

2026

Lisa Redlinger

ATHLETIN, 2002, VORARLBERG (AT)

10.000M: 32:29

5.000M: 15:34

STRASSEN WM KOPENHAGEN SEPT 26

LISA REDLINGER



INHALT



03

ÜBER MICH

04

BEWERBE

05

PERSONAL BESTS

06

ZIELE & MOTIVATION

09

SOCIAL MEDIA

11

MY RESULTS, YOUR BRAND?

ÜBER MICH

Als leidenschaftliche Langstreckenläuferin (5.000m/10.000m) aus Vorarlberg (AT) blicke ich auf eine stetige sportliche Entwicklung zurück und auf weitere Erfolge in der Zukunft: Von Vorarlberger Landesrekorden über österreichische Titel bis hin zur internationalen Bühne. Zu meinen Highlights zählen die U23-EM sowie ein 7. Platz bei der FISU Cross-EM.

Durch meine signifikanten Leistungssteigerungen (34:35 → 32:29 und 16:50 → 15:34), rücken meine Ziele für die kommende Saison, die EM in Birmingham, immer näher. Die Qualifikation für die Straßen WM in Kopenhagen habe ich bereits geschafft.

Parallel zum Sport setzte ich meine Energie in meine Firma Redlinger Digital ein.

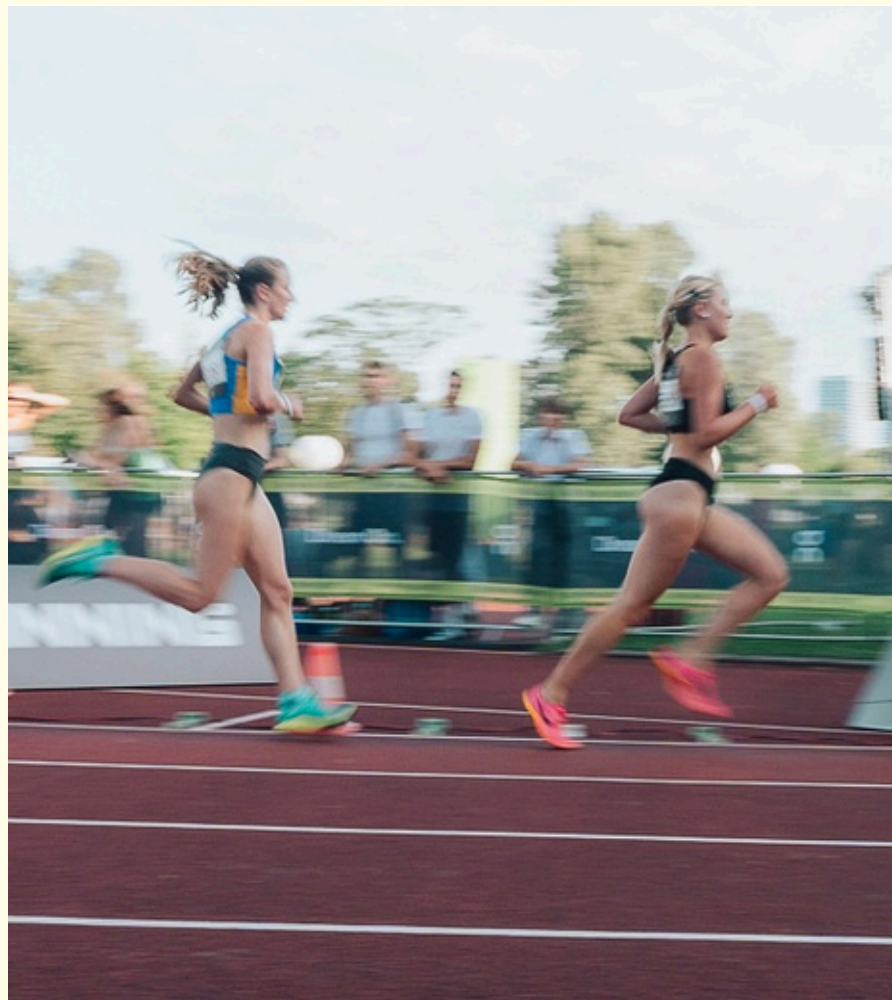


BEWERBE



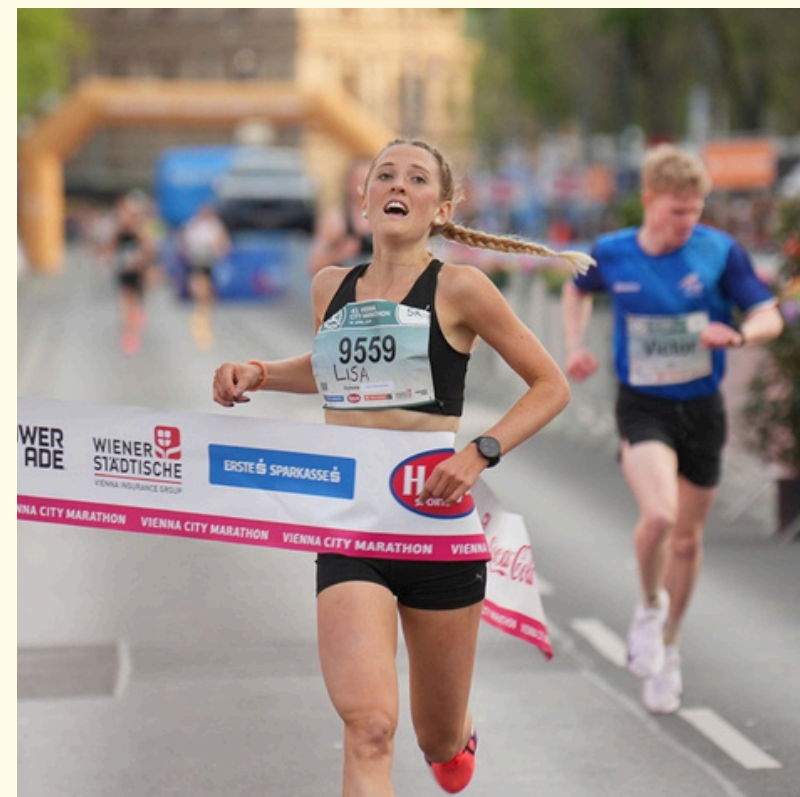
CROSS COUNTRY

Teilnahme an den U23-Europameisterschaften 2024 sowie an der FISU Cross-Weltmeisterschaft 2026.



