

# Vita Radwandertag 2002



Am 21. September 2002 war es wieder soweit: Vom Vita Team bestens organisiert machten sich 400 Radbegeisterte mit der Familie mit Schiff, Zug und natürlich per Fahrrad auf den Weg. Zunächst ging es für die Teilnehmer und deren Fahrräder mit dem Sonderschiff „Stadt Linz“ vom voest Alpine Hafen aus Richtung Krems. Als Überraschung war noch vor dem Ablegen Landeshauptmannstellvertreter Erich Haider auf das Schiff gekommen, der in seiner Funktion als zuständiger Verkehrsreferent des Landes Oberösterreich den „Klix Schlaubär Koffer“ an den jüngsten Teilnehmer des Vita Radwandertages überreichte.

Eine erste Ausstiegsgelegenheit und gleichzeitig auch erste Labstelle war in Grein. Ungefähr ein Drittel der Radbegeisterten nahmen von hier aus die 81 Kilometer lange Strecke in Angriff. In Melk verließ dann das Gros der Teilnehmer das Schiff um die restlichen 35 Kilometer nach einer Stärkung an der zweiten Labstelle zu radeln.

Nach der schönen Fahrradfahrt vorbei an den herrlichen Weinbergen des Wachauerlands kamen alle wohlbehalten in Krems an, wo noch Zeit für eine Einkehr war. Mit zwei Sonderzügen wurden alle wieder pünktlich in das voest Alpine Gelände zurückgebracht. Eine Veranstaltung dieser Art, an der trotz schlechter Wetterprognose so viele teilnahmen und die letztendlich bei super Radwetter stattfand, hofft auf eine Fortsetzung im Jahre 2003.

# Strahammer-Gedächtnislauf



Zum zweiten Mal fand am 21. September 2002 der Peter-Strahammer-Gedächtnislauf statt. Sechs Mitarbeiter aus der voest Alpine fanden sich, um im Rahmen des Vita! Familienradwandertages an diesem Laufereignis vom Kraftwerk Wallsee bis nach Dürnstein teilzunehmen. Ursprünglich war geplant, bis nach Krems zu laufen. Da die Gruppe in Melk jedoch unfreiwillig einige Umwege machte, wurde der Lauf nach 102,6 Kilometer in Dürnstein beendet. 80 Kilometer lief man geschlossen in der Gruppe, erst gegen Ende hin wählte jeder sein eigenes Tempo. Insgesamt benötigten die Läufer etwa 10 Stunden und 50 Minuten, die reine Laufzeit betrug nur etwa 10 Stunden. Während der gesamten Strecke wurden die Läufer von einem kleinen Team rund um Dr. Helmuth Ocenasek begleitet, der auch den Ernährungsplan zusammengestellt hatte und eine Blutkontrolle durchführte. Rund 7000-8000 kcal wurden in Form von Kohlehydratgetränken und Flüssignahrung eingenommen. „Peter Strahammer hat in all seinem Tun stets große Ausdauer bewiesen. Dieser Leistung wollen wir mit dem Langstreckenlauf gedenken“, so Initiator Andreas Koller (SPM). Das Team plant den Lauf auch heuer wieder durchzuführen und so als jährlichen Fixpunkt zu institutionalisieren.



01

**Gut gelaufen im Werk.** Etwa 350 Läuferinnen und Läufer haben sich am Freitag, dem 11. Oktober 2002 aus Spaß am Laufen auf die 5 bzw. 13 Kilometer lange Strecke im Werksgelände begeben. Das VITAL-Team ist begeistert, „dass wieder so viele MitarbeiterInnen an dieser gelungenen Veranstaltung teilgenommen haben“. +++



RUN4FUN

- 01> Dichtes Gedränge der 350 Teilnehmer am Start
- 02> Die Nummer 1 in der Organisation: Christian Weismayr.
- 03> Laufend werden Straßen und Hindernisse überquert.
- 04> ... noch geht's leichtfüßig ...
- 05> ... und mit einem Lächeln im Gesicht ...
- 06> Auch für einen Gruß für den Fotografen muss Zeit sein.
- 07> Dafür gab's im Ziel eine Stärkung.

**Linz- Marathon 2003.** Für das Vorbereitungsprogramm 2003 haben sich 266 MitarbeiterInnen angemeldet, davon 189 für den Halbmarathon, 61 für den Marathon und 4 Staffeln.

Die medizinische Betreuung wird von der Betriebsmedizin unter der Leitung von Helmut Csillag sowie zwei Sportärzten (Andreas Dallamassi, Andreas Fridrik) durchgeführt.

Neben der ärztlichen Betreuung gibt es ein umfangreiches Angebot, wie Ernährungsberatung durch Andreas Koller, Physiotherapie durch Susanne Markow, Laufstilberatung durch die Olympia-Dritte Theresia Kiesel, gemeinsames Lauftraining und anderes mehr. Koordiniert wird das gesamte Konzept von Iris Kern und Christian Weismayr.

**Vergleich.** Beim Linz-Marathon 2002 hatten sich ca. 150 MitarbeiterInnen angemeldet. 140 LäuferInnen waren am Start, davon 39 Marathonis, 80 Halbmarathonis und 16 Staffeln.

