Erwin Fladerer und Rosi Ober
Eschenweg 8
84562 Mettenheim
08631-16 64 64
www.bayerischelaufzeitung.de

2026



Alle Informationen hier > https://www.alzauenlauf.de/
Alle Ergebnisse hier > https://my.raceresult.com/399295/results
Eine Bildergalerie hier > https://bayerischelaufzeitung.de/galerie/2026-2/

www.bayerischelaufzeitung.de

Pressebericht

39. Alzauenlauf Trostberg

14. November 2026



Das ist ihre Passion: Spielerisches Grundlagen Training für Kinder im Grundschulalter und Fitness in verschiedenen Variationen. Der Leichtathletik Nachwuchs und der Alzauenlauf haben es ihr angetan. Leichtathletik Abteilungsleiterin Rita Maurer mit den Schnellsten im Jugendlauf. Magdalena Irlinger und Xaver Holzinger.

Rekordbeteiligung beim Alzauenlauf 2026



Trostberg – 39 Jahre des Trostberger Alzauenlaufes sind gelaufen. Der Traditionslauf wird seit 1987 vom TSV Trostberg veranstaltet. Nur einmal, im Jahr 2020, ist er coronabedingt ausgefallen.

TSV-Leichtathletik-Abteilungsleiterin und Orga-Chefin Rita Maurer und ihr rund 30-köpfiges Team haben wieder eine Veranstaltung präsentiert, die bei den Läufern ankommt. Es ist ein Lauf mit einer zuverlässigen Organisation, und wer sich rechtzeitig anmeldete, bekam sogar ein Funktionsshirt geschenkt. Über 700 Meldungen und 638 Kinder, Jugendliche und Erwachsene im Ziel sorgten für eine Rekordbeteiligung. Kinder laufen 800 Meter, die Jugendlichen 2,6 Kilometer und der Hauptlauf geht über 10 Kilometer. Einen zusätzlichen 5-km-Lauf wie früher gibt es nicht mehr. Könnte der zum 40-jährigen Jubiläum im Jahr 2027 nicht wieder angeboten werden? Gerade die Hobbyläufer nehmen zu und sie könnten damit vielleicht sogar für einen 1000-Teilnehmerrekord sorgen. Doch will man das überhaupt?

Kein Event, sondern grundsolides Laufangebot



Der Laufmonat November sehnt sich nach einem solchen Angebot, noch dazu bei einem sonnigen Tag wie heute. Start- und Zielbereich mit Stadion und 400-m-Laufbahn bieten genug Platz in Trostberg, vor allem auch für die Zuschauer, die hier zwischen Alz und Stadion die Rennen gut verfolgen können. Die Laufstrecke in die Alzauen und zurück am Alzkanal und besonders schönen Uferzonen des Flusses, die auch ökologisch wertvoll, sind begleiten die Läufer wieder in Richtung Stadion.

Doch zunächst sind die Kinder und die Jugendlichen an der Reihe. Das macht schon Eindruck und die Zuschauer klatschen begeistert Beifall, als die Schnellsten von über 200 ins Ziel kommen. Magdalena Irlinger (SG Schönau) legt ein Tempo in 9:03 Minuten hin, daß kein anderer Bub, sondern nur der Schnellste Xaver Holzinger (SV Surberg) in 8:47 Minuten toppen kann. Und der gibt bei der Siegerehrung schon einmal preis, dass er der Schnellste auch in der Familie Holzinger sei. Was Mama Marina und Papa Florian dazu sagen? Gleich später bei ihrem Rennen.

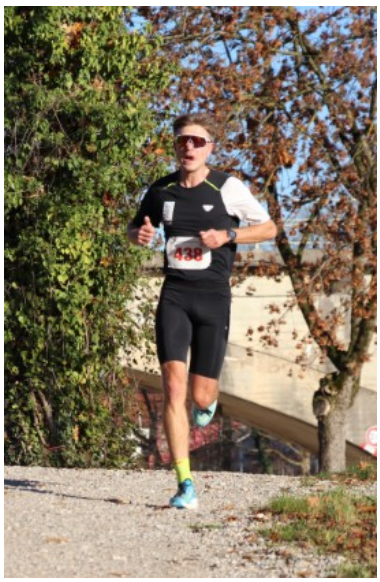
Das Stadion ist voll und für über 400 Teilnehmer geht es ohne großes Szenario zum Start auf der Tartanbahn, um dann durch die Stadt hinaus in die Alzauen zu laufen. Die Laufwege dort sind noch ein wenig aufgeweicht vom Regen der letzten Tage, aber dennoch gut zu belaufen.



