

2017, das Jahr der Bergläufe

JAHRESBERICHT 2017

S. 10	BM Mitteldistanz
S. 18	Easter-4-Tage-OL
S. 22	DM Sprint
S. 29	DM Mitteldistanz
S. 30	BM Staffel
S. 35	JLVK
S. 39	Arber-Berglauf
S. 39	Sommerbiathlon
S. 43	BM Sprint
S. 48	Pröller-Berglauf
S. 49	Zwei-Brücken-Lauf
S. 52	Trachten-Gipfe-Huperl
S. 54	Kronberg-Lauf
S. 55	BM Langdistanz
S. 59	Bayerncup-Gesamtwertung
S. 62	Kaitersberg-Lauf
S. 63	DM Langdistanz
S. 64	Deutschland-Cup
S. 67	Parkrace-Gesamtwertung
S. 68	Arge-Alp
S. 70	Ndby. Meisterschaft

Deutsche Meisterschaften

1 x Bronze

Bayer. Meisterschaften

10 x Gold

11 x Silber

3 x Bronze

Ndby. Meisterschaften

4 x Gold

3 x Silber

4 x Bronze



Parkrace in Deggendorf am 12.01.2017

Teilnehmer des SV Mietraching dominieren!

Orientierungslauf ist eine Natursportart, die auch vor schlechter Witterung nicht Halt macht:

An diesem Tag, als die DegParkTour-Serie 2016/2017 mit ihrem vierten Lauf fortgesetzt und von Nieselregen begleitet wurde, kamen trotzdem viele Teilnehmer.

Vom Start an der Sporthalle der Mittelschule Theodor Heuss aus erstreckte sich das Laufgelände zwischen der Kirche Mariä Himmelfahrt, Pandurenweg, Stadt-Au, Östlicher Stadtgraben und Pferdemarkt.

Die Verantwortlichen, Maria Lange und Georg Biller jun., boten einen Postenetz-OL an, das heißt, dass das Anlaufen der Posten nicht in einer vorgegebenen Reihenfolge erfolgen musste. Jeder legte selbst fest, welche Posten er nacheinander anorientiert. Am besten meisterte das bei den Damen Julia Penzkofer und bei den Herren Korbinian Lange. Sie hatten jeweils 18 Posten zu quittieren. Die Jugend- und Walker-Kategorie umfasste 15 Posten, die am schnellsten von Alexander Bauer (TV Osterhofen) bei der Jugend und Birgit Mindt bei den Walkern gefunden wurden. Die acht Posten der Schüler schaffte Lara Geiger am besten.

Damen:

1.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	22:52 min.
2.	Bastian Amelie	SV Mietraching	23:29 min
3.	Liebl Gertrud	TV Osterhofen	25:27 min
4.	Vogl Karin	SV Mietraching	26:26 min

Herren:

1.	Lange Korbinian	SV Mietraching	15:25 min
2.	Körner Christoph	OLV Landshut	18:35 min
3.	Hötzinger Stefan	TSV Natternberg	18:49 min
4.	Vogl Roland	SV Mietraching	20:21 min

Jugend:

1.	Bauer Alexander	TV Osterhofen	20:57 min
2.	Engl Veronika	TSV Natternberg	23:07 min
3.	Hötzinger Verena	TSV Natternberg	23:14 min
4.	Fischl Felix	SV Mietraching	24:34 min
7.	Tannerbauer Anna-Lena	SV Mietraching	28:40 min
8.	Streicher Laura	SV Mietraching	33:14 min

Kids:

1.	Geiger Lara	SV Mietraching	9:24 min
2.	Tannerbauer Johannes	SV Mietraching	10:53 min
3.	Ringelhäuser Lena	SV Mietraching	17:43 min
4.	Miethanner Alina	SV Mietraching	19:42 min
5.	Streicher Jonas	SV Mietraching	19:56 min
6.	Achatz Melissa	SV Mietraching	104:55 min

Walker:

1.	Mindt Birgit	SV Mietraching	24:17 min
2.	Fischl Brigitte	SV Mietraching	28:07 min
	Schedlbauer Beate	SV Mietraching	28:07 min



Sportabzeichen-Verleihung am 13.01.2017

Auch im Jahr 2016 hatten wieder viele Mitglieder der OL-Abteilung des SV Mietraching am Sportabzeichen des Deutschen Turnerbundes teilgenommen. Unter der Leitung des LV Deggendorf verbrachten wir viele Stunden auf der Laufbahn, im Schwimmerbecken, in der Sprunggrube und beim Werfen. Am Schluss waren es zwar vom SV Mietraching ein paar Teilnehmer weniger als im Vorjahr, doch damit ist der Ehrgeiz geweckt, um 2017 wieder ein paar mehr Kids und Erwachsene dafür zu begeistern und zu motivieren.



Jahresabschlussfeier in Eidsberg am 14.01.2017

Wie jedes Jahr gab es auch diesmal einen kleinen Rückblick auf das Sportjahr 2016.

Hierfür hatte Abteilungsleiterin Karin Vogl ins Landgasthaus Eidsberg geladen, und viele Mitglieder der OL-Abteilung sind dieser Einladung gefolgt, und das bei starkem Schneefall und sehr winterlichen Straßenverhältnissen.

Es wurden Ehrungen der erfolgreichen Sportler, aber auch der Trainingsfleißigsten durchgeführt. Zudem hatte Korbinian Lange auch ein OL-Quiz vorbereitet, das auch unsere alten OL-Hasen Karin und Roland zum Nachdenken brachte.

Am Schluss gab es noch ein großes Dankeschön an unsere Trainer Roland, Maria und Korbinian, die sich in vielen Stunden der Vorbereitung und der Durchführung für das Trainingsprogramm verantwortlich zeigten.



Sportlerehrung der Stadt Deggendorf am 15.01.2017

Auch bei der Sportlerehrung der Stadt Deggendorf sind jedes Jahr vom SV Mietraching Sportlerinnen und Sportler geladen. Die OL-Abteilung stellte zum wiederholten Male einen Großteil der Geehrten für Mietraching. Die Medaillenränge bei Niederbayerischen-, Bayerischen- und Deutschen Meisterschaften finden in diesem Rahmen jedes Jahr eine gebührende Wertschätzung seitens der Stadt Deggendorf. Für viele unserer Nachwuchstalente ist dies immer wieder ein schönes Erlebnis.



Parkrace in Plattling am 02.02.2017

Organisator Stefan Hötzingler vom TSV Natternberg hatte im Bereich des Schul-, Sport- und Freizeitgeländes zwischen Georg-Eckl-Straße und Plattlinger Mühlbach für den nächsten Lauf der Serie drei verschieden lange Sprint-Bahnen vorgegeben. Für die Erwachsenen 1,9 km Luftlinie mit 14 Posten, für die Jugend und Walker 1,5 km mit zehn Posten und für die Schüler einen halben Kilometer mit acht Posten.

Die neu überarbeitete Karte im Maßstab 1:4000 musste schon genau gelesen werden, um auch nichts Entscheidendes zu übersehen. Das Gelände war, bis auf einen kleinen eisigen Bereich, verhältnismäßig gut belaufbar. Dies bestätigten auch die guten Zeiten.

Bei den Damen war Seriensiegerin Maria Lange wieder Schnellste und hatte im Ziel fünf Minuten Vorsprung. Die Herrenkategorie gewann erneut Korbinian Lange, wobei er aber diesmal nur 15 Sekunden Vorsprung vor dem immer schneller werdenden Christoph Körner vom OLV Landshut hatte. In der Jugendklasse gab es mit Verena Hötzingler vom TSV Natternberg und Alexander Bauer vom TV Osterhofen zwei zeitgleiche Sieger.

Damen:

1.	Lange Maria	SV Mietraching	17:43 min
2.	Bastian Amelie	SV Mietraching	22:35 min
3.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	23:23 min
6.	Vogl Karin	SV Mietraching	28:05 min

Herren:

1.	Lange Korbinian	SV Mietraching	15:43 min
2.	Körner Christoph	OLV Landshut	15:58 min
3.	Biller Georg jun.	SV Mietraching	17:02 min
4.	Vogl Roland	SV Mietraching	18:32 min

Jugend:

1.	Bauer Alexander	TV Osterhofen	16:42 min
	Hötzinger Verena	TSV Natternberg	16:42 min
3.	Engl Veronika	TSV Natternberg	17:08 min
5.	Mindt Yvonne	SV Mietraching	18:42 min
6.	Fischl Felix	SV Mietraching	19:01 min
7.	Tannerbauer Anna-Lena	SV Mietraching	24:53 min

Kids:

1.	Geiger Lara	SV Mietraching	6:49 min
2.	Tannerbauer Johannes	SV Mietraching	9:35 min
3.	Bastian Max	SV Mietraching	9:44 min
4.	Kilger Johannes	SV Mietraching	14:38 min

Walker:

1.	Körner Walter	LV Deggendorf	23:06 min
2.	Fischl Brigitte	SV Mietraching	25:05 min
	Schedlbauer Beate	SV Mietraching	25:05 min



Dorfmeisterschaft der Ski-Abteilung in Greising am 12.02.2017

Die Mitglieder der OL-Abteilung sind nicht nur beim Orientieren vorn dabei, nein, sie erproben auch immer wieder neue Sportarten. Sehr erfolgreich waren viele unserer Jüngsten bei der diesjährigen Dorfmeisterschaft im Skifahren. Bei zwei Durchgängen im Riesenslalom zeigten sie, bei traumhaftem Winterwetter, dass sie auch auf der Piste den kürzesten Weg durch den „Stangen“-Wald finden.

Jahrgang 2011 männlich:

1.	Ringelhäuser Timo	39:01 Sekunden
----	-------------------	----------------

Jahrgang 2008 weiblich:

1.	Hantke Emma	31:79 Sekunden
2.	Liebl Mariella	38:35 Sekunden
3.	Ringelhäuser Lena	39:03 Sekunden

Jahrgang 2008 männlich:

1.	Kaiß Maximilian	32:54 Sekunden
2.	Karmann Paul	32:93 Sekunden
3.	Reiß Johannes	53:57 Sekunden

Jahrgang 2007 männlich:

1.	Turkovic Abbas	35:32 Sekunden
2.	Streicher Jonas	42:28 Sekunden

Jahrgang 2006 weiblich:

- | | | |
|----|-----------------|----------------|
| 1. | Liebl Magdalena | 33:49 Sekunden |
| 2. | Breit Stefanie | 34:55 Sekunden |

Jahrgang 2006 männlich:

- | | | |
|----|----------------------|----------------|
| 1. | Hüttinger Philip | 27:00 Sekunden |
| 2. | Reiß Ludwig | 33:31 Sekunden |
| 3. | Tannerbauer Johannes | 33:69 Sekunden |

Jahrgang 2005 weiblich:

- | | | |
|----|----------------|----------------|
| 1. | Kaiß Franziska | 31:62 Sekunden |
| 2. | Achatz Melissa | 35:90 Sekunden |

Jahrgang 2004 weiblich:

- | | | |
|----|-----------------------|----------------|
| 1. | Tannerbauer Anna-Lena | 32:44 Sekunden |
|----|-----------------------|----------------|

Jahrgang 2003 weiblich:

- | | | |
|----|-----------------|----------------|
| 1. | Streicher Laura | 30:43 Sekunden |
|----|-----------------|----------------|

Jahrgang 2003 männlich:

- | | | |
|----|-----------------|----------------|
| 1. | Breit Alexander | 25:40 Sekunden |
|----|-----------------|----------------|



Biathlon in Greising am 12.02.2017

Pünktlich um 13.00 Uhr startete der 5. Ski&Bike-Biathlon, und es waren wieder spannende 90 Minuten für Akteure und Zuschauer. Die knapp 60 Rennläufer, die im Minutentakt auf die Strecke geschickt wurden, mussten dabei die AOK-Übungswiese Greising dreimal umrunden und dazwischen am Schießstand zwei Mal fünf Schüsse mit dem Lasergewehr abgeben und dabei zeitraubende Strafrunden vermeiden. Gar nicht so einfach für den Normalsportler, doch die vier Mietrachinger, die sich bei traumhaftem Winterwetter auf die Loipe wagten hatten alles bestens im Griff.

Herren 21:

- | | | | |
|----|-------------------|----------------|-----------|
| 1. | Benstetter Jeremy | Ski&Bike | 6:50 min. |
| 2. | Korbinian Lange | SV Mietraching | 8:45 min. |

Damen 21:

- | | | | |
|----|----------------|----------------|-----------|
| 1. | Pisinger Julia | LV Deggendorf | 8:39 min. |
| 2. | Kühne Hannah | SV Mietraching | 8:45 min. |

Damen 22-31:

- | | | | |
|----|-------------------|----------------|-----------|
| 1. | Penzkofer Julia | SV Mietraching | 8:42 min. |
| 2. | Gegenfurtner Lena | Ski&Bike | 9:25 min. |

Damen 42-51:

- | | | | |
|----|-----------------|----------------|-----------|
| 1. | Lehmeyer Petra | Ski&Bike | 7:21 min. |
| 2. | Pisinger Inge | LV Deggendorf | 8:35 min. |
| 3. | Penzkofer Cilli | SV Mietraching | 9:14 min. |

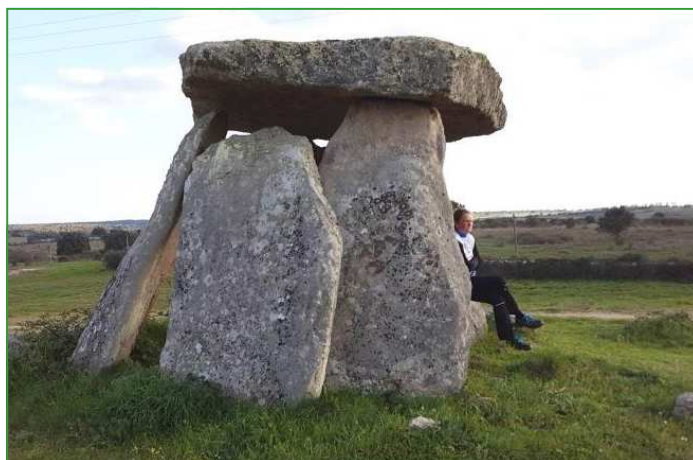


POM - Portugal O-Meeting in Portalegre 25.-28.02.2017



Bereits mehrfach waren Karin und Roland in OL-Vorbereitungsmission beim internationalen Portugal O-Meeting am Start. Auch in diesem Jahr waren die beiden Mietrachinger wieder beim 4-Tage-OL auf der iberischen Halbinsel vertreten. Das Programm umfasste vier Etappen durch die felsensreichen Korkeichenhaine des Alentejo, einen urbanen Nachtsprint-OL und einen Trail-O.

Natürlich aber durften die touristischen Erkundungen der Gegend um die Wettkampfgelände, sowie der Genuss von Kaffee und Wein nicht zu kurz kommen.



Herren 45:

1.	Eric Perrin	Dudoignon	25:53	55:17	29:26	52:53	3947.37 Punkte
2.	Jonas Eklund	OK Rodhen	27:57	63:33	31:19	55:38	3636.38 Punkte
3.	Gjermund Urset	Bul	26:32	58:52	46:01	50:06	3554.25 Punkte
36.	Roland Vogl	SV Mietraching	37:11	92:29	47:52	74:33	2580.80 Punkte

Damen 45:

1.	Christin Söderqvist	OK Ravinen	22:51	55:03	33:43	49:49	3850.20 Punkte
2.	Anne Urset	Bul	25:39	56:42	29:06	45:34	3661.45 Punkte
3.	Pavlina Chaloupská	OK99	29:56	55:51	34:52	52:09	3525.79 Punkte
26.	Karin Vogl	SV Mietraching	34:31	76:48	73:39	69:03	2450.28 Punkte

Parkrace in Mietraching am 02.03.2017

Kurz nach dem gemeinsamen Start aller Teilnehmer in Mietraching wurde es auch schon finster, so dass die Nutzung von Stirn- oder Taschenlampe unverzichtbar war. Doch deshalb wurden das Engagement und die Leistung der Sportler nicht geschmälert. In hohem Tempo liefen beziehungsweise gingen alle, ob Jung oder Alt, ins Gelände, denn man musste spätestens nach 20 Minuten wieder im Ziel an der Sporthalle sein.

Der Lauf wurde als Score-OL durchgeführt, bei dem in einer vorgegebenen Zeit so viele Posten wie

möglich zu quittieren waren. Die Anlaufreihenfolge der Posten entscheidet jeder Teilnehmer für sich. Organisator Roland Vogl hatte insgesamt 15 Posten im Bereich östlich und nordöstlich von Mietraching gesetzt. Alle 15 innerhalb der vorgegeben 20 Minuten schaffte nur der Sieger: Korbinian Lange vom SV Mietraching.

Dafür gab es am Ende Pluspunkte. Auch die Nachfolgenden der Herrenkategorie sowie die Damensiegerin Maria Lange quittierten alle 15 Posten. Sie überschritten dafür zwar die vorgegebene Zeit, beka-

men aber keinen Punktabzug. Der Ausrichter hatte schon vor dem Start bekannt gegeben, dass diejenigen keinen Abzug erhalten, die alle Posten quittieren und dabei nicht länger als 23 Minuten benötigen.

Die meisten Punkte bei der Jugend holte Laura Streicher, bei den Schülern war dies Lara Geiger.

In der Walker-Kategorie bekamen Walter Körner und Cornelia Kiener (LV Deggendorf) zwar wegen Zeitüberschreitung Punkte abgezogen, aber es reichte trotzdem zum Sieg.

Damen:

1.	Lange Maria	SV Mietraching	22:37 min.	603 Punkte
2.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	22:50 min.	473 Punkte
3.	Liebl Gertrud	TV Osterhofen	22:06 min	325 Punkte

Herren:

1.	Lange Korbinian	SV Mietraching	17:13 min.	657 Punkte
2.	Körner Christoph	OLV Landshut	21:08 min.	618 Punkte
3.	Biller Georg jun.	SV Mietraching	21:59 min.	610 Punkte
5.	Sarközy Gergely	SV Mietraching	23:53 min.	449 Punkte

Jugend:

1.	Streicher Laura	SV Mietraching	19:09 min.	357 Punkte
2.	Mindt Yvonne	SV Mietraching	21:25 min.	337 Punkte
3.	Fischl Felix	SV Mietraching	19:09 min.	294 Punkte

Kids:

1.	Geiger Lara	SV Mietraching	19:30 min.	357 Punkte
2.	Kilger Johannes	SV Mietraching	19:43 min.	284 Punkte
3.	Ringelhäuser Lena	SV Mietraching	19:51 min	284 Punkte
4.	Achatz Melissa	SV Mietraching	23:18 min.	254 Punkte
5.	Streicher Jonas	SV Mietraching	21:35 min.	238 Punkte

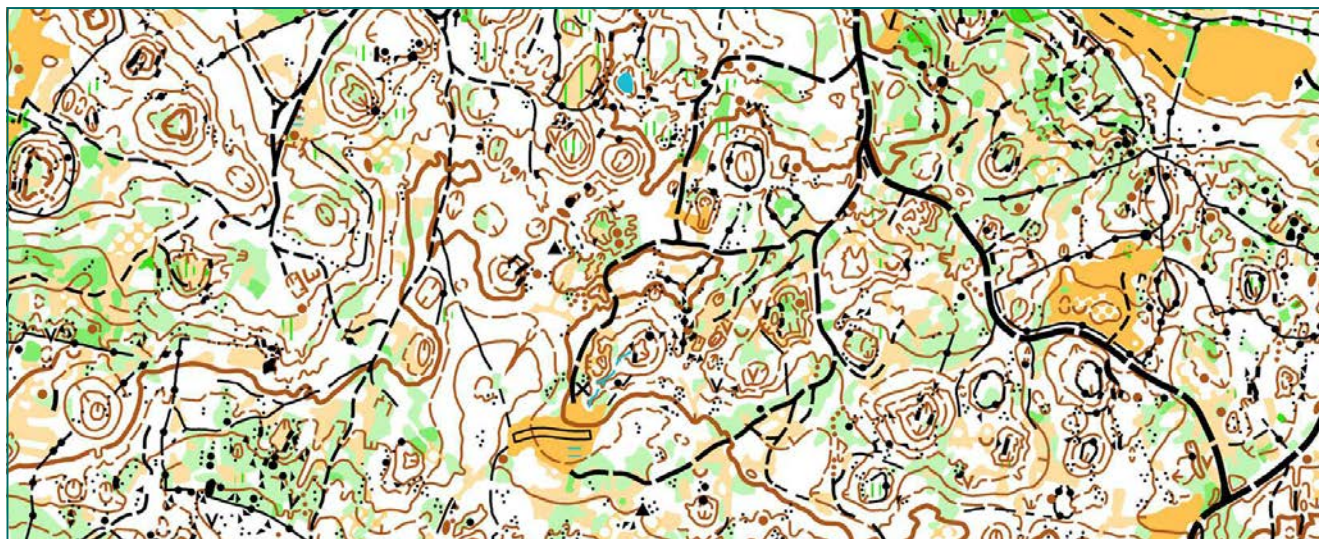
Walker:

1.	Körner Walter	LV Deggendorf	22:49 min.	327 Punkte
	Kiener Cornelia	LV Deggendorf	22:49 min.	327 Punkte
3.	Mindt Birgit	SV Mietraching	21:37 min.	307 Punkte
4.	Fischl Brigitte	SV Mietraching	19:40 min.	294 Punkte
	Schedlbauer Beate	SV Mietraching	19:40 min.	294 Punkte



Lipica Open in Slowenien 10.-15.03.2017

Das Lipica Open ist zwar immer noch ein Geheimtipp, aber nach und nach lassen sich mehr Läufer dafür begeistern. Hier werden zum Anfang der Saison technisch anspruchsvolle Läufe geboten, die den Grundstein für die folgende Saison bilden. Karin und Roland waren schon zum wiederholten Male dabei und waren wieder einmal von der guten Organisation und der großen Gastfreundschaft beeindruckt.



Herren 21 B:

1.	Herwig Allwinger	AUT	35:58	53:48	39:59	42:24	33:13	205:22 min
2.	Hannes Pacher	AUT	39:15	54:33	43:05	50:36	29:42	217:11 min.
3.	Janis Salins	LAT	50:55	70:34	45:20	49:25	37:11	253:25 min.
	Roland Vogl	GER	41:14	60:19	44:31			

Damen 21 B:

1.	Alice Kozumpliková	CZE	28:09	49:28	31:24	30:21	19:03	158:25 min
2.	Inessa Cherniavsky	GER	34:30	44:18	48:09	29:41	24:59	181:37 min
3.	Barbara Pavlinic	SLO	42:31	47:22	44:16	53:39	26:11	213:59 min.
	Karin Vogl	GER	36:14	51:42	36:17			



Bayerische Meisterschaft Mittel in Untergrub am 25.03.2017

Zum Start in die regionale OL-Saison 2017 präsentierte sich der kleine Weiler Untergrub von Familie Lange als perfekter Austragungsort für die Bayerischen Meisterschaften über die Mitteldistanz im Orientierungslauf. Mit 220 Läufern waren so viele Wettkämpfer wie noch nie zum Saisonauftakt der Einladung des SV Mietraching gefolgt, bei bestem Frühlingswetter um die begehrten Medaillen zu kämpfen.

Im sehr gut zu belaufenden, und zu dieser Jahreszeit noch sehr offenen Mischwald musste das Tempo äußerst hochgehalten werden, um eine Chan-

ce auf Edelmetall zu haben; und dabei durften bei den nah aufeinander liegenden Postenstandorten auch keine Orientierungsfehler gemacht werden.

Der SV Mietraching war gespannt, wie laufschnell und orientierungssicher sich die Konkurrenz nach der Winterpause präsentierte. Da der SVM als Veranstalter wieder einmal alle Hände voll zu tun hatte, konnten nur wenige Sportler an den Start gehen und im Kampf um die Medaillen eingreifen.

Der Schirmherr der Veranstaltung, Kreisvorsitzender des BLSV Otto Baumann, hatte dennoch mehrere

Gelegenheiten, unseren Sportlern zu gratulieren und eine Medaille um den Hals zu hängen:

Die beiden Mietrachinger Amelie Bastian (D-18) und Dirk Hartmann (H55) zeigten mit ihren souveränen Siegen und dem Gewinn der Goldmedaille der Konkurrenz, dass über den Winter gut im Training gearbeitet wurde.

Laura Streicher konnte nach einem schnellen Lauf in der Schüler-Kategorie D-14 die Silbermedaille abgreifen. Deren Vereinskollegin Lara Geiger belegte beim jüngsten Nachwuchs D-12 ebenfalls Platz zwei. Auch Mietrachings Malte Rehbein zeigte mit seinem Silberrang, dass er in dieser Saison ein Wörtchen bei den Bestplatzierten mitzureden hat.

In der Herren-Elite Kategorie musste sich Lokalmatador Korbmann Lange zwar dem Vorjahres Dauersieger Teodor Yordanov aus München geschlagen geben, doch mit dem erkämpften zweiten Platz konnte er dennoch sehr zufrieden sein.



Damen 12 (1,5 km / 60 Hm / 7 P.):

1.	Holzhaus Klara	TV Coburg Neuses	13.21 min.
2.	Geiger Lara	SV Mietraching	13:42 min.
3.	Natho Leonie	OC München	21.07 min.
4.	Faltejskova Laura	SV Mietraching	23:46 min.

Herren 12 (1,5 km / 60 Hm / 7 P.):

1.	Burgmair David	OLG Regensburg	14:13 min.
2.	Ritzenthaler Leo	TSV Jetzendorf	14:51 min.
3.	Oneseit Alexander	OLG Regensburg	15:00 min.
9.	Faltejssek Tobias	SV Mietraching	29:56 min.

Damen 14 (1,7 km / 70 Hm / 8 P.):

1.	Hötzing Verena	TSV Natternberg	15:54 min.
2.	Streicher Laura	SV Mietraching	17:55 min.
3.	Kraus Katharina	OLG Regensburg	19:47 min.
5.	Mindt Yvonne	SV Mietraching	22:43 min.
6.	Tannerbauer Anna-Lena	SV Mietraching	28:19 min.



Herren 14 (1,7 km / 70 Hm / 8 P.):

1.	Baath Ole Magnus	TSV Jetzendorf	13:32 min.
2.	Lang Luis	OLG Regensburg	14:26 min.
3.	Unger Jakob	OLG Regensburg	15:14 min.
6.	Fischl Felix	SV Mietraching	19:59 min.

