst Günther	M30	1.	1:18:13
Kessler Martin	M40	1.	1:21:50
Rüf Reinhold	M50	2.	1:32:44

Züri Triathlon am 24.07.2010

Molzbichler Hermann 1.5km Schwimmen; 40km rad; 10km laufen	M35	22.	2:14:25
--	-----	-----	---------

IBL Langstreckenmeisterschaft Schaan am 25.07.2010

10000m

Greber Michael	M20	4.	0:34:35
----------------	-----	----	---------

Widdersteinlauf am 25.07.2010

15 km 853 HM

28.	Schmid Holger	M30	2.	1:39:40
63.	Wilczek Joachim	M40	17.	1:50:15
75.	Rusch Walter	M55	3.	1:53:13

**Fischbacher Abendsportfest am 30.07.2010
800m**

	Greber Michael	M20		02:06:46
	Langenscheidt Dieter	M45		02:11:61

**Hans Metzner Gedächtnisschwimmen am 01.08.2010
6.5 km Luftlinie**

	Molzbilchler Hermann	M35	5.	01:56:30
--	----------------------	-----	----	----------

**Diedamskopf Challenge am 08.08.2010
10km; 1170 HM**

	Denk Veronika	W30	3.	1:24:46
	Molzbichler Hermann	M40	1.	1:02:49
	Langenscheidt Dieter	M45	1.	1:03:24
	Birnbaumer Günther	M40	5.	1:08:07
	Kerschaf Michael	M45	3.	1:10:11
	Eckart Franz	M50	1.	1:10:41
	Greber Michael	M20	9.	1:10:46
	Wilczek Joachim	M40	8.	1:11:10
	Troy Reinhard	M60	1.	1:16:43
	Rusch Walter	M55	2.	1:17:36
	Zwickle Gerhard	M40	10.	1:19:08
	Haueis Paul	M40	11.	1:24:32
	Reiser Stefan	M60	2.	1:25:35
	Wetzstein Dieter	M45	12.	1:25:46
	Rüf Reinhold	M55	5.	1:26:00
	Salzmann Fredi	M50	5.	1:31:26

**Montlinger Schwammlauf am 10.08.2010
8.9km; 676Hm**

	Raum Daniel	M20	42.	0:56:38
--	-------------	-----	-----	---------

**Fischbacher Abendsportfeste am 20.08.2010
1500m**

	Greber Michael	M20	1.	0:04:22
--	----------------	-----	----	---------

**Jannersee Triathlon am 22. August 2010
400m - 16km 4 km**

27.	Steger Harald	MHI	22.	0:47:28
65.	Kessler Martin	MHII	12.	0:51:27
110.	Ernst Günter	MHI	59.	0:55:17
137.	Moser Roman	MHI	68.	0:57:47
193.	Mayer Horst	MHIII	12.	1:04:21

Lecher Höhenhalbmarathon am 22.08.2010

	Mender Sabine	W40	7.	2:42:45
	Holzmüller Petra	W40	12.	3:05:30
	Donner Angelika	W50	12.	3:05:30
	Purin Christian	M40	6.	2:09:33
	Bitriol Thomas	M45	16.	2:26:06

Haueis Paul	M40	19.	2:27:46
Mender Peter	M40	30.	2:51:04
Ender Heinrich	M45	31.	2:54:50

Zermatt Marathon am 24.08.2010

Fend Wolfgang	M45	25.	4:39:24
Ernst, Günter	M30	47.	4:39:28

VLV Meisterschaften Langstaffeln Feldkirch am 01.09.2010 3x1000m

4.	Greber Michael Molzbichler Hermann Feichtinger Herbert		9:00:92
----	--	--	---------

Walgau Halbmarathon am 04.09.2010

Schindler Jasmine	W20	1.	1:43:46
Ernst Günter	M30	1.	1:18:38
Rauch Arno	M45	2.	1:25:05
Feichtinger Herbert	M30	4.	1:28:47
Niesten Thijs	M50	2.	1:33:01
Stofleth Andreas	M30	11.	1:46:52
Mayer Horst	M60	2.	1:52:02
Steger Andreas	M30	16.	1:56:36