Vorne bildet sich eine Gruppe der regionalen Spitzenläufer mit dem Vorjahressieger Flo Prambs, dem schnellen Thomas Einsiedler und Josef Diensthuber aus Reischach. Er war schon 2013 Sieger dieses Laufes und hält auch mit 45 Jahren gut mit. Er gehört nach wie vor zu den Besten der Umgebung und in Deutschland in seiner Altersklasse. Was diese Altersklasse noch leisten kann, zeigt schließlich der Zieleinlauf. In den Top 6 sind drei aus der AK M45!

Nach und nach trennt sich im Verlauf des Rennens die Spitzengruppe. Vorne gibt nun Wolfgang Klinger den Ton an. Er ist in richtig guter Form, hat vor kurzer Zeit den Tachingersee Lauf gewonnen und wurde vor einer Woche beim Höglwörthersee Lauf hinter einem natürlich überragenden Filimon Abraham Zweiter. Der Mann vom SC Anger macht das Tempo und kann sich von Josef Diensthuber lösen und gewinnt erstmals den Alzauenlauf.

1.	Wolfgang Klinger	Team Pöllner Sports/SC Anger	33:18
2.	Josef Diensthuber	TSV Reischach	33:34
3.	Thomas Einsiedler	TSV Palling	33:55





Sieger Wolfgang Klinger und der Zweite Josef Diensthuber

Auch die Jugendlichen des SC Anger, des SC Ainring und vom 3./Geb.JgBtl 232 aus Bischofswiesen sind schnell unterwegs. Und immer noch Stefan Holzner, der ehemalige Profi Triathlet und fünffache Ironman Sieger von 1999 bis 2004. Der Chef vom Hotel Seeblick am Thumsee bei Bad Reichenhall

gewinnt die AK M55 in 38:22 Minuten. Die Reise geht weiter mit 59 Läufern und einer Frau unter vierzig Minuten. Großen Eindruck auf mich und bestimmt auch unter seinen Gleichaltrigen machte dann der 77-jährige Hans Räder (TG Salzachtal), der schier unglaubliche 48:26 Minuten lief. Immer noch fit zeigte sich der 82-jährige Anton Köck (Freiwillige Feuerwehr Grünthal) als ältester Teilnehmer. Der sehbehinderte Manfred Krüger reiste wie schon mehrmals in diesem Jahr von Mecklenburg-Vorpommern nach Bayern, um hier in Begleitung von Bernhard Fladerer aus Mettenheim starten zu können.





M75-Sieger Hans Räder und der sehbehinderte Manfred Krüger mit Begleiter Bernhard Fladerer

Und die Frauen? Man mußte schon genau hinschauen, um nach sechzig Männern die erste Frau auszumachen. Stefanie Schnee aber konnte in 39:56 Minuten als Siegerin eine auch für sie akzeptable Zeit erzielen. Zweite wurde die junge Johanna Nitzinger (SC Ainring) mit einer beständigen Saison vor Ursula Maguli (TSV Dorfen). Mit ihr und der Siegerin waren damit zwei starke AK-40-Läuferinnen auf dem Siegerpodest. Immer wenn Heike Würfl vom SV Schwindegg auf ihren beliebten 5- und 10-km-Strecken antritt, sind 44 oder 45 Minuten drin. Wohlgemerkt in der W55, die sie auch in Trostberg in die Top 10 brachte und damit klar gewann. Immer noch Klasse ist W-50-Siegerin Marina Holzinger als Gesamtsechste in 42:51 Minuten!







