

## LEICHTATHLETIK

# „Und dann hab' ich ein paar Jungs überholt!“

Langstrecklerin Lisa Redlinger hat mit dem österreichischen Rekord über fünf Kilometer das Limit für die Straßenlauf-WM geknackt, nun soll die Qualifikation für die EM in Birmingham folgen. Hilfreich dafür wäre der eine oder andere Sponsor für die 23-jährige Lustenauerin.

Von Jochen Dedeleit  
neue-redaktion@neue.at

Er ist Stammgast im Lustenauer Sportpark. Und natürlich kennt Ex-Kugelstoß-Halleneuropameister Klaus Bodenmüller die junge Frau, die da vor ihm ihre Runden dreht. Und diese Runden absolviert Lisa Redlinger – man ist geneigt zu sagen – jede Woche in immer noch schnellerem Tempo. Unlängst beim Vienna-City-Marathon-Wochenende stellte die Langstrecklerin von der TS Lustenau bei ihrem Sieg im Fünf-Kilometer-Straßenlauf in 15:34 Minuten einen neuen österreichischen Rekord auf. Sie unterbot damit das Limit für die im September stattfindende Straßenlauf-WM in Kopenhagen klar (15:52).

**Limit im Blick.** „Ganz ehrlich: Ich hatte das Limit für die Straßenlauf-Weltmeisterschaften im Blick. An den österreichischen Rekord hab ich nicht gedacht, auch weil die Strecke ja ein bisschen tricky ist. Aber ich hab mich in der Bergauf-Passage zum Schluss sogar besser gefühlt als in der Bergab-Passage am Beginn. Und dann hab' ich noch ein paar Jungs überholt, das hat enorm gepusht“, sagte Redlinger direkt nach dem Rennen, das sie dominierte, im VCM-Interview. „Ich habe ja schon einige U23-Rekorde aufgestellt, aber das ist mein erster öster-

reichischer Rekord. Für mich ist das etwas ganz Besonderes, wenn ich bedenke, dass ich den Laufsport nicht hauptberuflich mache und keinen einzigen Sponsor habe.“

Und mit dieser Aussage erregte sie doch Aufsehen – weil man geneigt ist, zu sagen: Das hat sie jetzt nicht gesagt! Redlingers bisherige Bestmarke über die fünf Kilometer stand bei 16:53, und hinzu kommt: Zuvor hatte sie in Oberriet beim dortigen Zehn-Kilometer-Straßenlauf ihren eigenen VLV-Rekord aus dem Vorjahr um 61 Sekunden auf 33:04 Minuten verbessert, doch auch dieser ist schon wieder Geschichte: Beim Zürich-Marathon schraubte sie diese Marke auf 32:29 nach unten. Sie ist also jemand, die derzeit Bestmarken und Rekorde pulverisiert, und das auf hohem Niveau. Schließlich hat Redlinger, die in ihrer Karriere schon einen Knöchel – und einen Schienbeinbruch verkraften musste, schon früh in der Saison ein Limit für eine WM erreicht und nennt als weiteres Ziel die Teilnahme an der EM in Birmingham.

**Früh übt sich.** Als Achtjährige hatte die Lustenauerin mit der Leichtathletik begonnen. „Als ich 16 Jahre alt war, wollte ich eigentlich aufhören, da mir alle Disziplinen des Siebenkampfs keinen Spaß gemacht haben, mit Ausnahme des 800-Meter-Laufs“, ist dem Steckbrief Red-

lingers auf der Homepage des Olympiazentrums Vorarlberg zu entnehmen. Ein klares Indiz dafür, dass die 23-Jährige keine Mehrkämpferin ist, da diese nahezu ausnahmslos widerwillig auf die zwei Stadionrunden, die letzte Disziplin aufreibender zwei Tage, gehen. Die Konzentration auf den Laufsport war wohl die richtige Entscheidung, Goldmedaillen bei der U20-ÖM und den nationalen U20-Cross-Meisterschaften etwa waren die Folge.

Lisa Redlinger studierte ein Jahr in San Francisco auf der Academy of Art University Webdesign und war Teil des Cross-Country- und Track-and-Field-Teams, bei dem die 23-Jährige ihre Zeiten in allen Disziplinen deutlich verbessern und sich so für die U23-Europameisterschaft in Finnland qualifizieren konnte. Und der Aufschwung geht weiter. „Da ich selbstständig bin, kann ich mir die Zeit selbst einteilen. Ich schaue, dass ich von Montag bis Sonntag jeden Tag zwei Stunden zum Laufen komme“ – entweder im Sportpark, im Ried oder beim LC Brühl in St. Gallen, wo die Siebte der FISU-Cross-EM ihre Workouts unter Trainer Markus Hagmann absolviert. Im Olympiazentrum kann Redlinger den Krafraum oder den Physio aufsuchen. Seit einem größeren Zeitraum ist sie auch verletzungsfrei, „insbesondere durch die Integration alternativer Trainingseinheiten



Traumhaft: Lisa Redlinger vor der historischen Kulisse in Wien. VCM

trainiere ich nun seit über zwei Jahren schmerzfrei. Die Dauerläufe absolviere ich in einem sehr viel schnelleren Tempo.“

