

42,195 km quer durch New York

Den Traum von einer Teilnahme beim größten Marathon der Welt erfüllten sich im November 2014 vier voestalpine-Mitarbeiter. Und es soll nicht der letzte Marathon gewesen sein!



Ich packe meinen Koffer und nehme mit: Laufschuhe, -hose & -shirt. Das klingt irgendwie nicht nach Erholung! Aber für die voestalpine-Mitarbeiter Christian Fürst (Senior Expert, Brammenfertigung, voestalpine Stahl GmbH), Thomas Starzer (Prozessverantwortlicher, Managementsysteme voestalpine Stahl GmbH), Elfriede Pirschl (FFB, Bilanzierung, voestalpine Stahl GmbH) und Siegfried Paschinger (Revision & Risikomanagement, voestalpine AG) war die Reise nach New York ein besonderes Erlebnis.

„ Die Stimmung war irre! Die Zuschauer feuerten auch noch die allerletzten Läufer des Marathons an.

Thomas Starzer, Teilnehmer New York Marathon

„ Das beste Sightseeing-Programm in einer Stadt ist der Marathon. Es war atemberaubend!

Christian Fürst, Teilnehmer New York Marathon

Wie alles begann

Die Laufbewegung erfasste bereits 1999 das Unternehmen. Das Energiebündel Dr. Ulrich Strunz hielt im Rahmen des Programms „Fit ins Jahr 2000“ Seminare zum Thema „Kreativität und Höchstleistung“. Zahlreiche Mitarbeiter haben – motiviert durch das Seminar – anschließend mit Sport begonnen. Dieses Programm kann als Vorgänger des [LIFE-Programms](#) sichergesund betrachtet werden. Der ehemalige Leiter der Steel Division, Gert Kincel, war ein großer Förderer dieser Aktivitäten. Im Jahr 2003 bot das Unternehmen seinen Mitarbeitern erstmals an, sich semiprofessionell mit Trainingsplan, Laktattest, Fitnesscheck und natürlich Laufshirt auf den Linz Marathon vorzubereiten: 2004 nahmen dann mehr als 500 voestalpine-Mitarbeiter beim Linzer Marathon teil.

Die vier voestalpine-Mitarbeiter sind Teil einer Laufgruppe, die sich jeden Freitag um 13 Uhr beim SK Vöest Sportzentrum zu gemeinsamen, längeren Läufen trifft. Meistens laufen 4 bis 10 Läufer gemeinsam – oft in 2 Gruppen und an verschiedene Tempos angepasst. Neue Gesichter beziehungsweise Läuferbeine sind herzlich willkommen!



Vorbereitung ist die halbe Miete

Wie bereitet sich eigentlich ein Marathonläufer vor? Diese Frage stellt sich wohl jeder, der hört, dass jemand über 40 km an einem Stück laufen möchte. Klar ist, dass hier ein strenger Trainingsplan gefragt ist. Unsere vier Mitarbeiter bereiteten sich 12 Wochen intensiv auf den größten Marathon der Welt vor. Intensiv bedeutet hier, dass mindestens 5 Mal die Woche gelaufen wurde! Jeden Freitag stand ein langer Lauf, zwischen 20 und 35 km, auf dem Programm.

Das kostet natürlich viel Freizeit. Doch Christian Fürst, Thomas Starzer, Elfriede Pirschl & Siegfried Paschinger betonen, dass es für sie kein Problem sei, diesen Trainingsaufwand zeitlich neben Arbeit sowie Familie unter den Hut zu bringen.

„ Das Laufen hat halt bei mir sehr hohe Priorität im Leben – dafür läuft bei mir der Fernseher so gut wie nie!

Elfriede Pirschl, Teilnehmerin New York Marathon

Tokio, Linz, Berlin. Die Reise geht weiter!

Siegfried Paschinger gilt als Dauerläufer, wenn es um Marathons geht. Diesen Februar geht er in Tokio an den Start und feiert seinen insgesamt 50. Marathon. Doch nicht genug! Mit diesem Marathon komplettiert er auch die „World Marathon Majors“-Serie, zu denen neben Tokyo auch die Stationen Berlin, Chicago, Boston, London und New York zählen. Das Vierer-Gespann Fürst, Starzer, Pirschl & Paschinger startet dann wieder im September 2015 gemeinsam beim Berliner Marathon.

„ Und der Linz-Marathon ist sowieso ein Fixpunkt in unserem Laufkalender.

Christian Fürst, Thomas Starzer, Elfriede Pirschl & Siegfried Paschinger

Für die kommenden Herausforderungen und Rennen wünschen wir unseren Dauerläufern alles Gute!