

Alle Trainingsläufe und **Bewerbe** anno 2020

Tag	Laufzeit	Terrain	Location	Mitläufer	Distanz	km/h
04.01.	157min.	crossig	Marchegger Felder & Wälder	Pascal	21,3km	8,1
06.01.	161min.	hungrig	3 Königslauf - Gänserndorf	Etliche	23,7km	8,8
11.01.	239min.	800hm	Vienna Winter Trail (2er)	100 x 2	24km	6
12.01.	85min.	Schwindel	Baustellenrunde Walk	Renate	8km	5,6
16.01.	80min.	zahnig	Salmhofrunde	solo	12km	9
18.01.	82min.	frisch	Breitensee	solo	12,6km	9,2
19.01.	81min.	Neuschnee	Breitensee Walk	Renate	7,6km	5,6
19.01.	63min.	Gatsch	Breitensee	Pascal	9km	8,6
22.01.	126min.	heiter	Donauinsel - Hauptallee	solo	19,4km	9,2
26.01.	140min.	gediegen	VCM Winterlauf 2	tausende	22,2km	9,5
28.01.	72min.	suppigst	Safari Lodge Runde	solo	11km	9,2
30.01.	71min.	kollegigst	Safari Lodge Runde	Mario	11km	9,3
02.02.	135min.	feucht	Salmhofrunde	solo	21km	9,3
05.02.	70min.	boeigst	Safari Lodge Runde	Mario	11km	9,4
08.02.	113min.	Kaltsonne	Biberhaufen - Donaurunde	solo	17,5km	9,3
09.02.	124min.	eissonnig	Salmhofrunde	Pascal	19km	9,2
12.02.	78min.	sabinig	Kraftwerksrunde	solo	12,7km	9,8
14.02.	127min.	denicig	Salzgrottenrunde	solo	19,1km	9
16.02.	142min.	läufigst	2. Eisbärlauf	Pascal	21,1km	8,9
18.02.	67min.	böiglichst	Safari Lodge Runde	Mario	10,7km	9,6
19.02.	104min.	Feuchtböe	Heustadlwasser Lauftreff	ULTHW	15,7km	9,1
22.02.	80min.	trailig	Breitenseerunde	solo	12,5km	9,4
23.02.	82min.	trailig	Breitenseerunde	Pascal	12,5km	9,1
24.02.	276min.	steilstens	6x Nasenrunde 1500hm	solo	33,4km	7,3
28.02.	69min.	Biancabö	2er Wehr Runde	Mario	10,8km	9,4
01.03.	253min.	heiter	4h Lauf Marchtrenk	Flottere	35,1km	8,3
03.03.	80min.	gediegen	Kraftwerksrunde	solo	12,5km	9,4
06.03.	78min.	shishaig	Kraftwerksrunde	Mario	12,1km	9,3
08.03.	92min.	waldig	Waldrunde dahoam	Pascal	12,8km	8,3
10.03.	71min.	natürlich	Lobau Waldrunde	solo	11,2km	9,6
13.03.	64min.	purnatur	Lobau Waldrunde	Mario	10,1km	9,5
14.03.	88min.	windigst	Breitenseerunde	solo	13,6km	9,3
15.03.	92min.	coronaig	Breitenseerunde	Pascal	13,3km	8,7
17.03.	63min.	asphaltig	10 Wirtschaftsparkrunden	solo	10,1km	9,6
18.03.	91min.	sandig	Tierfotorunde	solo	12,6km	8,3
21.03.	360min.	saukalt	Fuck Off Corona Lauf	solo	52,5km	8,8

23.03.	80min.	Eissturm	Breitenseerunde	solo	12km	9
24.03.	63min.	unebenst	Breitensee	solo	10km	9,5
25.03.	104min.	saukalt	Breitensee Walk	Renate	12,2km	7
26.03.	65min.	angenehm	Breitensee	Pascal	9,9km	9,1
27.03.	89min.	trailigend	Breitensee Walk	Renate	9,9km	6,7
29.03.	66min.	sandig	Breitensee	solo	10,5km	9,5
01.04.	89min.	coolman	Großenbrunn	solo	14km	9,4
04.04.	72min.	dürrig	Breitensee	solo	11,3km	9,4
05.04.	81min.	staubig	Breitensee	Pascal	12,1km	9
06.04.	70min.	lungig	Breitensee	solo	11,1km	9,5