Damen 18 (3,0 km / 160 Hm / 13 P.):

1.	Bastian Amelie	SV Mietraching	45:57 min.
2.	Fischer Laura	OLG Regensburg	49:51 min.
3.	Kraus Sophie	OLG Regensburg	50:25 min.

Damen 19 Elite (3,0 km / 160 Hm / 13 P.):

1.	Seeger Esabel	OLG Regensburg	28:53 min.
2.	Seeger Mareike	OLG Regensburg	31:39 min.
3.	Lehner Marei	OLG Regensburg	34:13 min.
4.	Biller Anna	SV Mietraching	35:13 min.
6.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	39:37 min.
7.	Bastian Helena	SV Mietraching	40:27 min.
	Kühne Hannah	SV Mietraching	Fehlst.

Herren 19 Elite (4,5 km / 230 Hm / 17 P.):

1.	Yordanov Teodor	OC München	34:21 min.
2.	Lange Korbinian	SV Mietraching	37:51 min.
3.	Janischowsky Lukas	OLG Regensburg	38:06 min.
10.	Leontjevs Girts	SV Mietraching	53:19 min.

Damen 35 (2,8 km / 110 Hm / 9 P.):

1.	Ritzenthaler Kristin	TSV Jetzendorf	27:18 min.
2.	Enborg Anna	OC München	27:44 min.
3.	Kurth Susan	OLA TSV Deggendorf	32:51 min.
4.	Faltejskova Jana	SV Mietraching	33:59 min.

Herren 35 (4,5 km / 230 Hm / 17 P.):

1.	Natho Ronny	OC München	40:42 min.
2.	Weid Uwe	TV Coburg Neuses	42:34 min.
3.	Enborg Andreas	OC München	44:29 min.
4.	Faltejssek Lukas	SV Mietraching	44:50 min.

Herren 45 (3,2 km / 180 Hm / 13 P.):

1.	Janischowsky Klemens	OLG Regensburg	34:35 min.
2.	Rehbein Malte	SV Mietraching	35:27 min.
3.	Weinig Peter	OC München	36:34 min.

Herren 55 (2,8 km / 110 Hm / 9 P.):

1.	Hartmann Dirk	SV Mietraching	23:50 min.
2.	Beierlein Uwe	OC München	30:33 min.
3.	Cionoiu Gheorghe	TV Coburg Neuses	31:14 min.

Offen Lang (3,2 km / 180 Hm / 13 P.):

1.	Obernberger Michael	NF Linz	47:18 min.
2.	Mikulás Jan	SV Mietraching	52:44 min.
3.	Reinwald Matthias	OLG Regensburg	60:15 min.



Schüler B (1,5 km / 60 Hm / 7 P.):

1.	Hötzinger Michael	TSV Natternberg	13:41 min.
2.	Reinwald Florian	OLG Regensburg	16:37 min.
3.	Weigl Claudia	TV Osterhofen	18:42 min.
8.	Reiß Ludwig	SV Mietraching	22:47 min.
12.	Reiß Moritz	SV Mietraching	24:09 min.
15.	Achatz Melissa	SV Mietraching	28:42 min.
16.	Reiß Johannes	SV Mietraching	29:08 min.
17.	Reiß Korbinian	SV Mietraching	29:08 min.
18.	Zimmermann Evi	SV Mietraching	29:28 min.
19.	Zimmermann Heidi	SV Mietraching	29:47 min.



Bayerncup-Lauf Lang in Untergrub am 26.03.2017

Tags darauf fand im gleichen Gelände der nächste Bayern-Cup Lauf statt. Maria Lange vom SV Mietraching hatte sehr fordernde Bahnen über die Langdistanz gelegt, die sich zwar von den Streckenkilometern nicht so lange präsentierten, doch mit den vielen Höhenmetern alle Teilnehmer an die Grenzen der physischen Belastbarkeit brachten. Die Herren-Elite z.B. hatte zwar „nur“ eine Streckenlänge von 7,8 km, dabei aber 585 Höhenmeter zu absolvieren.

In der D-14 gab es mit Anna-Lena Tannerbauer (2.) und Yvonne Mindt (3.) gleich zwei Mietrachingerinnen auf dem Podest. Bei den Schülerinnen bis 12 Jahre konnte Lara Geiger wieder den zweiten Platz belegen, und Mietrachings Jugend-Läuferin Amelie Bastian kam zu Beginn des Jahres richtig in Fahrt und konnte auch beim Langdistanzlauf die Konkurrenz hinter sich lassen, genau wieder wie Vereinskollege Dirk Hartmann, der die Herren 55 mit einer souveränen Laufzeit gewann. Mietrachings Eliteläufer Korbinian Lange musste sich ganz knapp mit 17 Sekunden geschlagen geben, doch auch mit Platz zwei konnte er für die Gesamtwertung im Bayerncup schon wichtige Punkte sammeln.

Herren 12 (1,3 km / 115 Hm / 6 P.):

1.	Ritzenthaler Leo	TSV Jetzendorf	14:06 min.
2.	Burgmair David	OLG Regensburg	14:36 min.
3.	Wicklein Paul	TV Coburg Neuses	17:09 min.
	Faltejsek Tobias	SV Mietraching	Fehlst.

Damen 12 (1,3 km / 115 Hm / 6 P.):

1.	Holzhaus Klara	TV Coburg Neuses	16:16 min.
2.	Geiger Lara	SV Mietraching	18:41 min.
3.	Baath Lena	TSV Jetzendorf	19:15 min.
4.	Faltejskova Laura	SV Mietraching	24:23 min.

Herren 14 (2,5 km / 185 Hm / 10 P.):

1.	Cionoiu Daniel	TV Coburg Neuses	24:05 min.
2.	Baath Ole Magnus	TSV Jetzendorf	25:24 min.
3.	Lieblisch Yannick	OLG Regensburg	31:12 min.
4.	Fischl Felix	SV Mietraching	31:35 min.
5.	Kilger Maximilian	SV Mietraching	39:00 min.

Damen 14 (2,5 km / 185 Hm / 10 P.):

1.	Hötzinger Verena	TSV Natternberg	30:46 min.
2.	Tannerbauer Anna-Lena	SV Mietraching	34:52 min.
3.	Mindt Yvonne	SV Mietraching	27:38 min.
6.	Streicher Laura	SV Mietraching	41:31 min.



Damen 18 (4,0 km / 310 Hm / 11 P.):

1.	Bastian Amelie	SV Mietraching	44:49 min.
2.	Kraus Sophie	OLG Regensburg	48:40 min.
3.	Hansbauer Julia	TSV Natternberg	63:17 min.

Herren 19 Elite (7,8 km / 585 Hm / 21 P.):

1.	Nürnberger Julian	OLG Regensburg	59:35 min.
2.	Lange Korbinian	SV Mietraching	59:52 min.
3.	Yordanov Teodor	OC München	60:05 min.
8.	Leontjevs Girts	SV Mietraching	87:01 min.

Damen 19 Elite (4,8 km / 320 Hm / 11 P.):

1.	Seeger Isabel	OLG Regensburg	40:20 min.
2.	Seeger Mareike	OLG Regensburg	41:03 min.
3.	Meißner Britta	OLV Landshut	41:50 min.
6.	Kühne Hannah	SV Mietraching	43:51 min.
7.	Bastian Helena	SV Mietraching	47:26 min.
8.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	50:22 min.

Herren 35 (6,5 km / 470 Hm / 17 P.):

1.	Natho Ronny	OC München	55:06 min.
2.	Enborg Andreas	OC München	56:26 min.
3.	Weid Uwe	TV Coburg Neuses	59:03 min.
8.	Faltejssek Lukas	SV Mietraching	69:55 min.

Damen 35 (4,0 km / 310 Hm / 11 P.):

1.	Kurth Susan	OLA TSV Deggendorf	44:14 min.
2.	Faltejskova Jana	SV Mietraching	44:49 min.
3.	Enborg Anna	OC München	47:19 min.

Herren 55 (4,0 km / 310 Hm / 11 P.):

1.	Hartmann Dirk	SV Mietraching	34:56 min.
2.	Cionoiu Gheorghe	TV Coburg Neuses	42:34 min.
3.	Kolehmainen Ari	OC München	42:53 min.

Schüler B (1,3 km / 115 Hm / 6 P.):

1.	Reiß Moritz	SV Mietraching	15:59 min.
2.	Oechler Lukas	OLV Landshut	19:59 min.
3.	Oechler Moritz	OLV Landshut	20:00 min.
5.	Achatz Melissa	SV Mietraching	28:43 min.
6.	Reiß Ludwig	SV Mietraching	29:48 min.
7.	Reiß Johannes	SV Mietraching	31:38 min.
9.	Zimmermann Evi	SV Mietraching	38:43 min.
10.	Zimmermann Heidi	SV Mietraching	38:46 min.
12.	Ringelhäuser Lena	SV Mietraching	58:18 min.
13.	Reiß Korbinian	SV Mietraching	60:04 min.
14.	Reiß Heidi	SV Mietraching	61:52 min.



D-Kader Lehrgang in Bernhardswald 17.-19.03.2017

In diesem Jahr luden Landestrainer Uwe Weid und Landesjugendfachwart Daniel Janischowsky zum Frühjahrslehrgang nach Bernhardswald ein. Nachdem das Training des Kaders im vergangenen Jahr auf zwei Veranstaltungen (je eine für die Schüler bis 14 Jahre und die Jugendlichen ab 15 Jahre) aufgeteilt gewesen war, ließ sich diesmal aufgrund des bereits im Mai stattfindenden Jugend- und Juniorenländervergleichskampfs kein zweiter Termin finden. So hatten sich nicht weniger als 52 Teilnehmer zwischen 10 und 20 Jahren unter die Betreuung von den elf engagierten Trainer und Betreuer gegeben. Kräftiger Dauerregen mit alleine schon am Samstag von 17 Litern pro Quadratmeter und stürmische Windböen stellten dabei alle Beteiligten vor eine harte Probe.

Auf die Läufer wartete bereits am Freitagabend bei leichtem Regen ein Gedächtnis-OL im an die Grundschule Bernhardswald angrenzenden Gelände. Hierbei mussten je nach Alter 14 oder 20 Posten zunächst auf der Karte auswendig gelernt und dann im Dunkeln angelaufen werden - unter erschwerten Bedingungen mit gerade einmal 5x5 cm kleinen Postenschirmen ohne Reflektoren, was besonders die jüngeren Teilnehmer vor eine große Herausforderung stellte, jedoch für die Erfahren kein Problem darstellte.

Der Samstag startete mit einem kurzen Morgenlauf und dem Frühstück. Es folgte das erste Techniktraining des Wochenendes, bei dem Massenstarts geübt wurden. Je nach Alter gab es sechs bis neun Starts mit jeweils anschließender kurzer Runde von zwei bis drei Posten, bei denen es galt, den Beginn eines Staffellorens simulieren und das Ziel der kurzen Bahnen als Erster der jeweiligen Gruppe zu erreichen.

Für eine weitere laufintensive Belastung sorgte die Teilnahme an einem Wettkampf der Regensburger OL-Tour. In Vor-

bereitung auf das nationale OL-Wochenende der OLG Regensburg Ende April wurden dabei einige Funkposten mit Liveauswertungen ausprobiert, so dass die bereits im Ziel befindenden Läufer und Trainer die aktuellen Ergebnisse im Trockenen digital und live mitverfolgen konnten.

Aufgrund des weiterhin anhaltenden Dauerregens wurde der als Tagesabschluss geplante Mikro-OL kurzerhand vom Parkgelände in die Turnhalle verlegt. Hierbei galt es, 20 Posten inklusive Postenbeschreibung von einem Postennetz auf der einen Seite der Halle auf eine Blankokarte auf der anderen Hallenseite zu übertragen, und dazwischen jeweils einen Geräteparcours zu absolvieren.

Trotz des Regens wurde auch am Sonntag der Morgenlauf absolviert. Nach dem Frühstück stand die orientierungstechnische Einheit „Vereinfachen“ auf dem Programm. Zunächst durften sich die Teilnehmer noch in der Halle ihre zu absolvierenden Bahnen ansehen und hatten pro Posten 30 Sekunden Zeit, um sich eine Skizze oder Beschreibung ihrer Route zu erstellen, mit der sie - ohne die eigentliche Karte - im Anschluss ihre Bahn im Gelände ablaufen mussten. Den jüngeren Teilnehmern wurde noch ein Notfallplan mit an die Hand gegeben, um niemanden im Regen bzw. im Wald zu verlieren. Insbesondere diese Trainingseinheit wurde von Teilnehmern wie Trainern als sehr gelungen betrachtet und eine Wiederholung bei den nächsten Lehrgängen in Aussicht gestellt.

Im kommenden Jahr soll der Lehrgang nach Möglichkeit wieder auf die beiden Altersgruppen aufgeteilt werden, soweit die Terminierung des JLVK dies zulässt. Doch auch der zusammengefasste Lehrgang in diesem Jahr war für alle Beteiligten - trotz des denkbar schlechtesten Wetters - eine gelungene Sache.



BRL Mittel in Brandenburg am 01.04.2017

Nur Dirk Hartmann verirrt sich ins entfernte Brandenburg, um das eigene Leistungsniveau abzuchecken. Bei sommerlichen Temperaturen war das Gelände nordwestlich des Spreewaldes feingliedrig, weitläufig und schnell zu belaufen. Unter 29 Startern in der H50 Kategorie landete Dirk mit knappem Rückstand auf Platz drei.

H50 (4,3 km / 55 Hm / 22 Posten):

1.	Michael Finkenstädt	OLV Uslar	24:53 min.
2.	Alexander Lubs	USV TU Dresden	25:51 min.
3.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	27:11 min.

Parkrace in Stephansposching am 06.04.2017



Parkrace und Osternest-Suche für Kinder: dies war das Angebot von Stefan Hötzing an diesem Tag.

Als erstes waren die Kids an der Reihe, die rund um die Schulturnhalle sechs „versteckte“ Osternester unter Zuhilfenahme einer mitgeführten Karte mit den eingezeichneten Standorten finden mussten. Wurden alle Nester gefunden, bekamen die Kinder als Belohnung Ostereier und Süßigkeiten.

Danach wurde es sportlicher, als

die Schüler, Jugendlichen, Erwachsenen und Walker auf ihre Bahnen des Parkraces gingen. Nachdem der Lauf zusätzlich als Oster-OL ausgeschrieben war, gab es mit 79 Startern auch eine hohe Teilnehmerzahl und davon erfreulicherweise alleine 51 Schüler.

Das sehr flache Laufgebiet erstreckte sich auf die nähere Umgebung der Schule und teilweise bis zum Sportplatz nördlich des

Ortes. Die erzielten Zeiten hatten dementsprechend Sprintcharakter, wie es sein soll bei der Lauf-Serie. Auf der 2,5 km langen Bahn mit 15 Posten war wiederum Korbinian Lange am schnellsten. Bei den Damen siegte Hannah Kühne bei ihrem ersten Start in dieser Saison. Bei den Schülern konnte Lara Geiger über 800 Meter mit 10 Posten ihren fünften Sieg beim fünften Start verbuchen. Schnellste bei den Walkern waren Brigitte Fischl und Beate Schedlbauer.

Damen:

- | | | | |
|----|-----------------|----------------|-----------|
| 1. | Kühne Hannah | SV Mietraching | 16:44 min |
| 2. | Lange Maria | SV Mietraching | 17:11 min |
| 3. | Penzkofer Julia | SV Mietraching | 18:34 min |
| 4. | Vogl Karin | SV Mietraching | 20:56 min |
| 6. | Bastian Amelie | SV Mietraching | 25:29 min |
| 8. | Penzkofer Cilli | SV Mietraching | 28:53 min |

Herren:

- | | | | |
|----|-------------------|----------------|-----------|
| 1. | Lange Korbinian | SV Mietraching | 14:17 min |
| 2. | Körner Christoph | OLV Landshut | 15:56 min |
| 3. | Biller Georg jun. | SV Mietraching | 16:44 min |
| 4. | Sarközy Gergely | SV Mietraching | 16:57 min |
| 6. | Vogl Roland | SV Mietraching | 18:29 min |

Jugend:

- | | | | |
|----|-------------------|-----------------|-----------|
| 1. | Bauer Alex | TV Osterhofen | 13:07 min |
| 2. | Engl Veronika | TSV Natternberg | 14:54 min |
| 3. | Fischl Felix | SV Mietraching | 15:26 min |
| 4. | Tannerbauer A.-L. | SV Mietraching | 15:30 min |
| 6. | Reiß Moritz | SV Mietraching | 16:45 min |
| 8. | Mindt Yvonne | SV Mietraching | 19:37 min |

Kids:

- | | | | |
|-----|--------------------|-----------------|-----------|
| 1. | Geiger Lara | SV Mietraching | 7:20 min |
| 2. | Staudinger Andreas | TSV Natternberg | 7:56 min |
| | Steininger Lukas | TSV Natternberg | |
| 8. | Achatz Melissa | SV Mietraching | 9:36 min |
| 11. | Ringhofer Sig | SV Mietraching | 11:29 min |
| 13. | Zimmermann Evi | SV Mietraching | 11:35 min |
| 15. | Reiß Johannes | SV Mietraching | 12:00 min |
| 16. | Ringhofer Ida | SV Mietraching | 12:02 min |
| 19. | Ringhofer Inga | SV Mietraching | 12:24 min |
| 21. | Ringlhäuser Lena | SV Mietraching | 12:45 min |
| 30. | Barczyk Vivian | SV Mietraching | 16:07 min |
| | Barczyk Maluna | SV Mietraching | |
| 33. | Zimmermann Heidi | SV Mietraching | 17:49 min |

Walker:

- | | | | |
|----|-------------------|----------------|-----------|
| 1. | Fischl Brigitte | SV Mietraching | 21:50 min |
| | Schedlbauer Beate | | |
| 3. | Mindt Birgit | SV Mietraching | 21:52 min |

Spartan Race in München am 08.04.2017

Schon lange überlegen einige von uns, an einem Spartan-Race teilzunehmen. Doch bisher scheiterte es immer an den Rennterminen, die mit den OL-Meisterschaften kollidierten. Doch in diesem Jahr fand im April ein Sprint-Spartan-Race im Müncher Olympiapark statt und da sonst keine wichtigen Läufe auf dem Programm standen meldeten sich noch sechs Mietrachinger Orientierer für dieses harte Hindernisrennen an.

Unter 6500 „Spartanern“ rockten sie das Feld. Da man auch nicht genau wusste, welche Hindernisse vom Veranstalter aufgebaut wurden, waren die Neulinge in dieser Disziplin in den Vorbereitungen etwas nachlässig. Man wusste, dass man 30 Burpees machen musste, wenn man ein Hindernis nicht schafft, doch dass es am Ende so viele werden würden hatte sich keiner vorstellen können.



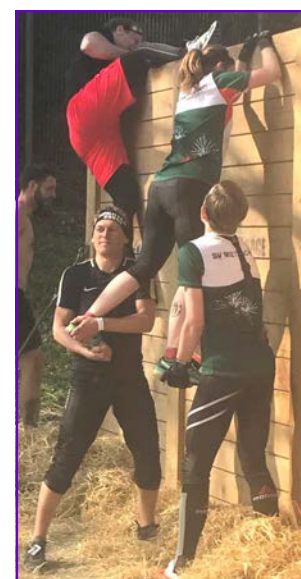
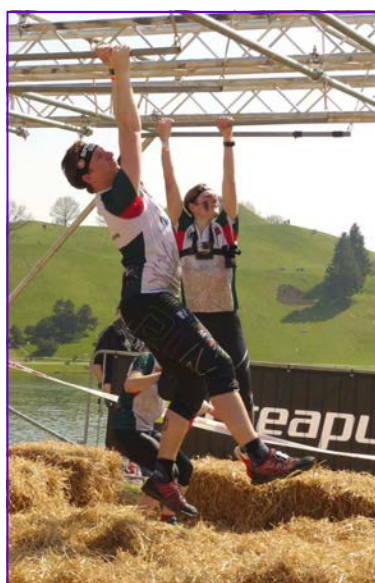
Mit einem neuen Teilnehmerrekord endete dann auch am Samstagnachmittag die vierte Auflage des Reebok Spartan Race in München. Mit dem lautstarken, spartanischen Schlachtruf !AROO!“ verwandelten 6.500 Spartanerinnen und Spartaner bei perfekten Laufbedingungen den Olympiapark in ein riesiges Racing-Spektakel.

Im Jahr vier nach der Münchner Premiere wartete ein zweitätiges Event der Superlative auf die immer wachsende Teilnehmerzahl.

Die besten Spartaner des Reebok Spartan Race München qualifizierten sich für die Europameisterschaften in Encamp / Andorra und für die Wettkämpfe im amerikanischen Lake Tahoe.

Bei den Frauen lief die Ukrainerin Ekateryna Serbeniuk (1:01:01 Std.) einen ungefährdeten Sieg ein. Bei den Männern machten erneut die deutschen Spartaner den Sieg unter sich aus. In einem spannenden Rennen hatte Charles Franzke (44:10 Min.) am Ende die Nase vorn.

Hiervon waren die Mietrachinger Maria, Korbinian, Sebastian und Peter Lange sowie Julia Penzkofer und Georg Biller jun. weit entfernt. Doch für sie galt es einfach den sechs Kilometer langen Kurs mit den 20 Hindernissen zu schaffen. Sie alle starteten als Team in den offenen Kategorien und durften sich bei manchen Stationen gegenseitig Hilfestellung geben, ohne die das Überwinden von meterhohen Wänden oft auch nicht möglich gewesen wäre. Die Kombination aus Ausdauer, Kraft und Konzentration forderte alle Teilnehmer bis ans Limit. Am Ende gab es den Feuersprung ins Ziel und der erste Spartan-Race war geschafft. **Nach 2:06.45 Stunden war das SVM-Team im Ziel!**



Easter 4 in Slowenien 14.-17.04.2017

Karin und Roland sind schon seit Jahren an Ostern in Slowenien unterwegs, um hier Kondition und O-Technik für die kommende Saison zu sammeln - und natürlich um die Sonne und den guten Wein zu genießen. In diesem Jahr wurden sie von Fam. Lange begleitet.

Am ersten Tag gab es am späten Nachmittag einen Stadtsprint in der Hafenstadt Koper. Nach dem obligatorischen Hafenpromenadenspaziergang, einer kleinen Stadtbesichtigung, gutem Essen und dem sehr guten Eisbecher waren wir alle eigentlich reif für die Couch und nicht für Hochgeschwindigkeit in einer schönen Altstadt. Doch bei traumhaftem Wetter und besten Laufbedingungen machte

es allen großen Spaß. Julia konnte sogar den Tagessieg erringen und alle anderen kamen unter die Top-Ten. Die zweite Etappe begann mit Dauerregen und sehr kühlen Temperaturen. Alles was an warmer Kleidung mitgenommen wurde fand Verwendung. Das gute: von unserer Unterkunft zur Zielwiese waren es nur wenige Fahrminuten. Schon bis zum Start war man nass bis auf die Haut und im sehr schwierigen mit vielen kleinen und großen Senken versehenen Gelände war bei den Lichtverhältnissen das Orientieren doppelt schwer. Zum Ende hin begann es auch noch heftig zu gewittern und der Donner folgte den Blitzen unmittelbar. Das gute: man wurde automatisch schneller.

Über Nacht hatte sich das schlechte Wetter verzogen und bei Sonnenschein wurde die dritte Etappe wieder in Podgrad ausgetragen. Die Schwierigkeiten wurden aber nicht weniger, nur weil man in annähernd selbem Gelände lief. Das genaue Kartenlesen war unabdingbar für ein Durchkommen ohne Fehlstempel und gute Zeiten. Die letzte Etappe startete auf einem Plateau hoch über Skolj. Das Gelände schien offen und einfach zu sein, doch schon auf dem Weg zu den ersten Posten merkte man, dass alle Büsche, Dickichte und Geländedeformationen schwer zuzuordnen waren. Nicht jeder kam hier fehlerfrei durch. Und Sprintcharakter hatte dieser Lauf wegen der Länge der Strecken, nicht wegen der Laufzeiten.



**Damen 21 Elite:**

1.	Vanessa Round	SUI	18:53	36:36	73:25	51:06	180:00 min
2.	Seline Stalder	SUI	18:07	43:23	79:39	51:56	193:05 min
3.	Linnea Gustafsson	SWE	18:15	40:16	80:47	56:14	195:32 min
6.	Maria Lange	GER	19:54	50:46	93:40	61:10	225:30 min

Damen 21 B:

1.	Julia Penzkofer	GER	16:33	51:45	98:59	53:24	220:41 min
2.	Petra Lange	GER	20:37	60:05	93:38	77:37	251:57 min
3.	Karin Bianchi	AUT	22:09	73:25	99:11	65:11	259:56 min
	Karin Vogl	GER	19:01	49:26	Fehlst	61:48	

Herren 20:

1.	Nicolas Kastner	AUT	14:06	36:01	60:33	37:53	148:33 min
2.	Sandro Schmid	SUI	14:16	34:08	59:07	47:17	154:48 min
3.	Georg Groell	AUT	14:52	32:17	63:25	48:04	158:38 min
7.	Korbinian Lange	GER	15:44	49:56	79:07	58:21	203:08 min

Herren 21 B:

1.	Martin Nilsson	SWE	11:26	31:26	46:01	50:42	139:35 min
2.	Jonas Rinnbäck	SWE	11:59	36:07	59:02	38:31	145:39 min
3.	Roland Vogl	GER	13:49	54:54	57:18	44:31	170:32 min
4.	Georg Biller jun.	GER	12:41	55:25	63:15	44:21	175:42 min

Herren 60:

1.	Hansruedi Kohler	SUI	13:35	31:42	50:59	34:49	131:05 min
2.	Sönke Bandixen	SUI	15:29	35:15	50:51	37:52	139:27 min
3.	Jonny Nilsson	SWE	21:33	41:57	63:38	43:54	171:02 min
	Peter Lange	GER	22:59	Fehlst.	91:39	75:33	

Bundesranglistenlauf Mitteldistanz in Regensburg am 29.04.2017

Als Vorprogramm zur anstehenden Deutschen Sprintmeisterschaft wurden am Samstag noch Läufe über die Mitteldistanz auf der Karte „Lindenhof“ ausgetragen. Schmuddelwetter und sehr kühle Temperaturen machten dem April nochmals alle Ehre. Bahnleger Korbinian Lehner hatte anspruchsvolle Bahnen präsentiert. Viele Felsen und Steine machten feines Orientieren nötig. Der Dauerregen zog dann zum Beginn des Starts ab, doch Wald und Zielwiese triffen vor Nässe. Der SV Mietraching konnte zum Auftakt der nationalen Läufe noch nicht mit Top-Ergebnissen glänzen und vor allem der Nachwuchs musste sich erst einmal an das hohe Leistungsniveau in Deutschland herantasten.