Siegerin Stefanie Schnee, Zweitplatzierte Johanna Nitzinger und M50-Siegerin Marina Holzinger

1.	Marina Schnee	MRRC München	39:56
2.	Johanna Nitzinger	SC Ainring	40:42
3.	Ursula Maguli	TSV Dorfen	42:07

Aufgefallen?

…sind ganz bestimmt einige Familien, die man weder in der Ergebnisliste noch auf der Strecke übersehen konnte. Allen voran waren hier die Holzinger`s da. Nachdem Xaver der schnellste Bub im Jugendlauf war, machte es ihm Papa Florian über 10 km als Sieger M50 in 35:22 Minuten und Mama als Siegerin W50 in 42:51 Minuten nach. Ob da der Sohn schon hätte mithalten können? Vom Tempo ja, die Strecke wäre vermutlich zu lang gewesen. Fazit: 3 erste Plätze – unschlagbar.

Diese Leistungen waren auch nicht zu toppen von den Einsiedler`s . Nele legte schon mal einen Sieg in der U11 vor, Luisa kam als Dritte auf`s Trepperl bei den U14. Und Papa? Thomas, der im September den 6-km-Lauf in Altötting mit einer 19er-Zeit gewann, zeigte sich auch heute über 10 km als Gesamtdritter und Sieger M40 ganz stark.





Familiensieger: Florian Holzinger (re) und Thomas Einsiedler (links neben Florian Prambs)

Ein Blick fast 40 Jahre zurück – Benjamin Tickner und Julia Viellehner waren die Schnellsten

…lohnt sich spätestens im nächsten Jahr, wenn der Alzauenlauf sein 40. Jubiläum feiern kann. Hier fallen Namen auf, die Trostberg nicht vergessen wird. Die mehrfachen Deutschen Meister Hans Hopfner (Kay/LLC Marathon Regensburg) und Benedikt Huber (Palling/LG Telis Finanz Regensburg) gewannen hier je 4 Mal. Bei den Frauen heißt die überragende Siegerin Julia Viellehner, die gleich 7 Mal vor Birgit Koch (5 x) und Brigitte Brückner (4 x) gewann.
Die Streckenrekorde werden von Benjamin Tickner, Wells City Harriers in 30:22 Minuten bei den Männern und von Julia Viellehner, Triathlon TSV Altenmarkt in 35:08 Minuten bei den Frauen gehalten.

