



Sponsoren und Partner freuen sich auf ein gelungenes Lauffest für die ganze Familie am Wörthersee: v.l.: Landessportdirektor Arno Arthofer. Kärnten Werbung GF Christian Kresse, Gesundheitslandesrätin Beate Prettner. Landeshauptmann Peter Kaiser, OK-Chef Michi Kummerer, Kleine Zeitung GF Thomas Spann, Raiffeisen Vorstandssprecher Peter Gauper, Roland Punzengruber, Hyundai Managing Director Österreich



Top 25 -Wir sind dabei!

Kärnten Läuft wurde zu den 25 beliebtesten Halbmarathons der Welt gewählt.

Viele schöne Momente prägten die letzten 20 Kärnten Läuft-Jahre. Die heurige Auszeichnung, zu den 25 schönsten und beliebtesten Halbmarathons weltweit gewählt zu werden, überstrahlt alles bisher Dagewesene. Vor allem deshalb, weil die Wahl durch die Läufer:innen selbst mittels Umfragen in sozialen Netzwerken z.B. in größeren internationalen Facebook-Laufgruppen getroffen wurde. Dies ist der Lohn für die viele harte. aber auch schöne Arbeit, die

wir mit viel Herzblut von Anfang an geleistet haben. Wir, das ist ein Team, welches sich zum Ziel gesetzt hat, den Gästen und Läufer:innen bei



von den Augen abzulesen und auch zu erfüllen, um ihnen ein unvergessliches Wochenende am wunderschönen Wörthersee zu bieten. "Geht nicht gibt's nicht" lautet unser Motto und auch die "Geschichte mit der Kette" wurde zum jahrelangen Leitmotiv. So predigt Veranstalter Michi Kummerer bei jedem Crew Meeting, egal ob vor oder nach der Veranstaltung bei der traditionellen Crewparty, dass die Crewkette nur so stark ist wie das schwächste Glied - will heißen, dass alle Teammitglieder gleichwertig sind, egal ob Sponsorbetreuer, Schrankenwärter oder Werbemittelaufbauer. Aber auch der starke Zusammenhalt der Partner, der

Kärnten Läuft ieden Wunsch

unserem Landeshauptmann als "Vorläufer" bis zur Kärntner Wirtschaft und den Kärntner Medien, alle tragen zu diesem sportlichen Erfolg bei, Besonders erwähnt sei auch die Kleine Zeitung, welche über das gesamte Jahr den Laufsport eine enorme Medienplattform im Sinne der kontinuierlichen Begleitung und Motivation zur Bewegung bietet. Dieses Miteinander hat auch dazu beigetragen, dass in den letzten zwei Jahren der Pandemie getrotzt, und Kärnten *Läuft* eine der ganz wenigen großen Sportveranstaltung national wie international war. die auch durchgeführt werden

konnte.

Sponsoren und der Politik, mit

Info

Die Wahl wurde mit internationalen Partnern von HDsports durchgeführt und stützt auf: Umfragen in sozialen Netzwerken, den Daten und Medien aus weltweiten Laufkalendern langjährigen Recherchen, Sammlung und Auswahl der Läufe seit Ende 2018 u.a. mit:

Hapalua Honolulu Halbmarathon (Hawaii/USA), Berlin Halbmarathon (D), New York Halbmarathon (USA), Sydney Halbmarathon (Australien), Victoria Falls Halbmarathon (Simbabwe)





Ein Klassiker, der nie stillsteht

Die Kleine Zeitung und Kärnten Läuft - das gehört zusammen wie Sommer und Wörthersee. Seit mehr als 20 Jahren ist der Halbmarathon ein Fixpunkt im Kalender der vielen begeisterten Läuferinnen und Läufer in unserer Leserschaft. Nach zwei Jahren, in denen nicht nur im Laufsport alles anders war, kehrt Kärnten Läuft in diesem Jahr zurück ans Nordufer des Wörthersees: Start vor dem Schlosshotel Velden. Zieleinlauf in der Running City in der Klagenfurter Ostbucht. Das verspricht Gänsehautmomente und großartige Bilder. Die Innovationsfreude und Flexibilität des Organisationsteams waren nicht nur in den Corona-Jahren beeindruckend. Immer wieder gelingt es mit lovalen Partnerinnen und Partnern neue Akzente bei dem Klassiker zu setzen. Die Stimmung ist bei Kärnten Läuft, egal ob bei Halb- und Viertelmarathon, Night Run, den zahlreichen anderen Bewerben oder Side Events, ohnehin unschlagbar. Kommen Sie gesund ins Ziel, wir freuen uns auf ein gemeinsames, sportliches Fest mit vielen strahlenden Gesichtern!

Thomas Spann, Geschäftsführer Kleine Zeitung

Wolfgang Fercher, Chefredakteur Kleine Zeitung Kärnten und Osttirol



Liebe Sportfans und Laufbegeisterte!

Kärnten Läuft ist ein wichtiger Botschafter für das Sportland Kärnten. Während coronabedingt vielerorts die Halbmarathons abgesagt wurden, fand Kärnten Läuft auch 2020 und 2021 trotz Pandemie statt. Im vergangenen Jahr waren sogar Athleten aus 37 Nationen am Start. Heuer wird wieder entlang des Wörthersee-Norduferes gelaufen, auf einer Strecke, die von einer Fachjury unter die 25 schönsten Halbmarathon-Strecken gewählt wurde und längst ein Aushängeschild Kärntens ge-

Kärnten Läuft hat aber nicht nur als internationaler Werbeträger einen ganz besonderen Stellenwert, sondern unterstützt als eine der größten Breitensportveranstaltungen im Land auch sehr effektiv die Gesundheitsförderung. Auch ich werde heuer wieder an den Start gehen und ich freue mich schon sehr auf ein unvergleichliches Lauferlebnis in diesem besonderen Ambiente mit den vielen motivierenden begeisterten Zuseherinnen und Zusehern entlang der gesamten Strecke.

Vielen Dank an das gesamte Organisationsteam rund um Michi Kummerer, mit seinen mittlerweile zwischen 400 und 500 Helferinnen und Helfern.

Mit sportlichen Grüßen Ihr Dr. Peter Kaiser Landeshauptmann und Sportreferent



Helmuth Weichselbraun, Markus Traussnic

Vom See zum Stadion und wieder zurück

"Back to the Roots" lautet das heurige Motto, um den Sprung in den erfrischenden Wörthersee gleich nach dem Lauf zu garantieren.

Die Running City, direkt in der Ostbucht des Wörthersees, war ein jahrelanger Garant, um den Läufer:innen eine emotionale *Kärnten Läuft*-Erlebniswelt in einem einzigartigen Ambiente zu bieten. In den letzten zwei Jahren war dies aufgrund der Pandemie nicht möglich. Zu Beginn der Pandemie stellten wir uns die Frage, die Veranstaltung ausfallen zu lassen oder eine Lösung zu finden. Da wir den Läufer:innen das Bewegungsziel Ende August nicht nehmen wollten, war schnell klar, eine Lösung muss her.

Das Stadion

Das Klagenfurter Wörthersee Stadion, nicht weit entfernt, war der Schlüssel, um für Laufveranstaltungen nicht unbedingt notwendige aber von der Verordnung geforderte Sitzplätze für die Teilnehmer zu gewährleisten. Mit einem ausgeklügelten Präventionskonzept, welches auch international ein Maßstab unter den Laufveranstaltungen wurde, konnten wir die gesetzten Auflagen erfüllen.

Die Rückkehr

Heuer kehren wir wieder direkt an den See zurück – damit sind Eröffnungsabend mit Kabarett, eine umfangreiche Laufmesse mit vielen Ausstellern und ein kulinarisches Angebot neben den unterschiedliche Laufbewerben für alle Zielgruppen garantiert. Kurz: die Kärnten Läuft-Erlebniswelt öffnet am Freitag um 14 Uhr wieder die Tore für alle Laufbegeisterten und solche, die es noch werden wollen!

Freitag

19.00 Uhr: Start Wiener Städtische

Wörthersee Night Run

20.00 Uhr: **Eröffnungsfeier,** Runners Party,

kostenloses Kabarett mit Tricky Niki

14-20 Uhr: Sportmesse, Nachnennung, Startunterlagenausgabe

Samstag

8.30-9.00 Uhr: Nachnennung Hundelauf

9.30 Uhr: Start Hundelauf
15.00 Uhr: Start Junior Marathon
16.15 Uhr: Start Maskottchenlauf
16.30 Uhr: Start Bambini Sprint
17.00 Uhr: Start Hyundai Familienlauf

ab 17.00 Uhr: Kelag Energy Party mit Carbo Loading
19.00 Uhr: Start Raiffeisen Frauenlauf und Ladies Walk

9-20 Uhr: Sportmesse, Nachnennung, Startunterlagenausgabe

Sonntag

8.00 Uhr: **Start** 19. AK-Kärnten Viertelmarathon und

Komperdell Wörthersee Walk, Pörtschach

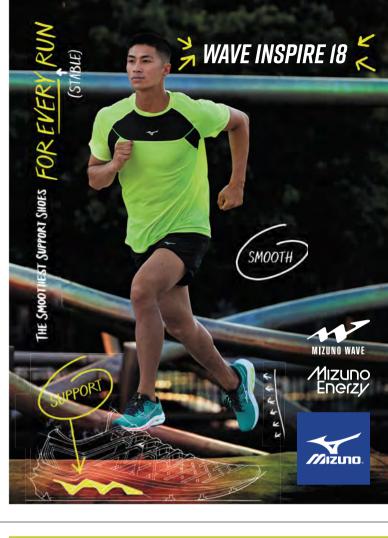
9.00 Uhr: Start 21. Kleine Zeitung

Wörthersee Halbmarathon, Velden

ab 10.30 Uhr: "Villacher Bier"-After-Run-Party

13.00 Uhr: **Siegerehrung**

ab 8 Uhr: Sportmesse



SANDGRUBE 13





Erleben Sie in einem geführten Rundgang durch unser Weingut 8 Stationen Weinerlebnis für alle Sinne!

www.winzerkrems.at



4



Treffpunkt für die ganze **Familie**

"Kärnten Läuft" hat sich zu einem Fixpunkt der internationalen Laufszene entwickelt. Die Running City wird wieder zum Mittelpunkt für Sportbegeisterte.



