



am **STEYRTALER RADWEG**

## LAUFE FÜR DIE, DIE ES NICHT KÖNNEN

**Treffpunkt:** 05. Mai 2019 um 12.00h beim Naturfreundeheim Leonstein

**Start:** 13.00h ehemaliges Gasthaus Steinwänd (Shuttlebusse)

Zur gleichen Zeit finden in verschiedenen Orten auf der ganzen Welt Läufe mit einer beweglichen Ziellinie statt, um Spenden für die Rückenmarksforschung zu sammeln. Die Alpenvereinsjugendbetreuer laufen mit einer Handy-App, bei der, sobald man diese beim Start aktiviert, die Zeitnehmung gestartet wird. Eine halbe Stunde nach dem Laufbeginn startet dann ein "virtuelles Auto", das mit der Zeit immer schneller wird – und sobald das Auto einen eingeholt hat, ist der Lauf beendet – (siehe <https://www.wingsforlifeworldrun.com/at/de/ueber-den-lauf/ueber-den-lauf/>).

Wir teilen uns in Laufgruppen ein und laufen am Steyrtaler Radwanderweg:

Erste Gruppe (gemütliche Läufer): wir laufen von der Steinwänd bis zum Naturfreundeheim Leonstein (9 km; ca. 7, 30 Minuten/km; geplante Laufzeit: 1 Std. 8 Minuten, dann werden wir wahrscheinlich von dem virtuellen Auto eingeholt werden)

Zweite Gruppe: (starke Läufer): wir laufen von der Steinwänd zum Naturfreundeheim Leonstein, wieder zurück zur Steinwänd und nochmals zum Naturfreundeheim (ca. 27 km - 5 Minuten/km; geplante Laufzeit: 2 Stunden 15 Minuten) – wenn das virtuelle Auto dann einen noch immer nicht eingeholt hat, werden wir trotzdem zu diesem Zeitpunkt den Lauf beenden - außer es ist jemand nicht zu stoppen☺)

Dritte Gruppe: läuft ca. 16 km (6 Minuten/km; geplante Laufzeit: 1 Std. 35 Minuten)

Vierte Gruppe: läuft ca. 21 km (5, 25 Minuten/km; geplante Laufzeit: 1 Std. 54 Minuten)

Wir laden alle ein, mitzumachen!

Startgebühr: €15,- (wird von uns im Nachhinein zu 100% an die Rückenmarksforschung gespendet; wer selber die App am Handy haben möchte, kann sich selbst auf der Homepage des "Wings for Life World Run" anmelden (Startgebühr sind dann 20€, die ebenfalls zu 100% an die Rückenmarksforschung gespendet werden - dann entfallen natürlich die €15,- Startgebühr vor Ort)

Im Anschluss an den Lauf gibt es beim Naturfreundeheim in Leonstein Getränke und kleine Stärkungen (keine Duschkmöglichkeiten vorhanden!!)

**Anmeldung:** bis am Sa, 4. Mai bei Thomas Aigner abends (0664/75062826) oder vor Ort am So, 5. Mai von 10 bis 11.00h (wir müssen den Transport zur Steinwänd organisieren!)

Auf euer Mitmachen freut sich das Jugendteam des Alpenvereins Grünburg - Sierning!