

TSV Turn- und Sportverein
Ottensheim

Oberbank
DONAULAUF
OTTENSHEIM

Tips
total.
regional.

www.donaulauf.ottensheim.at

16. OBERBANK DONAULAUF

Samstag, 05.10.2024



**KNEIDINGER CENTER HALBMARATHON, SECA 10 KM LAUF,
5 KM EINSTEIGERLAUF & ENERGIE AG PAARBEBWERB,
MARKTGEMEINDE OTTENSHEIM KINDERMARATHON**

Oberbank



Marktgemeinde
OTTENSHEIM

OÖNachrichten

KneidingerCenter

ENERGIE AG
Oberösterreich



**Anders, weil:
wir Bewegung auch ins
Leben bringen.**

Oberbank
Nicht wie jede Bank

Ja, wir unterstützen die unterschiedlichsten Sportarten.

Weil Fitness für uns alle besonders wichtig ist. Nicht nur die finanzielle, sondern auch die körperliche Kondition entscheidet letztendlich, wie schnell wir unsere Ziele erreichen können. Wenn Sie also einmal bei uns vorbeilaufen: Wir freuen uns auf ein Gespräch mit Ihnen!

INHALTSVERZEICHNIS



VORWORT <i>Dr. Franz GASSELSBERGER MBA</i>	4
VORWORT <i>Anna und Maria Kneidinger</i>	4
VORWORT <i>Vizebürgermeisterin Maria HAGENAUER</i>	5
VORWORT <i>Serafin CAMPESTRINI</i>	5
VORWORT <i>Bernhard STEINER</i>	5
BEWERBE STRECKEN	6-7
AUF EINEN BLICK	8
TAGESPROGRAMM UND STARTZEITEN	9
SPONSOREN	9
ATHLET*INNENINFO	10
KINDERMARATHON	12

WICHTIGE TELEFON NUMMERN

POLIZEI: 133

ROTES KREUZ NOTRUF: 144

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

IMPRESSUM

Herausgeber: Turn- und Sportverein Ottensheim, Innerer Graben 14, 4100 Ottensheim, Austria

ZVR-Zahl: 705956306 • **E-Mail:** sportverein@ottensheim.at

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

Konzept: www.pisamedien-group.at

Layout: TSV Ottensheim



SEHR GEEHRTE DAMEN UND HERREN, LIEBE LAUFFREUNDE!

Das Veranstaltungsteam des Donaulaufs Ottensheim und die Oberbank verbindet das gemeinsame Ziel, Menschen für das Laufen zu begeistern und etwas für die eigene Gesundheit zu tun. Denn: Laufen wirkt sich positiv auf die körperliche, aber auch mentale Fitness aus. Das ist der Grund, weshalb wir uns auch in der Oberbank für die Gesundheitsvorsorge der Mitarbeiter*innen aktiv einsetzen.

Ausdauer und Durchhaltevermögen sind nicht nur beim Laufen essenziell, sondern auch im beruflichen Alltag in der Bank. Unsere zahlreichen sportlichen Mitarbeiter*innen, die bei den vielen Sportevents teilnehmen, stellen das täglich unter Beweis. Ich bin davon überzeugt, dass der Oberbank Donaulauf Ottensheim 2024 wieder ein voller Erfolg und ein großartiges Erlebnis wird!

Ich bedanke mich beim Organisationsteam für das Engagement und wünsche Ihnen und allen Teilnehmenden eine gelungene Veranstaltung!

*Dr. Franz GASSELSBERGER, MBA
Generaldirektor Oberbank AG*



LAUFEN TUT GUT

Laufen verbessert unsere körperliche Gesundheit und macht den Kopf frei. Alle die regelmäßig ihre Laufschuhe schnüren brauchen keine Studien, um diese positiven Effekte zu bestätigen. Wenn da nicht der volle Terminkalender oder das schlechte Wetter wären. Es gibt unzählige Hindernisse, die uns von einem regelmäßigen Training abhalten und uns vergessen lassen was uns eigentlich gut tut. Mich persönlich motiviert die Teilnahme am Donaulauf meine Laufeinheiten nicht zu vergessen. Das Veranstaltungsteam des Donaulaufs stellt jedes Jahr ein Event auf die Beine, bei dem sich Hobbyläufer*innen und Leistungssportler*innen gleich wohl fühlen und alle vom gemeinsamen Spirit profitieren. Wir freuen uns daher auch 2024 Namensgeber für den Kneidinger Center Halbmarathon sein zu dürfen.