Damen Elite (4,9 km / 190 Hm / 20 P.):

1.	Birte Friedrichs	MTV Seesen	41:28 min
2.	Paula Starke	USV TU Dresden	41:49 min
3.	Ellen Klüser	USV TU Dresden	41:57 min
25.	Helena Bastian	SV Mietraching	51:35 min
37.	Hannah Kühne	SV Mietraching	56:09 min

Herren Elite:

1.	Bjarne Friedrichs	MTV Seesen	38:59 min
2.	Sören Lösch	USV Jena	39:23 min
3.	Matthias Kretzschmar	Post SV Dresden	39:30 min
51.	Girts Leontjevs	SV Mietraching	62:21 min

Damen 12 (1,8 km / 60 Hm / 10 P.):

1.	Anna Kästner	TV Oberbexbach	18:43 min
2.	Annkathrin Knoll	Bielefelder TG	18:53 min
3.	Andrina Hotz	OL Zimmerberg	19:16 min
11.	Lara Geiger	SV Mietraching	24:53 min

Damen 14 (2,3 km / 85 Hm / 10 P.):

1.	Anna Castilho Marcao	SV Diekholzen	24:29 min
2.	Nora Schüller	Gundelfinger TG	25:18 min
3.	Lisa Kästner	TV Oberbexbach	25:20 min
20.	Yvonne Mindt	SV Mietraching	37:18 min
	Anna-Lena Tannerbauer	SV Mietraching	Fehlst.

Damen 18 (3,4 km / 125 Hm / 14 P.):

1.	Hannah Hänsel	SV Lengefeld	28:23 min
2.	Johanna Parascandola	USV TU Dresden	36:39 min
3.	Pia Buchholz	MTK Bad Harzburg	36:51 min
18.	Amelie Bastian	SV Mietraching	63:18 min

Damen 19 A (3,2 km / 140 Hm / 13 P.):

1.	Leonie von Jagow	USV TU Dresden	32:46 min
2.	Maria Lange	SV Mietraching	33:46 min
3.	Paula Mühlstein	OSC Kassel	36:18 min
7.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	39:43 min
23.	Karin Vogl	SV Mietraching	52:10 min



Damen 40 (3,2 km / 90 Hm / 15 P.):

1.	Rgula Bernhard	OL Zimmerberg	30:32 min
2.	Brit Horst	SC Königstein	31:18 min
3.	Kristin Hagen-Ritzenthaler	TSV Jetzendorf	32:06 min
9.	Jana Faltejsková	SV Mietraching	36:24 min

Damen 50 (2,5 km / 75 Hm / 10 P.):

1.	Anke Müller	Post SV Dresden	24:40 min
2.	Priska Ringli	OLG Schaffhausen	25:13 min
3.	Heidrun Finke	OLV Uslar	25:34 min
12.	Petra Lange	SV Mietraching	31:01 min

Herren 14 (2,3 km / 85 Hm / 10 P.):

1.	Konstantin Kunckel	USV TU Dresden	16:03 min
2.	Theo Hennseler	MTV Seesen	18:55 min
3.	Malte Borrmann	OL Görlitz	21:11 min
21.	Maximilian Kilger	SV Mietraching	32:18 min

Herren 20 (5,0 km / 185 Hm / 20 P.):

1.	Ole Hennseler	MTV Seesen	34:50 min
2.	Veit Slodowski	USV Jena	34:58 min
3.	Erik Döhler	TuS Karlsruhe-Rüppurr	35:36 min
6.	Korbinian Lange	SV Mietraching	38:59 min

Herren 21 A (4,9 km / 190 Hm / 20 P.):

1.	Fabian Ringli	OLG Schaffhausen	34:22 min
2.	Pascal Haas	OLG Schaffhausen	37:53 min
3.	Dominik Haas	OLG Schaffhausen	45:38 min
10.	Georg Biller jun.	SV Mietraching	54:12 min

Herren 40 (4,6 km / 170 Hm / 18 P.):

1.	Georg Wittberger	FSPV Erste Bank	37:20 min
2.	Michael Löhning	USV TU Dresden	38:37 min
3.	Björn Stieler	TuS Karlsruhe-Rüppurr	38:41 min
9.	Lukas Faltejssek	SV Mietraching	44:17 min

Herren 45 (4,4 km / 140 Hm / 18 P.):

1.	Stefano Maddalena	Piano du Magadino	32:02 min
2.	Nikolay Tikhonov	Omega Russia	32:58 min
3.	Rolf Breckle	Bielefelder TG	37:25 min
16.	Roland Vogl	SV Mietraching	42:52 min

Herren 55 (3,3 km / 105 Hm / 15 P.):

1.	Michael Thierolf	TSG Bad König	28:24 min
2.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	30:18 min
3.	Jens Leibiger	Post SV Dresden	30:23 min

Herren 60 (2,5 km / 90 Hm / 12 P.):

1.	Mario Ammann	TV Zizenhausen	23:05 min
2.	Helmut Blumenstein	OSC Kassel	26:07 min
3.	Bernd Döhler	TuS Karlsruhe-Rüppurr	26:10 min
19.	Peter Lange	SV Mietraching	35:43 min



Direkt Kurz Leicht (2,0 km / 0 Hm / 11 P.):

1.	Tim Attinger	OL Zimmerberg	20:29 min
2.	Birgit Mindt	SV Mietraching	25:10 min
3.	Adrea Fiedler-Wolf	OLV Potsdam	26:35 min

Deutsche Meisterschaft Sprint in Regensburg am 30.04.2017

Der Höhepunkt des Regensburger XXL-OL-Wochenendes war die DM Sprint am Sonntag. Vor allem dieser Stadtsprint wird vielen noch in Erinnerung bleiben. Vor der imposanten Domkulisse in den Gassen der Altstadt sorgten hauchdünne Entscheidungen für einen spannenden Wettkampf. Mit zehn Minuten Verspätung ging es schon um 9 Uhr am Sonntagmorgen

los zu den Titelkämpfen. Mit dem Warmlaufbereich auf der einen und dem Vorstart auf der anderen Donauseite (Weg über den Eisernen Steg) war der Ausblick auf das Weltkulturerbe mit Dom und Steinerne Brücke bereits ein erstes Highlight. Freilich hatte man während des Laufes kaum Zeit, die Kulisse zu betrachten. Wie schon im

Vorjahr in Seesen sorgten künstliche Straßensperrungen für zusätzliche Routenwahlen. In den engen Gassen war dann aber vor allem hohes Tempo gefragt. Die Elitestrecken passierten nach etwas mehr als der Hälfte den Zuschauer-raum am Neupfarrplatz, um die Karte zu wechseln.

**Herren Elite (4,2 km / 25 Hm / 17 P.):**

1.	Veit Slodowski	USV Jena	15:05 min
2.	Christoph Prunsche	TuS Lübbecke	15:20 min
3.	Immanuel Berger	Gundelfinger TS	15:49 min
32.	Korbinian Lange	SV Mietraching	18:50 min
57.	Georg Biller jun.	SV Mietraching	21:51 min
63.	Girts Leontjevs	SV Mietraching	22:41 min

Damen Elite (3,3 km / 20 Hm / 14 P.):

1.	Leonore Winkler	USV Jena	14:37 min
2.	Mareike Seeger	OLG Regensburg	14:44 min
3.	Farina Freigang	Bielefelder TG	14:49 min
17.	Maria Lange	SV Mietraching	16:19 min
24.	Hannah Kühne	SV Mietraching	17:29 min
27.	Anna Biller	SV Mietraching	17:47 min
30.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	17:55 min
32.	Helena Bastian	SV Mietraching	18:16 min

Damen 14 (2,4 km / 15 Hm / 10 P.):

1.	Josephine Müller	USV TU Dresden	11:44 min
2.	Anna Castilho Marcao	SV Diekholzen	11:55 min
3.	Marit Wersin	TGM Budenheim	12:00 min
23.	Anna-Lena Tannerbauer	SV Mietraching	16:22 min
27.	Yvonne Mindt	SV Mietraching	16:49 min
39.	Lara Geiger	SV Mietraching	20:44 min

Damen 18 (3,3 km / 20 Hm / 13 P.):

1.	Ann-Charlotte Spangenberg	TG 1860 München	14:41 min
2.	Ellen Klüser	USV TU Dresden	15:09 min
3.	Hannah Hänsel	SV Lengefeld	15:15 min
35.	Amelie Bastian	SV Mietraching	21:11 min

Damen 35 (2,6 km / 15 Hm / 12 P.):

1.	Hanka Straube	SV Lengefeld	11:57 min
2.	Caroline Hoffmann	Ski-Club Helsa	13:03 min
3.	Kristin Hagen-Ritzenthaler	TSV Jetzendorf	13:19 min
16.	Jana Faltejsová	SV Mietraching	15:16 min

Damen 45 (2,5 km / 10 Hm / 10 P.):

1.	Daniela Zschäckel	Alex Berlin	12:35 min
2.	Cornelia Eckardt	USV TU Dresden	12:40 min
3.	Christina Holfeld	USV TU Dresden	12:59 min
22.	Karin Vogl	SV Mietraching	15:36 min
25.	Petra Lange	SV Mietraching	16:07 min

Herren 14 (2,9 km / 15 Hm / 12 P.):

1.	Anton Knoll	Bielefelder TG	12:43 min
2.	Marek Pompe	SV Robotron Dresden	12:44 min
3.	Konrad Stamer	Preetzer TSV	12:47 min
31.	Maximilian Kilger	SV Mietraching	19:37 min

Herren 35 (3,7 km / 20 Hm / 14 P.):

1.	Ingo Horst	SC Königstein	14:50 min
2.	Christoph Freudenfeld	TSV Worpsswede	15:07 min
3.	Hannes Heidrich	SV Robotron Dresden	15:28 min
21.	Lukas Faltejsek	SV Mietraching	18:38 min



Herren 45 (3,4 km / 20 Hm / 12 P.):

1.	Sascha Dammeier	SV Wannweil	14:42 min
2.	Raik Zschäckel	Alex Berlin	14:55 min
3.	Michael Finkenstädt	OLV Uslar	14:58 min
	Roland Vogl	Fehlst.	

Herren 55 (2,9 km / 15 Hm / 11 P.):

1.	Michael Thierolf	TSG Bad König	11:59 min
2.	Matthias Müller	Post SV Dresden	12:44 min
3.	Horst von Gaza	OLV Uslar	12:52 min
6.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	13:40 min
42.	Peter Lange	SV Mietraching	20:29 min

Direkt Mittel Schwer (1,9 km / 5 Hm / 10 P.):

1.	Philipp Powik	Mark Brandenburg	10:10 min
2.	Tim Attinger	OL Zimmerberg	11:29 min
3.	Jan Bouwman	Kölner OL-Team	12:27 min
21.	Birgit Mindt	SV Mietraching	16:05 min



Sprintstaffel in Regensburg am 30.04.2017

Nach der Sprintmeisterschaft war Pause in der Stadt angesagt. Unter wolkenlosem Himmel und bei 20 Grad in der Sonne räkelt sich die Wettkämpfer auf dem Domplatz und versuchten trotz Regeneration die Spannung für die anstehende Sprintstaffel am Nachmittag aufrecht zu erhalten. Das neue Format soll die Attraktivität des Stadt-Sprints weiter steigern und noch mehr Kopf-an-Kopf-Duelle herstellen. Mit dem Massenstart mitten auf dem zentral gelegenen Platz, Sichtstrecke und Wechselzone verwandelte sich die Regensburger Innenstadt für zwei Stunden in eine OL-Hochburg. Zudem sorgte das neue, berührungslose Stempelsystem für nahezu keine Laufunterbrechungen mehr. Was aber am frühen Morgen noch kein Problem war, wurde dann schnell zum Slalomlauf: Touristen, Regensburger und Neugierige kamen in die Stadt, um den gut inszenierten Wettkampf zu verfolgen.

Elite Staffeln (D-H-H-D):

1.	MTV Seesen 1	1:06.48 Std.	Birte Friedrichs (15:52); Ole Hennseler (17:39); Erik Döhler (16:58); Ann-Charlotte Spangenberg (16:19)
2.	USV TU Dresden 1	1:09:08 Std.	Theresa Flechsig (16:02); Wieland Kundisch (18:46); Florian Flechsig (17:44); Paula Starke (16:26)
3.	USV TU Dresden 2	1:10:29 Std.	Patricia Nieke (15:49); Karsten Leideck (18:31); Wilhelm Holfeld (19:23); Ellen Klüser (16:46)
11.	SV Mietraching 1	1:19:15 Std.	Helena Bastian (19:15); Korbinian Lange (19:37); Girts Leontjevs (22:27); Maria Lange (17:56)
22.	SV Mietraching 2	1:28:30 Std.	Julia Penzkofer (19:06); Georg Biller jun. (22:36); Lukas Faltejsek (28:14); Hannah Kühne (18:34)
	SV Mietraching 3	Fehlst.	Anna Biller (17:42); Jana Faltejskova (29:05); Roland Vogl (26:08); Amelie Bastian (Fehlst.)

Jugend Staffeln (D-H-H-D):

1. MTV Seesen 1 1:03:14 Std.
Anna Castillo Marcao (16:07); Theo Hennseler (16:14); Anton Knoll (15:15); Lina Buchberger (15:38)
2. OLG Regensburg 1 1:03:40 Std.
Ines Schikora (15:51); Konstantin Kraus (15:30); Benedikt Lehner (15:36); Katrin Hertel (16:43)
3. USV Jena 1 1:05:08 Std.
Johanna Strobel (?); Nico Pohlmann (?); Till Geiler (14:26); Lene-Dorothea Notni (16:41)
14. SV Mietraching 1 1:46:43 Std.
Anna-Lena Tannerbauer (22:55); Lara Geiger (39:19); Maximilian Kilger (22:27); Yvonne Mindt (22:02)

Rahmen-Staffeln:

1. TuS Lübbecke 1 42:40 min.
Sören Riechers (16:00); Christoph Prunsche (11:23); Colin Kolbe (15:17)
2. TSV Wörpswede 1 46:30 min.
Kilian Lilje (17:20); Christoph Freudenfeld (12:14); Jan Felix Topp (16:56)
3. OSC Hamburg 1 49:10 min.
Christian Stamer (19:29); Michael Finkenstädt (12:30); Paul Lützkendorf (17:11)
60. SV Mietraching 1 81:50 min.
Karin Vogl (25:48); Peter Lange (21:09); Birgit Mindt (34:53)





Bundesranglistenlauf Langdistanz in Nittendorf am 01.05.2017

Abgerundet wurde das lange OL-Wochenende von einem Langdistanz-BRL im Penkertal in Nittendorf. Tolles Wetter, tolle Stimmung und laufintensive Bahnen bildeten das Rahmenprogramm. Für Mietrachings Oler zeigte sich aber, dass im Hinblick auf die OL-Saison 2017 noch viele Trainingseinheiten absolviert werden müssen, um an Deutschlands Spitze heranrücken zu können.

Damen Elite (8,7 km / 390 Hm / 17 P.):

1.	Paula Starke	USV TU Dresden	70:19 min
2.	Sara Würmli	OL Zimmerberg	72:47 min
3.	Kerstin Uiboupin	USV TU Dresden	75:12 min
12.	Hannah Kühne	SV Mietraching	81:07 min
30.	Helena Bastian	SV Mietraching	104:01 min

Herren Elite (13,1 km / 495 Hm / 28 P.):

1.	Sören Lösch	USV Jena	78:11 min
2.	Philipp Müller	Post SV Dresden	78:49 min
3.	Wieland Kundisch	USV TU Dresden	80:35 min
43.	Girts Leontjevs	SV Mietraching	126:25 min

Damen 12:

1.	Marlene Fritz	OL Team Filder	19:25 min
2.	Fabienne Könekampf	Niederjosbach	20:03 min
3.	Louisa Kollenbach	Ski-Club Helsa	20:33 min
8.	Lara Geiger	SV Mietraching	22:28 min

Damen 14 (3,4 km / 130 Hm / 11 P.):

1.	Luise Steinert	SV Lengefeld	28:14 min
2.	Anna Blaschke	OSC Kassel	33:36 min
3.	Pina Mauch	Berliner Turnerschaft	35:43 min
18.	Anna-Lena Tannerbauer	SV Mietraching	50:41 min
24.	Yvonne Mindt	SV Mietraching	60:42 min



Damen 18 (5,9 km / 240 Hm / 15 P.):

1.	Hannah Hänzel	SV Lengefeld	55:13 min
2.	Johanna Parascandola	USV TU Dresden	67:00 min
3.	Irina Mayer	OLG Schaffhausen	69:12 min
6.	Amelie Bastian	SV Mietraching	72:20 min

Damen 19 AK (3,7 km / 135 Hm / 10 P.):

1.	Maria Lange	SV Mietraching	30:54 min
2.	Ladina Feucht	OLG Schaffhausen	38:09 min
3.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	39:23 min
21.	Karin Vogl	SV Mietraching	53:12 min

Damen 40 (5,3 km / 205 Hm / 15 P.):

1.	Regula Bernhard	OL Zimmerberg	45:22 min
2.	Caia Maddalena	Piano di Magadino	46:08 min
3.	Brit Horst	SC Königstein	48:01 min
5.	Jana Faltejskova	SV Mietraching	54:49 min

Damen 50 (3,8 km / 170 Hm / 11 P.):

1.	Priska Ringli	OLG Schaffhausen	35:09 min
2.	Anke Müller	Post SV Dresden	37:46 min
3.	Kerstin Hellmann	USV TU Dresden	37:56 min
12.	Petra Lange	SV Mietraching	45:11 min

Herren 14 (4,0 km / 155 Hm / 11 P.):

1.	Konrad Stamer	Preetzer TSV	26:42 min
2.	Konstantin Kunckel	USV TU Dresden	27:59 min
3.	Theo Hennseler	MTV Seesen	29:56 min
17.	Maximilian Kilger	SV Mietraching	47:27 min

Herren 20 (10,8 km / 460 Hm / 22 P.):

1.	Veit Slodowski	USV Jena	68:44 min
2.	Erik Döhler	TuS Karlsruhe-Rüppurr	68:47 min
3.	Ole Hennseler	MTV Seesen	72:31 min
8.	Korbinian Lange	SV Mietraching	88:41 min

Herren 21 AK (5,3 km / 205 Hm / 15 P.):

1.	Paul Lützkendorf	OSC Hamburg	33:33 min
2.	Dominik Lapornik	HSV Großmittel	36:48 min
3.	Tomi Kääriäinen	USV TU Dresden	39:50 min
9.	Roland Vogl	SV Mietraching	46:05 min
15.	Georg Biller jun.	SV Mietraching	54:23 min

Herren 40 (8,0 km / 380 Hm / 19 P.):

1.	Christoph Freudenfeld	TSV Worpswede	62:57 min
2.	Raik Zschäckel	Alex Berlin	66:17 min
3.	Thies Knoll	Bielefelder TG	67:35 min
12.	Lukas Faltejssek	SV Mietraching	86:13 min

Herren 55 (5,0 km / 215 Hm / 14 P.):

1.	Michael Thierolf	TSG Bad König	37:06 min
2.	Alois Achermann	OLK Piz Hasi	40:27 min
3.	Jens Leibiger	Post SV Dresden	41:50 min
7.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	44:57 min



Herren 60 (4,9 km / 205 Hm / 14 P.):

1.	Mario Ammann	Zizenhausen	38:37 min
2.	Helmut Blumenstein	OSC Kassel	42:13 min
3.	Diethard Kundisch	USV TU Dresden	45:06 min
17.	Peter Lange	SV Mietraching	63:53 min



Parkrace in Plattling am 04.05.2017

Der Massenstart zu diesem Lauf erfolgte auf dem Magdalenenplatz in Plattling. Organisator Stefan Hötzing vom TSV Natternberg hatte einen Postennetz-OL vorbereitet, bei dem jeder Teilnehmer seine vorgegebenen Posten in beliebiger Reihenfolge anlaufen und quittieren konnte.

Die Schüler hatten acht, die Jugendlichen sowie Walker zwölf und die Erwachsenen 16 Posten auf ihren OL-Karten verzeichnet, wobei aber jeder zwei seiner Posten weglassen durfte.

Deshalb waren auch alle Läufer rasch wieder im Ziel.

Damen:

1.	Drese Evi	OLV Uslar	15:19 min.
2.	Liebl Gertrud	TV Osterhofen	15:47 min
3.	Vogl Karin	SV Mietraching	18:01 min
5.	Bastian Amelie	SV Mietraching	21:11 min

Herren:

1.	Lange Korbinian	SV Mietraching	10:04 min
2.	Körner Christoph	OLV Landshut	10:55 min
3.	Biller Georg jun.	SV Mietraching	11:44 min
5.	Vogl Roland	SV Mietraching	13:41 min
8.	Rempe Walter	SV Mietraching	21:12 min

Jugend:

1.	Engl Veronika	TSV Natternberg	11:33 min
2.	Fischl Felix	SV Mietraching	14:15 min
3.	Tannerbauer Anna-Lena	SV Mietraching	14:17 min
5.	Streicher Laura	SV Mietraching	14:32 min
7.	Mindt Yvonne	SV Mietraching	14:56 min

Kids:

1.	Geiger Lara	SV Mietraching	4:10 min
2.	Bastian Max	SV Mietraching	4:11 min
3.	Hötzing Michael	TSV Natternberg	7:29 min
4.	Ringhofer Sig	SV Mietraching	8:40 min
5.	Streicher Jonas	SV Mietraching	8:43 min
6.	Ringelhäuser Lena	SV Mietraching	8:52 min
7.	Zimmermann Evi	SV Mietraching	8:54 min
8.	Zimmermann Heidi	SV Mietraching	9:04 min

Walker:

1.	Körner Walter	LV Deggendorf	15:33 min
2.	Mindt Birgit	SV Mietraching	16:10 min
3.	Fischl Brigitte	SV Mietraching	18:22 min
	Schedlbauer Beate		

DM Mittel in Dippoldiswalde am 06.05.2017

In der Dippoldiswalder Heide wurden die Deutschen Meister über die Mitteldistanz gesucht. Beim nationalen Wochenende 20 km südlich von Dresden habe sich mehr als 700 Teilnehmer eingefunden. Darunter auch ein Mietracher Läufer - Dirk Hartmann.

Während über die Lang- und Ultralangdistanz die Kondition der entscheidende Faktor ist, so spielt beim Sprint in der Regel die Schnelligkeit und die schnelle Entscheidungsfindung eine wesentliche Rolle. Die Mitteldistanz fordert hingegen als Zwischenform beim richtigen Gelände und einer entsprechenden Bahnlegung genau den Mix aus konditionellen und technischen Fähigkeiten, welche einen gut ausgebildeten Orientierungsläufer wie Dirk auszeichnet.

Herren 55 (2.975 km / 45 Hm / 12 P.):

1.	Spengler Andreas	ESV Lok Dessau	18:25 min
2.	Thierolf Michael	TSG Bad König	19:03 min
3.	Hartmann Dirk	SV Mietraching	20:35 min



Schul-OL am Robert-Koch-Gymnasium am 08.05.2017



Schon seit vielen Jahren werden Schul-OLs vom SV Mietraching organisiert. Eine Schule, die von Anfang an dabei ist, ist das Robert-Koch-Gymnasium in Deggen-dorf. Dass diese Events aber zustande kommen, werden immer wieder Helfer ge-braucht. Unter der Leitung von Petra Lange engagieren sich Erwachsene und Schü-ler, die selbst nicht mehr laufen, da nur 5. und 6. Klassen daran teilnehmen dürfen.



BM Staffel in Coburg am 13.05.2017

Yvonne Mindt und Anna-Lena Tannerbauer hol- den GOLD!

Zur diesjährigen Bayerischen Staffelmeisterschaft reisten auch wieder einige Mietrachinger Orientierer nach Coburg zum Schloss Callenberg, wo zahlreiche Höhenmeter auf die rund 170 Teilnehmer aus Bayern und Thüringen warteten.

Da zu dieser Zeit viele Stammläufer des SV Mietraching verletzt waren, reiste nur eine kleine Gruppe an.

Herausragend war aber hier der Sieg der Mietrachinger D-14 Staffel, wo sich Anna-Lena Tannerbauer und Yvonne Mindt knapp vor ihre Konkurrentinnen setzen konnten. Mit einer durchwegs soliden Laufleistung sicherten sich die beiden ihr erstes Team-Gold.

Alle Landkreismedaillen - außer die Goldmedaille der H45 Läufer der TV Osterhofen - gingen an den SV Mietraching:

In der Damen-Elite freuten sich Julia Penzkofer und Maria Lange über die Silbermedaille. Genauso wie das Damen-45 Team mit Karin Vogl und Petra Lange, die nur knapp hinter Regensburg auf dem Silberrang landeten.

Sehr unglücklich lief es für die Mietrachinger H-14 Staffel: Felix Fischl und Maximilian Kilger hatten nach vier Runden nur vier Sekunden Rückstand auf Platz drei.

In den Rahmenkategorien konnten sich ebenfalls Läufer aus Mietraching in Szene setzen. Bei den Schülerinnen D-12 schafften Lara Geiger und Laura Faltejsková einen hervorragenden 2. Platz, genauso wie ihre Vereinskameraden Brigitte Fischl und Tobias Faltejssek, die in der Anfänger-Kategorie ebenfalls Platz zwei für sich verbuchen konnten.