TRACK AND FIELD

Teilnahme an den U23-Europameisterschaften 2024, der Vienna Track Night sowie an zahlreichen Staatsmeisterschaften.



STREET RUNS

Teilnahme an zahlreichen Straßenläufen, darunter der Zürich 10k im Rahmen des Marathons, die StraLugano, der 3-Länder-Marathon und viele weitere.

PERSONAL BESTS

3.000M HALLE: 9:12

5.000M HALLE: 16:20

5.000M TRACK: 16:36

10.000M TRACK: 34:44

5.000M ROAD: 15:34

10.000M ROAD: 32:29

DAS WILL ICH ERREICHEN

Mein Ziel ist es, weiterhin auf diesem hohen Niveau zu trainieren sowie verletzungsfrei und gesund zu bleiben. Unter diesen Voraussetzungen strebe ich für die kommende Saison die Qualifikation für die Leichtathletik-EM über 5.000m oder 10.000m, sowie die Crosslauf-Europameisterschaft an. Die Qualifikation für die Straßenlauf-Weltmeisterschaft über 5km habe ich bereits geschafft.

Auf lange Sicht strebe ich die Teilnahme an den Olympischen Spielen in LA 2028 an. Zudem ist es mein Ziel, weitere österreichische Titel zu gewinnen, Rekorde zu brechen und bei weiteren internationalen Wettkämpfen an den Start zu gehen.

