

Wer schnell sein will, sollte jetzt bremsen

Das Lauffieber steigt eine Woche vor dem Salzburger-Marathon.

GERHARD ÖHLINGER

SALZBURG. Die letzte Woche vor dem Salzburger-Marathon wird mit dem Lauftreff des Clubs RunAustria am Sonntag (Kongresshaus, 10 Uhr) eingeleitet. Dort, wo in einer Woche, am 6. Mai, auch der Marathon startet, wird Veranstalter Johannes Langer die Teilnehmer auf eine betont lockere Runde entlang der Salzach führen.

Dieses „Anlaufen“ gibt auch das Tempo für die Marathonwoche vor: Denn wer bisher seinen Trainingsplan gewissenhaft eingehalten hat, kann nun ruhigen Gewissens etwas vom Gas geben. Wer umgekehrt bisher zu faul war, holt das Versäumte auch nicht mehr auf. Johannes Langer, selbst diplomierter Lauftrainer, sagt: „Obwohl in der letzten Woche weniger trainiert wird, sollte man sich noch auf Trab halten.“

Erzwingen sollte man nichts, wenn das Training zu kurz ge-

MARATHON

Noch 8 Tage



Die Salzburger Lauffestspiele stehen bevor. BILD: SNG/EPF

kommen ist. Merkt jemand im Verlauf des Salzburger-Marathons, dass es nicht ganz reichen wird, kann er nach der ersten Runde ins Halbmarathon-Ziel laufen und wird dort gewertet. Eine Ummeldung ist nicht notwendig.

Die Möglichkeit, sich online anzumelden, endet am morgigen Sonntag. Wer sich erst im letzten Moment zur Teilnahme entscheidet, muss tiefer in die Tasche greifen und sich ins Gewühl bei der „Sport Mall“ stürzen, die am Freitag und Samstag im Kongresshaus das Marathonfieber steigen lässt. Der erste Startschuss fällt am Freitag (19.30) beim Salzburger Nachrichten After Work Run über fünf Kilometer. Am Samstag folgen Cup&Cino Frühstückslauf, Bio Austria Citywalk, Integrationslauf und Junior Marathon, am Sonntag nach dem Marathon noch der Halbmarathon, Hervis-10-km-CityRun und die Teambewerbe.

Philip Pertl erhielt Nachwuchspreis der Sportunion

SALZBURG. Der Halleiner Triathlet Philip Pertl ist gestern, Freitag, im Saal der Salzburger Nachrichten mit dem Nachwuchsförderpreis der Sportunion Salzburg ausgezeichnet worden. Auf Platz zwei landete das Radstädter Tennistalent Lukas Neumayer vor der Leichtathletin Ingeborg Grünwald und der St. Veiter Skifahrerin Melanie Niederdorfer. Der Teampreis ging an die U16 des DSG Liefering Hockey.



Philip Pertl BILD: SNU/UNION SALZBURG

SPORTTERMINE AM WOCHENENDE

Samstag

Regional

Regionalliga West: Grünau – Grödig (14 Uhr), Anif – Dornbirn, Hohenems – Seekirchen (beide 16), Salzburger Liga: Bergheim – Straßwalchen (14), Kuchl – Zell am See (15), Strobl – Bramberg, Austria Salzburg – Union Hallein (beide 16).

1. Landesliga: FC Hallein – Hofgastein, Pfarrwerfen – Grödig 1b, Anthering – Adnet, Berndorf – St. Michael, Maria Alm – Schwarzach (alle 16).

2. Landesliga Nord: Faistenau – Seekirchen 1b, Gneis – Oberhofen (beide 14), ASV – Fuschl, HSV – Mattsee, Köstendorf – Siezenheim, Plainfeld – Austria Salzburg 1b (alle 16).

