



### Nennungen Bergturnfest

am Wettkampftag bis 9 Uhr  
Die Klassensieger erhalten einen Eichenkranz mit Schleife.

### Nennungen Berglauf

Bitte aus organisatorischen Gründen um  
vorzeitige Anmeldung auf skizeit.at



### Klasseneinteilung Berglauf

Jahrgang 2004 – 2008 Junioren M/W  
Jahrgang 1987 – 2003 M/W  
Jahrgang 1972 – 1986 M/W  
Jahrgang 1971 und älter M/W

### Nenngeld pro Teilnehmer

Bergturnfest Euro 5,-  
Berglauf Euro 5,- (Mindestalter 14 Jahre)

### Übernachtungsmöglichkeiten:

Liezener Hütte (ÖAV Selbstversorgerhütte)

### Hüttenreservierung:

Alpenverein Liezen, Tel. 03612-24220, 0699-181 39 005,  
liezen@sektion.alpenverein.at  
und Hochmölbinghütte (ÖTK Graz; Pächter: Armin u. Sonja  
Mitteregger), Tel. 0676-975 44 89, 0676-900 39 09

### Verpflegung



Getränke wie Bier, Radler, Limonaden, Fruchtsäfte sowie  
Würstel können auf der Hütte gekauft werden.

### Hochmölbinghütte

ca. 15 Min. entfernt ist bewirtschaftet, Tel. 0676 - 900 3909

Das **Bergturnfest** findet bei **JEDER WITTERUNG** statt.  
Bei **Schlechtwetter** findet **kein Berglauf** statt. Etwaige  
Absage des Laufes auf der AV-Homepage ersichtlich.

### Veranstalter

SC Liezen / Alpenverein Liezen

**TEILNAHME AUF EIGENE GEFAHR!**



**FLORIAN LAMMER**  
Rauchfangkehrermeister

8940 Liezen, Grimminggasse 6

Mobil: 0 664 / 834 20 98  
Fax: 0 36 12 / 25 0 27  
e-mail: florian.lammer@liezen.at  
www.lammer-rauchfangkehrer.at



**Auffahrt:** Die Auffahrt mit Privat-Pkw ist nur bis zum 1. Schranken (Schönmoos) gestattet. Vom 1. Schranken bis zum Klamml wird ein Kleinbus-Pendelverkehr eingerichtet. Am Sonntag, 7. August 2022 von ca. 6.00 bis ca. 9.30 Uhr. Rückfahrt von ca. 15.00 bis ca. 18.00 Uhr. Unkostenbeitrag pro Fahrt: Euro 2,- für Erwachsene und Euro 1,- für Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre.

**Anmarschweg:** Vom Parkplatz Schönmoos Fußweg über Langpoltental – Hochmölbinghütte ca. 2 - 2 ½ Stunden (leicht) bzw. über Hochtör ca. 1½ - 2 Stunden (steil). Oder von Schönmoos mit Pendelbus zum Klamml, von dort ca. 1 Std. Fußmarsch zu der Liezener Hütte.