Allen Teilnehmenden gratulieren wir zum Durchhalten in der Trainingsphase. Wie wünschen allen einen erfolgreichen Lauf und hoffen, dass die Teilnahme am Donaulauf zum Weiterlaufen motiviert.

*Anna und Maria Kneidinger
Geschäftsführung Kneidinger Center GmbH*



LIEBE DONAULAUFBEGEISTERTE!

Seit vielen Jahren vereint der Oberbank Donaulauf mit dem Kindermarathon und den unterschiedlichen Distanzen Menschen aus Nah und Fern, jung und alt, Profisportler*innen und Hobbyläufer*innen in einer einzigartigen Atmosphäre sportlicher Begeisterung.

Der Donaulauf ist nicht nur ein Wettbewerb gegen die Zeit und gegen andere Läufer*innen, sondern auch eine persönliche Herausforderung und eine Feier des Willens. Ganz gleich, ob Sie die volle Distanz in Angriff nehmen, Ihre persönliche Bestzeit brechen oder einfach nur mit Freunden und Familie die Freude am Laufen teilen – der Donaulauf bietet für jeden etwas Besonderes.

Als Bürgermeisterin bedanke ich mich für das großartige ehrenamtliche Engagement vieler Ottensheimer*innen bei der Organisation und Durchführung dieses sportlichen Großereignisses.

Der TSV Ottensheim leistet einen wertvollen Beitrag zum sportlichen, sozialen und gesellschaftlichen Leben in unserer Marktgemeinde. In den Sektionen Faustball, Fußball, Leichtathletik, Ski, Stockschißen, Tennis, Tischtennis, Turnen und Wandern, leisten Ehrenamtliche wichtige Arbeit für unser Ortsleben. Die zahlreichen und abwechslungsreichen Angebote für Kinder und Jugendliche, Erwachsene sowie Junggebliebene werden von Vielen in Anspruch genommen. Für die Tätigkeit als Organisator*in oder Trainer*in, die nicht selbstverständlich ist, möchte ich mich bei Euch allen bedanken.

Lasst uns gemeinsam die Vorfreude spüren, die Spannung aufbauen und uns auf den bevorstehenden 16. Oberbank Donaulauf vorbereiten. Möge dieser Lauf nicht nur ein sportlicher Wettkampf sein, sondern vor allem eine Zeit des Miteinanders, der Selbstüberwindung und des Stolzes auf das, was wir erreichen können, wenn wir uns gemeinsam ein Ziel setzen.

Maria HAGENAUER

Bürgermeisterin der Marktgemeinde Ottensheim



ALTE WERTE IN TURBULENTEN ZEITEN!

Wir leben in Zeiten großer Veränderungen mit neuen Herausforderungen und Unsicherheiten in vielen Bereichen. In solchen Zeiten gewinnen Werte wie Nachhaltigkeit, Regionalität, Gesundheit, Partnerschaft und Familie noch mehr als sonst an Bedeutung. Diese Werte bestimmen auch das Leitbild von SECA und deshalb unterstützen wir den Donaulauf auch sehr gerne in seiner bereits 16. Auflage. Ausdauer und Konsequenz in der Vorbereitung sind im Laufsport ebenso wie im Wirtschaftsleben die unverzichtbare Basis für Erfolg. Im Team wird das Erreichen gesteckter Ziele leichter und macht darüber hinaus auch noch Spaß.

Mit diesen Parallelen zum Wirtschaftsleben ist für uns der Laufsport ein perfekter Ausgleich zum täglichen Arbeitsalltag.

Dass wir uns in Österreich darüberhinaus in einer gesunden Umwelt bewegen dürfen und vor unserer Haustür entlang der Donau eine der schönsten Laufstrecken vorfinden, macht die Entscheidung fürs Laufen noch leichter!

Wir wünschen dem Veranstaltungsteam viel Erfolg und den Teilnehmenden eine verletzungsfreie Vorbereitung und ein tolles Lauferlebnis am 5. Oktober.

Serafin Campestrini



LIEBE FREUNDINNEN UND FREUNDE DES OBERBANK DONAULAUFES!