Damen 14:

1.	SV Mietraching	1:40:35 Std.
	Anna-Lena Tannerbauer	(33:29 / 20:35)
	Yvonne Mindt	(24:17 / 22:14)
2.	TV Coburg-Neuses	1:42:46 Std.
	Klara Holzhaus	(33:32 / 21:27)
	Antonia Jacobi	(25:16 / 22:31)
3.	OLG Regensburg	1:54:32 Std.
	Katharina Kraus	(29:28 / 19:51)
	Ingrid Indola	(38:45 / 26:28)

Damen 19 Elite:

1.	TSV Jetzendorf	1:17:59 Std.
	Kayla Ritzenthaler	(21:42 / 16:44)
	Katrin Lorenz-Baath	(24:26 / 15:07)
2.	SV Mietraching	1:19:25 Std.
	Julia Penzkofer	(25:09 / 17:17)
	Maria Lange	(21:34 / 15:25)
3.	OLG Regensburg	1:22:40 Std.
	Emily Ungermann	(24:04 / 16:52)
	Linda Indola	(23:14 / 18:30)



Damen 45:

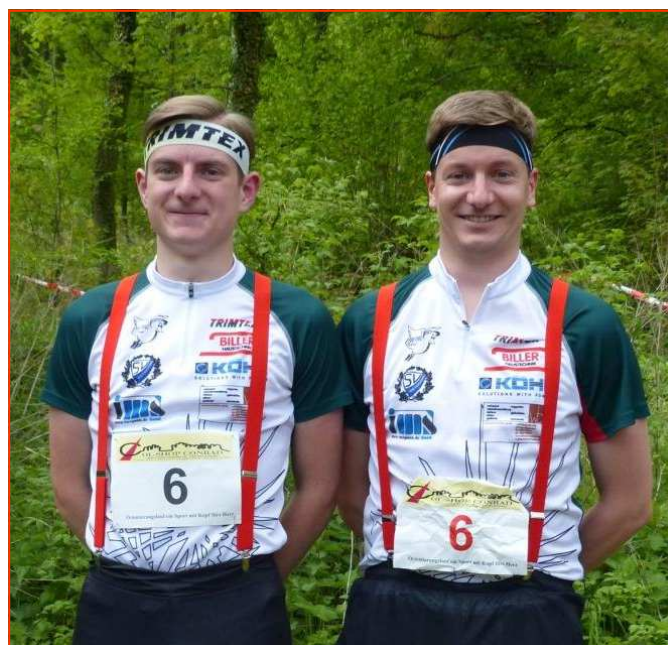
- | | | |
|----|-----------------|-----------------|
| 1. | OLG Regensburg | 1:17:54 Std. |
| | Petra Weber | (22:02 / 20:13) |
| | Milena Grifoni | (18:40 / 16:59) |
| 2. | SV Mietraching | 1:20:38 Std. |
| | Karin Vogl | (20:34 / 18:59) |
| | Petra Lange | (21:24 / 19:41) |
| 3. | OLV Landshut | 1:27:00 Std. |
| | Andrea Schultze | (22:57 / 25:27) |
| | Jana Ropertz | (19:55 / 18:41) |

**Herren 14:**

- | | | |
|----|-------------------|-----------------|
| 1. | TSV Jetzendorf | 1:04:34 Std. |
| | Leo Ritzenthaler | (17:19 / 16:28) |
| | Ole Magnus Baath | (17:13 / 13:34) |
| 2. | OLG Regensburg | 1:15:13 Std. |
| | Yannik Lieblich | (17:51 / 20:50) |
| | Luis Lang | (21:41 / 14:51) |
| 3. | TV Coburg Neuses | 1:20:44 Std. |
| | Daniel Cionoiu | (17:43 / 14:22) |
| | Anton Tatzel | (22:42 / 25:57) |
| 4. | SV Mietraching | 1:20:48 Std. |
| | Felix Fischl | (24:51 / 16:27) |
| | Maximilian Kilger | (19:42 / 19:48) |

Herren 19 Elite:

- | | | |
|----|----------------------|-----------------|
| 1. | OLG Regensburg | 1:21:01 Std. |
| | Philipp Schwarck | (19:46 / 19:11) |
| | Julian Nürnberger | (19:29 / 22:35) |
| 2. | OLG Regensburg | 1:23:56 Std. |
| | Valtteri Kolehmainen | (21:11 / 22:31) |
| | Lukas Janischowsky | (19:58 / 20:16) |
| 3. | TV Coburg Neuses | 1:24:02 Std. |
| | Fabian Scheler | (21:01 / 21:27) |
| | Sebastian Vetter | (21:17 / 20:17) |
| 4. | SV Mietraching | 1:32:41 Std. |
| | Georg Biller jun. | (25:50 / 26:40) |
| | Korbinian Lange | (20:27 / 19:44) |



Herren 35:

- | | | |
|----|-----------------|-----------------|
| 1. | OLV Landshut | 1:30:23 Std. |
| | Ralph Körner | (23:49 / 22:35) |
| | Uwe Weid | (22:37 / 21:22) |
| 2. | OC München | 1:32:44 Std. |
| | Peter Weinig | (24:26 / 25:31) |
| | Ronny Natho | (23:27 / 19:20) |
| 3. | MTV Bamberg | 1:36:04 Std. |
| | Vaclav Badura | (24:27 / 20:32) |
| | Andreas Selz | (23:44 / 27:21) |
| 5. | SV Mietraching | 1:51:14 Std. |
| | Lukas Faltejsek | (29:36 / 33:03) |

**Damen 12:**

- | | | |
|----|-------------------|------------|
| 1. | TSV Jetzendorf | 42:20 min. |
| | Lena Baath | 19:55 |
| | Conny Holtz | 22:25 |
| 2. | SV Mietraching | 43:16 min. |
| | Lara Geiger | 14:54 |
| | Laura Faltejsková | 28:22 |
| 3. | TV Coburg Neuses | 66:03 min. |
| | Luise Holzhaus | 44:24 |
| | Lorena Tramontano | 21:39 |

**Anfänger:**

- | | | |
|----|------------------|------------|
| 1. | TSV Natternberg | 28:15 min. |
| | Verena Hötzing | 14:54 |
| | David Burgmair | 13:21 |
| 2. | SV Mietraching | 72:58 min. |
| | Brigitte Fischl | 28:23 |
| | Tobias Faltejsek | 44:35 |

**Staffelcup:**

- | | | |
|----|------------------------|-----------------|
| 1. | TV Coburg Ketschendorf | 1:22:15 Std. |
| | Tobias Geiger | (17:57 / 20:14) |
| | Alexander Tippelt | (22:05 / 21:59) |
| 2. | SV TU Ilmenau | 1:27:55 Std. |
| | Sergei Kobelev | (17:36 / 24:27) |
| | Gheorghe Cionoiu | (21:11 / 24:41) |
| 3. | OLV Landshut | 1:31:54 Std. |
| | Norberth Zölde | (27:23 / 24:59) |
| | Andreas Zölde | (20:04 / 19:28) |
| 5. | SV Mietraching | 1:49:58 Std. |
| | Amelie Bastian | (22:12 / 27:08) |
| | Peter Lange | (33:40 / 26:58) |



Bayerncup-Lauf in Coburg am 14.05.2017

Beim Kampf um Bayerncup-Punkte ging es am nächsten Tag im selben Gelände auf die laufbetonten Mitteldistanz-Bahnen. In den beiden Elite-Kategorien gab es Tagessiege der Geschwister Lange vom SV Mietraching. Bei den Damen konnte Maria Lange gut zwei Minuten auf die Konkurrenz herauslaufen, und bei den Herren gelang dies Korbinian Lange sogar mit einem Vorsprung von drei Minuten.

Die fünf Tagessiege des SV Mietraching komplettierten Lara Geiger in der Schüler-Kategorie D-12, Roland Vogl bei den Herren 45 und Dirk Hartmann in der Herren 55 Kategorie.



Damen 12 (1,4 km / 45 Hm / 8 P.):

1.	Geiger Lara	SV Mietraching	11:51 min.
2.	Holzhaus Klara	TV Coburg Neuses	13:07 min.
3.	Baath Lena	TSV Jetzendorf	16:00 min.
7.	Faltejskova Laura	SV Mietraching	23:47 min.

Damen 14 (1,9 km / 105 Hm / 10 P.):

1.	Hötzinger Verena	TSV Natternberg	22:34 min.
2.	Mindt Yvonne	SV Mietraching	24:40 min.
3.	Tramontano Lorena	TV Coburg Neuses	26:05 min.
4.	Tannerbauer Anna-Lena	SV Mietraching	26:42 min.

Damen 18 (3,6 km / 155 Hm / 13 P.):

1.	Fischer Laura	OLG Regensburg	38:40 min.
2.	Kraus Sophie	OLG Regensburg	39:32 min.
3.	Bastian Amelie	SV Mietraching	51:54 min.

Damen 19 Elite (3,6 km / 155 Hm / 13 P.):

1.	Lange Maria	SV Mietraching	30:22 min.
2.	Schöps Anna	OLV Landshut	32:58 min.
3.	Lorenz Baath Katrin	TSV Jetzendorf	32:59 min.
7.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	38:24 min.



Damen 45 (2,7 km / 115 Hm / 12 P.):

1.	Grifoni Minlena	OLG Regensburg	29:17 min.
2.	Liebl Gertrud	TV Osterhofen	29:47 min.
3.	Geiger Christiane	OLA TSV Deggendorf	31:00 min.
4.	Vogl Karin	SV Mietraching	32:10 min.
7.	Lange Petra	SV Mietraching	39:31 min.

Herren 12 (1,4 km / 45 Hm / 8 P.):

1.	Ritzenthaler Leo	TSV Jetzendorf	9:52 min.
2.	Oechler Jakob	OLV Landshut	9:55 min.
3.	Adler Leo	TV Coburg Neuses	12:18 min.
	Faltejssek Tobias	SV Mietraching	Fehlst..

Herren 14 (1,9 km / 105 Hm / 10 P.):

1.	Cionoiu Daniel	TV Coburg Neuses	17:49 min.
2.	Lang Luis	OLG Regensburg	18:25 min.
3.	Baath Ole Magnus	TSV Jetzendorf	20:25 min.
4.	Fischl Felix	SV Mietraching	21:54 min.
7.	Kilger Maximilian	SV Mietraching	44:16 min.

Herren 19 Elite (5,2 km / 200 Hm / 20 P.):

1.	Lange Korbinian	SV Mietraching	43:09 min.
2.	Vetter Sebastian	TV Coburg Neuses	46:11 min.
3.	Geiger Tobias	TV Coburg Ketschendorf	51:52 min.
5.	Biller Georg jun.	SV Mietraching	55:39 min.

Herren 45 (3,6 km / 155 Hm / 13 P.):

1.	Vogl Roland	SV Mietraching	29:11 min.
2.	Weinig Peter	OC München	30:00 min.
3.	Hötzinger Stefan	TSV Natternberg	30:16 min.

Herren 55 (3,0 km / 120 Hm / 13 P.):

1.	Hartmann Dirk	SV Mietraching	24:11 min.
2.	Böhme André	OLG Regensburg	31:03 min.
3.	Kolehmainen Ari	OC München	32:20 min.
6.	Lange Peter	SV Mietraching	41:16 min.

Offen kurz (1,4 km / 45 Hm / 8 P.):

1.	Fischl Brigitte	SV Mietraching	18:34 min.
2.	Schmidt Natalie	TV Coburg Neuses	20:53 min.

Schüler B (1,4 km / 45 Hm / 8 P.):

1.	Faltejsková Greta	SV Mietraching	25:40 min.
2.	Böhme Fynn Padraig	TV Coburg Neuses	26:43 min.
3.	Rehner Paul	Handwerk Erfurt	44:43 min.



JLVK—Einzellauf in Dresden am 20.05.2017

Jedes Jahr tritt Bayerns Jugend zum Jugend- und Juniorenländervergleichskampf (JLVK) mit einem Motto an. Dieses Jahr hielten sich alle im weitesten Sinne an die Kampagne des aktuellen US-Präsidenten:

„Bavarian First, Saupreisen second: Make OL Great Again!“

Nicht jeder konnte diesem Motto, das auch auf den T-Shirts zu lesen war, etwas abgewinnen.

Ausgerichtet wurden die Läufe vom USV TU Dresden. Nach der Ankunft am späten Freitagabend wurde der Landesverband Bayern mit den Mietrachinger Teilnehmern in Klassenzimmern untergebracht. Trotz des geringen Schlafs auf den „5-Sterne-Isomatten“ waren alle hoch motiviert, um den Angriff auf die drei Pokale (Jugend, Junioren und Gesamt) zu starten.

Zunächst fand am Samstag auf einer verkürzten Langdistanz der Einzellauf statt. Rund um Hetzdorf ging es um Punkte in der Einzelwertung.

Am Ende des Tages stand das Bayerische Team in der Jugendwertung und in der Juniorenwertung auf dem dritten Rang. Man hatte sich zwar etwas mehr erhofft, doch trotz allem war dies Grund genug, am Abend mit viel Lärm in die Sporthalle der Schule bei der Siegerehrung einzulaufen.

Darauf folgte am nächsten Tag der Staffeltwettkampf auf der selben Karte im „Tharandter Wald“. Auch hier konnten wieder einige schöne Erfolge aus Bayerischer Sicht verbucht werden.

Am Ende hieß es aber dann trotzdem, dass die Sachsen die Juniorenwertung knapp vor Bayern gewannen. In der Jugendwertung blieb Bayern hinter Sachsen und den Niedersachsen sogar auf Platz drei. Das hieß, dass Bayern zum ersten Mal seit fünf Jahren wieder „nur“ dritter wurde.

<u>Damen-12 (2,3 km / 9 P.):</u>				<u>Herren 14 (3,6 km / 11 P.):</u>			
1.	Lone Pompe	Sachsen	16:34	1.	Konstantin Kunckel	Sachsen	26:49
2.	Annkathrin Knoll	Westfalen	17:57	2.	Konrad Stamer	Schleswig Hol.	28:28
3.	Anna Holfeld	Dresden	19:28	3.	Anton Knoll	Westfalen	29:45
23.	Lara Geiger	Bayern	27:14	36.	Maximilian Kilger	Mietraching	52:36
<u>Damen-14 (3,1 km / 10 P.):</u>				<u>Herren 20 (9,1 km / 18 P.):</u>			
1.	Josephine Müller	Dresden	27:28	1.	Veit Slodowski	Thüringen	50:24
2.	Wenke Heinemann	Sachsen	27:54	2.	Ole Hennseler	Niedersachsen	54:31
3.	Emma Caspari	Westfalen	28:23	3.	Erik Döhler	Baden	55:08
34.	Yvonne Mindt	Bayern	49:37	12.	Korbinian Lange	Bayern	70:57
37.	Anna-Lena Tannerbauer	Bayern	62:51	<u>Rahmen Mittel Schwer (5,3 km / 13 P.):</u>			
<u>Damen 18 (4,8 km / 12 P.):</u>				1.	Christoph Prunsche	Westfalen	35:09
1.	Ann-Charlotte Spangenberg	Niedersachsen	43:23	2.	Anton Kamolz	Sachsen	36:23
2.	Johanna Parascandola	Sachsen	43:31	3.	Julian Engeser	Baden	40:33
3.	Isabel Jakob	Sachsen	48:56	24.	Julia Penzkofer	Bayern	60:08
	Amelie Bastian	Bayern	n.ang.				

Damen 12 Staffel:

1. LTV Sachsen 1:11:18 Std.
Anna Holfeld 22:06; Johanna Neumann 28:01; Lone Pompe 21:11
2. LTV Sachsen 1:20:44 Std.
Finja Helling 27:30; Flora Hänsel 29:17; Eline Kärger 23:57
3. LTV Hessen 1:23:28 Std.
Helen Pringnitz 32:29; Marie Niemann 25:49; Merle Niemann 25:10
5. LTV Bayern 1:24:45 Std.
Lara Geiger 27:31; Klara Holzhaus 27:00; Conny Holtz 30:14

Herren 14 Staffel:

1. LTV Sachsen 1:08:34 Std.
Marek Siegert 23:43; Marek Pompe 23:03; Konstantin Kunckel 21:48
2. LTV Niedersachsen 1:21:46 Std.
Jussi Bruns 25:40; Julius Wandelt 31:31; Theo Hennseler 24:35
3. LTV Berlin 1:26:00 Std.
Camillo Fillinger 29:48; Matteo Wengler 27:11; Grischa Storch 29:01
12. LTV Bayern 2:28:23 Std.
Anton Tatzel 49:27; Yvonne Mindt 54:12; Maximilian Kilger 44:44

Herren 20 Staffel:

1. LTV Sachsen 2:00:25 Std.
Dennis Bräuer 40:19; Cedrik Klein 39:37; Kilian Höck 40:29
2. LTV Baden 2:04:02 Std.
Wieland Witzel 43:50; Lars Maiwald 44:25; Erik Döhler 35:47
3. LTV Bayern 2:06:37 Std.
Quirin Lehner 41:33; Korbinian Lange 41:49; Lukas Janischowsky 43:15



Schul-OL in Mietraching am 26.05.2017

Seit nunmehr schon 13 Jahren führt der SV Mietraching das Projekt Schul-OL an der Grundschule durch.

Bei zwar wechselnden Direktoren ist eines gleich geblieben: die dritten und vierten Klassen begeben sich an einem Vormittag auf Postensuche rund um die Schule.

Aus diesem Projekt gingen in den letzten Jahren auch immer wieder Mitglieder für unsere OL-Abteilung hervor, von welchen später sogar welche auf bayerischer oder deutscher Ebene mitlaufen.



Parkrace in Thannberg am 01.06.2017

Mit diesem Lauf endete auch die Sprint-OL-Serie DegParkTour 2016/2017 in Deggendorf-Thannberg. Start und Ziel befanden sich bei der Wasserreserve und die Postensuche erstreckte sich ins Waldstück nordöstlich von Thannberg. Das Gelände war gut belaufbar und wies nicht allzu viele Höhenmeter auf, so dass die Teilnehmer mit ihren bis zu 15 quittierten Posten schnell im Ziel ankamen.

Bei den Damen und Herren trat Gewohntes ein: es gewannen Maria und Korbinian Lange, die damit auch die Gesamtwertung für sich entscheiden konnten. Korbinian blieb dabei in allen neun Läufen der Serie unbesiegt. In der Jugendklasse war Laura Streicher die schnellste und bei den Schüler gelang dies Lena Ringelhäuser.

Damen:

1.	Lange Maria	SV Mietraching	19:15 min.
2.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	24:33 min.
3.	Liebl Gertrud	TV Osterhofen	25:40 min.
5.	Penzkofer Cilli	SV Mietraching	40:28 min.

Herren:

1.	Lange Korbinian	SV Mietraching	16:07 min.
2.	Körner Christoph	OLV Landshut	18:48 min.
3.	Biller Georg jun.	SV Mietraching	20:22 min.
4.	Sarközy Gergely	SV Mietraching	21:53 min.
7.	Bretzendorfer Tobias	SV Mietraching	26:23 min.
9.	Scharnböck Andreas	SV Mietraching	30:01 min.

Jugend:

1.	Streicher Laura	SV Mietraching	16:20 min.
2.	Engl Veronika	TSV Natternberg	18:00 min.
3.	Fischl Felix	SV Mietraching	18:52 min.
4.	Tannerbauer Anna-Lena	SV Mietraching	19:25 min.
5.	Mindt Yvonne	SV Mietraching	20:49 min.
7.	Kilger Maximilian	SV Mietraching	24:06 min.

Kids:

1.	Ringelhäuser Lena	SV Mietraching	15:14 min.
2.	Kilger Johannes	SV Mietraching	17:41 min.
3.	Streicher Jonas	SV Mietraching	19:25 min.
4.	Ringhofer Inga	SV Mietraching	19:48 min.
5.	Zimmermann Evi	SV Mietraching	22:52 min.
6.	Ringhofer Ida	SV Mietraching	28:42 min.
7.	Ringhofer Sig	SV Mietraching	29:19 min.
8.	Zimmermann Heidi	SV Mietraching	32:05 min.
A.K.	Scharnböck Manuel	SV Mietraching	24:13 min.

Walker:

1.	Körner Walter	LV Deggendorf	21:33 min.
2.	Fischl Brigitte	SV Mietraching	27:26 min.
	Schedlbauer Beate		
4.	Mindt Birgit	SV Mietraching	28:10 min.
5.	König Josef	SV Mietraching	28:57 min.



Dorfsportfest mit Fußballturnier in Mietraching am 15.06.2017

Bei sehr sommerlichen Temperaturen fan unter der Federführung der Skiabteilung das mittlerweile etablierte Dorf- und Sportfest des SV Mietraching statt. Dabei wurden im Fußball die Meister im Kleinfeldturnier ermittelt.

Auf dem Schulsportplatz war um 13.00 Uhr Anpfiff zum immer beliebter werdenden Turnier. Zahlreiche Zuschauer verfolgten die sieben Hobbyteams bei ihrem Bemühen, Tore zu schießen und den eigenen Kasten sauber zu halten. Gleich zwei Mannschaften hatte die OL-Abteilung gemeldet, und im Modus „Jeder gegen Jeden“ wurde kein Zweikampf gescheut. Bis zum Schluss blieb es dabei spannend. Dabei konnten die OLER mit ihrer ersten Mannschaft nach 2015 ihren zweiten Titel als Dorfmeister feiern. Allerdings nur auf Grund der besseren Tordifferenz gegenüber den „Wadlschonern“.

1.	OLer I	14 Punkte	12:4 Tore
2.	Wadlschoner	14 Punkte	11:4 Tore
3.	Stammtisch Marienthal	10 Punkte	8:7 Tore
4.	Hainer Wegler	7 Punkte	2:3 Tore
5.	Odibrüder	7 Punkte	6:9 Tore
6.	Die Ringer	5 Punkte	3:8 Tore
7.	OLer II	1 Punkt	1:8 Tore



Team I:

Top-Linksaussen

Sebastian Lange

Barni Gröllheimer

Donald Duck

Christian Duschl

Fred Feuerstein

Top-Rechtsaussen

Nadja Lange

Team II:

v. links

Florian Kersch

Korbinian Lange

Stefan Eckl

Georg Biller jun.

Christoph Friedl



Arber-Berglauf in Bayerisch Eisenstein am 10.06.2017

An diesem Samstag hatten Profis und ambitionierte Hobbyläufer die Möglichkeit, sich ihre Sporen beim 1. ARBERLAND-Berglauf zu verdienen. Parallel zum offenen Wettkampf für Breitensportler wurden in Bayerisch Eisenstein die Deutsche und auch zugleich Bayerische Meisterschaft im Berglauf 2017 ausgetragen.

Weit über 500 Läufer hatten sich den „Sprint“ auf den Großen Arber zugetraut - darunter auch der Mietrachinger Korbinian Lange.

In der Nacht zuvor gab es noch heftigen Platzregen. Deswegen entschied sich die Wettkampf-Jury auch dazu, den rutschigen Abstieg nach dem Mittagsplatzl aus der

Streckenplanung zu streichen und kurzerhand eine Alternativroute anzubieten. Somit wurden aus den angekündigten 12,5 km eben mal kurz 13,8 km, aber die Sicherheit der Teilnehmer hat oberste Priorität.

Pünktlich um 10.00 Uhr fiel der Startschuss in Bayerisch Eisensteins Marktplatz, und über den großen Arbersee ging's dann später hinauf zum großen Arber. Während die Athleten den „König des Bayerischen Waldes“ im Sprint nahmen, wurden sie an der Strecke von den vielen Zuschauern lautstark angefeuert. Nach 1:23:56 Stunden kam auch Korbinian völlig verausgabt am luftigen Ziel an und war froh, es geschafft zu haben.



Männer U30:

1.	Schöttl Jirko	75:36 min.
2.	Ratz Paul	79:17 min.
3.	Achatz Tobias	81:11 min
5.	Lange Korbinian	83:56 min.
DM	Zeus Maximilian (DJK Weiden)	57:56 min.

Sommerbiathlon in Mietraching am 24.06.2017

80 Teilnehmer, viele Zuschauer: Schon das Drumherum zeigte, dass der Sommerbiathlon des SV Mietraching mittlerweile einen festen Platz im Veranstaltungskalender erobert hat. Das Event der Orientierungslauf-Abteilung am Schulgelände Grundschule Mietraching wurde zum neunten Mal ausgetragen.

Das anfängliche Probeschießen für Kinder bis 12 Jahre mit Laserpisto-

len und für ältere Teilnehmer mit Lasergewehren war gut besucht.

Um 14 Uhr startet die erste Läuferin, Verena Bastian ins Rennen und setzte in ihrer Kategorie D41-50 gleich mal die Bestmarke mit nur einer Strafrunde in 6:44 Minuten für die drei Laufrunden à ca. 400 m und zwei Schießeinheiten mit je fünf Schuss.

Die beste Laufzeit bei den Damen

aber erreichte Amelie Bastian in 6:02 Minuten, obwohl sie drei Strafrunden zu laufen hatte. Die Top-Zeit bei den Herren und zugleich beste Laufzeit aller Teilnehmer ab 13 Jahre markierte Korbinian Lange mit 5:08 Minuten und einer Strafrunde.

Die Teilnehmer in den Kinder-Kategorien hatten nur zwei Laufrunden und zwei Schießeinheiten zu absolvieren. Bei den Kindern bis 8 Jahren siegte Valentin Schröder in 7:33 Minuten, und Michael Hötzing aus Natternberg schaffte sogar eine Bestzeit von 4:18 Minuten in der K-10 Kategorie. Bei den Kids bis 12 Jahren ging der Sieg mit einer Fabelzeit an Max Bastian, der seinen Wettkampf in nur 3:50 Minuten beendete.

Als Zeitvertreib zwischen den Starts und der Siegerehrung wurde ein Zeitzielschießen angeboten, bei dem man versuchen musste, zehn Ziele in kürzester Zeit mit zehn Schuss zu treffen. Korbinian Lange konnte es am besten.

Zusätzlich zum Einzelbiathlon wurden die Ergebnisse auch für eine Mannschaftswertung gezählt, wo immer die drei Besten eines Vereins zusammengefasst wurden.

Einzelergebnisse:

Damen 13-15:

1.	Laura Streicher	SVM-OL	07:53 min.
2.	Yvonne Mindt	Schützen Greising	08:12 min.
3.	Anna-Lena Tannerbauer	SVM-OL	08:18 min.

Damen 16-20:

1.	Amelie Bastian	Stramme Waden Terzett	06:02 min.
2.	Julia Hansbauer	TSV Natternberg	06:55 min.
3.	Julia Forster	TSV Natternberg	07:03 min.
5.	Julia Seif	Stramme Waden Terzett	08:13 min.