07.04.	72min.	morgens	Breitensee	solo	11,4km	9,5
09.04.	103min.	asthmig	Salmhofrunde	solo	16,1km	9,4
10.04.	73min.	österlich	Breitensee	solo	11,3km	9,3
12.04.	97min.	feldhasig	Salmhofrunde	Pascal	14,4km	8,9
13.04.	125min.	polliglich	Schlosshofrunde	solo	19km	9,1
15.04.	112min.	waldig	Schlosshofrunde	solo	17,5km	9,4
16.04.	70min.	steinig	Großenbrunn	solo	11km	9,4
17.04.	218min.	sonnig	Marchdamm Walk	Renate	19,4km	5,3
19.04.	288min.	trailig	„Marchathon“	solo	42,5km	8,8
21.04.	91min.	staubig	Geländeschweinerunde	Pascal	13,3km	8,8
22.04.	123min.	sandig	Breitensee Walk	Renate	11,4km	5,6
23.04.	67min.	auf Lunge	Breitensee	solo	10,7km	9,6
24.04.	112min.	gutgängig	Breitensee Walk	Renate	10,2km	5,5
24.04.	81min.	versandet	Geländeschweinerunde	solo	12,2km	9
25.04.	116min.	Sandsturm	Salmhofrunde	solo	17,8km	9,2
26.04.	126min.	geläufig	Schlosshofrunde	Pascal	19km	9
27.04.	237min.	atemlos	Marchfeldrunde	solo	33,6km	8,5
29.04.	65min.	feucht	Marchegg	solo	10km	9,2
30.04.	67min.	bilderbuchig	Großenbrunn	solo	10,4km	9,3
01.05.	67min.	gewaschen	Breitensee	solo	10,8km	9,7
01.05.	185min.	himmelhoch	Schlosshofrunde Walk	Renate	16,5km	5,3
02.05.	75min.	endurig	Breitensee	solo	11,6km	9,3
03.05.	81min.	verhackt	Großenbrunn	Pascal	12,3km	9,1
04.05.	154min.	entdeckt	Marchegg Walk	Renate	13,4km	5,2
05.05.	67min.	heiter	10 Hausrunden	solo	10,8km	9,7
06.05.	50min.	hauptalleeig	ULTHW Lauftreff	7 (2 Rad)	7,3km	8,8
07.05.	109min.	blasiusig	Breitensee Walk	Family	9,8km	5,4
09.05.	1440min.	neugierig	Andys 24h Reelllauf	gel. Begl.	136,2km	5,7
11.05.	45min.	bedrohlich	Abendgewitterwalk	Renate	4,5km	6
13.05.	69min.	leiwigeil	Breitensee	solo	11km	9,6
14.05.	73min.	neubrückig	Marchegg	solo	11,7km	9,6
15.05.	83min.	eingenässt	Marienbründl Runde	solo	13km	9,4
17.05.	84min.	streunend	Breitensee	solo	13,2km	9,4
19.05.	69min.	sommerwarm	Breitensee	solo	11km	9,6
20.05.	71min.	neubeschuht	Breitensee	solo	10,9km	9,2
20.05.	141min.	windgekühlt	Marchegg Walk	Renate	11,9km	5,1
22.05.	77min.	kniehochgrasig	Marienbründl Runde	Pascal	12km	9,3
23.05.	137min.	geduscht	20 Hausrunden +	solo	22km	9,6
24.05.	86min.	verunwettert	Marchegg	solo	13,5km	9,4
26.05.	249min.	brachial	Eisenenhandgasse/Nase	solo	30,5km	7,3

28.05.	52min.	asphscho.	Breitensee	solo	8,5km	9,8
30.05.	103min.	steinigst	Salmhofrunde	solo	16km	9,3
31.05.	69min.	trockensuchig	Breitensee	Pascal	10,8km	9,4
02.06.	79min.	grasjuckig	Breitensee	solo	12km	9,1
08.06.	67min.	sohlenbrandig	Breitensee	solo	10,8km	9,7
10.06.	50min.	gedüngt	Breitensee	solo	8km	9,6
11.06.	106min.	gatschig	Salmhofrunde	solo	16,5km	9,3
14.06.	87min.	müdbubig	Marchegg	Pascal	12,5km	8,6
16.06.	65min.	freundlich	Alte Donau Runde	solo	10,4km	9,6
19.06.	68min.	heiterst	Neue Donau	solo	11km	9,7
