

Mit der Gesunden Gemeinde laufend in Form!



„Gesundheit ist gewiss nicht alles, aber ohne Gesundheit ist alles nichts.“ So brachte es schon der Philosoph Arthur Schopenhauer auf den Punkt.

Die Laufsaison 2017 ist eröffnet und die jährlich steigende Teilnehmerzahl bei großen Marathonläufen, sowie ein Zuwachs der Stadtläufe über kürzere Distanzen, bestätigt den hohen Stellenwert von Laufwettbewerben aber vor allem die immer größer werdende Beliebtheit dieser Sportart. Laufen ist gesund und hält fit – wenn man(n) bzw. Frau es richtig angeht! Und da (Betriebs)sport im Trend liegt und das Zusammengehörigkeitsgefühl und den Teamgeist stärkt,

übernimmt unsere Gemeinde in diesem Jahr als Sponsor das Startgeld für die Bediensteten und GemeinderätInnen, die am 11. Mai am Woche-E-Businessmarathon teilnehmen werden!

Das Training bis dahin wird im Zuge gemeinsamer wöchentlicher Lauftreffs (für Hobbyläufer, Profis und Laufnovizen) absolviert, zu denen wir auch Sie, liebe Bürgerinnen und Bürger unserer Gemeinde sehr herzlich einladen möchten!

Einladung zum Lauftreff

Ab sofort jeden Dienstag und Freitag, 17.30 Uhr, bei jedem Wetter!

Treffpunkt: Wienerbergerhütte, Im Wolfsgraben 49, 8074 Raaba-Grambach, Dauer: ca. 1-1,5 h

Ein großer Dank im Vorfeld an die steirischen Eliteläufer Bernd Weberhofer und Andreas Potocar, die unserer Einladung gefolgt sind, uns am Freitag, den 21. April um 17.30 Uhr bei unserem Lauftreff begleiten und uns zeigen wie es „richtig läuft“. *Keine Anmeldung erforderlich.*



Name: Mag. Bernd Weberhofer
Jahrgang: 1986
Wohnort: Graz / Veitsch
Disziplinen: Laufen
(Mittel-, Langstreckenlauf,
Crosslauf, Berglauf)

Bestzeiten:
3000 m Bahn08:53
5000 m Bahn 15:21
10 km Straße 31:52
(Deutschlandsberg 2009)
Halbmarathon.....1:11:57

Erfolge:

- Österreichischer Staatsmeister im Berglauf einzel 2009 (Kitzbühel, Hahnenkamm) und im Crosslauf Team Männer Langstrecke allg. Klasse 2012
- Österreichischer Meister Crosslauf Team Männer Kurzstrecke allg. Klasse 2008, 2006
- Österreichischer Meister im 10km Straßenlauf U23 2006 und

- Berglauf U20 2005, 2004
- Junioren-WM Berglauf Platz 10 (bester Österreicher), 2005
- Mehrmaliger WM-Teilnehmer Berglauf (Platz 41, allg. Klasse), 2009
- Mehrmaliger EM-Teilnehmer Berglauf (Platz 29, allg. Klasse), 2009
- Diverse österreichische Medaillen auf Bahn, Berg, Straße und im Crosslauf
- Diverse steirische Landesmeistertitel auf Bahn, Berg und Straße
- 3. Platz Grazathlon, Sieg im Team 2015, 2013
- 2009 Leistungshöhepunkt (Staatsmeister allg. Klasse, WM- und EM-Teilnahme allg. Klasse)
- 2010 Vereinswechsel – LTV Köflach
- 2012 Weiterer Staatsmeistertitel (Crosslauf Team Männer Langstrecke)
- Ab 2015 „Genuss“-Projekte: Grazathlon, div. Businessläufe (pers. Bestzeit im Bruck/Mur, Halbmarathon 1:13 in 2016)



Name: DI Andreas Potocar
Jahrgang: 1984
Wohnort: Raaba-Grambach / Graz
Disziplinen: Laufen
(Langstreckenlauf, Crosslauf, Berglauf)

Mit 17 Jahren ist er seinen ersten Marathon in Wien gelaufen und hat mittlerweile auch den Berlin-, den Hamburg-, den Rotterdam- und den Sevilla-Marathon erfolgreich gefinished. Weiters konnte

er in den letzten Jahren zahlreiche Gesamtsiege bei diversen Laufveranstaltungen für sich verbuchen und ist außerdem amtierender Landsmeister im 10 km Straßenlauf!

Bestzeiten

5000 m Bahn.....16:14 (Kapfenberg 2016)
5 km Straße.....16:05 (Wien Prater 2017)
10 km Straße33:37 (Weiz 2016)
Halbmarathon.....1:13:24 (Salzburg 2016)
Marathon 2:40:45 (Sevilla 2017)

Erfolge:

- Steirischer Meister im 10km Straßenlauf, Weiz 2016
- Steirischer Vizemeister 5000m Bahn, Kapfenberg 2016
- 3. Platz Österreichische akademische Meisterschaften im Marathon, Wien 2016
- Gesamtsiege bei folgenden Laufveranstaltungen 2016:
 - LCC Adventlauf Wien
 - Stadtlauf Jennersdorf
 - Genuss-Apfellauf Stubenbergsee
 - Koralpenlauf
 - Römerlauf
 - Millenium City Run Wien
 - Welschlauf
 - EHJ Lauf Strass
 - Businesslauf Graz mit der Mixed-Staffel
- Zahlreiche steirische akademische Meistertitel und Altersklassensiege bei diversen Laufveranstaltungen
- 2016 Vereinswechsel – runninGraz

Kontakt:

Michaela Potocar, Tel.: (0316) 40 11 36-120
michaela.potocar@raaba-grambach.gv.at

GR Ing. Lukas Höller, Obmann Kultur- Gesundheit und Generationenausschuss, Tel.: 0664-417 33 35