Saffteiner Rundlauf Vereinsmeisterschaft 2010 am 06.09.2010 7km

1.	Denk Veronika	W30	0:32:21
1.	Greber Michael	M20	0:24:36
2.	Urbaniec Slavomir	M45	0:25:05
3.	Kerschaf Michael	M45	0:25:25
4.	Molzbichler Hermann	M40	0:25:31
5.	Mennel Martin	M35	0:25:55
6.	Birnbaumer Günther	M40	0:26:28
7.	Rüf Reinhold	M55	0:26:31
8.	Wilczek Joachim	M40	0:26:48
9.	Krüse Robert	M50	0:27:15
10.	Nothdurfter Karl	M70	0:27:42
11.	Fend Wolfgang	M45	0:27:43
12.	Bitriol Thomas	M45	0:28:09
13.	Wetzstein Dieter	M45	0:31:07

Österr. Meisterschaften U23 Ried im Innkreis am 11.-12.09.2010

3000m Hindernislauf

Greber Michael	M20	5.	10:20:54
----------------	-----	----	----------

3000m flach

Greber Michael	M20	8.	09:30:49
----------------	-----	----	----------

7. Int. Sparkassen Karrenlauf am 10.09.2010

Denk Veronika	W30	1.	0:42:21
Langenscheidt Dieter	M45	1.	0:34:41
Fässler Martin	M45	4.	0:39:06
Stofleth Andreas	M30	10.	0:42:36
Niesten Thijs	M50	5.	0:44:05
Reiser Stefan	M60	2.	0:44:16

Bucher Dorflauf am 10.09.2010
ca. 8 km

Zwickle Gerhard	M40	3.	0:33:47
-----------------	-----	----	---------

Int. Pfänderlauf am 11.09.2010

Eckhart Franz	M50	15.	0:29:47
Wilczek Joachim	M40	20.	0:30:53
Zwickle Gerhard	M40	21.	0:30:55
Reiser Stefan	M60	31.	0:34:08
Dür Michael	M40	36.	0:34:24
Innerhofer Willi	M50	42.	0:37:32

Stundenlauf der Lebenshilfe Lustenau am 16.09.2010

Raum Daniel

Stundenlauf der Lebenshilfe Feldkirch am 18.09.2010

Raum Daniel

Stundenlauf der Lebenshilfe Dornbirn am 19.09.2010

Raum Daniel

österr. Staatsmeisterschaften im HM in Krems am 19.09.2010

Greber Michael	U23	2.	1:19:26
----------------	-----	----	---------

Illspitz Volkslauf am 19.09.2010
11.8 km

4.	Langenscheidt Dieter	M45	4.	0:44:41
9.	Rauch Arno	M45	9.	0:45:39
39.	Denk Veronika	W30	6.	0:53:24
64.	Stofleth, Andreas	M30	53.	0:58:22

Wachau Marathon am 19.09.2010

99.	Kerschat Michael	M45	35.	03:18:59
-----	------------------	-----	-----	----------

Berlin Marathon am 26.09.2010

Stofleth Andreas	M30		3:46:51
------------------	-----	--	---------

VLV Marathonmeisterschaften, Bregenz, 03.10.2010

VLV. Meisterschaft Teamwertung

1.	Mender Sabine, Fink Christiane, Holz Müller Petra	12:08:46
1.	Steger Harald, Staudach Ralph, Rauch Arno	8:15:32
2.	Urbaniec Slawomir, Mennel Martin, Burgatz Walter	9:02:36

VLV Meisterschaft Masters

W40

3.	Mender Sabine	03:58:49
4.	Holz Müller Petra	04:09:50

M40

1.	Staudach Ralph	02:46:10
3.	Birnbaumer Günther	03:10:56

M45

2.	Rauch Arno	02:51:15
----	------------	----------

3.	Urbaniec Slawomir	02:56:13
6.	Burgatz Waler Egon	03:07:13
8.	Fässler Martin	04:00:07
9.	Wetzstein Dieter	04:19:43

M50

3.	Krüse Robert	03:12:19
5.	Niesten Thijs	03:42:36

M55

1.	Rüf Reinhold	04:19:43
----	--------------	----------

M60

2.	Maurer Christian	04:06:59
----	------------------	----------

M70

1.	Mayer Horst	05:19:16
----	-------------	----------

Frauen

35.	Losser Andrea	W35	4.	03:51:13
53.	Mender Sabine	W40	15.	03:58:49
56.	Fink Christiane	W35	7.	04:00:07
81.	Holz Müller Petra	W40	26.	04:09:50

