

2010

Rad

Ehrgeiz
Gefühl
Kampfgeist
Herzschlag
Höhenmeter
Erfolg
Geschwindigkeit
Nervenkitzel

Passion

Trails
Ausdauer
Erfüllung
Marathon
Selbstvertrauen
Faszination
Leidenschaft
Geduld

Berg

SPONSOR



Wie alles begann ...

Bis 2004 war ich nur Gelegenheitssportler. Durch das Zusehen bei der 7. Salzkammergut Mountainbike Trophy bekam ich Lust den Sport und den Nervenkitzel dabei selber kennen zu lernen. Im Februar 2005 begann ich mit dem Training, dabei stellte sich heraus, dass es nicht leicht sein wird, Mountainbiking als ernsthaften Sport zu betreiben. Die letzten Jahre habe ich mit meinem Trainer hart aber effektiv darauf hingearbeitet Technik, Ausdauer und Kraft auszufeilen und weiterzuentwickeln. Mit bis zu 15 Trainingsstunden pro Woche neben meinem 40 Stunden-Job ist es mir gelungen meine Ziele zu erreichen und weiter in die Zukunft zu planen.



Erfolge 2008

- 67. Platz MTB Marathon Riva del Garda (Italien)**
- 13. Platz MTB Rennen Koppl**
- 57. Platz MTB Marathon Willingen (Deutschland)**
- 264. Platz Krone Kitzhorn Challenge**
- 72. Platz MTB Salzkammergut Trophy**
- 17. Platz Gesamtwertung „ Rocky Mountain Bikemarathon“**
- 2. Platz Staffel X-Triathlon Berndorf**
- 19. Platz MTB Zwölferhorn-Rennen**
- 20. Platz "World Games of Mountainbike" Saalbach**

Persönliches

Name: Herbert Lugstein
Geboren: 21. 5. 1982
Wohnort: Frankenmarkt, Österreich
Beruf: Angestellter
Familienstand: ledig

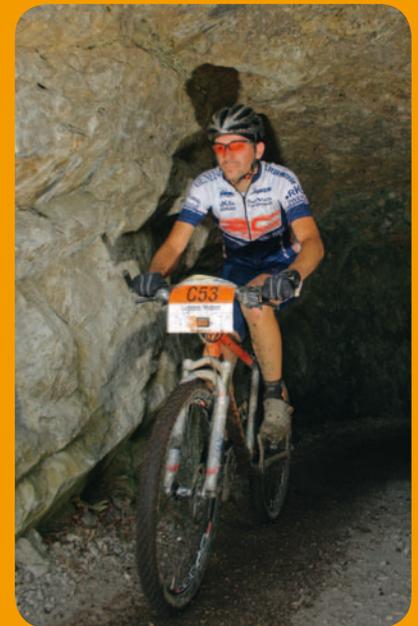


Ziele 2010

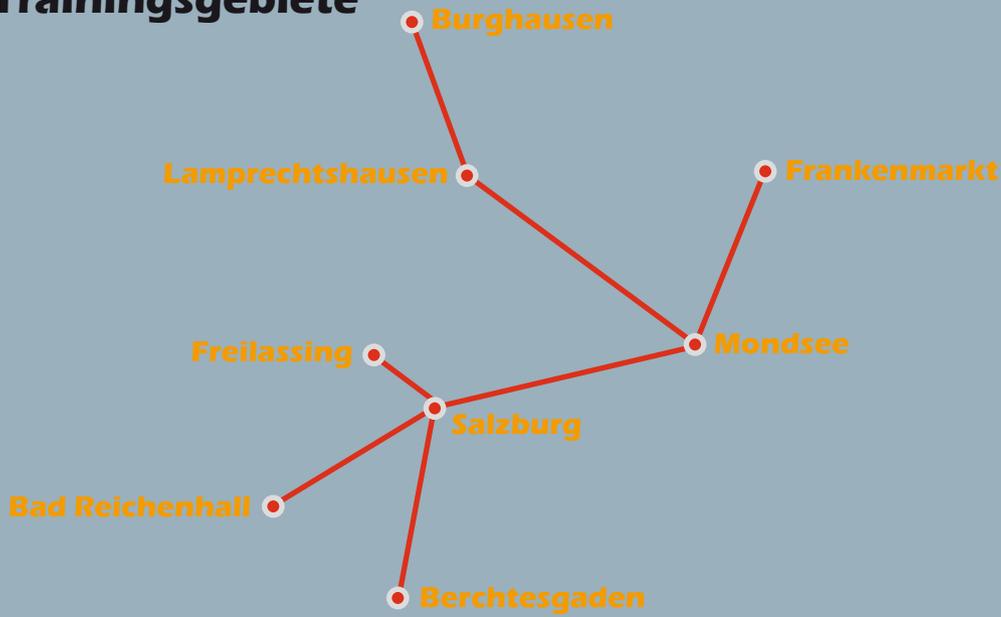
National Top 15 Platzierungen
Erfolgreiche Teilnahme 6h/12h Rennen
„Bike Festival“ Riva del Garda
Salzkammergut Trophy Bad Goisern
„World Games of Mountainbike“ Saalbach

Erfolge 2009

- 76. Platz MTB Marathon Riva del Garda (Italien)**
- 69. Platz MTB Marathon Malevil-Cup (Tschechien)**
- 9. Platz MTB Marathon Koppl**
- 19. Platz MTB Marathon Bad Mitterndorf**
- 63. Platz MTB Marathon Willingen (Deutschland)**
- 27. Platz RR „4-Seen Marathon“ Mondsee**
- 52. Platz MTB Salzkammergut- Trophy**
- 55. Platz Gesamtwertung „Marathonman- Europe“**
- 28. Platz Gesamtwertung „Rocky Mountain Bike Marathon“**
- 19. Platz MTB Zwölferhorn-Rennen**
- 35. Platz „World Games of Mountainbike“ Saalbach**



Trainingsgebiete



Herbert Lugstein

Pointen 6
4890 Frankenmarkt

Tel: +43 / 664 / 34 51 230
bike@herbertlugstein.at
www.herbertlugstein.at



Danke für die Unterstützung 2009