Damen 21-30:

1.	Teresa Fürstenau	Bestenaus	06:25 min.
2.	Julia Penzkofer	Schützen Greising	07:01 min.

Damen 31-40:

1.	Bianca Funk	SVM-OL	09:24 min.
2.	Cornelia Kriener	LV Deggendorf	09:30 min.

Damen 41-50:

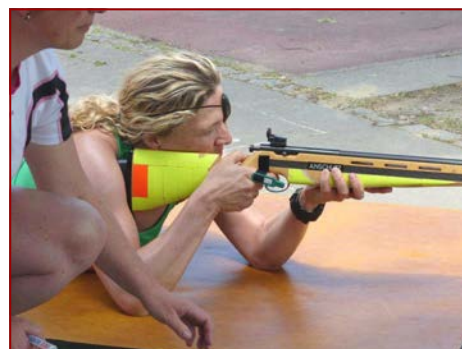
1.	Verena Bastian	Bestenaus	06:44 min.
2.	Karin Vogl	SVM-OL	07:46 min.
3.	Cilli Penzkofer	Schützen Greising	08:13 min.
6.	Birgit Mindt	Schützen Greising	08:54 min.
7.	Christine Tannerbauer	SVM-Ski	09:06 min.

Herren 13-15:

1.	Alexander Breit	SVM-OL	06:22 min.
2.	Patrick Oswald	Schützen Greising	06:51 min.
3.	Simon Achatz	Schützen Greising	07:12 min.
5.	Moritz Reiß	SVM-OL	07:54 min.
6.	Maximilian Kilger	SVM-OL	10:06 min.

Herren 16-20:

1.	Korbinian Lange	Schützen Greising	05:08 min.
2.	Walter Remppe	Stramme Waden Terzett	05:28 min.
3.	Korbinian Lange	SVM-OL	05:28 min.
4.	Sebastian Nowak	SVM-OL	05:57 min.



Herren 21-30:

- | | | | |
|----|-------------------|--------------|------------|
| 1. | Georg Biller jun. | SVM-OL | 05:52 min. |
| 2. | Walter Weiherer | FFW Greising | 06:53 min. |

Herren 41-50:

- | | | | |
|----|--------------------|-----------------|------------|
| 1. | Stefan Hötzing | TSV Natternberg | 05:40 min. |
| 2. | Willi Bastian | Bestenaus | 05:52 min. |
| 3. | Stefan Pfisterer | SVM-Ski | 06:40 min. |
| 4. | Andreas Ringhofer | SVM-OL | 07:04 min. |
| 5. | Andreas Scharnböck | SVM-OL | 08:00 min. |

Kinder bis 8 Jahre:

- | | | | |
|----|---------------------|---------|------------|
| 1. | Valentin Schröder | SVM-OL | 07:33 min. |
| 2. | Leni Hinterberger | SVM-Ski | 08:07 min. |
| 3. | Heidi Zimmermann | SVM-OL | 08:22 min. |
| 4. | Korbinian Reiß | SVM-OL | 09:03 min. |
| 5. | Eva Ernst | SVM-Ski | 09:50 min. |
| 6. | Franziska Pfisterer | SVM-Ski | 10:26 min. |
| 7. | Sig Ringhofer | SVM-OL | 18:30 min. |
| 8. | Inga Ringhofer | SVM-OL | 19:04 min. |

Kinder bis 10 Jahre:

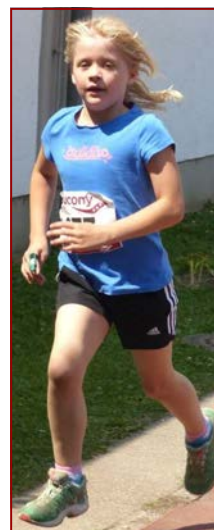
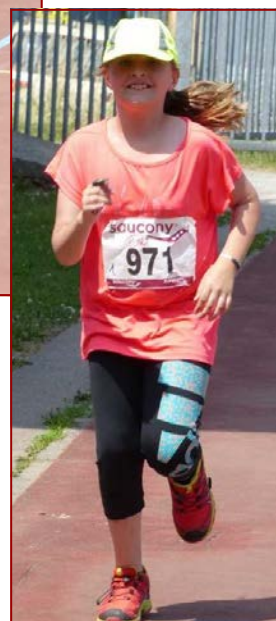
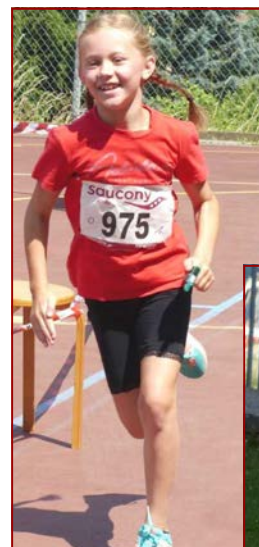
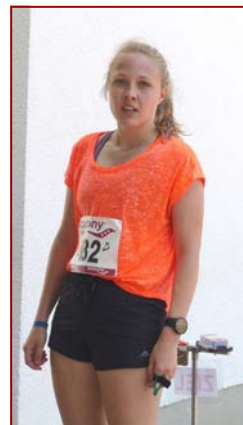
- | | | | |
|-----|-------------------|------------------|------------|
| 1. | Michael Hötzing | TSV Natternberg | 04:18 min. |
| 2. | Johannes Reiß | Doppelhaushälfte | 05:07 min. |
| 3. | Lena Ringelhäuser | SVM-OL | 05:09 min. |
| 7. | Marie Pfisterer | SVM-Ski | 06:23 min. |
| 9. | Evi Zimmermann | SVM-OL | 08:02 min. |
| 10. | Jonas Streicher | SVM-OL | 08:25 min. |

Kinder bis 12 Jahre:

- | | | | |
|-----|----------------------|------------------|------------|
| 1. | Max Bastian | Doppelhaushälfte | 03:50 min. |
| 2. | Ludwig Reiß | SVM-OL | 04:04 min. |
| 3. | Max Bastian | SVM-OL | 04:27 min. |
| 5. | Ida Ringhofer | SVM-OL | 05:29 min. |
| 6. | Johannes Kilger | Doppelhaushälfte | 05:41 min. |
| 7. | Steffi Breit | SVM-OL | 06:04 min. |
| 9. | Johannes Tannerbauer | SVM-OL | 06:39 min. |
| 10. | Alexander Funk | SVM-OL | 07:00 min. |

Mannschaften Erwachsene:

- | | | |
|----|---|------------|
| 1. | SVM-OL 1 | 17:17 min. |
| | Korbinian Lange; Georg Biller jun.; Sebastian Nowak | |
| 2. | Schützen Greising | 19:00 min. |
| | Korbinian Lange; Patrick Oswald; Julia Penzkofer | |
| 3. | Bestenaus | 19:01 min. |
| | Willi Bastian, Teresa Fürstenau; Verena Bastian | |
| 6. | SVM-OL 2 | 21:12 min. |
| | Alexander Breit; Andreas Ringhofer; Karin Vogl | |



Mannschaften Erwachsene:

7. Schützen Greising 2 23:37 min.
Simon Achatz; Yvonne Mindt; Cilli Penzkofer
8. SVM-OL 3 23:47 min.
Laura Streicher; Moritz Reiß; Andreas Scharnböck
10. SVM-OL Ski 24:34 min.
Stefan Pfisterer; Yasmine Pfisterer; Christine Tannerbauer
12. SVM-OL 4 27:48 min.
Anna-Lena Tannerbauer; Bianca Funk; Maximilian Kilger

**Mannschaften Kinder:**

1. SVM-OL 1 13:40 min.
Ludwig Reiß; Max Bastian;
Lena Ringelhäuser
2. Doppelhaushälfte 14:38 min.
Max Bastian; Johannes Reiß;
Johannes Kilger
3. TSV Natternberg 15:23 min.
Michael Hötzing; Josef Pex;
Luke McGall
4. SVM-OL 2 18:12 min.
Ida Ringhofer; Steffi Breit;
Johannes Tannerbauer
5. SVM-OL 3 23:57 min.
Valentin Schröder; Evi Zimmermann;
Heidi Zimmermann
6. SVM-Ski 24:20 min.
Marie Pfisterer; Leni Hinterberger;
Eva Ernst
7. SVM-OL 4 35:58 min.
Jonas Streicher; Korbinian Reiß;
Sig Ringhofer



BM Sprint in Schrobenhausen am 01.07.2017

Links, Rechts, dann durch den Durchgang zum ersten Posten. Schnell zum nächsten Posten, den kleinen Durchgang in der verwinkelten Altstadt von Schrobenhausen finden. Hier links durch, aber häää? Eine Absperrung mit einem Bauzaun. Wie kann das sein? Man war doch richtig und hier war keine Baustelle auf der Karte eingezeichnet! Verdammt und nun? So ging es wohl vielen beim Sprint in Schrobenhausen.

Die Baustellen-Problematik (einige Zäune waren nicht in der Karte), war dann aber die einzige größere Panne.

Begrüßt wurden die Läufer in Schrobenhausen vom Bürgermeister der Stadt und auf die Wettkämpfe eingestimmt. Der erste Lauf des Doppelsprints fand in einer angrenzenden Wohnsiedlung statt und war ein sehr lauffetonter Kurs. Nur wenige o-technische Aufgaben zu Beginn und am Ende der Strecke forderten die volle Konzentration, um die Posten ohne große Umwege anzulaufen. Für die Zuschauer und die bereits im Ziel angekommenen Läufer waren die

letzten Postenverbindungen, die sich auf dem Sportgelände in Sichtweite befanden, eine schöne Möglichkeit die Konkurrenz zu beobachten und die Teamkameraden anzufeuern. Unter dem Zuschauerdruck unterliefen dem ein oder anderen bei den dicht stehenden Posten auch noch ein paar kleine Fehler und sogar Fehlstempel.

Wie immer bei den bayerischen Sprintmeisterschaften wurden die Titel im Doppelsprint vergeben.

Kurz durchatmen, dann ging es in die zweite Runde. Der zweite Lauf fand dann in der Altstadt von Schrobenhausen statt, die bereits im Vorfeld als stark verwinkelt und mit vielen kleinen Gassen angekündigt wurde, so dass sich alle Läufer auf den bevorstehenden Lauf freuten. Vom Start am Rande der Stadtmauer ging es sofort rein in die Altstadt. Nun war die o-technische Komponente viel stärker gefordert. Trotzdem musste zu jedem Zeitpunkt das Lauftempo hochgehalten werden, um keine Zeit zu verlieren. Als zusätzliche Schwierigkeit waren die

schon erwähnten Baustellen und Absperrungen vorhanden, die nicht oder nicht in vollem Umfang in der Laufkarte eingezeichnet waren. So standen viele Läufer plötzlich vor einem Bauzaun und mussten verärgert feststellen, dass die geplante Route nicht möglich war.

Der Schlussteil der Bahn war wieder sehr lauffintensiv, bei dem der Kopf fast abschalten konnte und stattdessen der innere Schweinehund überwunden werden musste, um noch ein paar Sekunden rauszuholen.

Insgesamt war die Premieren-Meisterschaft des TSV Jetzendorf gelungen, wenngleich es im Anschluss den einen oder anderen Protest gab.

Der SV Miettraching war zu diesem Wettkampf mit einer sehr großen Truppe angereist, in der Hoffnung, auch einige Medaillen absahnen zu können. Die Ausbeute war mit drei Goldmedaillen zwar respektabel, doch blieb man insgesamt etwas hinter den Erwartungen zurück.



Damen 12:

1.	Lara Geiger	SV Mietraching	23:37 (11:03 / 12:34)
2.	Klara Holzhaus	TV Coburg Neuses	24:24 (12:03 / 12:21)
3.	Conny Holtz	TSV Jetzendorf	35:07 (13:45 / 21:22)
4.	Laura Faltejsová	SV Mietraching	38:20 (20:00 / 18:20)

Damen 14:

1.	Verena Hötzing	TSV Natternberg	21:43 (10:41 / 11:02)
2.	Anna-Lena Tannerbauer	SV Mietraching	21:47 (11:25 / 10:22)
3.	Antonia Jacobi	TV Coburg Neuses	23:28 (11:46 / 11:42)
4.	Yvonne Mindt	SV Mietraching	24:26 (12:48 / 11:38)
5.	Laura Streicher	SV Mietraching	28:44 (17:10 / 11:34)

Damen 18:

1.	Sophie Kraus	OLG Regensburg	24:19 (12:45 / 11:34)
2.	Amelie Bastian	SV Mietraching	25:57 (14:15 / 11:42)
3.	Laura Fischer	OLG Regensburg	26:11 (13:09 / 13:02)

Damen 19 Elite:

1.	Britta Meißner	OLV Landshut	28:18 (13:21 / 14:57)
2.	Dianora Herashchenko	OC München	29:10 (12:54 / 16:16)
3.	Emily Ungermann	OLG Regensburg	30:07 (13:10 / 16:57)
4.	Maria Lange	SV Mietraching	30:50 (13:41 / 17:09)
6.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	33:50 (14:47 / 19:03)

Damen 35:

1.	Jana Faltejsová	SV Mietraching	26:46 (14:26 / 12:20)
2.	Bettina Deixler-Thier	OC München	27:16 (14:10 / 13:06)
3.	Anne Schneider	MTV Bamberg	31:17 (17:03 / 14:14)
4.	Marina Breuer	SV Mietraching	31:21 (16:22 / 14:59)

Damen 45:

1.	Katja-Christine Böhme	OLG Regensburg	24:49 (12:13 / 12:36)
2.	Karin Vogl	SV Mietraching	25:39 (12:16 / 13:23)
3.	Kristin Leukert	OC München	25:50 (12:16 / 13:34)
9.	Petra Lange	SV Mietraching	30:20 (14:17 / 16:03)
12.	Birgit Mindt	SV Mietraching	33:55 (17:02 / 16:53)

Herren 12:

1.	Leo Ritzenthaler	TSV Jetzendorf	18:24 (9:05 / 9:19)
2.	Jakob Oechler	OLV Landshut	21:24 (11:53 / 9:31)
3.	Timon Hammer	OLG Regensburg	22:18 (11:28 / 10:50)
9.	Tobias Faltejsek	SV Mietraching	33:44 (18:19 / 15:25)

Herren 14:

1.	Ole Magnus Baath	TSV Jetzendorf	18:51 (8:44 / 10:07)
2.	Luis Lang	OLG Regensburg	19:11 (10:15 / 8:56)
3.	Daniel Cionoiu	TV Coburg Neuses	20:30 (9:34 / 10:56)
5.	Maximilian Kilger	SV Mietraching	22:05 (10:16 / 11:49)
6.	Felix Fischl	SV Mietraching	23:08 (11:33 / 11:35)



Herren 16:

1.	Julius Fischer	OLG Regensburg	36:59 (16:37 / 20:22)
2.	Alexander Bauer	TV Osterhofen	41:28 (20:04 / 21:24)
3.	Jonas Friebe	OLA TSV Deggendorf	45:28 (21:57 / 23:31)
5.	Adam Breuer	SV Mietraching	63:39 (23:58 / 39:41)

Herren 19 Elite:

1.	Teodor Yordanov	OC München	28:28 (13:34 / 14:54)
2.	Lukas Janischowsky	OLG Regensburg	29:43 (13:42 / 16:01)
3.	Valtteri Kolehmainen	OLG Regensburg	30:50 (14:33 / 16:17)
4.	Korbinian Lange	SV Mietraching	31:08 (14:30 / 16:38)
10.	Girts Leontjevs	SV Mietraching	35:20 (15:51 / 19:29)
11.	Georg Biller jun.	SV Mietraching	35:52 (16:16 / 19:36)

Herren 35:

1.	Ralph Körner	OLV Landshut	31:52 (14:25 / 17:27)
2.	Peter Weinig	OC München	32:09 (14:07 / 18:02)
3.	Andreas Selz	MTV Bamberg	32:28 (14:59 / 17:29)
5.	Lukas Faltejsek	SV Mietraching	34:12 (14:58 / 19:14)

Herren 45:

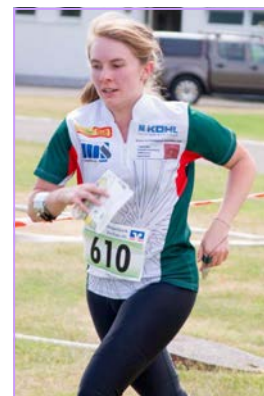
1.	Sergey Cherniavsky	OC München	27:33 (11:58 / 15:37)
2.	Thomas Scheler	TV Coburg Neuses	27:58 (12:48 / 15:10)
3.	Klemens Janischowsky	OLG Regensburg	29:11 (12:39 / 16:32)
5.	Roland Vogl	SV Mietraching	30:18 (13:44 / 16:34)

Herren 55:

1.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	27:30 (11:45 / 15:45)
2.	Gheorghe Cionoiu	TV Coburg Neuses	31:21 (13:07 / 18:14)
3.	Ari Kolehmainen	OC München	32:05 (13:43 / 18:22)
12.	Georg Biller sen.	SV Mietraching	47:50 (21:14 / 26:36)
	Peter Lange	SV Mietraching	Fehlst. (18:50 / Fehlst.)

Offen:

1.	Rehab Abd El Raouf	OLV Landshut	24:09 (14:13 / 9:56)
	Brigitte Fischl	SV Mietraching	Fehlst (15:59 / Fehlst.)



Bayerncup-Lauf in Schiltberg am 02.07.2017



Am darauf folgenden Tag wurde bei Schiltberg die Langdistanz für die Bayerncupwertung ausgetragen. Bei kühlem, teils nassem Wetter mussten sich die Läufer durch einen sehr grünen Wald mit teilweise steilen Anstiegen kämpfen. Das ausgeprägte Wegenetz diente als gute Orientierungshilfe zwischen den Dickichten. Wichtig war vor allem, die richtige Entscheidung bei den Routenwahlaufgaben zu

treffen, um auf den weiten Postenverbindungen der Konkurrenz Zeit abzunehmen. Doch auch das Umschalten im Postenraum auf eine gute Feinorientierung im dichten Wald war gefragt. Nur wer die Konzentration über die gesamte Länge der Bahn aufrecht halten konnte und einen fehlerfreien Lauf schaffte, stand am Ende ganz oben in der Ergebnisliste.

Damen 12:

1.	Lara Geiger	SV Mietraching	15:41 min.
2.	Klara Holzhaus	TV Coburg Neuses	16:02 min.
3.	Conny Holtz	TSV Jetzendorf	18:10 min.
8.	Laura Faltejsková	SV Mietraching	31:59 min.

Damen 14:

1.	Antonia Jacobi	TV Coburg Neuses	37:56 min.
2.	Yvonne Mindt	SV Mietraching	40:55 min.
3.	Laura Streicher	SV Mietraching	41:17 min.
6.	Anna-Lena Tannerbauer	SV Mietraching	61:00 min.

Damen 18:

1.	Sophie Kraus	OLG Regensburg	64:27 min.
2.	Amelie Bastian	SV Mietraching	84:23 min.
3.	Gabriella hartung	OLG Regensburg	108:55 min.

Damen 19 Elite:

1.	Dianora Herashchenko	OC München	49:56 min.
2.	Britta Meißner	OLV Landshut	57:45 min.
3.	Emily Untermann	OLG Regensburg	59:23 min.
5.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	69:58 min.
	Maria Lange	SV Mietraching	Aufgabe

Damen 35:

1.	Anna Enborg	OC München	61:30 min.
2.	Bettina Deixler-Thier	OC München	82:46 min.
3.	Anne Schneider	MTV Bamberg	112:11 min.
	Jana Faltejsková	SV Mietraching	Fehlst.

Damen 45:

1.	Gertrud Liebl	TV Osterhofen	51:42 min.
2.	Milena Grifoni	OLG Regensburg	54:31 min.
3.	Katja-Christine Böhme	OLG Regensburg	56:29 min.
7.	Karin Vogl	SV Mietraching	59:50 min.
13.	Birgit Mindt	SV Mietraching	80:22 min.

Herren 12:

1.	Leo Ritzenthaler	TSV Jetzendorf	11:42 min.
2.	Jakob Oechler	OLV Landshut	11:43 min.
3.	David Burgmair	OLG Regensburg	14:02 min.
7.	Tobias Faltejssek	SV Mietraching	21:05 min.

Herren 14:

1.	Luis Lang	OLG Regensburg	31:01 min.
2.	Ole Magnus Baath	TSV Jetzendorf	32:11 min.
3.	Jakob Unger	OLG Regensburg	32:36 min.
7.	Felix Fischl	SV Mietraching	42:26 min.
9.	Maximilian Kilger	SV Mietraching	61:21 min.

Herren 19 Elite:

1.	Teodor Yordanov	OC München	72:18 min.
2.	Julian Nürnberger	OLG Regensburg	75:17 min.
3.	Korbinian Lange	SV Mietraching	76:39 min.
10.	Girts Leontjevs	SV Mietraching	102:46 min.



Herren 19 kurz:

1.	Robin Ohme	OLA TSV Deggendorf	56:59 min.
2.	Georg Biller jun.	SV Mietraching	61:06 min.
3.	Alexander Tippelt	TV Coburg Ketschendorf	70:51 min.

Herren 35:

1.	Andreas Enborg	OC München	64:30 min.
2.	Andreas Selz	MTV Bamberg	72:16 min.
3.	Ralph Körner	OLV Landshut	73:00 min.
5.	Lukas Faltejsek	SV Mietraching	82:21 min.

Herren 45:

1.	Peter Weinig	OC München	55:05 min.
2.	Thomas Scheler	TV Coburg Neuses	56:17 min.
3.	Sergey Cherniavsky	OC München	56:42 min.
5.	Roland Vogl	SV Mietraching	59:16 min.

Offen kurz:

1.	Brigitte Fischl	SV Mietraching	26:53 min.
----	-----------------	----------------	------------

Offen mittel:

1.	Sabine Bönig	OLV Uslar	41:30 min.
2.	Vladut Munteanu	Munteanu	45:20 min.
3.	Elisabeth Reinwald	OLG Regensburg	54:42 min.
4.	Adam Breuer	SV Mietraching	70:54 min.
5.	Jakob Breuer	SV Mietraching	92:33 min.
7.	Martina Breuer	SV Mietraching	95:00 min.

Schüler B:

1.	Yannic Dahl	TSV Ipsheim	16:49 min.
2.	Moritz Oechler	OLV Landshut	18:34 min.
3.	Valentin Schram	TSV Jetzendorf	18:42 min.
7.	Greda Faltejsková	SV Mietraching	34:26 min.



Parkrace in Winzer am 06.07.2017



In Flintsbach wurde schon wieder die neue Ausgabe der DegPark Tour-Serie begonnen. Im steilen, sehr anspruchsvollen Waldgelände nordöstlich von Flintsbach bei Winzer hatte Ausrichter Siegfried Liebl mit seinem OL-Team sehr schwierige Bahnen vorbereitet: 930 Meter Länge mit 25 Höhenmetern für die Schüler, 1,8 Kilometer mit 100 Hm für die Jugend, 2,5 Km mit 50 Hm für Walker und 2,5 Km mit 135 Hm für Damen und Herren.

Die Teilnehmer hatten bei der Bewältigung ihrer Bahnen ganz schön zu kämpfen, nachdem auch die Temperaturen sehr hoch waren. Trotzdem zeigten alle sehr gute Leistungen. Bei den Damen gewann erstmals Birgit Mindt und bei den Herren setzte Korbinian Lange seine Erfolgsserie fort. Den Sieg bei der Jugend holte sich Maximilian Kilger und die Walkerstrecke absolvierten Brigitte Fischl und Beate Schedlbauer am schnellsten.

Damen:

1.	Mindt Birgit	SV Mietraching	45:43
2.	Geiger Christiane	OLA TSV Deggendorf	46:25
3.	Bauer Iris	TV Osterhofen	48:24
6.	Penzkofer Cilli	SV Mietraching	58:46

Herren:

1.	Lange Korbinian	SV Mietraching	21:38
2.	Körner Ralph	OLV Landshut	22:11
3.	Körner Christoph	OLV Landshut	27:35
4.	Biller Georg jun.	SV Mietraching	28:12

Jugend:

1.	Kilger Maximilian	SV Mietraching	21:57
2.	Tannerbauer A.-L.	SV Mietraching	24:11
3.	Streicher Laura	SV Mietraching	25:05
4.	Mindt Yvonne	SV Mietraching	27:24
5.	Bastian Max	SV Mietraching	30:25
7.	Fischl Felix	SV Mietraching	36:34
9.	Ringhofer Ida	SV Mietraching	48:22
10.	Geiger Lara	SV Mietraching	63:03

Kids:

1.	Hötzinger Michael	TSV Natternberg	9:19
2.	McGall Lukas	TSV Natternberg	9:19
3.	Ringhofer Inga	SV Mietraching	12:54
4.	Ringelhäuser Lena	SV Mietraching	12:57
5.	Kilger Johannes	SV Mietraching	13:53
6.	Streicher Jonas	SV Mietraching	16:13
7.	Ringhofer Sig	SV Mietraching	16:19

Walker:

1.	Schedlbauer Beate	SV Mietraching	34:39
2.	Fischl Brigitte	SV Mietraching	34:39
3.	Hötzinger Silvia	TSV Natternberg	39:56

Pröllers Berglauf in St. Englmar am 09.07.2017

SVM-Orientierer orientieren sich neu und kommen beim 2. Pröllers-Berglauf auf den vorderen Plätzen ins Ziel.

Als Breitensport-Veranstaltung war der zweite Pröllers-Berglauf offen für alle „bergfähigen Madl und Buam“. Starten konnte man in unterschiedlichen Kategorien: mit dem Mountainbike, mit den Skirollern und Laufen auf der zweiten Hälfte der Strecke, sowie ganz klassisch mit Laufschuhen - alle Disziplinen waren gepaart mit zwei Schießeinheiten - liegend und stehend - mit Lasergewehren.

Auch sieben Sportler des SV Mietraching nahmen die Herausforderung an: als Orientierungsläufer natürlich zu Fuß. Als eine komplett neue Erfahrung war dieser Wettkampf einzustufen: schön, aber brutal anstrengend war das Fazit; insbesondere die Serpentin vom Nordhang zum Pröllers-Gipfel ließen die Waden fast explodieren. Etwa 6,5 Kilometer, 340 Höhenmeter bergauf und 170 Höhenmeter bergab waren auf der kurzen Strecke zu bewältigen. Alle, außer Korbinian Lange, wählten die kurze Variante zum Einstieg in die „Berglauf-Saison“. Korbinian startete auf der Langstrecke und hatte etwa 10 Kilometer mit 440 Höhenmeter bergauf und 260 Höhenmeter bergab zu absolvieren.



Herren Elite-Läufer Kurzstrecke:

1.	Rackl Michael	Bayronman	39:35 min.
2.	Biller Georg jun.	SV Mietraching	47:19 min.
3.	Schröfl Dieter	DJK Rattenberg	54:33 min.