20.06.	60min.	nassest	Breitensee	solo	10km	10
21.06.	62min.	gesperrt	Breitensee	solo	10,1km	9,8
23.06.	64min.	wassergehig	Copa Kagrana Runde	solo	10km	9,4
25.06.	67min.	kackig	2 Inselbrückenrunde	solo	11km	9,9
27.06.	70min.	waldig	Marchegg	Pascal	10,5km	9
29.06.	72min.	hitzig	Breitensee	solo	11,2km	9,3
01.07.	90min.	dampfig	Salmhofrunde	solo	13,9km	9,3
02.07.	41min.	warm	Radholrunde BHF im Ort	solo	6,8km	10
04.07.	1440min.	saugig	24h Lauf Bad Blumau	100 Irre	115km	4,8
07.07.	73min.	Wildwind	Breitensee	solo	12km	9,9
09.07.	69min.	Sandflug	Marchegg	solo	11,2km	9,7
12.07.	286min.	blumig	Bad Blumau +1 Marathon	33 M`s	42,2km	8,9
14.07.	71min.	frisch	Alte/Neue Donau	solo	11,5km	9,7
15.07.	70min.	uneben	Mühlwasserrunde	solo	11,4km	9,8
16.07.	70min.	feucht	Alte/Neue Donau	Mario	11,3km	9,7
17.07.	85min.	schneckig	Freudenauer Kraftwerk	solo	13,6km	9,6
20.07.	71min.	gelsig	Alte/Neue Donau	solo	11,5km	9,7
21.07.	97min.	P.Chefig	Neue/Alte Donau	Mario -	15,5km	9,6
23.07.	82min.	feuerschifsig	Freudenauer Kraftwerk	Mario	13km	9,5
24.07.	100min.	benebelt	Wasserparkrunde	solo	15,5km	9,3
27.07.	82min.	gelsig	Freudenauer Kraftwerk	solo	13,2km	9,7
31.07.	63min.	sodbrandig	Breitensee	solo	10,2km	9,7
02.08.	270min.	steilheiss	DNF gen Sommeralm	100+	32km	7,1
03.08.	52min.	Sommerregen	Alte Donau	solo	8,5km	9,8
05.08.	66min.	hochwasserig	Safari Lodge Runde	solo	11km	10
07.08.	63min.	fischduftig	Safari Lodge Runde	solo	11km	10,4
09.08.	65min.	fröhlich	Breitensee	Pascal	10km	9,2
10.08.	77min.	dunstig	Freudenauer Kraftwerk	solo	12,5km	9,7
12.08.	56min.	z`haaaß	Copa Kagrana Runde	solo	9,2km	9,9
14.08.	80min.	25gradig	Freudenauer Kraftwerk	solo	13km	9,8
15.08.	64min.	ländlich	Marchegg	solo	10,2km	9,6
16.08.	94min.	gelsigst	Schlosshofrunde	solo	15km	9,6
18.08.	71min.	feuchtschwül	Freudenauer Kraftwerk	solo	11,7km	9,9
19.08.	64min.	windig	Safari Lodge Runde	solo	10,8km	10,1
22.08.	86min.	19-26°C	Salmhofrunde	solo	13,9km	9,7
23.08.	70min.	saugelsig	Breitensee	Pascal	10,6km	9,1

25.08.	81min.	gebläsigt	Breitensee	solo	13,2km	9,8
26.08.	70min.	bedeckt	Breitensee	solo	11,2km	9,6
27.08.	88min.	böiglich	Salmhofrunde	solo	14,5km	9,9
28.08.	65min.	drecksgelb	Breitensee	solo	11km	10,2
31.08.	61min.	Aua am Knie	Breitensee	solo	10,2km	10
01.09.	106min.	Landunter	Alte/Neue Donau	solo	17,2km	9,7
03.09.	97min.	läufig	Schlosshofrunde	solo	16km	9,9
06.09.	273min.	nasstrüb	Babenberg Marathon	30 M's	42,2km	9,3
12.09.	410min.	traumhaft	Wienerwald Ultra Trail	113 M's	42,4km	6,2
18.09.	64min.	frisch	Alte Donau	solo	10,5km	9,8
19.09.	68min.	schön	Breitensee	Pascal	11km	9,7
20.09.	60min.	traumhaft	Breitensee	solo	11km	11
22.09.	80min.	entspannt	Freudenauer Kraftwerk	solo	13,1km	9,8