Läuft-Maskottchen. Ins Leben gerufen durch Kärntens Schüler:innen, die im Rahmen eines Schul-Malwettbewerbs viele kreative Vorschläge eingebracht haben. Eine fachkundige Jury unter der Patronanz von Jugend-Landesrätin Sara Schaar hat dann Frizi der schnelle Hecht zur Nummer eins gewählt. Frizi begleitet durch das Programm in der Running City und sorgt über alle drei Tage für Stimmung und Motivation für die gesamte Familie.

Infotainment

Neben den vielen Laufbewerben für Jung und Alt laden INFOrmation und enterTAIN-MENT, kurz "INFOTAINMENT" zum Verweilen ein. Zahlreiche Aussteller informieren über Produktneuheiten am Laufmarkt. Sporthandelsgigant HERVIS präsentiert eine breite

tionen. Im Mittelpunkt dabei die Laufschuhe von MIZUNO. dem neuen Laufschuhpartner von *Kärnten Läuft*, der aus Japan kommt und zu den größten Sportartikelherstellern weltweit zählt. MIZUNO hat auch die Kärnten Läuft-Laufshirt Kollektion für 2022 entworfen, die es im Anmeldezelt zum Sonderpreis zu erwerben gibt. GARMIN präsentiert seine umfangreiche Uhrenkollektion, um dich bei deiner sportlichen Leidenschaft bestmöglich zu unterstützen. Ganz gleich, welche Sportart – während du darauf hinarbeitest, deine Fitnessziele zu erreichen, erhältst du einen messbaren Beweis dafür, wie hart du arbeitest. Marc Giradelli, ehemaliger Schi-Weltcup Gesamtsieger präsentiert unseren Regenerationspartner BEMER, welcher über physikalische Gefäßtherapie deinen Körper bei der Regeneration unterstützt, für einen

Auswahl an neuen Laufkollek-

schnelleren Abbau von Laktaten sorgt und deine Muskulatur optimal auf die nächste sportliche Herausforderungen vorbereitet.

Den Nachwuchs fördern

Der Stars4Future Laufparcour lädt ein für Kärntens Sportnachwuchs zu laufen und zu spenden. Gemeinsam mit dem Klagenfurter Leichtathletik Club KLC wird ein WISBI-Laufslalom aufgebaut, an der deine Zeit gemessen wird und du auch gewinnen kannst.

Gemeinsam gut lachen

Tricky Niki sorgt mit seinem

Kabarett-, Zauberkunst- und Bauchrednerprogramm für das Lachmuskeltraining im Rahmen der offiziellen Eröffnung Freitag abends. Für die kulinarische Begleitung an allen Tagen sorgt KÄRNTEN AKTIV, ein Klagenfurter Cateringunternehmen, welches viele große Sportveranstaltungen und Sportstätten wie das Wörthersee Stadion ganzjährig betreut. Es steht somit nichts mehr im

RUNNING CITY KLAGENFURT Legende: Frauenlauf Nightrun Hundelauf Kids Run, Familienlauf 1 Infocorner ♣ Rotes Kreuz # Toiletten **Eventbühne** Start Sidebewerbe ight Run lundelauf ambinisprint Hundemesse Wörthersee Duschen und Umkleiden im Strandbad

Wege in die Running City zu kommen und bei freiem Eintritt über alle drei Tage im gemütlichen Ambiente direkt am

Wörthersee zu verweilen.

Nachnennung für Kurzentschlossene

Im Anmeldezelt in der Running City können sich alle Läufer:innen problemlos bis eine Stunde vor dem jeweiligen Lauf anmelden. Für die Sonntagsbewerbe endet die Anmeldefrist am Samstag. Am Sonntag können keine Nachnennung mehr angenommen werden.



Läuft verbindet mich mit 21 akti-

ven Teilnahmen und wunderschönen Lauferlebnissen."

Christian Scheider, Bürgermeister Klagenfurt am Wörthersee

Expo-Legende

- Mizuno 2-4 Hervis
- Peeroton
- Buff
- Garmin
- Panaceo
- Bemer
- **United Optics**
- CEP sportswear
- Jentschura
- Vienna City Marathon
- X-Trail, Katschberg Läuft Trainingscamp
- Kärnten Läuft T-Shirts

- 14 Graz Marathon
- 15a Exklusives Wochenende Gewinnspiel
- 15b Gravur
- 16 Jolsport
- 17 Kleine Zeitung Trailer
- 18 Antenne Kärnten Lounge
- 19 Mytho Marathon
- 20 Kleine Zeitung Infozelt
- 21 Hudelist
- 22 Hudelist
- 23 Cocoon Sports
- 24 ORF

Sportmesse Fr. 14-20 Uhr, Sa. 9-20 Uhr, So. 8-14 Uhr

GET MOVIN LÄUFT 2022 MESSE-RABATT AUF NICHT REDUZIERTE ARTIKEL *Nur gültig am Hervis Stand auf der Expo Kärnten läuft von Freitag, 26.08.2022 bis Sonntag, 28.08.2022. Angebot ist nicht mit weiteren Rabatten und laufenden Aktionen kombinierbar, Irrtümer, Satzund Druckfehler vorbehalten. www.hervis.at

Laufveranstaltungen, freuen wir uns auch in Kärnten, bei einem der internationalen Top-Events dabei zu sein." David Tews, Marketing International Hervis

Als Partner von verschiedenen





Freitag, 20 Uhr: Kabarett mit Zauberkünstler, Bauchredner und Komödiant

Tricky Niki



Freitag

Wiener Städtische Night Run | | Running City Klagenfurt, Metnitzstrand

Stars4Future

Eine Aktion zur Förderung des Nachwuchssports

präsentiert von PANACEO





Der Spaß steht im Vordergrund

Bunte Kostüme und der Kabarettabend sind der Startschuss für ein perfektes Laufwochenende.



Als einer der führenden Gesundheitsversicherer des Landes, ist es uns ein wichtiges Anliegen, die Kärntner:innen zu einem aktiven, gesunden Lebensstil zu motivieren. Aus diesem Grund stehen wir "Kärnten Läuft" als verlässlicher Partner zur Seite!"

Ferdinand Bucher, Landesdirektor der Wiener Städtischen Kärnten/Osttirol

Der erste sportliche Bewerb am *Kärnten* Läuft-Wochenende ist traditionell der Wiener Städtische Nightrun präsentiert von der WKO Kärnten. Die Streckenlänge beträgt rund vier Kilometer, die Zeitnehmung spielt an diesem Abend aber nur eine kleine Nebenrolle. Vielmehr steht die Phantasie der Läufer:innen im Vordergrund. Jahr für Jahr beweisen die Teilnehmer ihre Verkleidungskunst und bringen so das Publikum entlang der Laufstrecke zum Jubeln. Gesucht

werden beim Wiener Städtische Night Run nicht nur die größten und fittesten Teams oder die schnellsten Läufer:innen, sondern vor allem auch die einfallsreichsten Starter in ihren kreativsten Kostümen. Nach dem ersten Zieleinlauf des Wochenendes verwandelt sich die Running City in eine Kabarett-Arena. Bei freiem Eintritt wartet heuer ein beson-

derer Leckerbissen: Nicky Triki.

und Bauchredner in einer Per-

son, sorgt für entsprechendes

Kabarettist, Zauberkünstler

Lachmuskeltraining.

Wiener Städtische Wörthersee Night Run

Nachnennung: Kärnten Läuft Running City/Metnitzstrand. Fr. 26. 8., 14-18 Uhr

Startzeit: 19 Uhr Start/Ziel: Running City/ Metnitzstrand

Streckenlänge: 4,320 km Altersklassen: m/w 2012 und

Prämierung: 1-3 m/w; schnellstes Team m/w/mixed, kreativstes Outfit, Firma des Abends (größtes Business-

Anmeldung: möglich für Einzelstart oder Staffelbewerb (3 Personen - männlich. weiblich oder mixed)

Funwertung mit Prämierung des kreativsten Outfits und der Firma des Abends

Franz Klammer, Stephan Koubek, Magdalena Lobnig, Martin Koch und viele

weitere prominente Kärntner Sportler stellen sich schon über das gesamte Jahr in den Dienst der Sache, um den Kärntner Nachwuchssport mit gezielten Aktionen zu fördern.

Ob Golf Putting Competition, SUP-Team-Bewerb oder bei der Rad Challenge FUGA 300, bei allen MJK Sportmarketing Veranstaltungen wird für den Nachwuchs gesammelt. In der Kärnten Läuft Run-

ning City kann jeder beim Stars4Future-Laufslalom eine

80-Meter-Laufstrecke, gestaltete vom KLC, absolvieren und so die Kärntner Sportiugend mit einer freiwilliger Spende unterstützen.