**SONNTAG**  
**7. August 2022**  
**Liezener Hütte**

**mit Berglauf auf den Kleinmölbing  
und 76. Bergturnfest**



## Die WETTKÄMPFE beim 76. BERGSPORTFEST auf der LIEZENER HÜTTE

TURNER		0 Punkte	1 Punkt	TURNERINNEN		0 Punkte	1 Punkt
Allgemeine Klasse 1990 – 2003	100-m-Lauf	16,0 Sek.	1/5 Sek.	Allgemeine Klasse 1994 – 2003	75-m-Lauf	14,2 Sek.	1/5 Sek.
	Weitspringen m.A.	400 cm	10 cm		Weitspringen m.A.	250 cm	10 cm
	Schleuderball 1 1/2 kg	22 m	1 m		Schleuderballwerfen (1 kg)	12 m	1 m
	Kugelstoßen (7 1/4 kg)	620 cm	20 cm		Kugelstoßen (4 kg)	460 cm	20 cm
Leistungsklasse I 1982 – 1989	100-m-Lauf	16,4 Sek.	1/5 Sek.	Leistungsklasse I 1984 – 1990	75-m-Lauf	14,6 Sek.	1/5 Sek.
	Weitspringen m.A.	380 cm	10 cm		Weitspringen m.A.	230 cm	10 cm
	Kugelstoßen (7 1/4 kg)	580 cm	20 cm		Schleuderballwerfen (1 kg)	10 m	1 m
	Keulenwurf (1/2 kg) o.Dreh.	35 m	1 m		Kugelstoßen (4 kg)	420 cm	20 cm
Leistungsklasse II 1977 – 1981	75-m-Lauf	14,0 Sek.	1/5 Sek.	Leistungsklasse II 1982 – 196	60-m-Lauf	11,6 Sek.	1/10 Sek.
	Weitspringen m.A.	350 cm	10 cm		Standweitspringen	140 cm	3 cm
	Kugel (7 1/4 kg)	500 cm	20 cm		Kugelstoßen (4 kg)	380 cm	20 cm
	Keulenwurf (1/2 kg) o.Dreh.	33 m	1 m		Standweitspringen	130 cm	3 cm
Leistungsklasse III 1972 – 1976	75-m-Lauf	14,3 Sek.	1/5 Sek.	Leistungsklasse III 1977 – 1981	Schleuderballwerfen (1 kg)	6 m	1 m
	Weitspringen m.A.	310 cm	10 cm		Kugelstoßen (4 kg)	320 cm	20 cm
	Kugel (7 1/4 kg)	460 cm	20 cm		Standweitspringen	120 cm	3 cm
	Keulenwurf (1/2 kg) o.Dreh.	18 m	1 m		Schleuderballwerfen (1 kg)	4 m	1 m
Leistungsklasse IV 1967 – 1971	50-m-Lauf	9,2 Sek.	1/10 Sek.	Leistungsklasse IV 1972 – 1976	Standweitspringen	116 cm	3 cm
	Standweitspringen	160 cm	4 cm		Schleuderballwerfen (1 kg)	4 m	1 m
	Schleuderball (1 1/2 kg)	17 m	1 m		Kugelstoßen (4 kg)	260 cm	20 cm
	Keulenwurf (1/2 kg) o.Dreh.	18 m	1 m		Standweitspringen	112 cm	3 cm
Leistungsklasse V 1962 – 1966	50-m-Lauf	9,4 Sek.	1/10 Sek.	Leistungsklasse V 1967 – 1971	Standweitspringen	112 cm	3 cm
	Standweitspringen	152 cm	4 cm		Schleuderballwerfen (1 kg)	4 m	1 m
	Schleuderball (1 1/2 kg)	17 m	1 m		Kugelstoßen (4 kg)	200 cm	20 cm
	Keulenwurf (1/2 kg) o.Dreh.	17 m	1 m		Standweitspringen	112 cm	3 cm
Leistungsklasse VI 1957 – 1961	Standweitspringen	150 cm	3 cm	Leistungsklasse VI 1962 – 1966	Standweitspringen	112 cm	3 cm
	Schleuderball (1 kg)	12 m	1 m		Schleuderballwerfen (1 kg)	4 m	1 m
	Kugelstoßen (5 kg)	460 cm	20 cm		Kugelstoßen (4 kg)	200 cm	20 cm
	Keulenwurf (1 kg)	12 m	1 m		Standweitspringen	112 cm	3 cm
Leistungsklasse VII 1952 – 1956	Standweitspringen	144 cm	3 cm	Leistungsklasse VII 1961 und älter	Standweitspringen	112 cm	3 cm
	Schleuderball (1 kg)	10 m	1 m		Schleuderballwerfen (1 kg)	4 m	1 m
	Kugelstoßen (5 kg)	400 cm	20 cm		Kugelstoßen (4 kg)	200 cm	20 cm
	Keulenwurf (1 kg)	10 m	1 m		je Jahr 1 Punkt Gesamtzugabe		
Leistungsklasse VIII 1951 und älter	Standweitspringen	136 cm	3 cm				
	Schleuderball (1 kg)	6 m	1 m				
	Kugelstoßen (5 kg)	300 cm	20 cm				
	Keulenwurf (1 kg)	6 m	1 m				