Unterstützt durch viele ehrenamtliche Helfer*innen aus unseren Sektionen bereiten die Mitglieder des Organisationskomitees auch in diesem Jahr alles vor, damit auch der 16. Oberbank Donaulauf Ottensheim am 5. Oktober 2024 wieder ein schönes Sportlerlebnis für alle Beteiligten wird.

Die Disziplinen für den Kindermarathon finden am Samstag, 5. Oktober, ab 11:30 Uhr in und um das Stadion in Ottensheim statt. Der Massenstart bei den Bewerben für die Erwachsenen erfolgt um 14:00 Uhr ebenfalls im Stadion. Wie in den vergangenen Jahren führt die Laufstrecke durch unseren historischen Donaumarkt entlang von Streuobstwiesen, der internationalen Regattastrecke

und an der Donau wieder zurück ins Stadion. Mit den unterschiedlichen Distanzen und Bewerben bieten wir ein tolles Lauferlebnis für Jung und Alt. Der Spaß und die Freude am gemeinsamen Laufen stehen dabei im Vordergrund.

Ohne die Unterstützung unserer Sponsor*innen und Partner*innen wäre diese Veranstaltung undenkbar. Ich bedanke mich bei allen die zum Gelingen beitragen sehr herzlich.

Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnehmer*innen bei den Kinder- und Erwachsenenbewerben sowie auf viele Zuschauer*innen und möchten gemeinsam mit euch einen entspannten und angenehmen Sporttag in Ottensheim erleben.

Bernhard Steiner

Präsident des Turn- und Sportvereins Ottensheim

EINSTEIGERLAUF 5 km
ENERGIE AG PAARBEBWERB 5 km

SECA LAUF 10 km



KNEIDINGER CENTER HALBMARATHON 21,0975 km



EINSTEIGERLAUF

*Einsteiger*innen laufen diesen Bewerb. Über 5 km geben Gelegenheitssportler*innen ihr Bestes.*

ENERGIE AG PAARBEBWERB

*Das Gemeinschaftserlebnis für Partner*innen, Familien oder Kolleg*innen.*

*2 Starter*innen laufen über 5 km. Gewertet wird die Gesamtzeit der beiden Starter*innen nach jeweils 5 km. Alle Teilnehmenden können individuell entscheiden, ob sie nach den 5 km noch eine Runde weiterlaufen und damit in der 10 km-Einzelwertung geführt werden, oder aber den Lauf nach 5 km beenden und dann in der 5 km-Einzelwertung aufscheinen.*

KNEIDINGER CENTER HALBMARATHON

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

SECA LAUF

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

MARKTGEMEINDE OTTENSHEIM KINDERMARATHON

*Der Oberbank-DONAULAUF stellt beim Kindermarathon unsere jüngsten Teilnehmer*innen in den Mittelpunkt. Die Jüngsten bestreiten in der Klasse Kinder einen Mini-Marathon über 42 m auf der Zielgeraden des Donaulaufs.*

*Für die Klassen Schüler*innen A und B verläuft die Strecke über 421 m im Stadion. Die Jugend A und B laufen 1.000 m im Stadion und um die Donauhalle Ottensheim.*



DIE STRECKEN

KNEIDINGER CENTER HALBMARATHON 21,0975 km

SECA LAUF 10 km

EINSTEIGERLAUF 5 km

ENERGIE AG PAARBEWERB 5 km

MARKTGEMEINDE OTTENSHEIM KINDERMARATHON 42 m / 421 m / 1 km

WERTUNGEN

ENERGIE AG PAARBEWERB

Gewertet wird die Gesamtzeit der beiden Starter*innen nach jeweils 5 km.

Alle Teilnehmenden werden je nach gelaufener Strecke zusätzlich in der 5 km oder 10 km Einzelwertung geführt.

SECA LAUF

Teilnehmer*innen, die für den 10 km-Lauf genannt haben und den Lauf nach 5 km beenden, werden in der 5 km-Wertung geführt.

