

DER LEGIONÄR

HEERESSPORTVEREIN WIEN
SEKTION LEISTUNGSMARSCH

<http://marsch.hsv-wien.at> | office.marsch@hsv-wien.at



März im Gasteinertal

*Im Tal hat bereits der Frühling Einzug gehalten.
Auf den Bergeshöhen ist es noch winterlich weiß.*

Inhalt:
Terminvorschau
Marathoncup Austria-Virtuell
Ausblick Nijmegen 2024

1 | 2024

Die Sektionszeitung des HSV-Wien Sektion Leistungsmarsch

DEM LAND VERBUNDEN – DER GESCHICHTE VERPFLICHTET



DAS GELEITWORT UNSERES SEKTIONSLEITER-STELLVERTRETER



Vorwort Legionär 1/24:

Sehr geehrte Sektionsmitglieder, Freunde und Unterstützer unserer Sektion!

Wieder einmal habe ich die Ehre, stellvertretend für unseren Obst Thomas Ecker, das Jahr 2024 mit meinem Vorwort einzuleiten ...

Wie immer möchte ich mich gleich zu Beginn für die „stabile Unterstützung“ unserer Sektion und die zeitgerechte Einzahlung des Jahresbeitrages recht herzlich bedanken. Erfreulicherweise ist unser Mitgliederstand langsam, aber stetig, angestiegen.

2024 sehen wir uns vor große Herausforderungen gestellt, da wir eine Teilnahme beim „Berner 2-Tagesmarsch“ planen und diesmal wieder ein größeres Kontingent zum „Nijmegen 4-Tagesmarsch“ entsenden können.

Unser „Marc Aurel Marsch (MAM)“ ist ebenfalls wieder für 29. & 30. August geplant und wir arbeiten an einer geänderten Routenführung, in Absprache mit dem TÜPL-Kommando.

Nachdem uns für den „Nijmegen 23 – 4daagse Marsch“ ein Durchbruch gelungen ist, können wir auch heuer wieder auf eine Unterstützung durch das BMLV im Zusammenwirken mit dem ÖHSV bauen. Somit werden wir wieder ein „erkennbares Auftreten“ unseres ÖBHs in Nijmegen gewährleisten und gleichzeitig die körperliche Leistungsfähigkeit unserer Truppe erneut erfolgreich darstellen können!

Bleiben sie daher am Ball und verfolgen sie unsere aktuellsten Informationen auf FaceBook unter „HSV-Wien Sektion Leistungsmarsch“ oder auf unserer, leider noch immer im Umbau befindlichen, Web Seite <http://marsch.hsv-wien.at/>.

Abschließend wünschen wir ihnen allen eine gesunde und erfolgreiche Marschsaison 2024 und die internationale Sicherheitslage betrachtend, hoffentlich eine diplomatische Schlagkraft an allen Verhandlungstischen ...

Wir würden uns freuen, sie bei der einen oder anderen unserer Veranstaltungen begrüßen zu können!

Mit kameradschaftlichen Grüßen,

K.H. RIEGL

Wir bitten alle Mitglieder, die bis jetzt vergessen haben, den Mitgliedsbeitrag von 25 Eur auf unser Sektionskonto zu überweisen.

IBAN: AT82 2011 1280 1841 5611

Alternativ steht unser Kassier Karl Heinz beim Sektionsabend für eine Barzahlung zur Verfügung.

Termine:

Sektionsabend 20. März

Hainburg-Marsch 13. April (10-40km) (Veranstalter: HSV-Hainburg und Militärfallschirmspringer Ostarrichi)

Schweizer Zwei-Tagemarsch Bern-Belp 1.+2. Juni

4-Tagemarsch in Nijmegen 16.-19. Juli

Marc Aurel-Marsch 29.+30. August

News MAM: Eine alternative Strecke im militärischen Sperrgebiet ist in Ausarbeitung und Bedarf noch einer Genehmigung durch die Stabsabteilung TÜPI Bruckneudorf.



Marathoncup Austria-Virtuell 2024

Der Marathoncup Austria Virtuell wurde in der Coronazeit vom leider letzten Jahr unerwartet verstorbenen Marathoncup-Papa Walter Preißl als Ergänzung zum realen Marathoncup aus der Taufe gehoben. Er ermöglicht den Wander- und Marschbegeisterten in Eigenregie Marschstrecken zu absolvieren und die Aktivität mit einem Fitnesstracker aufzuzeichnen. Bei der Anmeldung erhält man per e-Mail einen Link, über den man die Streckenlänge mit einem Screenshot als Nachweis an die Betreiber von Marathoncup Austria Virtuell schicken kann.

