



Mag. Dr.

## Marlies PENKER

**Sportarten:** Behindertensportverband; Biathlon; Fußball; Kickboxen; Langlauf; Leichtathletik; Radsport; ...

**CareSettings:** Coach the Coach; Einzelbetreuung; Jugend und Nachwuchsbetreuung; Krisenberatung

**Qualifications:** Mentalcoach

### ■ PERSÖNLICHE DATEN

**Mitgliedsnummer:** 419

**Mitglied seit:** 02.04.2023

**Geschlecht:** weiblich

**Kontakt:** | [mapenker@edu.aau.at](mailto:mapenker@edu.aau.at) | [www.marlies-penker.at](http://www.marlies-penker.at) |

**Adresse:** August-Jaksch-Str. | 9020 - Klagenfurt | Österreich, Kärnten



### ■ Über mich

**Meine langjährigen Sporterfahrungen würde ich gerne weitergeben und zeigen, was durch mentales Training im Sport alles möglich ist!**

Seit dem Jahr 1997 wettkampfmäßig Ausdauersport: Triathlon. Laufen, Berglaufen, Wintertriathlon, Stufenlauf und Rad

Seit dem Jahr 2000 jedes Jahr Finish beim Kärnten Ironman: pB 9:18,49 h (2008)

mehrfache Teilnahme beim Red-Bull 400 in Bischofshofen, Planica (SLO), Titisee-Neustadt (D) und Einsiedeln (CH)

erster österr. Gesamtsieg beim längsten Treppenlauf der Welt in (Niesen) über 11.674 Stufen und 1.669 HM in 1:16,44 (2018)

Marathonbestzeit Graz: 2:45,08 h (2006)

Halbmarathon in Udine: 1:19,18 h (2006)

10.000 Meter Bahn: 37,04 Minuten (2006)

10 km Straßenlauf in Deutschlandsberg in 36,11 Minuten (2007)



5 km Frauenlauf Wien: 17,55 Minuten (2007)

---

## ■ Experience

**2021 - 2033**

Jugendarbeit Kärntner Landesleistungszentrum Triathlon  
KTRV-Jugendarbeit Kärntner Landesleistungszentrum

---

## ■ EDUCATION

**1997 - 2004**

Mag. Dr.

Studium Päd. & Psychologie an der Universität Klagenfurt mit Doktorat am 5.10.2004

**2021 - 2024**

Bachelor in Ausbildung

Bachelorstudium aus Psychologie an der Alpen Adria Universität Klagenfurt

**2021 - 2022**

Mental Excellence: Sportpsychologie in Wien

DDr. Christopher Willis

---

## ■ INTERESTS

**1997 - 2020**

Webseite

[www.marlies-penker.at](http://www.marlies-penker.at)

Aus ökologischen Gründen wird dieses Dokument nur digital zur Verfügung gestellt.  
Think green before printing!