NACHNENNUNGEN

Freitag, 04.10. 13:00 - 18:30 Uhr

Samstag, 05.10. 08:30 - 13:00 Uhr

(Kindermarathon bis 10:30 Uhr)

jeweils in der Donauhalle

KLASSENWERTUNG

**KNEIDINGER CENTER HALBMARATHON,
 SECA 10 km LAUF, 5 km EINSTEIGERLAUF**

WERTUNG	JAHRGANG
U16 W-Schüler / M-Schüler	2009 und jünger
U18 W-Jugendliche / M-Jugendliche	2007 - 2008
U20 W-Junioren / M-Junioren	2005 - 2006
Hauptklasse WH / MH	1995 - 2004
W30 / M30	1985 - 1994
W40 / M40	1975 - 1984
W50 / M50	1965 - 1974
W60 / M60	1955 - 1964
W70 / M70	1945 - 1954
W80 / M80	1935 - 1944
W90+ / M90+	1934 und älter

KINDERMARATHON (männlich/weiblich)

WERTUNG	JAHRGANG
Kinder	2020/2021
Schüler A	2017/2018/2019
Schüler B	2015/2016
Jugend A	2013/2014
Jugend B	2011/2012

Bewerb	online bis 03.09.24	online bis 02.10.24	Nachnennung 04.10./05.10.23
Kneidinger Center Halbmarathon *	€ 21	€ 25	€ 32
SECA 10 km Lauf *	€ 19	€ 23	€ 30
5 km Einsteigerlauf *	€ 17	€ 20	€ 28
Energie AG Paarbewerb **	€ 16	€ 19	€ 26
Gemeinde Ottensheim Kindermarathon	€ 7	€ 7	€ 9

* Von Jugendlichen bis 16 Jahre (Jahrgang 2008 oder jünger) wird BEI ONLINEANMELDUNG das verminderte Startgeld von EUR 9,- eingehoben. Die NACHNENNGEBÜHR beträgt EUR 14,-

** Preisangaben pro Person. Für jugendliche Teammitglieder bis 16 Jahre (Jahrgang 2008 oder jünger) beträgt das Nenngeld bei ONLINEANMELDUNG EUR 9,-, bei Nachnennung EUR 14,-

NUR bei Online-Nennung: Familien (mind. 3 Teilnehmer, davon mind. 1 Erwachsener) erhalten 20% Rabatt auf obige Online-Preise



DANKE FÜR DIE UNTERSTÜTZUNG

TAGESPROGRAMM UND STARTZEITEN

FREITAG, 4. OKTOBER 2024

13:00-18:30 Uhr
Nachnennungen,
Ausgabe der Startnummern

SAMSTAG, 5. OKTOBER 2024

08:30-13:00 Uhr
Nachnennungen
(Kinder bis 10:30 Uhr)

08:30-13:15 Uhr
Ausgabe der Startnummern
(Kinder bis 10:45)

11:00 Uhr
Startgruppenbildung und Aufwärmen
für den KINDERMARATHON

11:30 Uhr
START KINDERMARATHON
anschließend Sieger*innenehrung

14:00 Uhr
MASSENSTART ALLER BEWERBE

16:30 Uhr
Sieger*innenehrung und Preisverleihung

17:45 Uhr
Ziehung des Gewinnspiels



NENNGELD: Das Nenngeld wird nach der Anmeldung mittels SEPA-Lastschrift von Ihrem Konto abgebucht. Dazu ist es erforderlich, dass Sie bei der Anmeldung Ihre Kontodaten bekanntgeben. Erst mit Eingang des Betrages auf unserem Konto wird Ihre Nennung gültig.

Bitte prüfen Sie Ihre Bankdaten vor dem Absenden sorgsam, da wir Sie mit anfallenden Bankspesen durch fehlgeschlagene Einzüge infolge falscher Kontodaten belasten müssten.

Gruppen mit fünf oder mehr Personen, die sich per EXCEL-File anmelden, erhalten eine Rechnung. Die Anmeldung ist erst nach Einlangen des Rechnungsbetrags auf unserem Konto gültig.

RECHNUNGEN FÜR DAS NENNGELD: Wird für das Nenngeld eine Rechnung benötigt, geben Sie bitte Ihren Wunsch mit Angabe von Startnummer(n) und Rechnungsadresse an donaulauf@ottensheim.at bekannt.

STARTNUMMERN AUSGABE: Ihre Startnummer ist ein persönliches Dokument und deren Weitergabe ist verboten. Im unwahrscheinlichen und hoffentlich nicht eintretenden Notfall ist sie die einzige Möglichkeit zu Ihrer Identifizierung. Bitte unterlassen Sie die Weitergabe der Startnummer in Ihrem eigenen Interesse.

Ihre Startnummer mit integriertem Chip erhalten Sie am

Freitag, 04.10.2024 von 13:00 - 18:30 Uhr

Samstag, 05.10.2024 von 08:30 - 13:15 Uhr

(Kindermarathon bis 10:45)

in der Donauhalle Ottensheim, Sportplatzstraße 1.