MYRACE RESULT Select your language: Deutsch

MARATHONCUP AUSTRIA xxtreme VIRTUELL
01.02.2024 - 31.12.2024 | Wien, Österreich
Marathoncup Austria xxtreme 2024

Info Anmeldung Teilnehmer Live Ergebnisse Kontakt

LAUFDATEN FERTIG

ViertelMarathon
Bitte geben Sie hier Ihre Kilometer im Format ##.### ein.
Beachten Sie die Mindestdistanz und Maximaldistanz laut Ausschreibung im Reiter "Info" für diesen Wettbewerb.

Wenn Sie kein Eingabefeld für eine Aktivität sehen, haben Sie diese heute bereits eingetragen. Sie können morgen wieder einen Nachweis erbringen.

Distanz in km

Nachweis
 Keine Datei ausgewählt

Als Tracker werden Garmin, Suunto, in der Regel auf einer Fitness-Uhr und Komoot, Outdooraktive, Alpenvereinaktiv als Applikation am Google-Android oder Apple-iPhone empfohlen. Eine moderne Uhr hat den großen Vorteil, der längeren Akkulaufzeit und des besseren Schutzes vor Witterungseinflüssen. Smartphone hat mittlerweile beinahe jeder. Es gibt keine Ausreden mehr und es kann sofort gestartet werden. Bei längeren Strecken empfiehlt sich wegen des großen Energiehungers von GPS ein Zusatzakku.

Da die meisten Anwendungen mittlerweile das Outdooraktive-Kartenmaterial als Grundlage heranziehen, empfehle ich Outdooraktive. Alpenvereinaktiv nehme ich deshalb gerne, da ich nach wie vor dem Alpenverein sehr verbunden bin, und Bergtouren besser gepflegt werden.

Im Mittelgebirge ist Outdooraktive ausreichend und zu empfehlen.

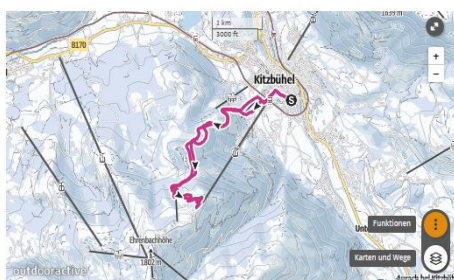
Kitzbühel - Hanhenkamm
"Streif" 25. Februar 2024
Verantwortlich für diesen Inhalt: Markus Spannbrückner

TRACK Winterwandern · Region Kitzbühel

In Anlehnung an die Streif: Steilhang und Hausberg umgangen:

| | |
|---|--------------------|
| Strecke | 11,2 km ↔ |
| Zeit in Bewegung | 2:30 h ⌚ |
| Aufstieg | 914 m ↗ |
| Abstieg | 912 m ↘ |
| Durchschn. Geschwindigkeit (Zeit in Bewegung) | 6,5 km/h ⌚ |
| Datum | 25.02.2024 06:09 📅 |

📊 Statistik ansehen



Beispiel Aufzeichnung mit Alpenvereinaktiv (Kartengrundlage Outdooraktive) – Aufgezeichneter Track, Länge, Höhenmeter, Zeit und Durchschnittsgeschwindigkeit übersichtlich als Screenshot zum Hochladen auf der Marathoncup-Virtuell-Homepage.



An Distanzen stehen light5 für 5-10km, Viertel-Marathon für 10-21km, Halb-Marathon für 21,1-42,2km, Marathon ab 41,0km und xxtreme100 für mehr als 100km zur Verfügung. Jeden Tag kann nur ein Bewerb gewertet werden. Der Marathoncup findet zwischen 1.2.2024 und 31.12.2024 statt und hat daher 335 Wertungstage. Diese Tage teilen sich auf die gemeldeten Bewerbe auf.

Ich habe mich für den Viertelmarathon entschieden, da mit dem Zeitaufwand von 2-3 Stunden es auf Dauer möglich erscheint, zumindest 2-3 x wöchentlich, neben der Berufstätigkeit die entsprechenden Kilometer zu absolvieren.

Als Aufwandsentschädigung sind 20 Euro je gemeldeten Bewerb für das Jahr 2024 zu entrichten. Man erhält dafür eine Auswertung, Medaille und ein Stirmband. Der Marathoncup ist ausdrücklich nicht kommerziell ausgerichtet. Der Betrag dient ausschließlich zur Deckung des Aufwandes.