Damen Elite-Läufer Kurzstrecke:

1.	Rackl Doris	Bayronman	44:52 min.
2.	Schötz Lena	ohne Verein	45:43 min.
3.	Lange Maria	SV Mietraching	46:42 min.
4.	Kühne Hannah	SV Mietraching	48:46 min.
5.	Biller Anna	SV Mietraching	50:26 min.
7.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	52:24 min.
8.	Lange Petra	SV Mietraching	52:39 min.

Herren Elite-Läufer Langstrecke:

1.	Theisinger Wolfgang	RC Abschnitt Mitte	50:09 min.
2.	Maurer Jochen	Bayronman	53:30 min.
3.	Probst Christian	ohne Verein	55:37 min.
4.	Lange Korbinian	SV Mietraching	56:03 min.



Zwei-Brücken-Lauf in Deggendorf am 15.07.2017

Bei optimalem Laufwetter fand der zweite Zwei-Brücken-Lauf im Rahmen des Donaufestes in Deggendorf statt. Die Verantwortlichen des ausrichtenden Vereins LV Deggendorf hatten gemeinsam mit dem Regionalmanagement Deggendorf die Veranstaltung organisiert. Neu war in diesem Jahr gegenüber 2015, dass ein 100 m Nachwuchslauf für Schüler angeboten wurde und hier vor dem Hauptfeld gestartet wurde.

Im Anschluss gab es den Startschuss für die 4200 m lange Strecke und den 8400 m langen Fun-Run. Alle Teilnehmer, darunter auch einige Mietracher Orien-tierer, machten sich ab 13.15 Uhr auf die Strecken, die zunächst über die Maximilianbrücke nach Fischerdorf, dann weiter auf dem Damm zur neuen Geh- und Fahrradbrücke und auf dieser über die Donau führte. Auf der Eginger

Straße führte sie weiter zur Donaupromenade und auf dieser zum Ziel, bzw. zum Durchlauf zur zweiten Runde. Der Großteil der Starter (559) absolvierte eine Runde, während 352 Teilnehmer die 8,4 km lange Strecke bewältigten. Bei Start und Ziel, sowie zusätzlich auf der Strecke, gab es reichlich Verpflegung für alle Läufer.

8,4 km Lauf / Herren-Elite:

1.	Schreindl Tobias	LG Passau	25:47 min.
2.	Budil Roman	Atletika	27:17 min.
3.	Macoun Jan	Atletika	27:23 min.
7.	Lange Korbinian	SV Mietraching	33:40 min.
17.	Biller Georg jun.	SV Mietraching	39:53 min.

8,4 km Lauf / Damen-Elite:

1.	Ölhorn Susanne	LG Passau	31:03 min.
2.	Bumberger Kathrin	RSC Waldkirchen	34:31 min.
3.	Bumberger Miriam	RSC Waldkirchen	36:10 min.
11.	Lange Maria	SV Mietraching	42:40 min.
15.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	44:36 min.

4,2 km Lauf / Schüler-14 männlich:

1.	Bugia Giulio	LV Deggendorf	17:08 min.
2.	Rüffer Dominik	LV Deggendorf	17:14 min.
3.	Müller Benedikt	FTSV Straubing	17:44 min.
31.	Kilger Maximilian	SV Mietraching	25:07 min.

4,2 km Lauf / Schüler-14 weiblich:

1.	Hagner Anna	Gymnasium Metten	17:14 min.
2.	Noll Amelie	Gymnasium Metten	17:29 min.
3.	Engl Magdalena	LV Deggendorf	18:24 min.
6.	Geiger Lara	SV Mietraching	20:31 min.
10.	Tannerbauer Anna-Lena	SV Mietraching	22:11 min.

4,2 km Lauf / Schüler-16 weiblich:

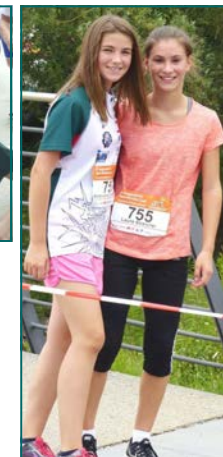
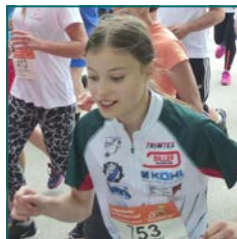
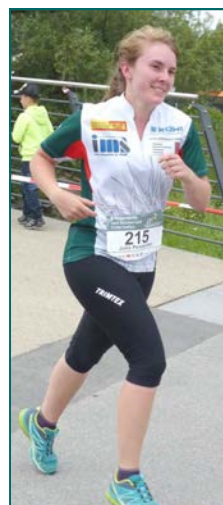
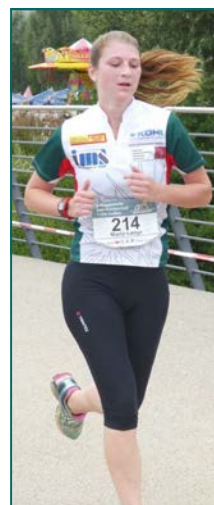
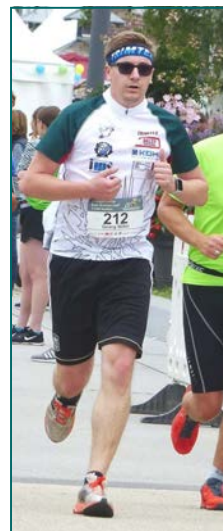
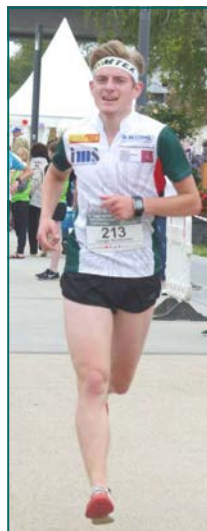
1.	Weindl Lena	LV Deggendorf	18:35 min.
2.	Lunt Milena	LV Deggendorf	20:10 min.
3.	Kunze Leona	Dobler Metallbau	20:27 min.
4.	Streicher Laura	SV Mietraching	20:30 min.

1,0 km Lauf / Schüler-12 männlich:

1.	Waas Jonas	TSV Plattling	3:37 min.
2.	Hötzinger Michael	GS Rettenbach	3:39 min.
3.	Daiminger Jonathan	LV Deggendorf	3:39 min.
17.	Kilger Johannes	SV Mietraching	4:45 min.

1,0 km Lauf / Schüler-10 weiblich:

1.	Hantke Emma	GS Rettenbach	4:18 min.
2.	Rudl Victoria	LV Deggendorf	4:21 min.
3.	Gerstl Nina	LV Deggendorf	4:25 min.
10.	Ringelhäuser Lena	SV Mietraching	5:03 min.



Stadtteil-Spielefest in Mietraching am 12.08.2017

Mietraching war die letzte Station in der Reihe der Stadtteil-Spielefeste. Rund 50 Kinder und Jugendliche waren der Einladung des Jugendcenters 4You gefolgt, haben mit- und gegeneinander gesportelt, haben Geschicklichkeit, Ausdauer und Kraft bewiesen. Der SV Mietraching und die Freiwillige Feuerwehr haben dafür in der Sporthalle und auf dem Sportplatz der Grundschule einen anspruchsvollen Parcours angelegt.

Zuerst wurden von der Jugendbeauftragten der Stadt Renate Wasmeier alle Stationen erklärt. Gemeinsam mit den jungen Teilnehmern schritt sie alle Stationen ab und ließ sich

von der FFW und dem SV alles erklären.

An den neun Stationen war viel Sports-, aber auch Teamgeist gefragt. Mussten die Sportler beim Torwandschießen noch Geschicklichkeit und beim Rollparcours ihre Schnelligkeit unter Beweis stellen, so waren die von Vorteil, die beim Mattenklettern oder beim Geschicklichkeitstest am Feuerwehrschlauch gut zusammenarbeiteten. Beim Schlauch galt es übrigens, einen kleinen Ball durch den Feuerwehrschlauch zu drücken.

Viel Kraft und Ausdauer erforderte die Station zwei: Hier galt es, in-

nerhalb einer Minute möglichst viele Medizinbälle von einem in einen anderen Korb zu platzieren. Die Kinder waren auch hier wieder mit großem Feuereifer dabei. Neben allen Aktivitäten war aber auch der Pause genug Zeit gelassen. Birgit Mindt und Brigitte Fischl vom Sportverein hatten viele leckere Kuchen aus eigener Produktion im Angebot.

Am Ende des Tages wurden unter allen Teilnehmern Herzerl-Gutscheine fürs Erlebnisbad Elypso verlost.



1. Trachen Gipfe-Hupferl in Mietraching am 27.08.2017

Die OL-Abteilung des SV Mietraching hat sich mittlerweile in der OL-Szene als bewährter Ausrichter etabliert. Nun aber versuchte man sich auch einmal in der Organisation eines Berglaufes. Hierzu luden Mietrachings Verantwortliche unter der Leitung von Korbinian Lange zum „Ersten Trachten Gipfe-Hupferl“ ein. Im Rahmen des Waldfestes des ansässigen Trachtenvereins wurde am Rande der Festwiese in Hofstetten gestartet. Die Strecke führte über teilweise sehr steile Anstiege quer durch den Wald 2,9 km zum „Hochoberndorfer-Sender“ hinauf. Hierbei mussten alle Teilnehmer der langen Strecke 340 Höhenmeter überwinden. Da der Lauf als Trachten-Gipfe-Hupferl ausge-

schrieben war, folgten auch viele der Eionladung und kamen in Dirndl und Lederhose an den Start, doch auch Läufer in „normaler“ Laufkleidung waren herzlich willkommen. Bei den Herren siegte Michael Schoger vom WSV Otterskirchen in einer fabelhaften Zeit von exakt 17.00 Minuten. Lokalmatador und Organisator Korbinian Lange kam mit 20:06 Minuten auf Platz zwei. Bei den Damen traten alle Teilnehmerinnen in Tracht an. Hier war Maria Lange mit 25:47 eine „Dirndlschürze“ voraus. Platz zwei und drei belegten Tochter und Mutter Julia und Cilli Penzkofer.

Für die ambitionierten jungen Läu-

ferinnen und Läufer wurde eine 1,7 km lange Waldstrecke mit Start und Ziel auf der Festwiese angeboten. Die 70 Höhenmeter hatten die Kids hierbei gleich am Anfang der Strecke zu absolvieren. Doch dann konnte das Tempo im abschüssigen und teils sehr flachen Teil des Wettkampfes hochgehalten werden. Kurz vorm Zieleinlauf mussten sich die Kids noch mal eine kleine Steigung hoch kämpfen, doch dann war es geschafft. Schnellste Zeit bei den Jungsten erlief Philip Hüttlinger mit 8:58 Minuten.

Von den Teilnehmer gab es viel Lob für die Ausrichtung und Organisation und die Bitte, so etwas doch bitte regelmäßig anzubieten.



Herren (2,9 km 325 Hm):

1.	Schoger Michael	WSV Otterskirchen	17:00
2.	Lange Korbinian	SV Mietraching	20:06
3.	Kaiß Alexander	SV Mietraching	21:11
4.	Kifner Sven	SV Mietraching	22:26
6.	Biller Georg jun.	SV Mietraching	25:12
9.	Stefan Simon	SV Mietraching	26:46
10.	Penzkofer Markus	Schützen Greising	27:46

Damen (2,9 km / 325 Hm):

1.	Lange Maria	SV Mietraching	25:47
2.	Penzkofer Julia	Schützen Greising	28:05
3.	Penzkofer Cilli	Schützen Greising	34:49

Walker (2,9 km / 325 Hm):

1.	Baumgärtner Olga	LV Deggendorf	29:33
2.	Esterl Karlheinz	LV Deggendorf	29:35
3.	Mindt Birgit	Schützen Greising	34:13

Jungen (1,7 km / 66 Hm):

1.	Hüttinger Philip	SV Mietraching	8:58
2.	Bastian Max	SV Mietraching	9:32
3.	Kaiß Maxi	SV Mietraching	9:45
4.	Hüttinger Felix	SV Mietraching	10:04
5.	Fäustl Noel	SV Mietraching	10:52

Mädchen (1,7 km / 66 Hm):

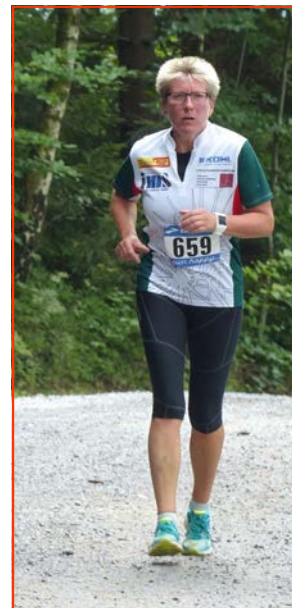
1.	Streicher Laura	SV Mietraching	9:22
2.	Dilger Katja	WSV St. Englmar	10:41
3.	Liebl Mariella	Mister Marker	11:58
4.	Ringelhäuser Lena	SV Mietraching	11:59
5.	Mindt Yvonne	SV Mietraching	12:12
7.	Kaiß Franzl	SV Mietraching	15:51



Kronberg-Lauf in Viechtach am 03.09.2017

Eine Woche später fand in Viechtach der erste Berglauf auf den Kronberg statt. Am Volksfestplatz in Viechtach wurde gestartet. Bei unterschiedlichem Untergrund und abwechslungsreichem Höhenprofil hatten die Teilnehmer auf einer Strecke von 5,5 km 350 Höhenmeter zu überwinden, wobei fast 70 % des Höhenunterschieds auf den letzten 1,5 Kilometer zu erklimmen waren. Durch die Regenfälle der letzten Tage war das Laufen auf dem aufgeweichten und rutschigen Lehmbooden im steilen Gelände äußerst Kraft raubend.

Zwei OLER des SVM versuchten sich auch hier wieder im Berglauf: Korbinian Lange erreichte nach 28:33 Minuten das Ziel auf der Kronberghütte und schaffte somit den zweiten Platz in der H-20 Kategorie. Mutter Petra Lange startete bei den Seniorinnen D-50 und belegte ebenfalls nach 40 Minuten Rang Zwei.



Parkrace in Großfilling am 07.09.2017

Seriensieger siegen erneut!

Über 50 heimische OLER starteten in der Ortsmitte von Großfilling auf ihre Bahnen. Die Schüler hatten ihre sieben Posten auf einer 900 Meter langen Bahn im Ort und dem angrenzenden offenen Wiesengelände anzulaufen. Das schaffte Michael Hötzingler vom TSV Natternberg am schnellsten.

13 Posten umfasste die 1,7 Km lange Bahn der Jugend- und Walkerkategorie. Sieben davon waren im Waldgebiet gesetzt. Am besten kam bei den Jugendlichen Anna-Lena Tannerbauer zurecht und erzielte die Bestzeit vor Laura Streicher. Das Duo Fischl / Schedlbauer vom SVM setzte sich bei den Walkern durch.

Eine Bahn mit 15 Posten auf 2,1 Kilometer hatten die Damen und Herren zu absolvieren. Zehn Posten waren im sehr schnell belaufbaren Wald anzuorientieren und wiesen interessante Postenverbindungen auf. Sie enthielten zwei „Schmetterlingsposten“, die während des Wettkampfs jeweils zweimal anzulaufen waren. Wie sollte es anders sein - es gewannen dabei jeweils souverän die Gesamtsieger der letzten Serie: Maria und Korbinian Lange.

Damen:

1.	Lange Maria	SV Mietraching	18:52
2.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	22:40
3.	Bastian Amelie	SV Mietraching	29:06
6.	Penzkofer Cilli	SV Mietraching	34:43

Herren:

1.	Lange Korbinian	SV Mietraching	14:25
2.	Liebl Siegfried	TV Osterhofen	17:37
3.	Körner Christoph	OLV Landshut	17:41
4.	Biller Georg jun.	SV Mietraching	17:45
6.	Sarközy Gergely	SV Mietraching	21:07
8.	Bretzendorfer Tobi	SV Mietraching	23:09

Kids:

1.	Hötzingler Michael	TSV Natternberg	9:06
2.	McGall Lukas	TSV Natternberg	9:11
3.	Zimmermann Evi	SV Mietraching	10:38
4.	Kilger Johannes	SV Mietraching	11:12
5.	Streicher Jonas	SV Mietraching	11:47
11.	Ringelhäuser Lena	SV Mietraching	14:33
13.	Barczyk Vivian	SV Mietraching	16:30
14.	Zimmermann Heidi	SV Mietraching	24:50
A.K.	Achatz Melissa	SV Mietraching	14:04

Jugend:

1. Tannerbauer A.-L. SV Mietraching 15:07
2. Streicher Laura SV Mietraching 15:47
3. Hötzing Verena TSV Natternberg 16:28
4. Kilger Maximilian SV Mietraching 17:57
5. Fischl Felix SV Mietraching 18:23

Walker:

1. Fischl Brigitte SV Mietraching 24:13
Schedlbauer Beate
3. Pfeffer Birgit TSV Natternberg 28:32
Hötzing Silvia

BM Lang am Dattinger Berg am 09.09.2017

Der TV Osterhofen war der Organisator dieser Meisterschaft, die zugleich der sechste BayernCup-OL war. Zwischen 14 und 18 Uhr gingen die Teilnehmer am Samstag bei der Langdistanz-Meisterschaft auf ihre unterschiedlich langen Bahnen und kämpften sich durch das anspruchsvolle Gelände. Mittendrin auch die Oler des SV Mietraching, die dabei sehr gute Ergebnisse erzielten und viele Medaillen holten. Gleich vier Meistertitel gingen an den SVM mit Lara Geiger (D-12), Laura Streicher

(D-14), malte Rehbein (H45) und Dirk Hartmann in H55.

Die Karte „Dattinger Berg“ gab einen schönen Mix aus Feinorientierung, Routenwahl und Höhenmetern her. Ein dichtes Schneisennetz gepaart mit vielen Felsen und viel Grün wurde den Teilnehmern geboten. Während des Wettkampfes zeigte sich das Herbstwetter von seiner besten Seite und Sonnenstrahlen begleiteten die Akteure bis ins Ziel. Erst zu Beginn der Siegereh-

rung begann es leicht zu regnen.

Gesamtleiter Siegfried Liebl vom TV Osterhofen gestaltete zusammen mit seinen Vereinskollegen im Anschluss die Siegerehrung. Als Geste für die gute Zusammenarbeit mit den OL-Sportlern überreichte Jürgen Völkl von den Bayerischen Staatsforsten den jeweiligen Bayerischen Titelträgern den Baum des Jahres - eine kleine Fichte.

Damen 12 (1,8 km / 60 Hm / 10 P.):

- | | | | |
|----|-------------------|------------------|------------|
| 1. | Geiger Lara | SV Mietraching | 15:35 min. |
| 2. | Döhler Luise | Pechbrunn | 21:50 min. |
| 3. | Holzhaus Klara | TV Coburg Neuses | 22:22 min. |
| 8. | Faltejskova Laura | SV Mietraching | 30:32 min. |

Herren 12 (1,8 km / 60 Hm / 10 P.):

- | | | | |
|----|------------------|----------------|------------|
| 1. | Ritzenthaler Leo | TSV Jetzendorf | 12:03 min. |
| 2. | Oechler Jakob | OLV Landshut | 12:36 min. |
| 3. | Lehner Severin | OLG Regensburg | 15:51 min. |
| 7. | Faltejsk Tobis | SV Mietraching | 21:40 min. |

Damen 14 (3,6 km / 115 Hm / 13 P.):

- | | | | |
|----|-----------------------|----------------|------------|
| 1. | Streicher Laura | SV Mietraching | 34:48 min. |
| 2. | Tannerbauer Anna-Lena | SV Mietraching | 42:57 min. |
| 3. | Hammer Inka | OLG Regensburg | 48:14 min. |

Herren 14 (3,6 km / 115 Hm / 13 P.):

- | | | | |
|----|-------------------|------------------|------------|
| 1. | Cionoiu Daniel | TV Coburg Neuses | 29:33 min. |
| 2. | Baath Ole Magnus | TSV Jetzendorf | 34:32 min. |
| 3. | Liebl Yannick | OLG Regensburg | 36:50 min. |
| 6. | Fischl Felix | SV Mietraching | 42:31 min. |
| 7. | Kilger Maximilian | SV Mietraching | 44:48 min. |



Herren 16 (5,6 km / 240 Hm / 16 P.):

1.	Kraus Konstantin	OLG Regensburg	62:52 min.
2.	Fischer Julius	OLG Regensburg	73:52 min.
3.	Dingfelder Phillip	TSV Ipsheim	75:11 min.
4.	Breuer Adam	SV Mietraching	80:59 min.

Damen 18 (5,6 km / 240 Hm / 16 P.):

1.	Fischer Laura	OLG Regensburg	69:51 min.
2.	Kraus Sophie	OLG Regensburg	79:33 min.
3.	Bastian Amelie	SV Mietraching	87:16 min.

Damen 19 Elite (6,1 km / 270 Hm / 21 P.):

1.	Seeger Mareike	OLG Regensburg	67:39 min.
2.	Lehner Marei	OLG Regensburg	70:15 min.
3.	Lange Maria	SV Mietraching	74:00 min.
4.	Biller Anna	SV Mietraching	74:47 min.
6.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	84:47 min.

Herren 19 Elite (10,1 km / 400 Hm / 26 P.):

1.	Lehner Korbinian	OLG Regensburg	75:31 min.
2.	Lange Korbinian	SV Mietraching	77:50 min.
3.	Nürnberger Julian	OLG Regensburg	83:56 min.

Herren 19 Kurz (5,6 km / 240 Hm / 16 P.):

1.	Biller Georg jun.	SV Mietraching	60:57 min.
2.	Tippelt Alexander	TV Coburg Ketschendorf	73:53 min.
AK	Nauth Markus	LOK Berlin	71:14 min.

Damen 35 (5,6 km / 240 Hm / 16 P.):

1.	Ritzenthaler Kristin	TSV Jetzendorf	59:09 min.
2.	Lorenz-Baath Kathrin	TSV Jetzendorf	61:39 min.
3.	Enborg Anna	OC München	68:12 min.
4.	Faltejskova Jana	SV Mietraching	70:18 min.
6.	Breuer Martina	SV Mietraching	89:51 min.

Herren 35 (7,0 km / 320 Hm / 23 P.):

1.	Natho Ronny	OC München	65:12 min.
2.	Weid Uwe	TV Coburg Neuses	67:22 min.
3.	Enborg Andreas	OC München	67:58 min.
4.	Faltejssek Lukas	SV Mietraching	85:56 min.

Damen 45 (5,3 km / 180 Hm / 16 P.):

1.	Leukert Kristin	OC München	62:22 min.
2.	Roportz Jana	OLV Landshut	65:29 min.
3.	Lange Petra	SV Mietraching	69:29 min.
8.	Vogl Karin	SV Mietraching	84:44 min.
11.	Penzkofer Cilli	SV Mietraching	95:19 min.

Herren 45 (6,1 km / 270 Hm / 21 P.):

1.	Rehbein Malte	SV Mietraching	55:28 min.
2.	Scheler Thomas	TV Coburg Neuses	64:36 min.
3.	Weinig Peter	OC München	65:04 min.
6.	Vogl Roland	SV Mietraching	67:29 min.



Herren 55 (5,6 km / 240 Hm / 16 P.):

1.	Hartmann Dirk	SV Mietraching	56:36 min.
2.	Cionoiu Gheorghe	TV Coburg Neuses	66:52 min.
3.	Kolehmainen Ari	OC München	67:55 min.
10.	Lange Peter	SV Mietraching	94:25 min.
11.	Biller Georg sen.	SV Mietraching	110:26 min.

Offen Kurz (3,6 km / 115 Hm / 13 P.):

1.	Zink Martina	OLA TSV Deggendorf	58:21 min.
2.	Fischl Brigitte	SV Mietraching	63:28 min.
3.	Hötzing Sylvia	TSV Natternberg	66:44 min.

Offen Mittel (3,4 km / 130 Hm / 12 P.):

1.	Rößler Udo	OLA TSV Deggendorf	45:58 min.
2.	Hagen Alexander	TSV Jetzendorf	48:55 min.
3.	Celorio Felix	TSV Natternberg	62:33 min.
	Breuer Jakob	SV Mietraching	Fehlst.

Schüler B (1,8 km / 60 Hm / 10 P.):

1.	McGall Luke	TSV Matternberg	17:32 min.
	Hötzing Michael		
3.	Kilger Johannes	SV Mietraching	18:15 min.
7.	Kiendl Luis	SV Mietraching	26:56 min.
8.	Kiendl Lina	SV Mietraching	27:18 min.
11.	Faltejskova Greta	SV Mietraching	33:59 min.
13.	Breuer Ondrej	SV Mietraching	38:50 min.



Bayerncup Lauf auf der Rusel am 10.09.2017

Der Sonntag stand dann im Zeichen des 7. und letzten Bayerncup-Laufs auf der Rusel und der damit verbundenen Entscheidung in der Wertung des Gesamtbayerncups.

Das Ausrichterteam vom SV Mietraching hatte das nötige Glück, dass der Regen vor Wettkampfbeginn um 10 Uhr aufhörte. Die Teilnehmer kamen zwar wie „begossene Pudel“ ins Ziel, was dem Engagement und den guten Leistungen aber keinen Abbruch tat.

Auch die heimischen Orientierungsläufer mischten in mehreren Kategorien wieder vorn mit.

Fast alle Wettkämpfer stöhnten schon im Vorfeld, denn der allgemeine Tenor war: „Wie immer - am Ende laufen wir immer auf der Rusel!“ Die Karte war fast allen schon bekannt, Korbinian Lange legte ansprechende Bahnen über die Mitteldistanz ins abwechslungsreiche Gelände.

Damen 12 (1,6 km / 55 Hm / 9 P.):

1.	Döhler Luise	SV Pechbrunn	16:57 min.
2.	Holzhaus Klara	TV Coburg Neuses	17:12 min.
3.	Natho Leonie	OC München	21:25 min.
9.	Faltejskova Laura	SV Mietraching	32:12 min.

Herren 12 (1,6 km / 55 Hm / 9 P.):

1.	Oechler Jakob	OLV Landshut	11:17 min.
2.	Oneseit Alexander	OLG Regensburg	15:37 min.
3.	Adler Leo	TV Coburg Neuses	18:00 min.
10.	Faltejsk Tobias	SV Mietraching	23:39 min.