Am Donnerstag, 03.10.2024 erhalten Sie eine Mail mit Ihrer Teilnahmebestätigung. Diese Bestätigung muss als Ausdruck oder auf dem Smartphone bei der Abholung der Startnummer vorgelegt werden.

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

NACHNENNUNGEN: Gegen ein erhöhtes Nenngeld besteht zu den folgenden Zeiten die letzte Möglichkeit zur Anmeldung

Freitag, 04.10.2024 von 13:00 - 18:30 Uhr

Samstag, 05.10.2024 von 08:30 - 13:00 Uhr

(Kindermarathon bis 10:30)

in der Donauhalle Ottensheim, Sportplatzstraße 1

Näheres dazu unter:

<http://www.donaulauf.ottensheim/bewerb/gebuehren>

ZEITMESSUNG: Die Zeitmessung erfolgt durch Time Now Sports OG unter Verwendung von Equipment und Tools von race result. Die Transponder für die Zeitmessung sind in den Startnummern integriert.

Um eine optimale Erkennung bei den Zeitmesspunkten zu ermöglichen, soll die Startnummer so am Körper befestigt werden, dass die Aufschrift waagrecht lesbar ist. Die Startnummer braucht nach dem Rennen nicht retourniert werden.

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

ANREISE: Nutzen Sie für die Anreise die öffentlichen Verkehrsmittel.

Von den Haltestellen von Bus und Bahn erreichen Sie das Start-/Zielgelände innerhalb von 15 Minuten zu Fuß.

Für Radfahrer*innen stehen unmittelbar beim Stadioneingang genügend Abstellplätze zur Verfügung.

Auch der Donaubus ab/bis Linz ist eine umweltfreundliche Alternative.

Für alle, welche keine Möglichkeit haben öffentlich, zu Fuß oder mit dem Rad anzureisen, stehen Parkplätze in unmittelbarer Nähe der Donauhalle zur Verfügung.

Die **Zufahrt und Abfahrt** ist allerdings **zwischen 13:45 Uhr und 15:20 Uhr** wegen des Laufbewerbs **nicht möglich**.

GESUNDHEITSTIPS

- Bereiten Sie sich auf das Rennen gut vor
- Bitte trinken Sie ausreichend und rechtzeitig – auch schon vor dem Start – unbedingt isotone Getränke. Wenn Sie Durstgefühl verspüren, haben Sie schon einen deutlichen Leistungsverlust. Den Flüssigkeitsmangel können Sie während des Laufes kaum mehr aufholen.
- Tragen Sie bei starker Sonneneinstrahlung unbedingt einen Kopfschutz.
- Laufen Sie nicht zu rasch los. Lassen Sie sich Zeit – halten Sie sich an Ihren persönlichen Laufplan.
- Machen Sie eine Pause sollte Ihnen schwindlig werden oder Übelkeit auftreten. Sollten die Beschwerden nicht besser werden: lassen Sie sich helfen!!!
- Bleiben Sie im Ziel nicht abrupt stehen, Sie könnten eventuell Kreislaufprobleme bekommen – gehen Sie unbedingt noch ein Stück weiter.
- Sollten Sie sehen, dass ein anderer Läufer Probleme hat, informieren Sie bitte den nächsten Streckenposten bzw. lassen Sie einen Zuschauer die Notrufnummer 144 wählen.

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

Kneidinger Center Halbmarathon: bei Kilometer 4,5, 8, 10,5, 15 und 18,5

SECA 10 km-Lauf: bei Kilometer 2,5, 5 und 7,5

5 km-Lauf: bei Kilometer 2,5

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

KOSTENLOSE SERVICELEISTUNG

Taschenaufbewahrung in der Donauhalle

EINE für ALLE

Tips

total.
regional.

tips.at

Total regional aus und für Oberösterreich.
Seite an Seite mit unseren Leserinnen und Lesern.



TSV Turn- und Sportverein
Ottensheim

Oberbank
DONAU **LAUF**
OTTENSHEIM

Tips
total.
regional.

www.donaulauf.ottensheim.at

KINDERMARATHON

Samstag, 05.10.2024



11:00 Uhr - Gruppenbildung und gemeinsames Aufwärmen
Start 11:30 Uhr - anschließend Sieger*innenehrung