**Unternehmerin.** Die zweite Leidenschaft der begeisterten Läuferin gilt ihrer eigenen Firma Redlinger Digital, die sich auf Webseitengestaltung, SEO, Digitalisierung und Automationen spezialisiert hat und welche Lisa Redlinger gemeinsam mit ihrem Freund Andreas Kleindienst seit drei Jahren betreibt. Der über die Grenzen bekannte Lustenauer Senf zählt dabei zu ihrem festen Kundenstamm, wie etwa auch Holzbau Muxel oder Lingenhölle Technologien. „Da herrscht bei mir eine gewisse Gelassenheit vor, wenn ich noch die Firma im Hintergrund weiß. Da hängt das Gehalt nicht von der Leistung

auf der Strecke oder der Bahn ab“, verrät die Firmeninhaberin, die die längeren Distanzen aufgrund ihrer mentalen Stärke bevorzugt. Wobei die 5000 Meter eher die Lieblingsstrecke ist, „die 10.000 Meter laufe ich immer mal, dass sich die 5000 wieder kürzer anfühlen“, sagt die Lustenauerin und lacht.

Bahn- oder Straßenläufe läuft Lisa Redlinger gleich gerne, „die Straßenläufe etwa in Wien, Lugano der Zürich haben medial eine größere Reichweite“, denkt sie einen Schritt weiter. Wobei da der eine oder andere Sponsor auf ihrem Dress gut tun würde. Vom Direktlimit für die EM-Qualifikation von 15:05 Minuten ist Redlinger noch 29 Sekunden entfernt, darum ist eine Qualifikation für Birmingham über das Ranking

die wahrscheinlichere Variante. Der Weltrekord im 5000-Meter-Lauf der Frauen liegt bei 13:58.06 Minuten, aufgestellt von der Kenianerin Beatrice Chebet am 5. Juli 2025 in Eugene/Oregon. Chebet war die erste Frau in der Geschichte, die die 14-Minuten-Marke auf dieser Distanz unterbot.

**Ansage.** Der große Leistungssprung in den letzten Jahren veranlasst die 23-jährige Lustenauerin auch auf eine mutige Ansage: „Auf lange Sicht strebe ich die Teilnahme an den Olympischen Spielen in Los Angeles 2028 an. Zudem ist es mein Ziel, weitere österreichische Titel zu gewinnen und Rekorde zu brechen.“ Mit Sponsoren, sagt Lisa Redlinger, wäre noch mehr möglich, „die Finanzierung von

Trainingslagern, Reisekosten oder Ausrüstung. Der Laufsport hat schon einen Hype erfahren. Der Fußball ist freilich immer noch weit an der Spitze, Einzelsportler kämpfen eben alleine“, weiß Redlinger, die das Logo ihrer Sponsoren auf Wettkampfkleidung, Handtücher, Trinkflaschen oder dem – noch nicht vorhandenen – Auto präsentieren könnte. Auf den sozialen Medien ist die Langstreckenläuferin auch präsent, nach ihrem Wien-Auftritt waren es über den Monat verteilt 600.000 Impressionen auf ihrem Account. Und die kommenden Auftritte Redlingers versprechen weitere gute Zahlen: der Europacup in La Spezia, wo sie die 10.000 Meter laufen wird, und der Frauenlauf in Wien, für den sie schon eine Einladung vorliegen hat.

**KOMPAKT****HANDBALL****Blamables Viertelfinal-Aus für Alpla HC Hard**

Der Alpla HC Hard ist im Viertelfinale der HLA-Meisterliga an den Fivers gescheitert. Die Harder verloren gestern im Spiel drei der Serie zu Hause mit 31:33 gegen die Wiener. Bregenz gewann zu Hause in der Abstiegsrunde mit 33:29 gegen Graz.

**EISHOCKEY****ÖEHV-Team gewann****WM-Generalprobe 4:1**

Österreichs Eishockeyteam hat sich im letzten Testspiel noch einmal Selbstvertrauen für die nächste Woche beginnende Weltmeisterschaft in der Schweiz geholt. Das ÖEHV-Team feierte am Samstag in Klagenfurt gegen Slowenien einen 4:1 (0:0, 2:0, 2:1)-Sieg. Kapitän Peter Schneider (30., 60./EN), der 18-jährige Leon Kolarik (31.) und Erstliniencenter Benjamin Nissner (47.) sorgten für eine erfolgreiche Generalprobe für den WM-Start gegen Großbritannien (16.5.) und Ungarn (17.5.).

**RADSPORT****Überraschungscoup durch****Uruguayer Silva beim Giro**

Der Uruguayer Guillermo Silva hat am Samstag sensationell die zweite Etappe des Giro d'Italia in Bulgarien gewonnen und das rosa Trikot übernommen. Der 24-jährige Astana-Profi gewann nach turbulentem Verlauf den Sprint einer größeren Gruppe, der auch Topfavorit Jonas Vingegaard und Felix Gall angehörten.

**RADSPORT****Team Vorarlberg glänzt bei Tour of Hellas**

Team-Vorarlberg-Kapitän Colin Stüssi ist auf der vierten Etappe der Tour of Hellas von Atalanti nach Parnitha Fünfter geworden.