WAS TREIBT MICH AN

Geprägt durch Jahre, in denen mich Verletzungen immer wieder herausgefordert haben, habe ich gelernt, stets wieder aufzustehen und von neuem zu beginnen. Diese Erfahrungen haben den Mut und Ehrgeiz geschaffen, die mich heute antreiben.

Durch eine gezielte Anpassung meines Trainings, insbesondere durch die Integration alternativer Trainingseinheiten, trainiere ich nun seit über zwei Jahren schmerzfrei und kontinuierlich. Diese Beständigkeit ist der Schlüssel zu meiner stetigen Leistungssteigerung.

MEINE ZIELE

FORTSCHRITTE

	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026
3.000M HALLE:		10:21	10:25	9:53	9:53	9:29	<u>9:12</u>
5.000M HALLE:				17:00		<u>16:20</u>	
5.000M TRACK:		17:37	17:57	17:05	16:36	17:00	
10.000M TRACK:				35:06	34:44	35:05	
5.000M ROAD:	20:07	18:01	17:36		16:53		15:34
10.000M ROAD	41:00				35:05	34:35	<u>32:29</u>

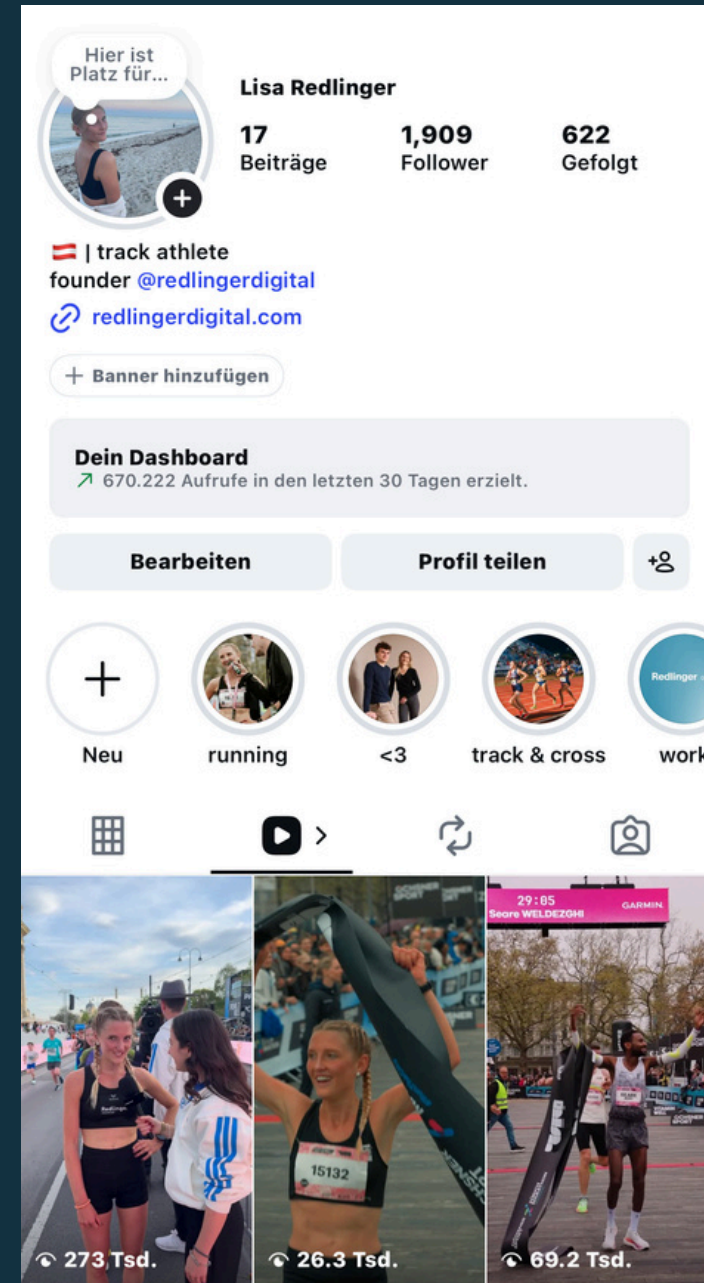
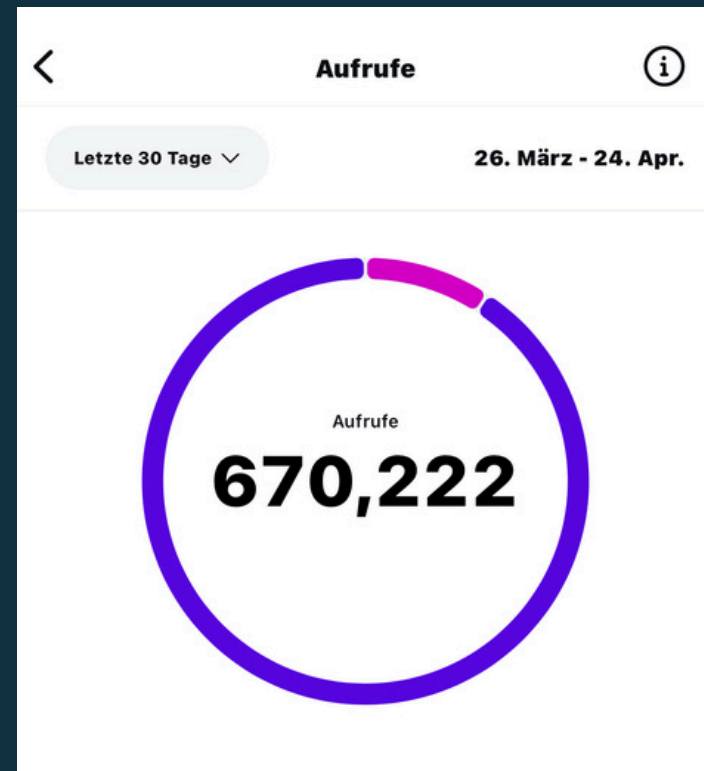
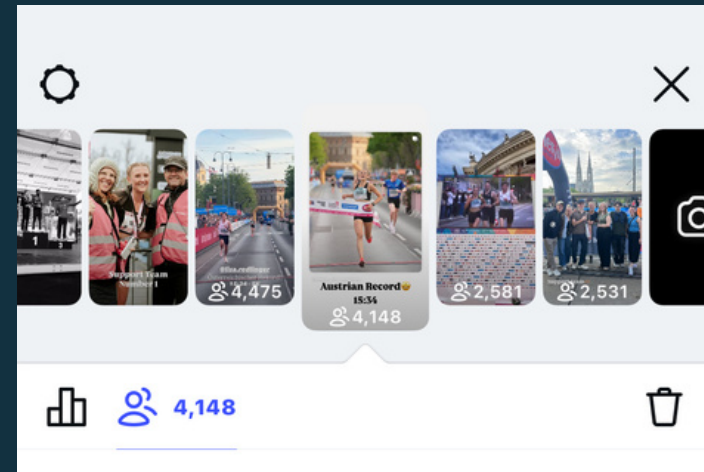
2026



Lisa Redlinger

SPONSORING BEISPIELE





SOCIAL MEDIA

2026

asics

ÖSTERREICHISCHER
FRAUENLAUF



Stadt
Wien

dm

Lisa Redlinger

LISA MOVES



2026

Lisa Redlinger



+43 678 7913 818
ig: lisa.redlinger

lisa.redlinger2002@gmail.com
www.lisa-redlinger.com

MY RESULTS WITH YOUR BRAND?

LET'S WORK TOGETHER AND BE MY BRAND!