Unter allen Teilnehmer:innen werden zahlreiche Preise u.a.

von PANACEO Sport verlost - der Hauptpreis ist ein Familien Wochenende in einem der qualitativ hochwertigen



Infos zu Stars4Future unter www.stars4future.at

Mit Sport kommt die Welt in Bewegung. * Nähere Informationen zum Gewinnspiel und die Teilnahmeungen finden Sie auf Website - einfach den Code scannen! #einesorgeweniger Wir unterstützen das. VIENNA INSURANCE GROUP

Samstag

Hundelauf | Start 9.30 Uhr Frauenlauf | Start 19 Uhr Running City Klagenfurt, Metnitzstrand

Tag 2: "Wau" & 👋 voller Frauenpower

Der Raiffeisen Frauenlauf steht – als drittgrößter Bewerb am "Kärnten Läuft"-Wochenende – am Samstag Abend auf dem Programm. Am Vormittag dominieren sportliche Vierbeiner.



TiKo Hundelauf

Nachnennung: Kärnten Läuft Running City/Metnitzstrand. Fr. 26. 8., 14–20 Uhr, Sa. 27. 8., 8.30–9 Uhr

Startzeit: 9.30 Uhr **Start/Ziel:** Running City/ Metnitzstrand

Streckenlänge: 4,320 km **Altersklassen:** m/w, 2012 und älter

Prämierung: Verlosung unter allen Finishern

Gesundheitsbewerb

Als Fixpunkt bei *Kärnten* Läuft hat sich der TiKo-Hundelauf am Samstagvormittag etabliert. Dieser Bewerb erfreut sich Jahr für Jahr großer Beliebtheit bei Teilnehmern und Publikum. Start ist am Samstag um 9.30 Uhr, die Strecke geht über 4 Kilometer. Im Vordergrund steht der Spaß an der Bewegung für Zwei- und Vierbeiner. Im Rahmen des TiKo Hundelaufs, findet am Samstag von 8.30 bis 11 Uhr auch eine Hundemesse statt. Als Austauschplattform von Hundebesitzern und Experten können wertvolle Tipps zu den Themen Sport und Training mit Hund, Tierpflege, tierärztliche Betreuung u.v.m. gesammelt werden.

Raiffeisen Frauenlauf

Am Samstag Abend geht traditionell der Raiffeisen Frauenlauf über die Bühne. Hier geht es nicht unbedingt um Bestzeiten oder sportliche Höchstleistungen, sondern um den Spaß und das besondere Glücksgefühl beim und nach dem Lauf. Jede der rund 800 Teilnehmerinnen kann selbst entscheiden wie schnell sie laufen oder vielleicht auch gehen möchte. Es geht ganz um das Motto: Laufen ist Lebensfreude. Gemeinsam mit sportlichen Freundinnen oder Kolleginnen die Zeit laufend zu genießen, dafür steht der Raiffeisen Frauenlauf. Doch wer denkt das wäre bereits alles, der hat sich getäuscht. Neben dem sportlichen Bewerb wartet auch abseits der Strecke ein buntes Rahmenprogramm auf alle Frauenlauf-Fans. Bereits vor dem Start sorgen die Tanzprofis von der Klagenfurter Tanzakademie Mackh für ein lockeres und stimmungsgeladenes Aufwärmen. Die attraktive, flache und fünf Kilometer-Strecke führt dann direkt vom Ufer des Wörthersees neben der Running City entlang des Europaparks bis



Wir als Kärntner Raiffeisenbanken unterstützen

Kärnten Läuft und besonders den Raiffeisen Frauenlauf, weil dieser Lauf an Charme und Emotionalität nicht zu übertreffen ist."

Peter Gauper, Raiffeisen Vorstandssprecher zurück an den Metnitzstrand. "Mit *Kärnten Läuft* und dem Raiffeisen Frauenlauf schaffen wir es jedes Jahr neue Highlights zu setzen und auch wieder viele Zuseher:innen für den Laufsport zu gewinnen", freut sich auch Raiffeisen Vorstandssprecher Peter Gauper. Prämiert wird an diesem Abend auch wieder das größte Team, das beim Frauenlauf an den Start geht. Hier wird der Club 261 - der es sich zum Ziel gesetzt hat, das Selbstbewusstsein von Mädchen und Frauen durch gemeinsame Lauftreffs zu stärken - versuchen, den Titel aus dem Vorjahr zu verteidigen.

nach Minimundus und wieder

Raiffeisen Frauenlauf & Nordic Ladies Walk

Nachnennung: Kärnten Läuft Running City/Metnitzstrand. Fr. 26. 8., 14–20 Uhr, Sa. 27. 8., 9–18 Uhr

Start/Ziel: Running City/ Metnitzstrand Streckenlänge: 5 km Altersklassen: 2012 und älter Prämierung: Top 1–3, Klassensiegerinnen und größtes Frauenlaufteam

Mitmachen Mädels! Ran an die Schuhe!

Startzeit: 19 Uhr

KÄRNTEN LÄUFT?

Freilich,



KÄRNTENS BELIEBTESTES ALKOHOLFREIES BIER

10

11

Samstag

ab 15 Uhr: Juniorläufe | Maskottchenlauf Bambinilauf | Familienlauf Running City Klagenfurt, Metnitzstrand

Die Kinder liegen Kärnten Läuft am Herzen

Am Samstag bietet "Kärnten Läuft" einen weiteren Tag voller Spaß und Bewegung für die ganze Familie.

Ein umfangreiches Bewegungsangebot wird am Samstag Nachmittag den Kindern unterschiedlicher Altersstufen geboten. Um 15 Uhr geht's los. Bewältigt werden ie nach Altersklasse eine oder mehrere Runden rund um die Running City (siehe Tabelle unten).

Um 16.15 Uhr gehen dann die kleinsten ins Rennen. Die Bambinis laufen vom Wörthersee ins Ziel. Der anschließende Familienlauf rundet das Programm für die ganze Familie ab.

Vereinswertung

Um die Schulen und Vereine entsprechend zu motivieren. schütten die Veranstalter im Rahmen der Kärnten Läuft Vereinswertung Prämien für die drei teilnehmerstärksten Vereine/Schulen aus. Mit Unterstützung von Pullnig Promotion wandern € 300.-. € 200.- und € 100,- in die Vereinskassen.

Frizi der schnelle Hecht Motivierend zur Seite steht

den Kindern unser Kärnten Läuft Maskottchen "Frizi der schnelle Hecht". Gezeichnet und entworfen im Rahmen eines Malwettbewerbes mit Kärntens Schulen, ist Frizi 2019 zum Leben erweckt worden. Gemeinsam mit seinen Maskottchen-Kollegen vom Graz Marathon, Ferdi Flott, Wolfi

der Heidi Alm am Falkert, dem Binobär von der Gerlitzen und natürlich Sumsi von Raiffeisen, absolvieren die Maskottchen um 16.15 Uhr eine halbe Runde Zweck. Danach begleiten sie die Bambinis zum Start und begleiten diese bis zur Ziellinie.

Mit unserem neuen Mobilitätspartner HYUNDAI wollen wir Laufen motivieren. Egal wie groß das Familienteam auch ist, ob die Kleinsten in Trollies oder am Rücken begleiten, alle sind willkommen.

12

Kinderläufe Laufeinteilung

Klasseneinteilung/Streckenlängen							
Lauf	Distanz m	Runden	Klasse	Geburtsjahr von – bis	Farb- punkt	Start- zeiten*	
1	420	1	M7/W7	2015-2016		15.00	
2	895	2	M9/W9	2013-2014		15.15	
3	1370	3	M11/W11	2011-2012		15.35	
4	1845	4			•	15.55	
5	200	1/2	Bambini	2017-2019		16.30	
6	420	1	Familien	_		17.00	
	Lauf 1 2 3 4 5	LaufDistanz m1420289531370418455200	Lauf Distanz m Runden 1 420 1 2 895 2 3 1370 3 4 1845 4 5 200 1/2	Lauf Distanz m Runden Klasse 1 420 1 M7/W7 2 895 2 M9/W9 3 1370 3 M11/W11 4 1845 4 M13/W13 M15/W15 5 200 1/2 Bambini	Lauf Distanz m Runden Klasse Geburtsjahr von - bis 1 420 1 M7/W7 2015-2016 2 895 2 M9/W9 2013-2014 3 1370 3 M11/W11 2011-2012 4 1845 4 M13/W13 M13/W15 2009-2010 M15/W15 5 200 1/2 Bambini 2017-2019	Lauf Distanz m Runden Klasse Geburtsjahr von-bis punkt Farbpunkt 1 420 1 M7/W7 2015-2016 ● 2 895 2 M9/W9 2013-2014 ● 3 1370 3 M11/W11 2011-2012 ● 4 1845 4 M13/W13 2009-2010 M15/W15 ≥ 2007-2008 ● 5 200 1/2 Bambini 2017-2019 ●	

*Die Startzeiten richten sich auch nach dem Ende des vorherigen Laufs.



vom WAC. Heidi und Peter von im Stadion für einen karitativen

Hyundai Familienlauf

die Familien zum gemeinsamen

Hvundai **Familienlauf**

Landesrätin für Generationen

und agil ihre Zukunft zu

gestalten."

Junior Marathon

Fr. 26. 8., 14-20 Uhr.

Sa. 27. 8., 9-14 Uhr

Startzeit: ab 15 Uhr

Altersklassen: m/w

Metnitzstrand.