24.09.	68min.	finsterlich	Inselbrückenrunde	solo	12km	10,6
26.09.	288min.	geländig	Rauchwart Marathon	55M's	42,2km	8,8
30.09.	68min.	sonnig	Breitensee	solo	10,8km	9,5
01.10.	102min.	traumig	Salmhofrunde	solo	15,9km	9,4
02.10.	76min.	gatschig	Breitensee	solo	11,5km	9,1
03.10.	75min.	gebläsigt	Breitensee	Pascal	10,2km	8,2
06.10.	92min.	herbstlich	Wasserparkrunde	solo	14,5km	9,5
08.10.	70min.	dunkelkalt	Inselbrückenrunde	solo	11,6km	10
10.10.	166min.	unwundig	Salmhofrunde	Martin	23km	8,3
11.10.	76min.	trailig	Marchegg	Pascal	11,5km	9,1
15.10.	91min.	neuschuhig	Lasse	solo	14,6km	9,6
18.10.	311min.	1330hmig	Lindkugel Trail	500+/-	34,4km	6,6
20.10.	69min.	blaubeiniglich	Breitensee	solo	10,5km	9,1
23.10.	103min.	trübsuppig	FKK Kraftwerkrunde	solo	16,6km	9,6
25.10.	83min.	gatschig	Breitensee	Pascal	12,5km	9
26.10.	122min.	geflutet	Schlosshofrunde	solo	18,3km	9
28.10.	83min.	goldherbstig	Alberner Hafenspitzrunde	solo	13,6km	9,8
30.10.	130min.	eingeregnet	Donauparkrunde +	solo	20,5km	9,5
01.11.	71min.	traktorig	Breitensee	Pascal	10km	8,5
03.11.	76min.	wärmstens	Freudenauer Kraftwerk	solo	12km	9,5
05.11.	101min.	laubig	Wehr zu Wehr Runde	solo	16,5km	9,8
07.11.	240min.	Deeptrail	Markthofrunde	solo	32km	8
10.11.	87min.	kriechkalt	Alberner Hafenspitzrunde	solo	14km	9,7
12.11.	139min.	hochneblig	Kaisermühlenbrückenrunde	solo	22,5km	9,7
14.11.	103min.	zerstört	Salmhofrunde	solo	15,2km	8,9
15.11.	132min.	gatschfrei	21 Hausrunden	solo	21,4km	9,7
17.11.	108min.	gemischt	Praterunde	solo	16,5km	9,2
20.11.	150min.	saukalt	Wehr zu Wehr (LE) Runde	solo	24,5km	9,8
22.11.	94min.	geländigst	Marchegggrunde	Pascal	13km	8,3
24.11.	124min.	britisch	Kraftwerk + Spitzrunde	solo	19,8km	9,6
26.11.	89min.	irdisch	Kaisermühlenrunde	solo	14km	9,4

28.11.	102min.	kaputt	Breitensee	solo	15,5km	9,1	
29.11.	105min.	frostig	Salmhofrunde	solo	15,8km	9	
02.12.	73min.	eiswindig	Raffinerierunde	solo	12km	9,9	
05.12.	62min.	Gatschwind	Breitensee	solo	10,2km	9,9	
06.12.	74min.	herbstlich	Breitensee	Pascal	10,2km	8,3	
08.12.	120min.	ungemütlich	21 Hausrunden HM	solo	21,1km	10,6	
11.12.	61min.	sauwindig	Inselbrückenrunde	solo	10,2km	10	
13.12.	71min.	flockig	10 Hausrunden	Pascal -	10,7km	9	
15.12.	69min.	extrakalt	Kaisermühlengewirr	solo	11km	9,6	
18.12.	96min.	ballenwehig	Safarilodgerunde	solo	15,7km	9,8	
20.12.	88min.	3°celsiusig	Marcheggrunde	Pascal	12,2km	8,3	
24.12.	71min.	10°kurzig	Inselbrückenrunde+	solo	11,5km	9,7	
25.12.	46min.	finsterlich	Breitensee by Night	solo	7,7kim	10	
27.12.	81min.	frostgatschig	Marcheggrunde	solo	12,5km	9,3	
29.12.	100min.	frühlingshaft	Wehr zu Wehr	solo	16,4km	9,8	
31.12.	60min.	gutrutschig	Inselbrückenglatteisrunde	solo	10,3km	10,3	3071,3