JUNGTURNER		0 Punkte	1 Punkt
Klasse A 2004 – 2005	100-m-Lauf	16,4 Sek.	1/5 Sek.
	Weitspringen m.A.	360 cm	10 cm
	Kugelstoßen (7 1/4 kg)	500 cm	20 cm
Klasse B 2006 und 2007	75-m-Lauf	14,0 Sek.	1/5 Sek.
	Weitspringen m.A.	310 cm	10 cm
	Kugelstoßen (5 kg)	500 cm	20 cm
Klasse C 2008 und 2009	75-m-Lauf	15,0 Sek.	1/5 Sek.
	Weitspringen	250 cm	10 cm
	Kugelstoßen (4 kg)	500 cm	20 cm
Klasse D 2010 und 2011	60-m-Lauf	11,8 Sek.	1/10 Sek.
	Standweitspringen	155 cm	3 cm
	Schlagballwerfen	15 m	1 m
Klasse E 2012 und 2013	50-m-Lauf	11,0 Sek.	1/10 Sek.
	Standweitspringen	130 cm	3 cm
	Schlagballwerfen	12 m	1 m
Klasse F 2014 und jünger	50-m-Lauf	11,5 Sek.	1/10 Sek.
	Standweitspringen	110 cm	3 cm

JUNGTURNERINNEN		0 Punkte	1 Punkt
Klasse A 2004 und 2005	75-m-Lauf	14,8 Sek.	1/5 Sek.
	Weitspringen m.A.	240 cm	10 cm
	Kugelstoßen (4 kg)	420 cm	20 cm
Klasse B 2006 und 2007	60-m-Lauf	11,6 Sek.	1/10 Sek.
	Weitspringen m.A.	210 cm	10 cm
	Schlagballwerfen	22 m	1 m
Klasse C 2008 und 2009	60-m-Lauf	11,9 Sek.	1/10 Sek.
	Weitspringen	180 cm	10 cm
	Schlagballwerfen	20 m	1 m
Klasse D 2010 und 2011	60-m-Lauf	12,2 Sek.	1/10 Sek.
	Standweitspringen	140 cm	3 cm
	Schlagballwerfen	10 m	1 m
Klasse E 2012 und 2013	50-m-Lauf	11 Sek.	1/10 Sek.
	Standweitspringen	100 cm	3 cm
	Schlagballwerfen	7 m	1 m
Klasse F 2014 und jünger	50-m-Lauf	12 Sek.	1/10 Sek.
	Standweitspringen	90 cm	3 cm

**MANNSCHAFTSBEWERB**  
Steinstoßen



# BERGSPORTFEST

mit Berglauf auf den Kleinmölbings und 76. Bergturnfest



- 9.00 Uhr Startnummern-Ausgabe
- 9.30 Uhr Begrüßung
- 10.00 Uhr Start der Sportbewerbe
- 11.00 Uhr Start des Berglaufes

Siegerehrung im Anschluss der Bewerbe

**Laufstrecke:**  
Liezener Hütte – Mölbingshütte – Kleiner Mölbingshütte – Liezener Hütte

Kontrolltore die angelaufen werden müssen

Streckenlänge: 8,1 km  
gesamt

Höhen-Meter: 540 m gesamt



Juwelier  
**BINDER**  
Uhrmacher  
[www.juwelen-binder.at](http://www.juwelen-binder.at)

**SUUNTO**  
SERVICE POINT  
AUSTRIA

**GROSSE SACHPREISVERLOSUNG**  
unter allen Teilnehmern  
**Hauptpreise:**  
1 Woche Urlaub im Mobilheim auf einem Top-Campingplatz nach Wahl in der Vor- und Nachsaison  
1 SUUNTO Sportuhr mit integriertem GPS, HF-Messung u. zahlreichen Sportmodi