2007-2016

Streckenlänge:

Start/Ziel: Running City/

420 / 895 / 1370 / 1845 m

Prämierung: 1-3 m/w, jeder

Klasse: Vereinswertung

Bambinisprint

Anmeldung: ist gratis!

Fr. 26. 8., 14-20 Uhr,

Startzeit: 16.30 Uhr Start/Ziel: Running City/

Streckenlänge: 200 m Alter: 2017-2019

Prämierung: Medaille

Es wird erwartet, dass die

anderer Personen laufen.

Bambinis alleine, ohne Begleitung der Eltern oder

Achtung: Keine Zeitnehmung!

Metnitzstrand

Sa. 27. 8., 9-15.45 Uhr

Nachnennung: Kärnten Läuft

Running City/Metnitzstrand.

unterstützt die Kinder, um gesund

Nachnennung: Kärnten Läuft Nachnennung: Kärnten Läuft Running City/Metnitzstrand. Running City/Metnitzstrand. Fr. 26. 8., 14-20 Uhr Sa. 27. 8., 9-16 Uhr

> Startzeit: 17 Uhr Start/Ziel: Running City/ Metnitzstrand Streckenlänge: 420 m

Altersklassen: ohne Alterslimit

Prämierung: Verlosung unter allen Teilnehmern

Familie: 2 bis max. 6 Starter Aktuelles: dieser Bewerb wird als "Gesundheitsbewerb" geführt.

Im Vordergrund steht der Spaß, deshalb wird keine Rangliste, sondern eine scher Reihenfolge nach dem Rennen ausgegeben.

Maskottchenlauf

Start/Ziel: 16.15 Uhr, Running City/ Metnitzstrand Distanz: ca. 100 Meter Startgeld: € 100,- als Spende für einen karitativen Zweck

Mediales Vorstellen der teilnehmenden Maskottchen.





Schritt für Schritt in eine energiereiche Zukunft gemeinsam mit der Kelag bis ans Ziel.

kelaq.at





Emissionsfreie Mobilität am Puls der Zeit!

Was sind 5 Minuten? Für den Hyundai IONIQ 5 sind 5 Minuten 100 Kilometer. Dank ultraschneller 800V Ladetechnologie. Er überzeugt weiters mit einer Reichweite von 12 Marathons. Anders gesagt mit bis zu 507 km.° Und an der Spitze der Technologieführerschaft demonstriert der Wasserstoff-Elektro-SUV NEXO sein Alleinstellungsmerkmal.

IONIQ 5 Long Range Base Line schon ab € 46.590.-*

KONA Elektro Smart Line (64 kWh) schon ab € 40.090.-

inkl. HYUNDAI JUBILÄUMSBONUS – hyundai.at/30jahre-angebote

#laufenmithyundai - Wir wünschen allen Laufbegeisterten einen guten Lauf!

Mit innovativer Brennstoffzellentechnik und mehrfach ausgezeichnet.

Anfragen an: nexo@hyundai.at





0.000 km Laufleistung, ie nachdem was früher eintritt. * Aktionen/Preise beinhalteten einen modellabhängigen Hvundai Jubiläumsbonus von bis zu € 5.400 – bestehend aus € 2.400 – Hvundai-finkl. € 2.400 – E-Mobilitätsukämiel. bis zu € 1.500 – Finanzierungs- e. 650 – Versicherungs- und bis zu € 1.000 – Eintausch-Bon nativerungs-Bonna guiling bei Financierung über die Denzel Lassing Gmid-R. Repräsentatives Beispiel für eine Lessingfinanzierung der Denzel Lassing Gmid-R. (DNNQ 5 Base Line 77,4 kW 2VND (15810); Kaufpies (inkl. NoVA, MinSt. und uller jeweils gültigen Bom): 6 46.590, Anzeilungs (13.97%, Restmert 6 23233,00, Beerl-ungsgebülnr 6 465,00 (mitfinanzieri), Bomifatsprüfungsgebülnr 6 99, Laufzeit 36 Monate, monatliche Rater 6 355, Solizinssatz 3,49 % p.a. variabel, effektiver Lahreszins: 4,68% p.a., Rechtsgeschäftsgebülnr 6 295, 41, Gesamfinanzierungsbetrag 6 33.078,90, Gesamfibertagr 6 50.384,33 Wersicherungs-Bonna gültig bei Abstribuse eines Hyunds-Versicherungs-Vorteiberts über GARANTA Versicherung-AG Österreich, bestehend aus KFZ-Haltpflicht-, Kasio- und Insassenunfallwersicherung, Mindesflaufzeit 26 Monate. Eintausch-Bonus gültig bei Eintausch eines Fahrzeugs, das mind. 6 Monate auf den Kaufer zugelessen war. Geltig solange der Vorrat reicht bzw. bis auf Widemuf bei allen teilnehmenden Hyundai Partnern, inkl. Hersteller- und Händlerbetoligung, KONA Elektrox. Stromwerbrauch: 14,3 - 14,7 kWh / 100 km, elektrische Reichweite: bis zu 484 km. IONIQ S. Stromwerbrauch: 16,7 - 19,1 kWh / 100 km, elektrische Reichweite: bis zu 507 km. Alle Werten nach NLTP. * Die Zeit- und Leistungsangaben sind unter optimalen Bedingungen erreichbar und Können durch Witterungseinflüsse deutlich varieren. Die Reichweiten und Verbräuche können abhängig von Straßennehältnissen, Fahrstil und Temperatur deutlich varieren. Durch - und Satzfehler vorbehalten. Symbolabbildungen.

Sonntag

AK Kärnten Viertelmarathon | Start 8 Uhr in Pörtschach

Komperdell Wörthersee Nordic Walk | Start 8.10 Uhr

Lasst uns laufen und walken ab Pörtschach

Nach zwei Jahren kehrt der Start des AK Kärnten Viertelmarathons wieder wieder an die Promenade in Pörtschach zurück. Direkt beim Parkhotel in Pörtschach fällt am Sonntag um 8 Uhr, der Startschuss des AK Kärnten Viertelmarathons. Ganz besonders freuen dürfen sich alle Teilnehmer:innen auf den malerischen Start mit unvergesslichen Blick auf den türkisen Wörthersee. Von dort aus geht es über die

wunderschöne Strecke entlang des Nordufers über Krumpendorf nach Klagenfurt in die Running City.

Die Läufer:innen dürfen sich auf unzählige Labestationen und Anfeuerungsmeilen auf den 10,5 km nach Klagenfurt freuen.

Zum Start

Die Anreise zum Start nach Pörtschach erfolgt kostenlos mit den ÖBB (genaue Infos siehe Seite 19).

Kleidertransport

Direkt an der Startlinie könnt ihr euer Gepäck bis 15 Minuten vor dem Start abgeben und wieder in Klagenfurt in der Running City entgegennehmen. Bitte nur die Startsäcke für den Kleidertransport verwenden.

Viertelmarathon & Komperdell Wörthersee Nordic Walk

Nachnennung: Kärnten Läuft Running City/Metnitzstrand, Fr. 26. 8.. 14-20 Uhr.

Sa. 27. 8., 9-20 Uhr Sonntag, keine Startnummernausgabe!

AK Kärnten

Start Viertelmarathon:

8 Uhr, Pörtschach, Seepromenade **Start Nordic Walk:**

8.10 Uhr, Pörtschach,

Seepromenade

Ziel: Running City/Metnitzstrand

Streckenlänge: 10,55 km

Altersklassen: m/w. 2006 und älter

Prämierung Viertelmarathon:

Platz 1 bis 3 m/w sowie alle Klassensieger:innen

Prämierung Nordic Walk:

Verlosung unter allen Finisher:innen

Der Nordic Walk ist ein



Der AK-Viertelmarathon ist für viele, die das erste Mal teilnehmen, ein Genuss danach ein jährliches Muss."

Günther Goach. AK-Präsident

Sonntag

Kleine Zeitung Wörthersee Halbmarathon Start 9 Uhr in Velden

Spaß und Freude am Laufen unter Gleichgesinnten ist das Hauptziel für die zahlreichen Teilnehmer des Kleine Zeitung Halbmarathons

Das Laufhighlight am Wörthersee

Der erste Startschuss zum Kleine Zeitung Wörthersee Halbmarathon erfolgte 2002 am Samstag um 16 Uhr. Bei brütender Hitze stürzten sich die Läufer von Velden nach Klagenfurt. Von der Hitzeschlacht hat sich der Lauf zu einem der beliebtesten und etabliertesten Halbmarathons Österreichs entwickelt. Nationale und internationale Topstars, wie Olympiasieger und Weltrekordhalter im Marathon Eliud Kipchoge, nutzen den Lauf als Vorbereitung für Marathon-Läufe im Herbst. Schon ab dem zweiten Jahr erfolgt der Startschuss traditionell am Sonntag, um 9 Uhr in der Früh. um ideale Laufbedingungen zu gewährleisten.

Nach dem Startschuss dürfen sich die Läufer auf 21.1 km puren Laufgenuss entlang des türkisen Wörthersees freuen. Unzählige Labestationen und Erlebnismeilen sorgen für perfekte Laufbedingungen. Anreise zum Start nach Velden kann umweltfreundlich mit den ÖBB erfolgen. Die Startnummer dient als Gratis-Ticket.