2. Landesliga Süd: St. Johann 1b – Leogang (14), Saalfelden 1b – Mühlbach/Pzg., Tamsweg – Konkordiahütte, Eben – Radstadt, Neukirchen – Kaprun, Piesendorf – Mittersill (alle 16), Saalbach – Maishofen (18).

1. Klasse Nord: Anif 1b – Nußdorf (13), Eugendorf 1b – Hof (15), Oberalm – Taxham, Lamprechtshausen – ASK/PSV (beide 16), Grünau 1b – Elixhausen (16.30), Kuchl 1b – SAK 1b (17.15).

1. Klasse Süd: Hollersbach – Flachau (13), St. Martin/L. – Ramingstein, Muhr – Zederhaus, Rauris – Unken, Stuhlfelden – Taxenbach (alle 16).

2. Klasse Nord A: Bürmoos 1b – SG Perwang/M. (13.30), SSK – Neumarkt

1b, Hallwang 1b – ATSV Salzburg, Schleedorf – Großgmain (alle 16), Bergheim 1b – Leopoldskron (16.30).

2. Klasse Nord B: Elisabethen – Türkücü, Ebenau – Strobl 1b, Koppl – Siesenheim 1c (alle 16).

2. Kl. Süd: Altenmarkt 1b – B'hofen 1b, Wagrain – Mauterndorf, Goldegg – Mariafarr, Filzmoos – Hüttau (alle 16), Mühlbach/H. – Annaberg (17).

2. Klasse SW: Wald – Großbarf, Bruck – Lend, Dienten – Zell 1b (beide 16).

Radspport

Mountainbike-Orientierung, ÖM (Schwarzenbergkaserne, 11).

Wasserball

Bundesliga: Paris Lodron Salzburg – IWV Wien (Rif, 18.30).

Pferdesport

Dressur- und Springreitturnier (Lamprechtshausen, 8).

Tischtennis

U21-ÖM, Mannschaft (Rif, 9).

Laufspport

Straßenlauf (Weißbach, 14.30)

Sonntag

Fußball

1. Landesliga: Oberndorf – Puch (16).

KURZ GEMELDET

Drei Walsler kämpfen bei EM, drei fehlen

WALS. Nur mit drei Ringern ist der A. C. Wals bei der EM in Kaspijsk (RUS) vertreten. Christoph Burger kämpft griechisch-römisch, Maxi Aufseiter und Gabriel Janatsch treten im Freistil an. Verletzungsbedingt zu Hause bleiben mussten Amer Hrustanovic und Florian Marchl. Amirkhan Visalimov erhielt kein Visum für Russland.

Wasserballer üben schon fürs Play-off

SALZBURG. Dass Salzburger Wasserballer den Grunddurchgang der Bundesliga auf Platz drei beenden, steht bereits fest. In den letzten Heimspielen in Rif wollen sie sich auf das Play-off einstellen. Es warten am Samstag der IWV Wien und tags darauf Halbfinalgegner ASV Wien.

2. Landesliga Nord: Obertrum – St. Koloman (16).

1. Klasse Nord: St. Georgen – Abersee (16).

1. Klasse Süd: St. Veit – St. Martin/T., Hüttschlag – Bad Gastein (beide 16).

2. Klasse Nord B: U. Hallein 1b – Scheffau (13), Abtenau – Vigaun (17).

2. Klasse Süd/West: SG Utten-dorf/Niedersill – Lenzing (14), Bramberg 1b – Dorfgastein (16).

Radspport

Mountainbike-Orientierung, ÖM (Saalachau, 10).

Basketball

2. Bundesliga Herren: BBU Salzburg – Wörthersee Piraten (Liefering, 17).

Wasserball

Bundesliga: Paris Lodron Salzburg – ASV Wien (Rif, 13.30).

Pferdesport

Dressur- und Springreitturnier (Lamprechtshausen, 8).

Tischtennis

U21-ÖM, Einzel (Rif, 9).

Laufspport

Ritzensee Lauf (Saalfelden, 10).
ohne Gewähr!