Damen 14 (1,7 km / 70 Hm / 9 P.):

1.	Kraus Katharina	OLG Regensburg	19:59 min.
2.	Streicher Laura	SV Mietraching	21:58 min.
3.	Tannerbauer Anna-Lena	SV Mietraching	21:59 min.
4.	Mindt Yvonne	SV Mietraching	23:03 min.
6.	Geiger Lara	SV Mietraching	29:55 min.

Herren 14 (1,7 km / 70 Hm / 9 P.):

1.	Cionoiu Daniel	TV Coburg Neuses	13:41 min.
2.	Baath Ole Magnus	TSV Jetzendorf	17:48 min.
3.	Fischl Felix	SV Mietraching	18:27 min.
8.	Kilger Maximilian	SV Mietraching	28:33 min.

Herren 16 (2,5 km / 90 Hm / 10 P.):

1.	Fischer Julius	OLG Regensburg	29:01 min.
2.	Bauer Alexander	TV Osterhofen	20:54 min.
3.	Lehner Benedikt	OLG Regensburg	32:36 min.
5.	Breuer Adam	SV Mietraching	45:37 min.

Damen 18 (3,3 km / 170 Hm / 14 P.):

1.	Kraus Sophie	OLG Regensburg	44:59 min.
2.	Fischer Laura	OLG Regensburg	50:10 min.
3.	Bastian Amelie	SV Mietraching	52:05 min.

Damen 19 Elite (3,3 km / 170 Hm / 14 P.):

1.	Lehner Marei	OLG Regensburg	34:08 min.
2.	Seeger Mareike	OLG Regensburg	34:30 min.
3.	Lange Maria	SV Mietraching	34:47 min.
6.	Biller Anna	SV Mietraching	38:25 min.
7.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	52:29 min.

Damen 35 (2,5 km / 90 Hm / 10 P.):

1.	Ritzenthaler Kristin	TSV Jetzendorf	26:01 min.
2.	Enborg Anna	OC München	27:16 min.
3.	Deixler-Thier Bettina	OC München	33:02 min.
4.	Faltejskova Jana	SV Mietraching	33:44 min.
5.	Breuer Martina	SV Mietraching	45:54 min.

Herren 35 (4,6 km / 185 Hm / 16 P.):

1.	Weid Uwe	TV Coburg Neuses	38:47 min.
2.	Natho Ronny	OC München	39:43 min.
3.	Enborg Andreas	OC München	40:36 min.
4.	Faltejsk Lukas	SV Mietraching	49:15 min.

Herren 45 (3,3 km / 170 Hm / 14 P.):

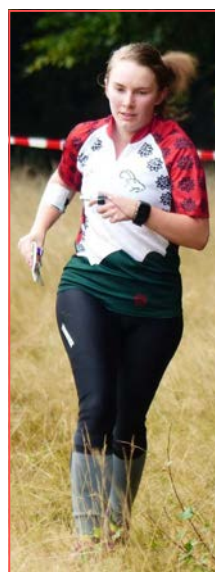
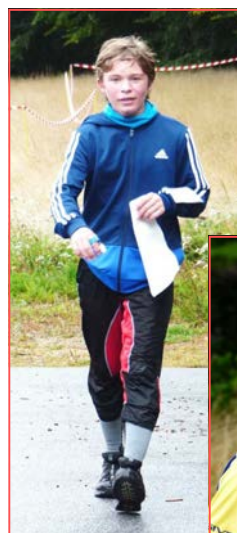
1.	Rehbein Malte	SV Mietraching	28:37 min.
2.	Scheler Thomas	TV Coburg Neuses	32:48 min.
3.	Weinig Peter	OC München	34:09 min.

Herren 55 (2,5 km / 90 Hm / 10 P.):

1.	Zoltner Helge	OLV Landshut	24:55 min.
2.	Kolehmainen Ari	OC München	27:25 min.
3.	Kirsch Stefan	TV Coburg Neuses	29:23 min.
10.	Hartmann Jens	SV Mietraching	49:44 min.

Offen Mittel (2,4 km / 120 Hm / 10 P.):

1.	Celorio Felix	TSV Natternberg	43:36 min.
2.	Huth Roland	TV Coburg Neuses	48:02 min.
3.	Hagen Alexander	TSV Jetzendorf	51:03 min.
4.	Breuer Jakob	SV Mietraching	52:25 min.



Schüler B (1,6 km / 55 Hm / 9 P.):

1.	Oechler Lukas	OLV Landshut	17:31 min.
2.	Kilger Johannes	SV Mietraching	20:25 min.
3.	Ringelhäuser Lena	SV Mietraching	23:30 min.
5.	Zimmermann Evi	SV Mietraching	24:29 min.
6.	Zimmermann Heidi	SV Mietraching	24:37 min.
7.	Breuer Ondrej	SV Mietraching	31:17 min.
8.	Faltejskova Greta	SV Mietraching	31:49 min.
9.	Kiendl Lina	SV Mietraching	33:35 min.
10.	Kiendl Luis	SV Mietraching	33:50 min.



Bayerncup-Gesamtwertung 2017

Damen 12:

1.	Geiger Lara	SV Mietraching	400,00 Punkte
2.	Holzhaus Klara	TV Coburg Neuses	396,37 Punkte
3.	Baath Fina	TSV Jetzendorf	279,08 Punkte
6.	Faltejsková Laura	SV Mietraching	237,13 Punkte

Damen 14:

1.	Hötzinger Verena	TSV Natternberg	400,00 Punkte
2.	Streicher Laura	SV Mietraching	371,60 Punkte
3.	Tannerbauer Anna-Lena	SV Mietraching	363,35 Punkte
4.	Mindt Yvonne	SV Mietraching	359,78 Punkte
10.	Geiger Lara	SV Mietraching	66,80 Punkte

Damen 18:

1.	Kraus Sophie	OLG Regensburg	397,81 Punkte
2.	Fischer Laura	OLG Regensburg	385,05 Punkte
3.	Bastian Amelie	SV Mietraching	380,08 Punkte



Damen 19 Elite:

1.	Seeger Mareike	OLG Regensburg	388,45 Punkte
2.	Lange Maria	SV Mietraching	384,02 Punkte
3.	Meißner Britta	OLV Landshut	376,76 Punkte
7.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	322,60 Punkte
8.	Biller Anna	SV Mietraching	261,33 Punkte
12.	Bastian Helena	SV Mietraching	156,44 Punkte
17.	Kühne Hannah	SV Mietraching	91,98 Punkte

Damen 35:

1.	Hagen-Ritzenthaler Kristin	TSV Jetzendorf	395,00 Punkte
2.	Enborg Anna	OC München	387,34 Punkte
3.	Faltejsková Jana	SV Mietraching	363,17 Punkte
7.	Breuer Martina	SV Mietraching	207,89 Punkte

Damen 45:

1.	Leukert Kristin	OC München	396,06 Punkte
2.	Liebl Gertrud	TV Osterhofen	393,32 Punkte
3.	Geiger Christiane	OLA TSV Deggendorf	376,86 Punkte
6.	Vogl Karin	SV Mietraching	363,40 Punkte
8.	Lange Petra	SV Mietraching	327,17 Punkte
19	Mindt Birgit	SV Mietraching	137,50 Punkte
20	Penzkofer Cilli	SV Mietraching	96,51 Punkte

Herren 12:

1.	Ritzenthaler Leo	TSV Jetzendorf	400,00 Punkte
2.	Oechler Jakob	OLV Landshut	394,99 Punkte
3.	Burgmair David	OLG Regensburg	349,11 Punkte
10.	Faltejssek Tobias	SV Mietraching	213,37 Punkte

Herren 14:

1.	Cionoiu Daniel	TV Coburg Neuses	400,00 Punkte
2.	Baath Ole	TSV Jetzendorf	391,19 Punkte
3.	Lang Luis	OLG Regensburg	388,76 Punkte
6.	Fischl Felix	SV Mietraching	313,24 Punkte
9.	Kilger Maximilian	SV Mietraching	263,63 Punkte

Herren 16:

1.	Kraus Konstantin	OLG Regensburg	388,02 Punkte
2.	Fischer Julius	OLG Regensburg	362,73 Punkte
3.	Bauer Alexander	TV Osterhofen	342,54 Punkte
6.	Breuer Adam	SV Mietraching	199,34 Punkte

Herren 19 Elite:

1.	Yordanov Teodor	OC München	399,17 Punkte
2.	Lange Korbinian	SV Mietraching	391,33 Punkte
3.	Nürnberger Julian	OLG Regensburg	376,24 Punkte
8.	Biller Georg jun.	SV Mietraching	301,44 Punkte
10.	Leontjevs Girts	SV Mietraching	291,08 Punkte

Herren 35:

1.	Natho Ronny	OC München	400,00 Punkte
2.	Enborg Andreas	OC München	389,10 Punkte
3.	Weid Uwe	TV Coburg Neuses	385,86 Punkte
6.	Faltejsek Lukas	SV Mietraching	341,52 Punkte

Herren 45:

1.	Cherniavsky Sergey	OC München	386,94 Punkte
2.	Janischowsky Klemens	OLG Regensburg	381,42 Punkte
3.	Weinig Peter	OC München	377,11 Punkte
5.	Vogl Roland	SV Mietraching	375,51 Punkte
13.	Rehbein Malte	SV Mietraching	297,56 Punkte

Herren 55:

1.	Hartmann Dirk	SV Mietraching	400,00 Punkte
2.	Kolehmainen Ari	OC München	351,86 Punkte
3.	Kirsch Stefan	TV Coburg Neuses	344,40 Punkte
12.	Lange Peter	SV Mietraching	174,86 Punkte
18.	Biller Georg sen.	SV Mietraching	108,74 Punkte
21.	Hartmann Jens	SV Mietraching	50,10 Punkte

**Bayern-Pokal Gesamtwertung 2017:**

1.	OLG Regensburg	18.729,57 Punkte	71 Orientierungsläufer
2.	SV Mietraching	8.612,47 Punkte	31 Orientierungsläufer
3.	OC München	8.190,63 Punkte	30 Orientierungsläufer
4.	TV Coburg Neuses	7.830,74 Punkte	30 Orientierungsläufer
5.	OLV Landshut	4.482,67 Punkte	19 Orientierungsläufer
6.	TSV Jetzendorf	3.158,34 Punkte	12 Orientierungsläufer
7.	OLA TSV Deggendorf	2.609,67 Punkte	11 Orientierungsläufer
8.	TV Osterhofen	2.549,36 Punkte	8 Orientierungsläufer
9.	MTV Bamberg	2.482,88 Punkte	12 Orientierungsläufer
10.	TSV Natternberg	1.893,79 Punkte	6 Orientierungsläufer

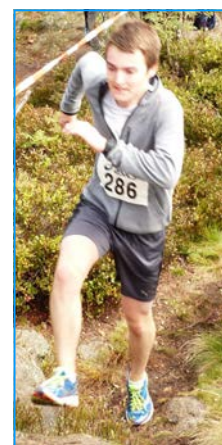
„Der Kine vom Kaitersberg“ in Bad Kötzing am 17.09.2017

„Aufi muas i“ - das war der Slogan des heurigen „Kine vom Kaitersberg“. Einmal mehr zog es fast 300 Sportler nach Bad Kötzing, um sich dieser besonderen Herausforderung zu stellen. Auch drei Mietracher Athleten versuchten sich zum ersten Mal an dieser äußerst anspruchsvollen Strecke.

Vom Bad Kötztlinger Jahnplatz über Feld- und Wanderwege musste man möglichst schnell auf den Gipfel des Kaitersberg gelangen. Mit der Zeit von 35:57 Minuten durfte sich heuer Olaf Schober bei den Herren die Krone aufsetzen.

Wie erwartet entwickelte sich das ganze am Sonntag zu einem Berglauf-Volksfest. Trotz einiger gemeldeter Athleten, die nicht kamen, bedeuteten die knapp 300 Starter einen neuen Teilnehmerrekord bei der fünften Auflage dieses Events. Mit dem Anschließen der Bad Kötztlinger Böllerschützen fiel um Punkt 11 Uhr der Startschuss für die erwartete schwere Prüfung, die den Akteuren bevorstand. Nach der kurzen Asphaltpassage nach der Jahnhalle wurden die Waden noch geschont, als es über die Wiesen bei Sperlhammer ging. Mit dem Überqueren der Bahnlinie und der Staatsstraße nach Lam war es dann aber endgültig vorbei mit der Schonzeit. Mit dem Belagwechsel auf Feld- und Wald- oder Wanderwege kamen auch die ersten Höhenmeter dazu. Es folgte eine weitere Straßenquerung nahe dem Arndorfer Hochweg, ehe es mit dem Erreichen von Haiberg nur mehr steil bergauf ging. Noch ein Schluck Wasser bei der dortigen Versorgungsstation - und dann stand der anspruchsvollste Wegabschnitt bevor. Mit dem Passieren von Reitenberg hieß es dann auch, die steilen und steinigen Passagen zum Kaitersberggipfel in Angriff zu nehmen. Einmal mehr forderte dann auch die Steintreppe im Bereich der Räuber-Heigl-Höhle die Athleten, bevor der erste Blick zum Gipfelkreuz die letzten Kraftreserven mobilisieren ließ. Viele Zuschauer säumten den Weg und empfingen die Läufer nach dem sie sich am Schluss noch die Stahltraverse kurz vor dem Gipfel entlang hangelten und völlig entkräftet die Ziellinie am Gipfel überquerten.

Zu den physischen Anstrengungen gesellten sich der teils noch nasse Untergrund, der die insbesondere Stein- oder Wurzelpassagen für die Läufer besonders schwierig werden ließ, um nicht Gefahr zu laufen, auszurutschen. Ansonsten begleiteten ideale Laufbedingungen die Athleten zum Bad Kötztlinger Hausberg.



Damen Elite:

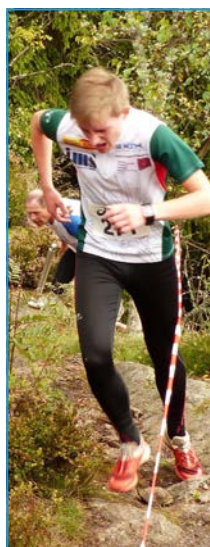
1.	Veronika Steiner	WSV Viechtach	47:32
2.	Magdalena Simstich	Laufgruppe Adlershof	48:35
3.	Verena Schrötter	SV Arnbruck	49:45

Damen U18:

1.	Amelie Bastian	SV Mietraching	60:50
2.	Katrin Aschenbrenner	ohne Verein	66:03

Herren Elite:

1.	Armin Reif	TV Zwiesel	39:43
2.	Shifaraw Woudimu Beri	TV Bad Kötzing	41:01
3.	Michael Münsterer	Team Gamsbock	41:55
11.	Korbinian Lange	SV Mietraching	47:33
23.	Simon Stefan	SV Mietraching	61:48



DM Lang in Bad Freinwalde am 23.09.2017

Den Saisonhöhepunkt erleben die OLer immer schon bei der Deutschen Meisterschaft über die Langdistanz.

Der ESV LOK Schöneeweide hatte sich als Veranstaltungsort eine ehemaligen Truppenübungsplatz ausgesucht.; hier in der Nähe von Berlin wurden schon 2015 die Staffel- und Mannschaftsmeisterschaften ausgetragen.

Für die Bayern war die Anreise ganz schön weit, da Brandenburg ja nicht grad ums Eck liegt. Trotzdem war auch der SV Mietraching wieder mit einer kleinen Truppe angereist.

Die Ergebnisse blieben in vielen Kategorien hinter den Erwartungen zurück, doch für vordere Platzierungen muss man Woche für Woche den inneren Schweinehund überwinden und hart trainieren. Zudem reicht es auch nicht, nur hin und wieder auf bayerischer Ebene zu laufen, man darf die Herausforderungen und den Vergleich mit der Deutschen und Internationalen Konkurrenz nicht scheuen.

Natürlich ist es immer wieder schwierig, Schule, Beruf, Familie und Training unter einen Hut zu bringen, doch wer auf dem Treppchen ganz oben stehen möchte, muss sich immer wieder quälen und viel Zeit investieren.

VO NIX KIMMT NIX



Damen 14 (3,6 km / 20 Hm / 7 P.):

1.	Josephine Müller	USV TU Dresden	28:10
2.	Merle Sihver	Post SV Dresden	29:04
3.	Pina Mauch	Berliner Turnerschaft	30:28
17.	Anna-Lena Tannerbauer	SV Mietraching	50:25
22.	Yvonne Mindt	SV Mietraching	68:55

Damen 19 kurz (4,0 km / 30 Hm / 13 P.):

1.	Maria Lange	SV Mietraching	33:27
2.	Wiebke Wendler-Groß	SV Quedlingburg	41:00
3.	Elisa Kaufmann	OK Leipzig	41:45
13.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	56:12
	Karin Vogl	SV Mietraching	Fehlst.

Herren 14 (4,9 km / 20 Hm / 9 P.):

1.	Konstantin Kunckel	USV TU Dresden	27:07
2.	Konrad Stamer	Preetzer TSV	27:19
3.	Malte Borrmann	OL Görlitz	30:35
25.	Maximilian Kilger	SV Mietraching	67:28

Herren 20 (10,5 km / 110 Hm / 19 P.):

1.	Ole Hennseler	MTV Seeses	59:14
2.	Quirin Lehner	OLG Regensburg	65:04
3.	Joris Hochstetter	USV Jena	67:09
6.	Korbinian Lange	SV Mietraching	79:48

Herren 45 (8,7 km / 35 Hm / 19 P.):

1.	Nils Schmiedeberg	Turbine Neubrandenburg	53:57
2.	Christian Stamer	Preetzer TSV	56:55
3.	Holger Mager	Post SV Dresden	57:04
14.	Roland Vogl	SV Mietraching	71:57

Herren 55 (6,8 km / 35 Hm / 15 P.):

1.	Jens Leibiger	Post SV Dresden	46:01
2.	Michael Thierolf	TSG Bad König	47:03
3.	Andreas Spengler	ESV LOK Dessau	48:43
7.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	54:59



Deutschland-Cup in Bad Freienwalde am 24.09.2017

Am Tag nach der DM-Lang folgt wie seit jeher der Deutschland-Cup. Traditionell landet mittlerweile immer ein, manchmal auch zwei bayerische Teams unter den ersten Zehn. In diesem Jahr war es leider nicht der SV Mietraching, sondern die OLG Regensburg - was sich aber in den nächsten unbedingt wieder ändern sollte.

Einen kleinen Krimi lieferten sich die vorderen Plätze, hier ging es dicht an dicht im Schlusssprint ins Ziel und der MTV Seesen hatte die Nase vorn. Das offene Gelände hatte den Vorteil, dass die Zuschauer auf der Zielwiese bei den engen Entscheidungen richtig mitfiebern konnten. Der Truppenübungsplatz zusammen mit dem angrenzenden Wald hatte die Teilnehmer auch an diesem Tag vor allem durch diffizile Höheninformationen und den hohen technischen Anspruch sehr gefordert.

Der SV Mietraching hatte eine Elite-Staffel und eine Rahmenstaffel gemeldet und zog sich in beiden Wettbewerben achtbar aus der Affäre. Ein Teammitglied (Anna-Lena Tannerbauer) wurde nach einer „hohen Ablösesumme“ an einen auswärtigen Verein ausgeliehen und erreichte mit der Mannschaft vom OLV Uslar sogar Platz Neun in der Rahmenstaffel.

Deutschland Cup Elite-Staffeln:

1. MTV Seesen **2:04:25 Std.**
Ole Hennseler (26:57), Ann-Charlotte Spangenberg (29:38),
Lina Buchberger (15:08); Birte Friedrichs (26:56),
Bjarne Friedrichs (25:46)
2. Post SV Dresden 2 **2:04:42 Std.**
Holger Mager (28:36), Dorothea Müller (26:02),
Julia Neelmeijer (16:58), Matthias Müller (26:49),
Matthias Kretzschmar (26:17)
3. USV TU Dresden 1 **2:04:45 Std.**
Karten Leideck (28:58), Kerstin Ulboupin (27:38),
Konstantin Kunckel (12:55), Heiko Gossel (27:52)
Wieland Kundisch (27:22)
23. SV Mietraching **2:43:19 Std.**
Korbinian Lange (32:50), Maria Lange (32:33),
Karin Vogl (21:18), Julia Penzkofer (38:55),
Roland Vogl (37:43)



Deutschland Cup Rahmen-Staffeln:

- | | | |
|-----|--|--------------|
| 1. | Post SV Dresden 3 | 1:10:53 Std. |
| | Dirk Meyer (27:11), Leoni Kipka (15:12), Jan von Dalowski (28:30) | |
| 2. | TUS Lübbecke 1 | 1:13:22 Std. |
| | Christoph Prunsche (23:44), Colin Kolbe (11:27), Christian Duesmann (38:11) | |
| 3. | OLF Mainz 1 | 1:19:34 Std. |
| | Kolya Saß (31:11); Jannik Saß (17:50), Alexander Görke (30:33) | |
| 9. | OLV Uslar 1 | 1:30:23 Std. |
| | Horst von Gaza (34:11), Anna-Lena Tannerbauer (21:34), Anke von Gaza (34:38) | |
| 34. | SV Mietraching | 1:56:00 Std. |
| | Georg Biller jun. (34:06), Yvonne Mindt (24:18), Maximilian Kilger (57:36) | |



Parkrace in Untergrub am 05.10.2017

Letzter Lauf zur Deg-Park-Tour im Jahr 2017

Mit einem anspruchsvollen Orientierungslauf westlich von Mietraching, der von starkem Wind und Regen begleitet wurde, endete die diesjährige Deg-Park-Tour-Serie.

Vom Weiler Untergrub bei Familie Lange aus gingen die Teilnehmer auf ihre Bahnen, die von Organisatorin Petra Lange vorbereitet worden waren.

Die Schülerstrecke umfasste eine Länge von 900 Metern mit 50 Höhenmetern, bei denen die Posten fast ausschließlich auf Wiesengelände verteilt waren. Sie wurden von Jakob Oechler aus Landshut am schnellsten gefunden und quitiert.

Die Jugend- und Walkerkategorien hatten ihre Posten auf einer Bahn von 1900 Metern mit 100 Höhenmetern in wechselndem Wald- und Wiesenbereich anzulaufen. Am besten lösten das bei den Jugendlichen Laura Streicher und bei den Walkern Brigitte Fischl zusammen mit Beate Schedlbauer.

Orientierungstechnisch etwas schwieriger war die Erwachsenen-Bahn mit 2800 Metern und 150 Höhenmetern konzipiert. Die Damen und Herren wurden dabei ordentlich gefordert. Dazu kam noch die witterungsbedingt schnell einsetzende Dunkelheit. Durchsetzen konnten sich bei den Herren erneut Seriensieger Korbinian Lange und bei den Damen Julia Penzkofer.

Damen:

1.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	32:11
2.	Oechler Heike	OLV Landshut	33:55
3.	Bauer Iris	TV Osterhofen	34:26
6.	Vogl Karin	SV Mietraching	37:51
7.	Mindt Birgit	SV Mietraching	41:14
9.	Penzkofer Cilli	SV Mietraching	47:27

Herren:

1.	Lange Korbinian	SV Mietraching	22:21
2.	Körner Ralph	OLV Landshut	23:20
3.	Körner Christoph	OLV Landshut	24:56
4.	Sarközy Gergely	SV Mietraching	26:29
5.	Biller Georg jun.	SV Mietraching	27:11
9.	Vogl Roland	SV Mietraching	33:44

Jugend:

1.	Streicher Laura	SV Mietraching	17:49
2.	Geiger Lara	SV Mietraching	18:08
3.	Tannerbauer Anna-Lena	SV Mietraching	18:27
4.	Fischl Felix	SV Mietraching	18:54
6.	Achatz Melissa	SV Mietraching	30:12
A.K.	Stefan Simon	SV Mietraching	21:11

Kids:

1.	Oechler Jakob	OLV Landshut	6:23
2.	Ringelhäuser Lena	SV Mietraching	11:37
3.	Oechler Moritz	OLV Landshut	12:48
5.	Streicher Jonas	SV Mietraching	13:48
6.	Zimmermann Heidi	SV Mietraching	14:06
7.	Zenger Alicia	SV Mietraching	16:24



8.	Miethanner Emilia	SV Mietraching	16:29
9.	Zimmermann Evi	SV Mietraching	19:45
10.	Miethanner Alina	SV Mietraching	21:22
11.	Barczyk Vivian	SV Mietraching	26:15

Walker:

1.	Fischl Brigitte Schedlbauer Beate	SV Mietraching	22:00
2.	Kiener Cornelia	LV Deggendorf	32:14
3.	Wastl Ingrid	LV Deggendorf	32:22

Parkrace Gesamtwertung Saison 2016/2017

Damen:

1.	Lange Maria	SV Mietraching	600,00 Punkte	8 Läufe
2.	Liebl Gertrud	TV Osterhofen	504,33 Punkte	8 Läufe
3.	Penzkofer Julia	SV Mietraching	502,10 Punkte	7 Läufe
4.	Vogl Karin	SV Mietraching	490,70 Punkte	8 Läufe
6.	Bastian Amelie	SV Mietraching	391,48 Punkte	5 Läufe
8.	Penzkofer Cilli	SV Mietraching	228,02 Punkte	4 Läufe
10.	Gruber Andrea	SV Mietraching	154,37 Punkte	2 Läufe
13.	Kühne Hannah	SV Mietraching	100,00 Punkte	1 Lauf
15.	Bastian Helena	SV Mietraching	98,43 Punkte	1 Lauf

Herren:

1.	Lange Korbinian	SV Mietraching	600,00 Punkte	9 Läufe
2.	Körner Christoph	OLV Landshut	551,95 Punkte	8 Läufe
3.	Biller Georg jun.	SV Mietraching	531,03 Punkte	8 Läufe
4.	Vogl Roland	SV Mietraching	475,64 Punkte	8 Läufe
8.	Sarközy Gergely	SV Mietraching	294,14 Punkte	4 Läufe
16.	Bretzendorfer Tobias	SV Mietraching	61,09 Punkte	1 Lauf
18.	Scharnböck Andreas	SV Mietraching	53,69 Punkte	1 Lauf
20.	Rempe Walter	SV Mietraching	47,48 Punkte	1 Lauf

Jugend:

1.	Engl Veronika	TSV Natternberg	554,23 Punkte	7 Läufe
2.	Fischl Felix	SV Mietraching	527,01 Punkte	9 Läufe
3.	Hötzinger Verena	TSV Natternberg	502,92 Punkte	6 Läufe
5.	Mindt Yvonne	SV Mietraching	470,95 Punkte	6 Läufe
6.	Tannerbauer Anna-Lena	SV Mietraching	470,12 Punkte	7 Läufe
9.	Streicher Laura	SV Mietraching	342,51 Punkte	4 Läufe
10.	Kilger Maximilian	SV Mietraching	298,97 Punkte	4 Läufe
12.	Reiß Moritz	SV Mietraching	78,31 Punkte	1 Lauf
13.	Gruber Tim	SV Mietraching	41,83 Punkte	1 Lauf
15.	Scharnböck Manuel	SV Mietraching	31,45 Punkte	1 Lauf

Kids:

1.	Geiger Lara	SV Mietraching	600,00 Punkte	6 Läufe
2.	Ringelhäuser Lena	SV Mietraching	383,55 Punkte	7 Läufe
3.	Kilger Johannes	SV Mietraching	382,14 Punkte	5 Läufe
5.	Zimmermann Evi	SV Mietraching	299,14 Punkte	5 Läufe
6.	Bastian Max	SV Mietraching	265,16 Punkte	3 Läufe
8.	Streicher Jonas	SV Mietraching	240,08 Punkte	4 Läufe
9.	Tannerbauer Johannes	SV Mietraching	224,17 Punkte	3 Läufe
10.	Zimmermann Heidi	SV Mietraching	178,34 Punkte	4 Läufe
11.	Ringhofer Sig	SV Mietraching	163,90 Punkte	3 Läufe
12.	Achatz Melissa	SV Mietraching	156,50 Punkte	3 Läufe
13.	Ringhofer Inga	SV Mietraching	136,08 Punkte	2 Läufe
14.	Ringhofer Ida	SV Mietraching	114,02 Punkte	2 Läufe
24.	Miethanner Alina	SV Mietraching	73,25 Punkte	2 Läufe
26.	Reiß Johannes	SV Mietraching	61,11 Punkte	1 Lauf
39.	Barczyk Maluna	SV Mietraching	45,50 Punkte	1 Lauf
40.	Barczyk Vivian	SV Mietraching	45,50 Punkte	1 Lauf
41.	Penzkofer Anna	SV Mietraching	43,47 Punkte	1 Lauf

Walker:

1.	Körner Walter	LV Deggendorf	594,34 Punkte	9 Läufe
2.	Mindt Birgit	SV Mietraching	566,43 Punkte	7 Läufe
3.	Schedlbauer Beate	SV Mietraching	554,54 Punkte	9 Läufe
	Fischl Brigitte	SV Mietraching	554,54 Punkte	9 Läufe
12.	König Josef	SV Mietraching	74,64 Punkte	1 Lauf

ARGE ALP - Orientierungslauf in Vorarlberg 14.-15.10.2017

Goldener Herbst beim Arge Alp in Vorarlberg

Nahezu sommerliche Temperaturen begleiteten den alljährlichen Alpenländerkampf, bei dem Bayern seinen vierten Gesamtplatz festigen konnte. Mit dazu beigetragen haben auch die Mietrachinger Karin und Roland Vogl, Lara Geiger, Yvonne Mindt und Dirk Hartmann.