Kein Stress an der Startlinie:

Die Zeitmessung erfolgt erst, wenn der Läufer die Startlinie mit dem in den Startnummern integrierten Zeitnehmungstransponder überquert. Somit ist garantiert, dass jedem Läufer exakt seine gelaufene Nettozeit angezeigt werden kann. Aber egal, wie schnell

die Teilnehmer laufen, jeder bekommt im Ziel eine Medaille überreicht. "Es ist uns wichtig. dass jeder mit einer bleibenden Erinnerung an "Kärnten Läuft" nach Hause geht", sagt OK-Chef Michael Kummerer und betont, "dass sich die Läufer zu jeder Zeit des Renntages gut betreut fühlen sollen und ein familiäres Ambiente erfahren."

Kombiwertung mit dem Graz Marathon

Die Kombination Kleine Zeitung Wörthersee Halbmarathon und Hervis Halbmarathon, welcher am 9. Oktober stattfindet, bietet eine perfekte Laufsymbiose im Süden Österreichs. "Pack die Laufschuhe und die Badehose ein" versus "Pack die

Laufschuhe und die Shoppingtasche ein", ein kombinierter Lauf vom See in die Stadt, wo jeder Teilnehmer wertvolle



Als langiähriger Partner sind wir stolz. Kärnten Läuft als Höhepunkt des Kärntner Laufkalenders auch dieses Jahr

Werner Pietsch, Leiter Kelag Konzernkommunikation/Corporate

wieder unterstützen zu dürfen."

Preise gewinnen kann.



Kleine Zeitung Wörthersee Halbmarathon

Nachnennung: Kärnten Läuft Running City/Metnitzstrand.

Fr., 26. 8., 14-20 Uhr, Sa., 27. 8., 9-20 Uhr Sonntag, keine Startnummernausgabe!

Startzeit: 9 Uhr Start: Velden Seecorso, Schlosshotel Velden

Ziel: Running City/Metnitzstrand Streckenlänge: 21.1 km

Altersklassen: m/w, 2006 und älter

Prämierung: 1-3 m/w

Achtung: Aus Sicherheitsgründen (Engstellen auf der Strecke, großes Teilnehmerfeld) ist eine Teilnahme mit dem Rollstuhl, dem Handbike. Kinderwagen oder Begleitung durch



Mit den Pacemakern ins Ziel

Die Garmin Pacemaker helfen auch heuer wieder dabei, die gewünschte Zielzeit zu erreichen. Schon im Startbereich können die "Schrittmacher" wegen der gut sichtbaren "Sport aktiv"-Fahnen ausfindig gemacht werden. Die Pacemaker sind beim Halb- und Viertelmarathon im Einsatz. Damit du auf iedem Kilometerabschnitt tatsächlich die richtige Pace einhältst, sind die Schrittmacher mit Garmin-GPS-Uhren. "Mizuno"-Laufschuhen und Craft-T-Shirts ausgestattet. Die angepeilten Durchlaufzeiten 1:30, 1:40, 1:50, 2:00, 2:10 und 2:20 beziehungsweise 1:00 (Viertelmarathon) sind auf den Fahnen sichtbar gekennzeichnet.

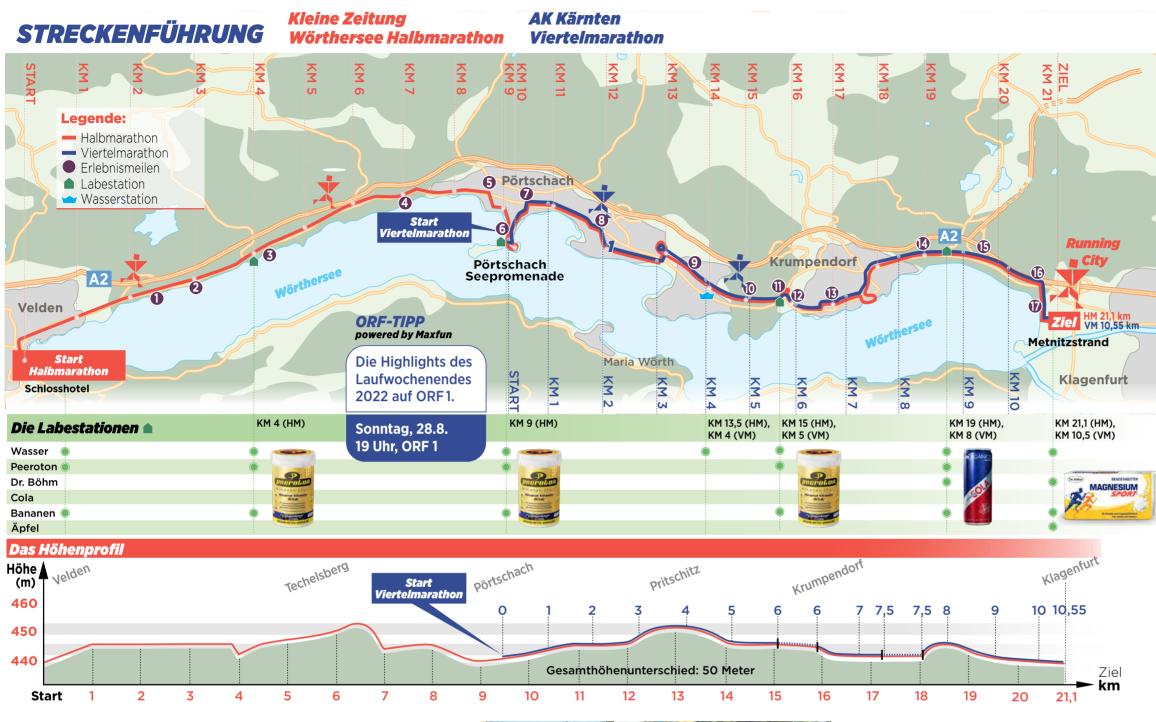
GARMIN.

Pacemaker Viertelmarathon

zeit 0:05:41 0:28:25 0:56:50

Pacemaker

1	5	10	15	zeit
0:04:15	0:21:20	0:42:40	1:03:59	1:30:00
0:04:45	0:23:42	0:47:24	1:11:06	1:40:00
0:05:10	0:26:04	0:52:08	1:18:12	1:50:00
0:05:40	0:28:26	0:56:53	1:25:19	2:00:00
0:06:10	0:30:49	1:01:37	1:32:26	2:10:00
0.06.37	0.33.05	1.06.10	1.70.15	2.20.00



Zuschauer-Hotspots



- 1 Eishockev Meile
- 2 Kärnten Läuft Blasorchester
- 3 LFL Köstenberg Schlagermeile
- 4 Stroh und Kürbis Festmeile
- 5 Vespa Feeling am Monte-Carlo-Platz

- 6 Start Viertelmarathon,
 - Antenne Meile
- Vespa Meile
- 8 Seehotel Das Jo. DJ Meile
- 9 Wasserstation Pritschitz
- 10 Kleine Zeitung Tanzgruppe
- 11 AK Meile
- 12 Kärnten Läuft Glockenspiel
- 13 Antenne Hotspot
- 14 Kropfitschbad Erfrischungsmeile
- 15 Garmin Fotopoint
- 16 Kärnten Läuft durch die Vergangenheit
- 17 Kärnten Läuft Cheerleader



Entlang der Strecke erwartet die Teilnehmer:innen unzählige Stimmungsmeilen und einige Highlights, wie zum Beispiel der Antenne Hotspot oder der AK Meile in Krumpendorf

Labestationen



- Labestation 2: Seepromenade Pörtschach: Wasser, Peeroton, Bananen
- Wasserstation: Pritschitz

19

- Labestation 3: Regionalwärme Gruppe Krumpendorf: Wasser, Peeroton, Bananen
- Labestation 4: Kropfitschbad, Krumpendorf: Wasser Peeroton, Red Bull Cola, Bananen
- Ziellabestation: Running City, Klagenfurt: Dr. Böhm, Bananen, Äpfel, Red Bull



Kostenloser Läufertransport mit der Kärnten Läuft Startnummer, dank der ÖBB. Zugzeiten für Läufer-innen

Sonntag, 28. August 2022

Anreise zum Start nach Velden und Pörtschach

	SB	SB	S1	SB	SB	SB	S1
	14911*	14913*	4211*	14915*	14917*	14919*	4211*
Klagenfurt Hbf.	06:17	06:32	07:02	07:17	07:32	07:47	08:02
Klagenfurt Lend	06:20	06:35	07:04	07:20	07:35	07:50	08:04
Klagenfurt West	06:22	06:37	07:06	07:22	07:37	07:52	08:06
Krumpendorf	06:26	06:41	07:10	07:26	07:41	07:56	08:10
Pritschitz	06:30	06:45	07:14	07:30	07:45	08:00	08:14
Pörtschach a. W.	06:33	06:48	07:17	07:33	07:48	08:03	08:17
Töschling	06:36	06:51	07:20	07:37	07:52	08:07	08:20
Velden a. W.	06:41	06:56	07:25	07:42	07:57	08:12	08:25

	S1	S1
	4212*	4218
Villach Hbf.	06:20	07:20
Villach Seebach	06:23	07:23
Föderlach	06:28	07:28
Lind-Rosegg	06:31	07:31
Velden a. W.	06:34	07:34
Töschling	06:38	07:38
Pörtschach a. W.	06:41	07:41



Abreise Richtung Villach

	S1	S1	S1	S 1	S1
Klagenfurt West	12:06	13:06	14:06	15:06	16:06

Kostenloser Kleidertransport

Abgabe der Kleidersäcke in Velden: 07:30–08:45 Uhr Abgabe der Kleidersäcke in Pörtschach: 06:30–07:45 Uhr Abholung der Kleidersäcke in der Running City: 08:30–12:30 Uhr

Weitere Informationen beim Infopoint in der Running City und auf oebb.at/scotty. Die oben angeführten Transferleistungen und der Gepäcktransport sind für die Läufer:innen unentgeltlich!

