

Eine Herzensangelegenheit (Werner Schrittwieser)



(c) valerino.creations

„Achte auf dein Herz & laufe für meins“ – so lautet das Motto für den Herzlauf. Eine Laufserie, die aus fünf Veranstaltungen in fünf verschiedenen Bundesländern besteht. Die Organisation Herzkinder Österreich rund um Projektleiterin Michaela Altendorfer unterstützt damit herzkrankte Kinder und deren Familien. „Wenn man bedenkt wie viele Kinder es in Österreich mit einem Herzfehler gibt und wie viele betroffene Familien mit dieser Herausforderung tagtäglich zu kämpfen haben, dann ist es nur zu verständlich, möglichst viele gesunde Menschen darüber zu informieren. Dafür setze ich mich gerne mit ‚ganzem Herzen‘ ein“, so Michaela Altendorfer.



Donaupark als tolle Kulisse

Und so war es auch für mich heuer wieder eine Herzensangelegenheit, diese Veranstaltung entsprechend zu unterstützen und dabei zu sein. Bereits im Vorfeld gab es im April 2018 vier Vorbereitungstrainings, wobei auch ich eines davon leiten durfte. Und am 3. Mai war es dann soweit – die Auftaktveranstaltung ging traditionell im Wiener Donaupark über die Bühne. Christine und Hannes Menitz stellten hier einmal mehr ein wirklich tolles Event auf die Füße und sorgten für einen reibungslosen Ablauf. Der Donaupark bietet hier eine echt tolle Kulisse und auch das Wetter spielte perfekt mit – und so konnten die Teilnehmer mit der Sonne um die Wette strahlen und dabei GUTES tun.



Team Magnesia GO

Die 3 Kilometer lange Runde durch den schönen Donaupark muss dabei je nach Bewerb 1x, 2x oder 3x bewältigt werden. Da auch Magnesia ein Partner des Herzlaufs ist, war es für mich natürlich klar, deren großes Team zu unterstützen. Im vergangenen Jahr ging ich über die 9km an den Start – heuer wagte ich ein etwas anderes Experiment. Da ich bereits früh genug vor Ort war, entschied ich mich beim 3km-Bewerb zu starten und nach nur einer kurzen Verschnaufpause nochmals über die 6km. Aufgrund des fehlenden Tempotrainings natürlich eine ganz besondere Herausforderung, da ich mit so kurzen schnellen Läufen eine Art Hassliebe aufgebaut habe.



(c) valerino.creations

Im Eiltempo zu Platz zwei

So startete ich zuerst über die 3km und versuchte hier, mich in der Führungsgruppe zu halten. Der erste Läufer und spätere Gewinner verschaffte sich gleich zu Beginn eine kleine Lücke, die er bis zum Ende halten konnte. Dahinter waren wir eine vierköpfige Gruppe, bei der die Positionen einige Male wechselten. Am letzten Kilometer konnte ich dann nochmals ein wenig zulegen und versuchte mich von dieser Gruppe zu lösen, was mir auch gelang. Somit erreichte ich den 2. Gesamtrang und freute mich riesig darüber – denn es lief besser als erwartet!



(c) valerino.creations

Zum Drüberstreuen

Viel Zeit zum Verschnaufen blieb aber nicht, denn bereits kurze Zeit später erfolgte der Start für die zwei anderen Bewerbe. Und nach dem ersten Kilometer merkte ich, dass mir das Rennen kurz zuvor noch in den Beinen steckt. Ich nahm ein wenig heraus und versuchte mein eigenes Tempo zu gehen und musste so auch Kilometer um Kilometer ziemlich alleine

absolvieren. Am Ende konnte ich aber nochmals ein wenig zulegen und konnte es kaum glauben, dass ich auch über die 6km als Zweiter die Ziellinie überquerte.



(c) valerino.creations

Das WICHTIGSTE: Kindern helfen

Ich war natürlich total happy, dass es nach der Verletzung und der doch langen Pause im Vorjahr jetzt wieder so gut geht. Doch das Wichtigste an diesem Abend, und das sollte man auf keinen Fall vergessen, war natürlich der karitative Zweck. Wenn man mit dem, was man gerne macht, auch noch GUTES tun kann, ist es einfach perfekt. Und wenn es dann auch noch kranken Kindern zugutekommt, ist es umso schöner.

Die weiteren Herzlauf-Termine:

- Mai 2018: Vorarlberg – Feldkirch
- Juni 2018: Steiermark – Krieglach
- September 2018: Tirol – Thaur bei Innsbruck
- Oktober 2018: Oberösterreich – Traun

Weitere Infos -> www.herzlauf.at