

## FIT FÜR DEN 1. WELSER BUSINESSRUN AM 2. JULI 2010



Am Freitag, 2. Juli 2010 wird ein neues Kapitel in der traditionsreichen Welser Laufgeschichte geschrieben. Um 19.00 Uhr fällt der Startschuss zum „1. Welser Businessrun presented by Hervis, Bawag & Alpine“.



Die Veranstalter laden alle die sich gerne sportlich betätigen, herzlich ein. Start und Ziel des neuen Events befinden sich direkt vor dem Rathaus am malerischen Welser Stadtplatz. Auf einer abwechslungsreichen und kurzweiligen Runde geht es durch die Welser City, dann entlang der Traun und am Schluss jeder Runde durch den markanten Ledererturm wieder zurück auf den Stadtplatz.

Läuferinnen und Läufer haben zwei Runden, Nordic Walker eine Runde zurückzulegen. Jeweils drei Läufer/innen bilden ein Team (männlich, weiblich, mixed). Im Gegensatz zu anderen Businessläufen können beim 1. Welser Businessrun auch Einzelläufer/innen teilnehmen. Der 1. Welser Businessrun versteht sich als Fitness- und Gesundheitsevent für ALLE – ganz gleich ob in der Firmen- oder Einzelwertung.

Beim Nordic Walking-Bewerb gibt es bewusst keine Wertung bzw. Zeitnahme – hier steht eindeutig der Gesundheitsgedanke an erster Stelle. Dabei gibt es nur ein Motto – sich im Kreise seiner Freunde sportlich zu betätigen und aktive Gesundheitsvorsorge zu betreiben.

### RUN & FUN & TOLLE PREISE

- + Die Hobbysportler stehen beim 1. Welser Businessrun ganz besonders im Mittelpunkt – erhält doch jede/r Sportler/in (egal ob Läufer oder Nordic Walker) im Ziel eine Glastrophäe.
- + Zusätzlich werden tolle Preise wie z. B. ein Laufband, ein Crosstrainer, ein Ergometer, Laufschuhe etc. verlost.
- + Die drei größten teilnehmenden Businessrun-Teams erhalten je eine große Glastrophäe (Gesamtteilnehmer Lauf & Nordic Walking).
- + Für die drei schnellsten Teams jeder Kategorie gibt es ebenfalls Glastrophäen.
- + Auch auf die Top-5 der Einzelwertung (Männer & Frauen) warten Glastrophäen.
- + Im Anschluss an die Siegerehrung gibt's bei der Businessrun-Party Live-Musik und gute Stimmung am Welser Minoritenplatz.



**Am Welser Stadtplatz sind beim Minoritenplatz-Brunnen vor dem Ledererturm Start & Ziel situiert.**

### FIT 4 BUSINESSRUN

Als besonderes KOSTENLOSES Service begleitet der UNIQA VitalCoach (Sportwissenschaftlerin Mag. Barbara Schagerl-Müllner) alle interessierten Hobbysportler an fünf Dienstagen mit unterschiedlichen Themen zum 1. Welser Businessrun.

Die „Vital-Abende“, an denen jeweils ein anderer inhaltlicher Schwerpunkt am Programm steht, sind immer in einen kurzen Theorie- und einen konkreten Praxisteil gegliedert (bitte Sportbekleidung und Laufschuhe mitnehmen).

Eine Umkleide- und Duschkmöglichkeit ist vorhanden (EG der Turnhalle an der Traun). Ein Einstieg ist jederzeit möglich (man kann auch nur einen Abend besuchen und mittrainieren).

EXTRA: Bei jeder Teilnahme gibt's für jede/n Teilnehmer/in eine maßgeschneiderte Broschüre aus der UNIQA VitalEdition.

#### Termine & Inhalte:

25. Mai: Power durch Ausdauer

1. Juni: Stretching – Koordination – Lauf-ABC (Anmeldung bis Donnerstag, 27. Mai)

8. Juni: Ernährung – gesund mit Genuss (Anmeldung bis Donnerstag, 3. Juni)

15. Juni: Kräftigungstraining – starker Rücken (Anmeldung bis Donnerstag, 10. Juni)

22. Juni: Regeneration – mentale Fitness (Anmeldung bis Donnerstag, 17. Juni)

Einfache Trainings-Anmeldung (Name, Firma) per Mail an [office@laufsport-sperrer.at](mailto:office@laufsport-sperrer.at)