Ein Event von

M

Sport
Marketing
gmbh



Sacklweis

In der Running City wartet auf jeden Teilnehmer das prall gefüllte Startsackerl mit unzähligen Goodies.

Das Startsackerl können sich die feißigen
Läufer:innen im Rahmen der Startnummernabholung in der Running City abholen.
Egal bei welchem Lauf, das Kärnten Läuft-Startsackerl gibt es für die Teilnehmer:innen aller Bewerbe.
Ein kleiner Vorgeschmack: Vitalis Porridge, einem Sport

Aktiv Magazin, dem Wiener Städtische Regenponcho, Peeroton Protein Drink und Magnesium Sport u.v.m. Das besondere Highlight im *Kärnten Läuft-Startsackerl* ist das Gutscheinheft, darin finden sich einige Vorteile bzw. Gutscheine, die gleich direkt vor Ort in der Running City eingelöst werden können.



Erfrischend schaumig

Der neue DIANA Duschschaum kühlt, erfrischt und belebt die Haut mit natürlichem Menthol und das noch lange nach dem Duschen! Mit seinen pflegenden Eigenschaften reinigt er sanft und sorgt für ein einzigartiges, wohltuendes Hautgefühl.





Magnesium Sport® Sticks von Dr. Böhm®

Praktisch für unterwegs – ohne Flüssigkeit einzunehmen. In Ihrer Apotheke.

www.magnesium-sport.at

5000 Apfel Section Construction Section Co

Vitaminboost

Im Ziel warten auf die fleißigen Finisher am *Kärnten Läuft*Wochenende nicht nur isotonische Getränke, sondern auch ein
erfrischender und wohltuender Vitaminschub von Obst Robitsch.
Frisches Obst ist für die Ernährung der Sportler essentiell.
"Mit unserem frischen Obst liefern wir auch heuer wieder
einen wichtigen Qualitätsbeitrag zur Vitaminversorgung der
Läuferinnen und Läufer.". so Rene Robitsch.

Sale: Die Laufshirts aus den vergangenen Jahren

Die *Kärnten Läuft-Shirts* sind das perfekte Erinnerungsstück für die vergangenen *Kärnten Läuft-*Teilnahmen. Wer sich noch ein Shirt aus den letzten Jahren sichern möchte, kann in der Running City auf der Expo am *Kärnten Läuft T-Shirt-*

Stand ein Shirt der letzten Jahre um 5,- bzw. 10,- Euro erwerben. Also vorbeischauen lohnt sich ...

Sale

40 STICKS

MAGNESIUM

aiffeisen X

Gutschein-

20

heft



Ich freue mich schon darauf, wieder bei Kärnten Läuft dabei zu sein und die Emotionen der Läufer:innen hautnah mitzuerleben."

Franz Petritz, Sportstadtrat Klagenfurt

21

RIEDERGARTEN IMMOBILIEN

WO ALLES ZUSAMMENLÄUFT.

riedergarten.at







24-Stunden Service

Umschlagfarben Schwarz/Rot/Blau/Grün

Gold- oder Silberaufdruck auch Logos möglich

Hartcover-Bindung inkl.1-zeiliger Prägung Druck je Seite

jede weitere Zeilenprägung nur 5,00€ Rückenprägung 10.00 €



KI DIGITAL

Digitaldruck • Kopie • Plan • Scan

0699 16 600 600

Klagenfurt Zentrum

Theatergasse 2 9020 Klagenfurt

Tel.: +43 699 16 600 602 E-Mail: klagenfurt@kidigital Öffnungszeiten:



Villach Zentrum
Trattengasse 8
9500 Villach

Tel.: +43 699 16 600 603 E-Mail: villach@kidigital.at Öffnungszeiten: Montag - Freitag 08:30 - 14:30

PLATZPROBLEME?

Wir bieten Ihnen mobile Raum-Lösungen!



Fragen Sie noch HEUTE bei uns an!

Villacher Saubermacher GmbH & Co KG

9500 Villach, Drauwinkelstraße 2 T: +43 (0) 4242 582099-0

E: villacher@saubermacher.at



Immer im Kreislauf bleiben

Abfall vermeiden, recycelte Rohstoffe, regionale Produkte und lokale Partner. Es gibt noch viel zu tun.

Kärnten Läuft steht für eine nachhaltige Veranstaltung, die bereits von Beginn an im Sinne eines verantwortungsbewussten Umgangs mit Ressourcen konzipiert wurde. So wurde von Anfang an auf den umweltbewussten ÖBB-Shuttle-Service von Klagenfurt nach



Kärnten Läuft begleitet nachhaltig und motiviert über das ganze Jahr zu Bewegung im Sinne der Gesundheit aller Kärntnerinnen und Kärntner."

Beate Prettner, Landeshauptmann-Stellvertreterin Velden gesetzt und wir versuchen weiter in jedem Jahr einen Schritt in die richtige Richtung zu gehen.

Umweltschonende Neuerungen

So konnten in den letzten Jahren immer wieder innovative Ideen im Sinne der Umwelt umgesetzt werden. Neben den nachhaltig produzierten Startsackerln von Raiffeisen, dem kompostierbaren Regenponcho der Wiener Städtische wartet heuer wieder eine grüne Neuerung auf die Teilnehmer. Entlang der gesamten Strecke dürfen sich die Teilnehmer:innen auf Papierbecher freuen. Dank Villacher Bier kommen bei *Kärnten Läuft* nur noch Papierbecher bei den Labestationen zum Einsatz. Gemeinsam mit unseren Partnern setzen wir somit einen weiteren Schritt in Richtung nachhaltiges Event.



kommen heuer neue Papierbecher auf den Labestationen zum Einsatz. Neben der ökologischen
Neuerung wartet eine weitere Überraschung auf
die Teilnehmer:innen. So dürfen sich diese auf
Motivationsprüche auf den neuen Bechern freuen.

Recycling-Papier



Das Zielsackerl hat in diesem Jahr ein ganz besonderes Feature. Die Sportbag besteht zu 80% aus recyceltem LDPE und wurde somit aus wiederverwendbaren Materialien hergestellt.



Die Kärnten Läuft-Becher aus

Gemeinsam mit unserem Partner Villacher Bier

Wasserdicht und bio

Der neue Bio-Regenponcho besteht aus einer patentierten, gentechnikfreien Maisstärke-Verbindung und ist somit innerhalb weniger Wochen zu 100% biologisch abbaubar. Ein praktischer Wegbegleiter für jedes Event, beim Sport, für das Auto und für unterwegs im Rucksack oder der Tasche. Unser Regenponcho ist zudem atmungsaktiv, leicht, reißfest und wiederverwendbar dank Beutel.



Mit unserer Nachhaltig keit sind wir der ideale Namenspartner des

Familienlaufs. Wir wünschen allen Teams gemeinsam einen erfolgreichen Lauf!"

Mag. Roland Punzengruber, Managing Director Hyundai Import GmbH

Zum Start per Bahn

Die Anreise zum Start nach Pörtschach und Velden ist dank der ÖBB mit der Startnummer am Sonntag kostenlos. Auch der Rücktransport von Klagenfurt nach Velden ist mit der Nummer kostenlos möglich.

Alle Infos siehe Seite 19.



IONIQ 5

Die Hyundai e-Flotte

Unser neuer Mobilitätspartner Hyundai unterstützt *Kärnten Läuft* und den Graz Marathon mit einer modernen Autoflotte, die auch nachhaltig im Sinne der Umwelt aufgestellt ist. Alle Begleitfahrzeuge sind emissionsfrei unterwegs. Es kommt vor allem das Erfolgsmodell Hyundai IONIQ 5 zum Einsatz. Dank seiner 800 Volt Ladetechnologie für ultraschnelles Laden, seines einzigartigen Platzangebotes und dank der Verwendung umweltfreundlicher Materialien wurde der IONIQ 5 zum Gamechanger für Hyundai.



22

23







SPORT PRO-SUPPORTDie Basis für deine Darmgesundheit

- Entgiftung des Magen-Darm-Trakts
- Stärkung der Darmwand
- Reduziert die Laktatbelastung
- Schnellere Regeneration



MEHR INFOS HIER!

Geschafft! Du bist im

Ein atemberaubender Zieleinlauf, direkt am Ufer des Wörthersees ist euch bei Kärnten Läuft garantiert. Da fühlt sich jeder definitiv wie ein Sieger.



Hol dir deine Medaille

Lass dir gleich nach Beendigung des Laufs deine persönliche *Kärnten Läuft*-Medaille umhängen. Wetten, dass sie für dich glänzt wie Gold? Und deine Medaille kann noch viel mehr! Für 10 Euro (Kinder 5 Euro) kannst du deine Medaille bis 14 Uhr in der *Expo* mit deinem Namen und deiner Endzeit Heinz Zimmermann (Nr. 15 b) gravieren lassen.



Der Applaus der Zuschauer im Ziel ist dir gewiss. Doch wirst du vom Lauf bestimmt etwas ausgezehrt sein. Deshalb stellt Obst Robitsch einen frischen und wohltuenden Vitaminschub zur Verfügung. Hol dir deine Stärkung im Zielbereich gleich nach den Medaillen ab. Neben Obst gibt es auch noch einen Dr. Böhm®-Magnesium-Drink. Wer noch mehr Appetit hat, findet im Gastro-Zelt bestimmt etwas.