Temperaturen von knapp 20 Grad im Schatten, strahlender Sonnenschein, wolkenloser Himmel und ein atemberaubendes Alpenpanorama - diese Traumkombination erwischten die Teilnehmer an diesem Wochenende. Aus Deutschland waren wie üblich

die beiden Alpen-Anrainerländer Bayern (als ARGE ALP Mitglied) und Baden-Württemberg (als Gast) vertreten, um sich mit den OL-Sportlern aus Österreich, Italien und der Schweiz zu messen.

Der Staffellauf wurde auf dem Gebhardsberg oberhalb von Bregenz mit hervorragendem Blick über den Bodensee ausgetragen. Die Teilnehmer erwartete ein sehr steiles Gelände ohne jegliche Flachpassagen; dafür mit tief eingeschnittenen Bachtälern. Da die Steilhänge teilweise auch mit Brombeeren bewachsen waren, die hie und da das Vorwärtskommen nochmals deutlich erschwerten, war die Physik gefordert.

Für den Einzellauf ging es weiter südlich nach Göfis, unweit der Grenze zu Liechtenstein. Diesmal war das Gelände deutlich flacher als am Vortag, hielt aber immer noch genügend Höhenmeter für die OL-Sportler bereit. Kennzeichnend waren die (zumeist weiß dargestellten!) teils dichten Brombeerbüschel im Wald, die ein Vorwärtskommen schwer bis teilweise unmöglich machten. Häufig war somit die Wegroute außen herum die schnellere Variante, was für eine leichte Lauflastigkeit des Wettkampfes sorgte.

Mädchen D12 Staffel:

1. Baden-Württemberg 2 43:27 min.
Fritz Marlene (19:45); Fritz Julia (23:42)
2. Thurgau 56:03 min.
Riediker Melina (26:27); Müller Noelia (29:36)
3. Bayern 1 58:42 min.
Natho Leonie (26:33); Burgmair Juliane (32:09)
5. Bayern 2 67:11 min.
Geiger Lara (38:07); Holzhaus Klara (29:04)

Senioren H35 Staffel:

1. Ticino 1:53:25 Std.
Ren Michele (38:11); Boiani Tiziano (41:50); Maddalena Stefano (33:24)
2. Bayern 1 1:57:38 Std.
Natho Ronny (40:16); Enborg Andreas (37:38); Weid Uwe (39:44)
3. Südtirol 1 2:04:14 Std.
Neuhauser Ingemar (40:51); Weitlaner Andreas (44:24); Grassi Simone (38:59)
7. Bayern 2 2:22:18 Std.
Vogl Roland (44:31); Körner Ralph (48:01); Janischowsky Klemens (49:46)

Senioren H55 Staffel:

1. Ticino 1:31:24 Std.
Hilterbrand Thomas (36:01); Guglielmetti Michele (28:46); Guglielmetti Francesco (26:37)
2. Graubünden 1 1:33:02 Std.
Puntschart Adrian (25:35); Gordon Riet (34:34); Brühwiler Urs (32:53)
3. St. Gallen 1 1:39:43 Std.
Baumann Ernst (33:34); Schneider Alois (37:28); Ammann Mario (28:41)
6. Bayern 1 1:50:15 Std.
Seeger Guido (44:21); Zonato Stefano (35:30); Hartmann Dirk (30:24)

Mädchen D14 Staffel:

1. Ticino 1:02:40 Std.
Coppini Iara (20:58); Maddalena Giulia (20:13); Bertozzi Giulia (21:29)
2. Trentino 1 1:03:32 Std.
Simion Elena (22:03); Rigoni Alessia (21:35); Gaio Rachele (19:54)
3. Trentino 2 1:03:51 Std.
Simion Ester (22:02); Zugliani Eleonore (21:31); Riz Nicole (20:18)
6. Bayern 1 1:45:19 Std.
Hötzing Verena (38:16); Kraus Katharina (29:34); Mindt Yvonne (37:29)

Seniorinnen D45 Staffel:

1. St. Gallen 1:58:45 Std.
Angler Susanne (46:55); Deininge Rita (37:04); Berlinger Nathalie (34:46)
2. Ticino 2:03:54 Std.
Barca Sandra (57:14); Quadri Graziella (30:56); Baltraminelli Marzia (35:44)
3. Bayern 1 2:10:31 Std.
Grifoni Milena (44:47); Geiger Christiane (39:47); Vogl Karin (45:57)

Einzellauf Damen 12 (2,8 km / 30 Hm / 9 P.):

1.	Simion Elena	Trentino	17:05 min.
2.	Kocsis Emma	Ticino	17:42 min.
3.	Rigoni Alessia	Trentino	18:08 min.
14.	Geiger Lara	Bayern	21:49 min.

Einzellauf Damen 14 (2,9 km / 65 Hm / 9 P.):

1.	Hubmann Nina	St. Gallen	20:02 min.
2.	Hubmann Lisa	St. Gallen	20:26 min.
3.	Gaio Rachele	Trentino	20:50 min.
19.	Mindt Yvonne	Bayern	56:21 min.

Einzellauf Damen 40 (5,0 km / 160 Hm / 12 P.):

1.	Spinelli Tulla	Ticino	49:34 min.
2.	Rottensteiner Sabine	Südtirol	49:39 min.
3.	Bertoldi Helga	Trentino	54:19 min.
11.	Vogl Karin	Bayern	69:07 min.

Einzellauf Herren 45 (5,9 km / 125 Hm / 13 P.):

1.	Kunz Patrick	St. Gallen	43:53 min.
2.	Schwind Klaus	Baden Württemberg	46:27 min.
3.	Beltrambo Dario	Südtirol	47:17 min.
	Vogl Roland	Bayern	Aufgabe

Einzellauf Herren 55 (4,9 km / 120 Hm / 9 P.):

1.	Puntschart Adrian	Graubünden	37:58 min.
2.	Ammann Mario	St. Gallen	43:03 min.
3.	Minotti Olivier	Ticino	44:49 min.
25.	Hartmann Dirk	Bayern	64:45 min.

Nachtrag: Niederbayerische Meisterschaft in Süssenbach am 03.10.2017

In Süssenbach bei Regenstau wurden die diesjährigen Meisterschaften der Bezirke Niederbayern und Oberpfalz für die OLER ausgerichtet. Am Ende sahten Mietrachings Teilnehmer mächtig ab.

Die Veranstalter von der OLG Regensburg hatten kräftezehrende und O-technisch schwierige Bahnen vorbereitet. Im Granit-Felsengelände des Vorderen Bayerischen Waldes mussten sich die Orientierer auf der Karte „Stubenthal“ bei hohem Tempo eine gute Routenwahl überlegen, um am Ende im Kampf um die Medaillen vorne mit dabei zu sein.

Mit insgesamt vier Gold-, drei Silber- und vier Bronzemedailen war der SV Mietraching erfolgreichster Landkreisverein.

Damen 12 (1,7 km / 75 Hm / 10 P.):

1.	Lara Geiger	SV Mietraching	30:13 min.
2.	Malin Klein	OLV Landshut	40:54 min.
3.	Evi Zimmermann	SV Mietraching	45:45 min.

Damen 14 (2,6 km / 100 Hm / 11 P.):

1.	Anna-Lena Tannerbauer	SV Mietraching	38:27 min.
2.	Laura Streicher	SV Mietraching	39:12 min.
3.	Yvonne Mindt	SV Mietraching	43:58 min.

Damen Elite (5,0 km / 190 Hm / 16 P.):

1.	Maria Lange	SV Mietraching	49:21 min.
2.	Britta Meißner	OLV Landshut	51:12 min.
3.	Julia Penzkofer	SV Mietraching	53:18 min.



Damen 45 (3,0 km / 100 Hm / 12 P.):

1.	Gertrud Liebl	TV Osterhofen	36:27 min.
2.	Christiane Geiger	OLA TSV Deggendorf	42:40 min.
3.	Birgit Mindt	SV Mietraching	51:28 min.
4.	Cilli Penzkofer	SV Mietraching	51:36 min.
5.	Petra Lange	SV Mietraching	55:55 min.

Herren 14 (2,6 km / 100 Hm / 11 P.):

1.	Jakob Oechler	OLV Landshut	32:02 min.
2.	Felix Fischl	SV Mietraching	36:54 min.
3.	Manuel Scharnböck	TSV Natternberg	63:45 min.

Herren Elite (5,8 km / 230 Hm / 19 P.):

1.	Korbinian Lange	SV Mietraching	46:57 min.
2.	Christoph Körner	OLV Landshut	58:43 min.
3.	Robin Ohme	OLA TSV Deggendorf	64:59 min.
4.	Georg Biller jun.	SV Mietraching	68:44 min.

Herren 35 (5,8 km / 230 Hm / 19 P.):

1.	Ralph Körner	OLV Landshut	53:08 min.
2.	Gergely Sarközy	SV Mietraching	99:40 min.
3.	Christian Friebe	OLA TSV Deggendorf	145:50 min.

Herren 55 (4,4 km / 135 Hm / 14 P.):

1.	Helge Zoltner	OLV Landshut	49:18 min.
2.	Peter Weigold	TV Osterhofen	67:09 min.
3.	Arndt Werthmann	OLV Landshut	72:44 min.
5.	Peter Lange	SV Mietraching	78:50 min.
6.	Georg Biller sen.	SV Mietraching	85:54 min.

Bundesranglisten-Punkte für die Saison 2017

Lange Korbinian	Herren 20	Platz 10 von 30	59,58 Punkte
Lange Maria	Damen Elite	Platz 13 von 100	65,81 Punkte
Kühne Hannah	Damen Elite	Platz 25 von 100	59,58 Punkte
Bastian Helena	Damen Elite	Platz 32 von 100	55,66 Punkte
Penzkofer Julia	Damen Elite	Platz 37 von 100	53,28 Punkte
Biller Anna	Damen Elite	Platz 46 von 100	51,12 Punkte
Leontjevs Girts	Herren Elite	Platz 75 von 133	64,31 Punkte
Biller Georg jun.	Herren Elite	Platz 82 von 133	60,97 Punkte
Geiger Lara	Damen 12	Platz 22 von 58	39,39 Punkte
Tannerbauer Anna-Lena	Damen 14	Platz 29 von 53	39,56 Punkte
Mindt Yvonne	Damen 14	Platz 36 von 53	38,19 Punkte
Kilger Maximilian	Herren 14	Platz 34 von 57	43,41 Punkte
Bastian Amelie	Damen 18	Platz 23 von 37	41,06 Punkte
Faltejskova Jana	Damen 40	Platz 13 von 42	51,62 Punkte
Faltejsek Lukas	Herren 40	Platz 17 von 49	64,67 Punkte
Vogl Karin	Damen 45	Platz 30 von 64	46,43 Punkte
Vogl Roland	Herren 45	Platz 26 von 75	64,67 Punkte
Lange Petra	Damen 50	Platz 9 von 49	48,09 Punkte
Hartmann Dirk	Herren 55	Platz 6 von 71	71,74 Punkte
Lange Peter	Herren 60	Platz 26 von 47	42,08 Punkte

Nachwuchs-Trainingslager in Habischried am 11. und 12.11.2017

Die diesjährige Jugendbildungsmaßnahme im Bayerischen Wald für den jungen bayerischen OL-Nachwuchs war trotz schlechtem Wetter einmal mehr ein gelungenes Wochenende.

Insgesamt 40 Kinder im Alter von acht bis 14 Jahren aus ganz Bayern - darunter auch viele Mietrachinger Kids - nahmen an der diesjährigen Fortbildungsmaßnahme teil. Landesjugendfachwart Daniel Janischowsky und viele zahlreiche Helfer organisierten den Saisonabschluss für die Jüngsten.

In diesem Jahr entschied man sich, die zweitägige Maßnahme im Schullandheim Habischried im Landkreis Regen abzuhalten. Durch die Höhenlage im Bayerischen Wald bescherte das nasskalte Wetter an diesem Wochenende den Teilnehmern neben Nieselregen auch den ersten leichten Schneefall, so dass der Skihang am Geißkopf sich ab Samstag Mittag in weißem Kleid zeigte. Vormittags gab es rund ums Schullandheim kleine OL-Runden, die von den Kids alleine oder in Gruppen bewältigt werden mussten. Nachmittags gings ins „grüne“ Gelände am Dattinger Berg. Dauerregen und kalte 0 Grad konnten unseren Nachwuchs aber nicht stoppen., Voller Eifer stürzten sich die Kids auf ihre teilweise schweren Bahnen.

Zurück im Schullandheim gab es erst einmal warmen Tee zum Aufwärmen, trockene Kleidung und dann gings nach einer kurzen Besprechung schon wieder ab zur nächsten Trainingseinheit, nämlich in die Turnhalle zum Hallen-OL. Während alle anderen Teilnehmer sich dann zum Abendessen in den Speisesaal aufmachten, ging es für die Mietrachinger wieder nach Hause in die eigenen Betten, um am Sonntag in alter Frische wieder auf der Rusel auf der Matte zu stehen. Hier gab es eine intensive Geländeerkundung mit OL-Karte und Kompass. Fast ohne Regen und voller Tatendrang wurden die Kinder auf ihre unterschiedlich langen Bahnen geschickt, wo sie teilweise von einem Betreuer begleitet wurden. Nach dem Zieleinlauf wurde das Warten auf alle Teilnehmer mit kleinen Spielen im Wald verkürzt. Der gemeinsame Rückweg zum Parkplatz am Multifunktionshaus beschloss dieses Trainingslager, bei dem der OL in spielerischer Weise erlernt wurde.



OL-Aussenstelle Dirk Hartmann in Konz



Als einen zuverlässigen Medaillensammler auf Bayerischer und Deutscher Ebene lesen wir Dirk Hartmann jedes Jahr des Öfteren in unserem Jahresbericht. In diesem Jahr war er auch wieder der Einzige, der sich eine Medaille bei Deutschen Meisterschaften erkämpfen konnte.

Zu all diesen Veranstaltungen reist er von Konz in der Nähe von Trier in Rheinland-Pfalz fast 600 km einfache Strecke an. Doch dies nicht genug, auch bei den Belgischen, Saarländischen und Hessischen Meisterschaften ist er jedes Jahr auf der Teilnehmerliste zu finden - und in der Ergebnisliste meistens auch weit vorne zu lesen.

Zudem hat er in dieser Saison auch einen 4-Tage-OL in Schweden bestritten und ist in Irland, Frankreich und Portugal bei Wettkämpfen am Start gewesen.

Eine kleine Auflistung seiner Ergebnisse im Anschluss:

Belgische Meisterschaft Mittel in Godinne am 19.02.2017:

Herren 55 (3400 m / 100 Hm):

1.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	27:21 min.
2.	André Pierlot	C.O. Liège	29:18 min.
3.	Bart Van de Moortel	Omega	29:37 min.

Nationaler Lauf Lang in Schootsheid / Belgien am 26.02.2017:

Herren 55 (6600 m / 160 Hm):

1.	Wiet Laenen	TROL	49:27 min.
2.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	51:45 min.
3.	Luc Melis	hamok	53:10 min.

Bayerische Meisterschaft Staffel in Coburg am 13.05.2017:

Herren 55:

1. Mit der Staffel vom TV Coburg Neuses, da er für diesen Verein das Zweitstartrecht besitzt.

Bundesranglistenlauf Lang in Berlin am 05.06.2017:

Herren 55 (5,8 km / 130 Hm / 13 P.):

1.	Hartmann Dirk	SV Mietraching	38:52 min.
2.	Lösch Steffen	USV Jena	39:53 min.
3.	Kristensen Arne	Herlufsholm OK	44:15 min..

Nationaler Lauf in St. Hubert / Belgien am 11.06.2017:

Herren 55 (7000 m):

1.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	62:40 min.
2.	Wiet Laenen	TROL	64:04 min.
3.	Freddy Henkes	St. Vith ARDOC	66:58 min.

4-Tage-OL in Helsingborg / Schweden 16.-18.06.2017:

Etappe 1 - Sprint H 55 (2720 m)

1.	Mats Windstedt	Fredrikshofs IF	16:28 min.
2.	Ulf Jungstrand	OK Skogsfalken	17:27 min
3.	Mats Brorsson	Tockarps	17:27 min.
8.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	19:10 min.

Etappe 2 - Sprint H55 (2650 m):

1.	Hans Melin	Göteborg OK	17:08 min.
2.	Ulf Jungstrand	OK Skogsfalken	17:10 min
3.	Joakim Eriksson	Södertälje OF	17:55 min.
6.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	19:12 min.

Etappe 3 - Sprint H55 (2850 m)

1.	Ulf Jungstrand	OK Skogsfalken	18:11 min.
2.	Mats Windstedt	Fredrikshofs IF	18:16 min.
3.	Göran Mansson	Karlskrona SOK	19:26 min.
8.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	21:02 min.

Etappe 4 - Sprint H55 (2670 m):

1.	Hans Melin	Göteborg Majorna OK	17:14 min.
2.	Jan Hansson	Stenungsunds OK	18:54 min.
3.	Ulf Jungstrand	OK Skogsfalken	18:58 min.
10.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	23:00 min.

Gesamtergebnis der 4 Etappen:

1.	Ulf Jungstrand	OK Skogsfalken	71:46 min.
2.	Hans Melin	Göteborg Majorna OK	72:15 min.
3.	Jan Hansson	Stenungsunds OK	76:20 min.
7.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	82:24 min.

Nationaler Lauf in Idrefjällen / Schweden am 25.06.2017:

Herren 55 (5600 m)

1.	Björnar Tollefsen	OK Ost	41:24 min.
2.	Terje Schjolberg	Roros IL	43:04 min.
3.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	43:47 min.

3-Tage-OL in Idrefjäll / Schweden 27.-29.06.2017:

Etappe 1 - Langdistanz H55 (5700 m):

1.	Anders Enmark	Gävle OK	60:56 min.
2.	Mats Jönsson	Korsnäs IF OK	62:47 min.
3.	Martin Tischovsky	SK Praga	66:32 min.
7.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	77:16 min.

Etappe 2 - Mitteldistanz H55 (2700 m):

1.	Anders Lund	Järfälla OK	33:26 min.
2.	Mats Jönsson	Korsnäs IF OK	38:05 min.
3.	Per Bjurström	OK Tisaren	39:58 min.
9.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	44:27 min.

Etappe 3 - Langdistanz H55 (5300 m):

1.	Mats Jönsson	Korsnäs IF OK	54:33 min.
2.	Anders Lund	Järfälla OK	55:02 min.
3.	Bjornar Tollefsen	OK Ost	55:48 min.
7.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	62:02 min.

Gesamtergebnis der 3 Etappen:

1.	Mats Jönsson	Korsnäs IF OK	2:35:25 Std.
2.	Anders Lund	Järfälla OK	2:37:12 Std.
3.	Martin Tichovsky	SK Praga	2:46:53 Std.
6.	Dirk Hartmann	SV Mietraching	3:03:45 Std.



Belgische Meisterschaften in Recht am 27.08.2017:

5. Dirk Hartmann SV Mietraching

Deutsche Staffel-Meisterschaft in Pulsnitz am 16.09.2017:

5. mit der H-175 Staffel des TV Coburg-Neuses

Deutsche Mannschafts-Bestenkämpfe in Pulsnitz am 17.09.2017:

5. mit der H-175 Mannschaft des TV Coburg-Neuses

Belgische Meisterschaft Landdistanz in Hiederbos am 24.09.2017:

- | | | | |
|----|--------------------|----------------|------------|
| 1. | Wiet Laenen | TROL | 45:52 min. |
| 2. | Christian Stoffels | Balise 10 | 53:05 min. |
| 3. | Dirk Hartmann | SV Mietraching | 54:39 min. |

Nationaler Belgischer Lauf Langdistanz in Kelchterhoef am 01.10.2017:

- | | | | |
|----|---------------|----------------|------------|
| 1. | Wiet Laenen | TROL | 45:24 min. |
| 2. | Dirk Hartmann | SV Mietraching | 51:23 min. |
| 3. | Jos Jacobs | Borasca | 52:04 min. |

Saarlandmeisterschaft Langdistanz in Trier am 21.10.2017:

- | | | | |
|----|---------------|----------------|------------|
| 1. | Dirk Hartmann | SV Mietraching | 51:53 min. |
| 2. | Ralf Döllgast | TV Oberbexbach | 71:52 min. |

Hessische Meisterschaft Langdistanz in Eppstein am 28.10.2017:

- | | | | |
|----|-------------------|------------------|------------|
| 1. | Dirk Hartmann | SV Mietraching | 51:53 min. |
| 2. | Jean-Marie Wurtz | ohne Verein | 53:24 min. |
| 3. | Pierre Parmentier | ASUB Orientation | 57:26 min. |

Sportabzeichen 2017





Seit Anfang April bot der Laufverein wieder fast jeden Freitag die Möglichkeit, das Sportabzeichen zu erwerben. Immer zwischen 16 Uhr und 17.30 Uhr fand das Training und die Abnahme des Sportabzeichens auf dem Sportplatz der Bundespolizei statt.

Bis zur Mitte des Jahres war der SV Mietraching mit 33 begonnenen Abzeichen der aktivste Verein. Wenn die fast 20 Jugendlichen und Erwachsenen des SV Mietraching im Stadion eintrafen, hatten die Prüfer des LV ganz schön viel zu tun; wobei sie aber auch tatkräftige Unterstützung von den vereinsinternen Trainern bekamen.

Leider war es - wie fast schon jedes Jahr - schwierig, alle Teilnehmer so zu motivieren, dass die angefangenen Abzeichen auch beendet wurden. Bis Anfang Dezember zog es sich hin, bis dann alle ihre Disziplinen und Schwimmnachweise erbracht hatten. Somit können fast alle die Urkunde bei der Ehrung am 12. Januar 2018 entgegen nehmen.







Liebe Mitglieder und Eltern,

Ich möchte mich zuerst ganz herzlich für eure Mithilfe bei unseren Veranstaltungen bedanken. Ohne unsere Veranstaltungen könnten wir die Ausgaben nicht stemmen, die wir jedes Jahr für den Betrieb unserer Abteilung haben.

Ich möchte außerdem hier die Chance nutzen, euch zu motivieren, härter und umfangreicher zu trainieren. Ich leite nun die Abteilung Orientierungslauf seit mittlerweile 18 Jahren, und ich beobachte im Training, dass die Bereitschaft sich zu „schinden“ über die Jahre bei unseren Jugendlichen und Kindern ziemlich nachgelassen hat.

Wer Medaillen haben möchte, muss sich im Training fordern.

Fordern heißt, an die körperliche Leistungsgrenze zu gehen, sich auszupumpen, zu schwitzen und die Schmerzen zu ertragen. Nur so wird der Körper trainiert, und nur so verbessert sich die Ausdauer und die Kraft von Training zu Training. Das setzt natürlich auch voraus, dass man regelmäßig trainiert! Dieses „Schinden“ und „Auspowern“ ist auch nicht ungesund, im Gegenteil, ihr stählt damit euren Körper, der dann für die Herausforderungen im Wettkampf gewappnet ist.

Also Auf geht's!

Haut euch rein! Es macht auch Spaß, und ihr werdet die Erfolge ernten und dann eben noch mehr Spaß bei der Sache haben!

Für das neue Jahr wünsche ich Euch Gesundheit, viele gefundene Posten und viel Spaß am Training!

Eure Abteilungsleiterin Karin Vogl

Das Wort zum Jahresabschluss