**Ort:** Fechtsaal in der Turnhalle des Welser Turnvereins (1. Stock), Volksgartenstraße 17, 4600 Wels

**Parken:** Messegelände (direkt neben der Turnhalle)

**Beginn:** Jeweils 19.00 Uhr

## HARD FACTS

**Event:** 1. Welser Businessrun presented by Hervis, Bawag & Alpine

**Termin:** Freitag, 2. Juli 2010; Start: 19.00 Uhr

**Distanzen:** 5.150-m-Lauf / 2.560-m-Nordic Walk

**Start & Ziel:** Welser Stadtplatz

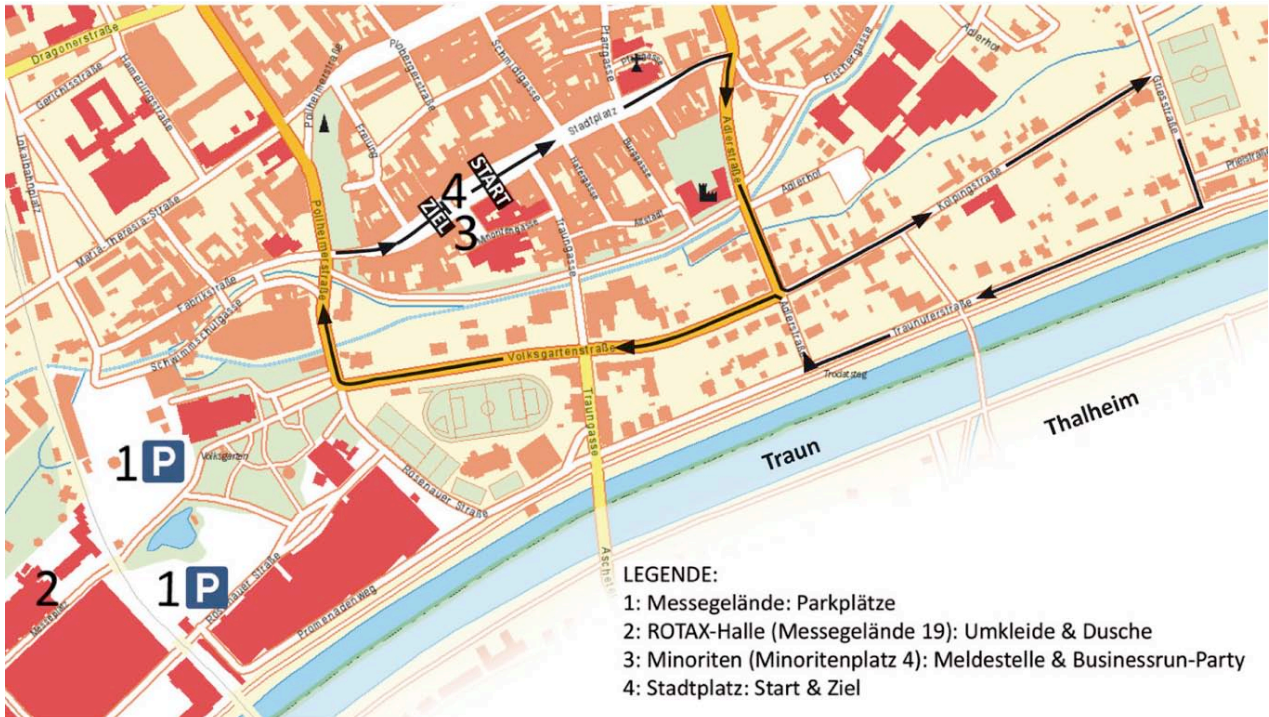
**Strecke:** Flacher City-Rundkurs

**Umkleide & Dusche:** ROTAX-Halle

**Veranstalter:** Welser Runningteam in Kooperation mit der Stadt Wels

**Infos:** [www.welser-businessrun.at](http://www.welser-businessrun.at)

**Veranstaltungstipp:** FilmfestiWels von 16. 6.–1. 8. 2010 ([www.filmfestiwels.info](http://www.filmfestiwels.info))



**Streckenverlauf:** Stadtplatz – Adlerstraße – Kolpingstraße – Griesstraße – Traunuferstraße – Adlerstraße – Volksgartenstraße – Pollheimerstraße – Stadtplatz

## INFOS & ANMELDUNG

[www.welser-businessrun.at](http://www.welser-businessrun.at)

## ZEITPLAN

Sonntag, 27. Juni 2010: Voranmeldeschluss für alle Bewerbe

Freitag, 2. Juli 2010:

15.00–18.00 Uhr:	Nachmeldung & Nummernausgabe im Minoritensaal
18.30 Uhr	Warm-up mit dem UNIQA VitalCoach im Startareal
19.00 Uhr	Start aller Läufer und Nordic Walker am Stadtplatz
19.15 Uhr	Zielankunft des ersten Läufers
19.45 Uhr	Zielankunft der letzten Läufer
20.30 Uhr	Siegerehrung, Warenpreisverlosung, Live-Musik

## LAUFSPORT-MAGAZIN

### DATEN – FAKTEN

#### Erscheinungstermine:

LS 1/10	05. 03. 2010
LS 2/10	09. 04. 2010
LS 3/10	14. 05. 2010
LS 4/10	25. 06. 2010
LS 5/10	30. 07. 2010
LS 6/10	03. 09. 2010
LS 7/10	22. 10. 2010
LS 8/10	26. 11. 2010

Auflage: 15.000 Stück

Internet: [www.laufsport-marathon.at](http://www.laufsport-marathon.at)

Anzeigenschluss: 3 Wochen vor Erscheinungstermin

Abopreise (8 Ausgaben): Inland: € 34,90 / Ausland: € 46,90

### KONTAKT

Gerhard Weber, CR

Mag. Klaus Haselböck, CR

Franz Sperrer, CvD

Heidi Landstätter (Verlagsleitung)

Sabrina Gutleiderer (Leserservice)

Michael Linauer (Verkaufsleitung)

Manuel Handlfinger (Anzeigen)

Tel.: 02732 / 82 000 38

Tel.: 02732 / 82 000 36

Mobil: 0650 / 42 195 02

Tel.: 02732 / 82 000 30

Tel.: 02732 / 82 000 31

Tel.: 02732 / 82 000 32

Tel.: 02732 / 82 000 33

[gerhard.weber@lwmedia.at](mailto:gerhard.weber@lwmedia.at)

[klaus.haselboeck@lwmedia.at](mailto:klaus.haselboeck@lwmedia.at)

[office@laufsport-sperrer.at](mailto:office@laufsport-sperrer.at)

[heidi.landstaetter@lwmedia.at](mailto:heidi.landstaetter@lwmedia.at)

[sabrina.gutleiderer@lwmedia.at](mailto:sabrina.gutleiderer@lwmedia.at)

[michael.linauer@lwmedia.at](mailto:michael.linauer@lwmedia.at)

[manuel.handlfinger@lwmedia.at](mailto:manuel.handlfinger@lwmedia.at)