Der Marathoncup bietet neben der bereits erwähnten Erfassung der privaten Marsch- und Wanderaktivitäten auch den Anreiz den täglichen inneren Schweinehund zu überlisten und im Vergleich zu anderen Marschbegeisterten seine Leistung einzustufen.

Glücklicherweise hat sich nach dem Ableben von Walter um den Schwechater Marathonmarschierer Toni Gschiel (langjähriger treuer Marc Aurel-Marschierer, Anmerkung des Verfassers) eine Gruppe gefunden, die den Marathoncup-Virtuell am Leben hält. Dies geschieht auf ausdrücklichen Wunsch der Witwe Martina Preißl.

Es kann daher auch in Zukunft marschiert, gewandert und die Ergebnisse gewertet werden.

Es ist beachtlich zu sehen, wie fleißig manch einer ist und welche Kilometersummen bei fast täglichem Einsatz im ganzen Jahr zusammenkommen.

| ViertelMarathon | | | | | | | | | | |
|-----------------|------|------------------------------|----|---------|--|------|---|-----------------|---|---|
| 1. | 2008 | Missburger, Carmen | 27 | 454,250 | | 1960 | W | ViertelMarathon | Volatiles | ☆ |
| 2. | 2009 | Missburger, Charles | 27 | 413,510 | | 1958 | M | ViertelMarathon | Volatiles | ☆ |
| 3. | 2003 | Gschiel, Sabine | 27 | 340,720 | | 1960 | W | ViertelMarathon | | ☆ |
| 4. | 2006 | Kunschmann-Ludbuweit, Manuel | 17 | 205,400 | | 1982 | M | ViertelMarathon | | ☆ |
| 5. | 2005 | Kolar, Markus | 16 | 174,560 | | 1981 | M | ViertelMarathon | SPORTUNION Abenteuer Freizeit Senioren NÖ SÜD | ☆ |
| 6. | 2017 | Hain, Josef | 15 | 211,090 | | 1967 | M | ViertelMarathon | | ☆ |
| 7. | 2002 | Gschiel, Anton | 14 | 175,840 | | 1953 | M | ViertelMarathon | | ☆ |
| 8. | 2030 | Spannbruckner, Markus | 11 | 139,580 | | 1971 | M | ViertelMarathon | HSV Wien Leistungsmarsch | ☆ |
| 9. | 2023 | Hoffmann, Pierre | 10 | 144,890 | | 1957 | M | ViertelMarathon | Rosheim | ☆ |
| 10. | 2016 | Frassl, Irene | 10 | 120,140 | | 1972 | W | ViertelMarathon | Just4me | ☆ |
| 11. | 2028 | Zechmeister, Friedrich | 10 | 113,710 | | 1946 | M | ViertelMarathon | | ☆ |
| 12. | 2010 | Lackinger, Franz | 9 | 123,070 | | 1964 | M | ViertelMarathon | | ☆ |
| 13. | 2027 | Futterknecht, Günter | 9 | 120,580 | | 1961 | M | ViertelMarathon | Horn | ☆ |
| 14. | 2001 | Hohenwarter, Helga | 9 | 111,810 | | 1979 | W | ViertelMarathon | | ☆ |
| 15. | 2007 | Valenta, Oskar | 9 | 105,470 | | 1965 | M | ViertelMarathon | | ☆ |
| 16. | 2013 | Schöll, Erich | 7 | 98,580 | | 1972 | M | ViertelMarathon | SPORTUNION Abenteuer Freizeit Senioren NÖ SÜD | ☆ |
| 17. | 2004 | Gschiel, Martin | 7 | 93,690 | | 1983 | M | ViertelMarathon | | ☆ |
| 18. | 2031 | Haindl, Anton | 7 | 87,200 | | 1963 | M | ViertelMarathon | SPORTUNION Abenteuer Freizeit Senioren NÖ SÜD | ☆ |

Gewertet werden nur die reinen zurückgelegten Kilometer. Höhenmeter werden nicht berücksichtigt.

SPANNBRUCKNER Markus

Ausblick Nijmegen 2024:

Teilnahme der österreichischen Marschgruppe im Rahmen des Schweizer Kontingents beim 4-Tage-Marsch in den Niederlanden.

Interessenten melden sich möglichst bald (Meldetermin!!!!) beim Organisator Sektionschef-Stellvertreter Karl Heinz RIEGL (T +43 676 840 001 100)

