



Heute erfolgt der Start zum 23. Merkur-Volkslauf. Jung und Alt werden auf der Laufstrecke vom Stadtpark über Hilm Leechwal, Stiftingtal und Elisabethstraße wieder auf dem Passamtswiese in Angriff genommen. Und natürlich werden auch die Wuchsläufer diesem Tag Laufereignis nehmen.  
Foto: Wiesner

## Auf zum ältesten Grazer Lauf

Der Pflichtterminus für alle Läufer: Heute steigt die 23. Auflage des tollen „Grazer Volkslaufes“.

Es ist der älteste Volkslauf Österreichs – und dennoch heuer so jung wie nie. Die Rede ist vom „Grazer Merkur Versicherung Volkslauf“, der heuer zum 23. Mal über die Bühne geht – präsentiert von der GRAZER WOCHE. Start und Ziel sind heuer zum letzten Mal auf der Passamtswiese, nächstes Jahr wird vom und zum Karmeliterplatz gelaufen. Um 15 Uhr fällt der Startschuss zum Hauptlauf – wir haben alle Infos dazu.

Für Spätentschlossene gleich vorweg – man kann sich auch heute noch bis kurz vor dem Beginn anmelden. Das Motto des Laufes lautet: „Fit in den Frühling, gesund in den Sommer“ – ein Motto, so ganz nach dem



„Auch die steirische GKK unterstützt gerne den ältesten Volkslauf Österreichs.“  
Josef Pessler

Geschmack der steirischen Gebietskrankenkasse, einer der Unterstützer des Laufes. GKK-Obmann Josef Pessler: „Bewegung ist extrem wichtig – egal in welchem Alter!“ Und deswegen gibt es auch einen eigenen Kinderlauf über 1,2 Kilometer (Start bereits um 14 Uhr). Dazu noch einen Lauf über fünf Kilometer und einen Staffellauf. Der Hauptlauf ist 16 Kilometer lang, führt vom Stadtpark über die Schubertstraße, den Roseggerweg, die Stiftingtalstraße und die Elisabethstraße zurück in den Stadtpark.

Jeder Läufer, der das Ziel erreicht, erhält eine von den Gra-

zer Künstlerinnen Monika Pfeifer und Joachim Pfeifer aus Erde von der Passamtswiese gebrannte Medaille.

### Laufen unter Anleitung

Die „Merkur Versicherung“ bietet den Hobbyläufern ein ganz besonderes Service an. Ausgebildete Trainer begleiten den Teilnehmer entlang der Strecke, überwachen Puls und Frequenz und geben laufrelevante Tipps. Dabei soll der Spaß an der Sache im Vordergrund stehen.

Ein weiteres tolles Zusatzangebot für die Läufer ist die „Cool Down Area“, die von der Firma „caldera gesundheitsmanagement“ und der GRAZER WOCHE betrieben wird. Die Profis von „caldera“ erklären dort die „Do's“ and „Don'ts“ beim Wettkampf. Und nach dem Lauf warten dort drei Masseure der Massagefachschule Drumbl auf die erschöpften Läufer. Alle weiteren Infos zum Lauf gibt es im Kasten rechts.

### 23. VOLKSLAUF

#### Datum:

Sonntag, 24. April, Stadtpark (Passamtswiese)

#### Startzeiten:

14 Uhr: 1,2-km-Nichtwertungslauf für Knirpse  
14.15 Uhr: 1,2-km-Kinderlauf (Jg. 98 und jünger)  
14.30 Uhr: 1,2-km-Kinderlauf (Jg. 92–95)  
15 Uhr: 5-km- und 16-km-Volkslauf

#### Anmeldung:

heute ab 10 Uhr bis kurz vor Start

#### Nenngeld (Nachnennung):

16-km-Lauf: 21 Euro  
5-km-Lauf: 21 Euro (Jg. 87 und älter), 10 Euro (Jg. 88 und jünger)  
Kinderlauf: 5 Euro  
Staffel: 40 Euro

#### Infos:

www.grazer-merkur-volkslauf bzw. Tel.: 0590 593-516 71 0664/280 12 11