Massage und Erste Hilfe

Die Laufstrecke kann sich schon ziehen. Deshalb bauen dich im Zielbereich die Hände der Masseur:innen des Massage Kneipp Ausbildungszentrums Kärnten wieder auf. Das Zelt mit den 20 Masseur:innen befindet sich direkt neben dem Finisher-Bereich. Die Behandlung ist für die Athleten kostenlos. Auch die Gefäßtherapie von BEMER kann im Massagezelt erstmalig getestet werden.

Kleidertransport

Gestärkt aus dem Massage-Zelt tretend, willst du deinen soeben errungenen Erfolg natürlich mit Freunden bei einem Getränk in der Running City auskosten. Während des Laufes brachte Transporte Ogris dein Startsackerl vom Start ins Ziel. Im Bereich des Strandbad-Parkplatzes erfolgt die Ausgabe. Die Kleidersäcke werden von unserer Crew gegen Vorlage der Startnummer ausgegeben.





Duschen

Dusch- und Umkleidemöglichkeiten stehen für alle Aktiven an allen drei *Kärnten Läuft*-Tagen im Klagenfurter Strandbad zur Verfügung. Die Startnummer gilt auch hier als Eintrittskarte. Mittlerweile hat sich bei den Athleten auch der direkte Sprung in den Wörthersee als Ritual nach dem Lauf etabliert. Achtung: Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für Personen- und Sachschäden jeglicher Art.



213

Zu einer großen Laufveranstaltung gehört natürlich
auch eine würdige Siegerehrung. Neben der Medaille,
die jeder Teilnehmer kurz nach
dem Zieleinlauf umgehängt
bekommt, gibt es für die
schnellsten Läufer Trophäen –
natürlich unter dem tosenden
Applaus des Publikums. Lass
deinen erfolgreichen Sporttag
anschließend mit der gemütlichen "Villacher Bier"-AfterRace-Party ausklingen.

Ergebnisse

Kaum im Ziel angekommen, stellen sich die Fragen nach den Resultaten: Welchen Rang hab' ich? Wie schnell waren ich und meine Freunde? Die Ergebnisse werden mit der Siegerehrung auf unserer Homepage www.kaerntenlaeuft.at veröffentlicht. Am nächsten Tag können alle Ergebnisse auch in einer Spezialausgabe der Kleinen Zeitung-Montagsausgabe gesammelt nachgelesen werden. Mit dem QR-Code auf der Startnummer kannst du dein Ergebnis unmittelbar nach dem Zieleinlauf abrufen.



Deine Urkunde

Im Sinne des "Green Event"-Gedankens werden keine Urkunden per Post verschickt. Natürlich musst du dennoch nicht auf diese verzichten. So kannst du deine Finisher-Urkunde bequem über die *Kärnten Läuft*-Website downloaden.

Dein Erinnungsfoto

Da ein Foto bekanntlich einen Moment für die Ewigkeit darstellt, kannst du deine Kärnten Läuft-Erinnerungsfotos ganz einfach auf www.kaerntenlaeuft.at oder www.sport.foto-viertbauer.com beziehen.



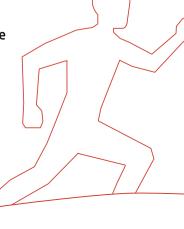
Teste dein Wissen beim Kärnten Läuft-Quiz der Kleinen Zeitung!

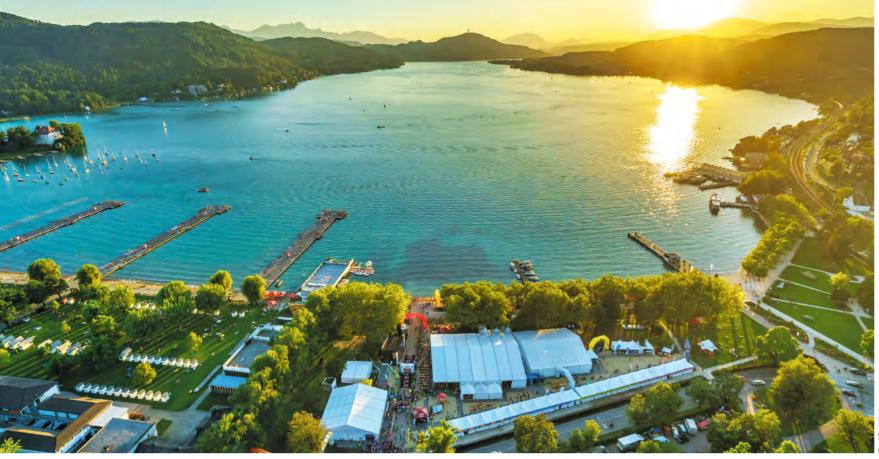
Mitmachen unter kleinezeitung.at/ vorteilsclub oder beim Kleine Zeitung-Stand von 26.–28. August bei Kärnten Läuft und tolle Preise gewinnen!



Zu gewinnen gibt's:

- ▶ Hyundai Testauto für 1 Woche
- ▶ 1 Paar Mizuno Laufschuhe
- Hervis Gutschein im Wert von 50 Euro
- ▶ Panaceo Sport Package





Unsere **Partnerhotels**

Seepark Hotel**** Klagenfurt

Tel. +43 (0) 463/204 499-0 www.dasseepark.at

Hotel Sandwirth** Klagenfurt**

Tel. +43 (0) 463/562 09 www.sandwirth.at

Parkhotel Pörtschach****

Tel. +43 (0) 42 72/26 21-0 www.parkhotel-pörtschach.at

Das Jo Seehotel Pörtschach

Tel. +43 (0) 42 72/23 19 ww.das-jo.at

Voco Villach****S

Tel. +43 (0) 42 42/225 22 www.villach.vocohotels.com

Falkensteiner Schlosshotel Velden*****

Tel. +43 (0) 42 74/520 00-0 www.falkensteiner.com/ schlosshotel-velden

Wörthersee Tourismus Infohotline: +43 (0) 42 74/38 288

Ein Erfolg auf ganzer Linie

Kärnten Läuft sorgt mit einem ganzjährigen Bewegungsangebot mit zahlreichen Veranstaltungen, Lauftreffs und weiteren Aktionen für eine jährliche Wertschöpfung von rund fünf Millionen Euro!



Kärnten Läuft ist die ideale Veranstaltung, um Kärnten als Natur Aktiv Land zu positionieren, als welches wir immer stärker wahrgenommen werden."

Geschäftsführer Kärnten Werbung

Auch bei der heurigen 21. Auflage von *Kärnten* Läuft stehen Bewegung, Gesundheit und vor allem viel Spaß für die ganze Familie im Vordergrund, Viele Gäste verbinden ihren Familiensommerurlaub mit der Teilnahme beim Halb- oder Viertelmarathon. Abseits der Hauptbewerbe bietet das Wochenende mittlerweile viel Action und Programm und hat sich damit zu einem dreitägigen Sportfest für Jung und Alt entwickelt. Egal, ob die Kleinsten der Kleinen ihre Rundstrecke absolvieren oder Arbeitskollegen beim Night Run als Firmenteam an den Start gehen, bei Kärnten Läuft sieht man an drei Tagen Spaß,

Begeisterung und Emotionen. Der Erfolg von Kärnten Läuft ist in den letzten Jahren auch zu einem wichtigen wirtschaftlichen Faktor in Kärnten geworden und hat sich zu einem über die Grenzen hinaus beliebten Lauf-Highlight im Sommer entwickelt. Rund 50 Prozent der zahlreichen Teilnehmer kommen

mit ihren Familien aus anderen Bundesländern und dem Ausland um ihren Urlaub im Rahmen des Laufwochenendes in Kärnten zu verbringen. Am Start der Bewerbe finden sich auch viele Gäste aus dem gesamten Alpe Adria Raum und sportbegeisterte Urlauber aus Deutschland, die Kärnten Läuft als sportliche Vorbereitung für



die zahlreichen Laufveranstaltungen im Herbst nutzen. Kärnten Läuft als Tourismusfaktor sorgt jährlich für rund fünf Millionen Euro an wirtschaftlicher Wertschöpfung, Geschätzte neun Millionen Menschen werden über die Berichterstattung und über Online-Medien erreicht. Kärnten Läuft bietet damit eine perfekte Plattform um Klagenfurt, aber auch den gesamten Wörtherseeraum und ganz Kärnten als einzigartiges Sport- und Tourismusland zu präsentieren. Das Kärnten *Läuft*-Wochenende soll auch 2022 nicht nur ein Laufevent sein, sondern ein Wochenende voller Bewegungsspaß rund um den Wörthersee für die ganze Familie.



Kärnten Läuft ist etwas Besonderes für mich. Es gibt nichts Besseres als sich in einer der schönsten Region der Welt sportlich zu betätigen."