Alle 39 Alzauenlauf-SiegerInnen

2026
Wolfgang Klinger, Team Pöllner Sports/SC Anger - 33:18
Stefanie Schnee, MRRC München – 39:56

2025
Flo Prambs, TSV Palling - 33:51
Amelie Hofbauer, PTSV Rosenheim - 38:24

2024
Marius Stang - 32:31
Tina Fischl, WSV Otterskirchen - 37:36

2023
Julian Erhardt, Brothaus Lehrbach - 31:38
Elise Poncet, ASJ74 - 36:05

2022
Herbert Enzinger, RSV Freilassing - 32:55
Magdalena Mayrhofer, TSV Mühldorf - 38:19

2021
Julian Erhardt, Triathlon Grassau - 31:26
Kerstin Esterlechner, PTSV Rosenheim - 39:30

2019
Filimon Abraham, LG Festina Rupertiwinkel - 30:47
Maria Kerres, SWC Regensburg - 36:23

2018
Benedikt Huber, Telis Finanz Regensburg - 33:03
Kerstin Esterlechner, Lauffeuer Chiemgau - 38:25

2017
Julian Erhardt, Triathlon Grassau - 33:23
Katrin Esefeld, LG Mettenheim - 40:03

2016
Benedikt Huber, Telis Finanz Regensburg - 32:21
Katrin Esefeld, LG Mettenheim - 40:03

2015
Fabian Alraun, PTSV Rosenheim - 31:42
Julia Viellehner, Triathlon TSV Altenmarkt - 35:31

2014
Benedikt Huber, LG Pallinger Atemnot - 32:28
Julia Viellehner, Triathlon TSV Altenmarkt - 36:12

2013
Josef Diensthuber, LG Gendorf Wacker Burghausen - 32:59
Julia Viellehner, Triathlon TSV Altenmarkt - 37:58

2012
Florian Holzinger, LG Atemnot - 33:02
Julia Viellehner, Triathlon TSV Altenmarkt - 35:38

2011
Benedikt Huber, TSV Palling - 33:06
Julia Viellehner, Triathlon TSV Altenmarkt - 35:08

2010
John Mooney, Salomon/PTSV Rosenheim - 32:18
Steffi Eder, Triathlon TSV Altenmarkt - 41:31

2009
Florian Holzinger, TUS Feuchtwangen - 33:14
Christine Fiedler, LG Stadtwerke München - 37:17

2008
Florian Brettl, SC Ainring - 32:10
Birgit Koch, LG Rupertiwinkel - 38:10

2007
Florian Brettl, SC Ainring - 33:54
Eva Trost, LG Rupertiwinkel - 37:10

2006
Daniel Pickl, LG Rupertiwinkel - 31:49
Katrin Esefeld, LG Mettenheim - 39:00

2005
Daniel Pickl, LG Rupertiwinkel - 32:27
Lauren Martin, ASV Salzburg - 37:52

2004
Benjamin Tickner, Wells City Harriers - 30:22
Julia Viellehner, TSV Winhöring - 36:37

2003
Daniel Pickl, LG Rupertiwinkel - 32:23
Birgit Koch, LG Rupertiwinkel - 37:07

2002
Peter Kotz, TSG Ehingen - 32:42
Julia Viellehner, TSV Winhöring - 38:50

2001
Christian Perl, Post Telekom Rosenheim - 32:15
Dagmar Klein, LG Rupertiwinkel - 38:56

2000
Christian Perl, Post Telekom Rosenheim - 32:24
Birgit Koch, LG Rupertiwinkel - 36:22

1999
Thomas Frühwald, ASV Salzburg - 32:09
Walburga Maier, LG Chiemgau Süd - 37:50

1998
Georg Kinateder, TV Hauzenberg - 31:57
Birgit Koch, LG Rupertiwinkel - 36:30

1997
Frantisek Karlink, SKP Most - 31:52
Birgit Koch, LG Rupertiwinkel - 36:30

1996
Hans Hopfner, LLC Marathon Regensburg - 30:42
Johanna Baumgartner, LAC Quelle Fürth - 36:19

1995
Christian Perl, TSV Bad Endorf - 31:56
Elisabeth Nenninger, TSV Bad Endorf - 38:30

1994
Sebastian Hungerhuber, TSV Altenmarkt - 31:42
Walburga Maier, LG Chiemgau Süd - 36:21

1993
Hans Hopfner, SV Kay - 30:33
Johanna Baumgartner, LAC Quelle Fürth - 36:45

1992
Hans Hopfner, SV Kay - 30:17
Angela Steiger, 1. FC Passau - 39:37

1991
Vytautas Bzenskis, TSV Altötting - 31:44
Brigitte Brückner, TSV Altenmarkt - 38:02

1990
Hans Hopfner, SV Kay - 30:40
Barbara Knefel, LG München - 37:34

1989
Albert Herzog, SV Gendorf - 32:26
Brigitte Brückner, LOC München - 36:56

1988
Manfred Jäger, TSV Bad Endorf - 31:53
Brigitte Brückner, MTV Ingolstadt - 36:58

1987
Anton Hauser, LG Ruhpolding - 31:32
Brigitte Brückner, MTV Ingolstadt - 37:49

Euregio-Zwei-Länder-Laufcup

Der Trostberger Alzauenlauf ist der siebte von acht Läufen des EUREGIO Zwei-Länder-Laufcup, der am 21. November 2026 mit dem Ainringer Crosslauf abgeschlossen wird.



Heute schon den 13.11.2027 vormerken:

Du bist doch dabei, wenn im nächsten Jahr bei hoffentlich ebenso sonnigem Wetter ein Jubiläum gefeiert wird – auf und neben der Strecke in Trostberg, an der Alz, im Stadion und vor allem unter Lauffreunden. Die damit vielleicht auch einmal DANKE sagen wollen, dass es den Alzauenlauf 40 Jahre gibt: für Dich, für uns, für die Region, für den Laufsport!

Ich sage es heute nach 39 Jahren schon einmal: DANKE!