Männer

4.	Steger Harald	M35	1.	02:38:07
8.	Staudach Ralph	M40	2.	02:46:10
13.	Rauch Arno	M45	3.	02:51:15
19.	Urbaniec Slawomir	M45	6.	02:56:13
27.	Mennel Martin	M35	3.	02:59:10
45.	Burgatz Walter Egon	M45	13.	03:07:13
61.	Birnbaumer Günther	M40	16.	03:10:56
68.	Krüse Robert	M50	7.	03:12:19
76.	Martin Rüdiger	M35	13.	03:14:22
225.	Haueis Paul	M40	58.	03:38:17
342.	Niesten Thijs	M50	26.	03:42:36
452.	Fässler Martin	M45	104.	04:00:07
500.	Maurer Christian	M60	12.	04:06:59
523.	Mender Peter	M40	125.	04:09:37
593.	Wetzstein Dieter	M45	138.	04:19:43
592.	Rüf Reinhold	M55	40.	04:19:43
696.	Raum Daniel	MH	58.	04:42:59

Sparkasse Halbmarathon

Frauen

33.	Steger Ulrike	W35	7.	01:44:20
184.	Nussbaumer Cornelia	W40	51.	01:57:03
424.	Buchwald Birgit	W35	70.	02:11:24
683.	Klemisch Marisa	W35	104.	02:41:35

Männer

49.	Kerschhat Michael	M45	8.	01:23:47
80.	Nussbaumer Simon	M30	11.	01:28:15
93.	Weiss Reinhard	M45	16.	01:29:05
115.	Sutter Anton	M50	7.	01:30:06
117.	Buchta Gerald	M30	15.	01:30:21

283.	Dür Michael	M45	50.	01:37:54
351.	Schmidhofer Marcel	M40	74.	01:39:51
444.	Waidacher Gottfried	M45	68.	01:42:51
595.	Juriatti Dietmar	M40	135.	01:46:58
893.	Innerhofer Willi	M55	37.	01:54:36
1215.	Martin-Ötzberg Oliver	M40	264.	02:02:50
1393.	Buchwald Arnt	M40	294.	02:11:24
1423.	Erhard Michael	M40	300.	02:13:44

Sparkasse Viertelmarathon

2.	Greber Michael	MH	2.	00:42:53
32.	Herbert Franz	M50	4.	00:51:50
380.	Wagenleitner Franz	M45	48.	01:14:07

Staffel

6.	Eckhart Franz, Forster Maria, Festinie Caroline, Wilczek Joachim			
----	---	--	--	--

Brüssel Marathon am 10.10.2010

200.	Kerschat Michael	M45	33.	03:12:00
------	------------------	-----	-----	----------

Alb Marathon am 23.10.2010 50km und 1070 HM

39.	Matzalik Peter	M45	10.	04:17:00
-----	----------------	-----	-----	----------

Athen Marathon am 31.10.2010

	Sutter Anton	M50	2730.	03:31:23
--	--------------	-----	-------	----------

Frankfurt Marathon am 31.10.2010

	Kessler Martin	M45		02:47:40
	Stofleth Andreas	M30		03:56:53

Luzern Marathon am 31.10.2010 Halbmarathon

	Daniel Raum	M20 Pacemaker		01:54:43
--	-------------	---------------	--	----------

Staufenlauf 31.10.2010

	Birnbaumer Günther	M40	4.	00:50:01
	Rusch Walter	M55	3.	00:52:34
	Mayer Horst	M70	1.	01:06:19
	Niesten Thijs	M50	8.	01:06:46

Auer Sprint - Orientierungslauf November 2010

	Raum Daniel	H20	2.	0:19:43
--	-------------	-----	----	---------