Sebastian Schuschnia. Landesrat

27



- » flächendeckendes Radverleihsystem für ganz Kärnten
- » überall ausleihen, überall zurückgeben
- » 60 Verleihstationen in sämtlichen Kärntner Tourismusregionen
- » Mehr als 15.000 Räder (Mountainbikes, Kinderräder, e-Bikes, Citybikes, Anhänger)
- » Keine Fahrrad-Transport-Kosten
- » Kostenloser Fahrrad-Tausch bei technischen Problemen
- » Telefonische Service-Hotline
- » Rückgabe bei jeder Verleihstation

kaernten-rent-ebike.at radland.kaernten.at



Der Herbst ist wohl die schönste Zeit zum Laufen. Besonders auskosten lässt sich das am Wochenende des 29. Kleine Zeitung Graz Marathons vom 7. bis 9. Oktober 2022. Diese drei Tage bringen in die Grazer Innenstadt viel Abwechslung, Bewegung und Spaß für die ganze Familie. Der Hauptbewerb mit dem Marathon am Sonntag, den 9. Oktober ist aber nur einer der Gründe, warum sich an diesem Wochenende tausende Sportbegeisterte in Graz einfinden. An diesem Wochenende gibt es nicht nur jede Menge Laufbewerbe, sondern neben Sightseeing und Shopping auch viele andere sportliche Herausforderungen für

Groß und Klein. Von Freitag bis Sonntag sorgen zehn Bewerbe für alle Alters- und Leistungsklassen für sportliche Spannung. Neben den klassischen Viertel-, Halb- und Marathondistanzen sorgen unter anderem Kinder- und Familienläufe, der City Run und der Maskottchensprint für viel Abwechslung beim anfeuernden Publikum. Heuer fungiert Hervis im Murpark erstmals als Gastgeber der Graz *Marathon*-Messe. Wie schon im letzten Jahr wird es bei der Sport-Expo tolle Tipps und individuelle Beratung für Sportbegeisterte geben. Bei der Messe kann man sich auch noch für einen der Bewerbe direkt vor Ort anmelden.

Graz Marathon, 7.-9. Oktober 2022

Samstag:

14.15 Uhr Maskottchenlauf15.00 Uhr Junior Marathon16.30 Uhr Familienlauf17.30 Uhr Wiener Städtische City Run 5.0

Sonntag:

10.00 Uhr Kleine Zeitung Marathon +
Hyundai Staffelmarathon
10.10 Uhr Hervis Halbmarathon
10.30 Uhr Garmin Viertelmarathon

grazmarathon.at

Unvergleichliche Stimmung in der Grazer Innenstadt

Sightseeing, Shopping und Laufen stehen am Wochenende des 29. Graz Marathons im Mittelpunkt. Ein Sport und Bewegungsfest für die ganze Familie.



begleiten durchs JahrDie touristische Ausrichtung und die **Wachau Marathon**

Partner-Laufveranstaltungen

Ganzjahres-Promotiontour sind ein wesentlicher Faktor bei *Kärnten Läuft*. So gibt es einen
regen Austausch mit nationalen und internationalen Groß-Laufveranstaltungen. Schon seit
einigen Jahren gibt es gelebte Partnerschaften
mit anderen Veranstaltungen, um allen Läufern
und Bewegungshungrigen eine abwechslungsreiche Laufsaison zu bieten.

Wachau Marathon 23.-25. Sept. 2022

Der **23. Internationale Wachau Marathon** geht vom 23. bis 25. September 2022 über die Bühne. Die malerischen Stre-

ckenabschnitte entlang der Donau, durch die Weinreben werden wieder tausende Läufer:innen in die Wachau bringen.

WACHAU - MARAIHUN

www.wachaumarathon.at



Mytho Marathon, 2. Oktober 2022

Das *10K Run Duell* verbindet zwei der schönsten Viertelmarathon Strecken im Alpe Adria Raum. Neben dem AK-Kärnten Viertelmarathon gibt es erstmalig eine Kombiwertung mit dem 10K Run im Rahmen des Mytho Marathon am

2. Oktober 2022 im italienischen Sacile. Es warten tolle Preise, unter anderem von Prosecco DOC.

mythomarathon.it

X-Trail, 27. April 2023

Der X-Trail Business Run ist die ideale Ergänzung zum Angebot des Kärntner Laufjahres. Egal ob Laufanfänger, Amateur oder Profi hier kommt jeder auf seine Kosten. Der Business Run findet am 27. April 2023 zum dritten mal auf der Schleppe Alm in Klagenfurt statt. Gestartet wird alleine

oder in 3er-Teams. Gemeinsam gilt es die verschiedenen Hindernisse über die 5 km lange Strecke zu meistern. Die Anmeldung ist schon geöffnet!

www.woche-xtrail.at





Impressum: Gesamtleitung: Michael Kummerer, MJK Sportmarketing GmbH, Burgblickweg 8, 9520 Annenheim, mjk-sportmarketing.com. Projektkoordination: Raphael Gatti. Layout: Styria Media Design GmbH & Co KG, www.styriamediadesign.at Druck: Carinthia GmbH & Co KG, St. Veit/Glan. Medieninhaber und Herausgeber: Kleine Zeitung GmbH & CoKG, Hasnerstraße 2, 9020 Klagenfurt. Erscheinungsorte: Graz/Klagenfurt, Verlagspostämter: 8020 Graz, P. b. b., 9020 Klagenfurt, P. b. b.



ALLES MACHBAR

MEHR AUSWAHL AUF obi.at





Straßensperren

Sonntag, 28. August 2022

Aufgrund des Kleine Zeitung Wörthersee Halbmarathons und des AK Kärnten Viertelmarathons kommt es am Sonntag zu einigen Behinderungen im Straßenverkehr zwischen Velden und Klagenfurt.

Folgende Straßen werden zum Teil ganz gesperrt:

VELDEN. TECHELSBERG BIS PÖRTSCHACH

- O Seecorso Velden (5.30 bis 10.30 Uhr).
- O B 83 von Karawankenplatz bis Autobahnanschluss Velden-Ost
- (8.30 bis ca. 9.30 Uhr).
- O Autobahnanschluss Velden-Ost bis Pörtschach Monte-Carlo-Platz (8.30 bis 11 Uhr).
- O Zufahrt zu Schlosshotel Seefels bis B 83 Eisenbahnkreuzung Leonstein (8.30 bis 11 Uhr).
- O Annastraße vom Monte-Carlo-Platz bis Seepromenade (8.30 bis 11 Uhr).
- O Seepromenade, Brahmspromenade, J.-Pruscha-Weg, Johannaweg in Pörtschach (7.30 bis 11 Uhr); Beschilderung/Leitsystem für Zugang zum Promenadenbad.

PÖRTSCHACH, PRITSCHITZ **BIS KRUMPENDORF**

- B 83 Pörtschach von Wienerroither in Fahrtrichtung bis Kreisverkehr Ost (Hofer) (7 bis 11 Uhr).
- O Seeuferstraße bis Einmündung Sallacher Schleife in B 83 (7 bis 11 Uhr). Fahrspur auf B 83 von Kreisverkehr Ost in Richtung Wienerroither offen.

SALLACH UND KRUMPENDORF

O B 83 Sallacher Schleife bis B 83 Leinsdorfer Straße Krumpendorf (7.30 bis 12 Uhr).

KRUMPENDORF

O Koschatweg, Pamperlallee, Strandpromenade, Berthastraße, Strandweg, bis Friedelstrand (8 bis 12.30 Uhr).

KLAGENFURT

O Friedelstrand über Lido bis zum Metnitzstrand (8 bis 12.30 Uhr).

AUTOBAHNAUF-**UND -ABFAHRTEN**

- O Autobahnauffahrt Velden-Ost ist im Zeitraum von 8.30 bis 9.30 Uhr gesperrt.
- Autobahnauffahrten Pörtschach Ost und West (Töschling) sowie Krumpendorf sind offen.

Die Straßensperren werden umgehend nach Durchlaufen des letzten Läufers so schnell wie möglich geöffnet. Kurzfristige Änderungen nach Absprache mit der Behörde möglich. Angaben ohne Gewähr.



BEMER macht kurzen Selbstheilungsprozess

Mit unserem Kooperationspartner BEMER gelingt die ideale Regeneration nach dem Kärnten Läuft Wochenende.



Weißt du, warum so viele Spitzensportler auf die physikalische Gefäßtherapie BEMER vertrauen? Weil BEMER deinen Körper bei der Regeneration unterstützt, für einen schnelleren Abbau von Laktaten sorgt und deine Muskulatur optimal auf die nächste sportliche Herausforderung vorbereitet.

Du möchtest die BEMER Regeneration selbst testen? Dann nutze jetzt die Chance und komme in der Kärnten Läuft Running City beim Expo Stand vorbei. Mehr Leistung, weniger Muskelkater und eine bis zu 29 % verbesserte Sauerstoffausschöpfung können für deine Performance





den entscheidenden Unterschied machen. Mach es wie die Profis und melde dich bei den BEMER-Experten und lasse dich top beraten. Übrigens - bei uns kannst du die wissenschaftlich belegte und mehrfach patentierte Wirkung der BEMER Therapie direkt nach dem Laufen am Sonntag auch im Massagezelt testen.

Claudia Russ und ihr erfahrenes Team aus ganz Österreich freut sich auf deinen Besuch in der BEMER-Energietankstelle.

claudia-russ.bemergroup.com +43 664 7312 4664







Traumhafte Nächte für energievolle Tage

www.lamodula.at

Kostenfreie Rufnummer 00 800 39900 388

Traumhaft schlafen 🌦 Natürlich wohnen







UNSEK EINEZEITUNG.AT UNAB FÜR ALLE ICT IINE



UNSER JOURNALISMUS JOURNALISMUS IST KONSTRUKTIV UND OPTIMISTISCH

ORIEKTIVITÄT IIVI

Guter Journalismus trägt gesellschaftliche Verantwortung und wächst mit den Anforderungen seiner Zeit – in jeder Form. Darum haben wir unsere digitalen Plattformen für alle, die Teil einer Veränderung sein wollen, neu gedacht.

Mehr dazu unter: kleinezeitung.at/abo

