



In genau einem Monat geht's rund ...  
um den Wolfgangsee!

Liebe Sportlerin!

Lieber Sportler!

Der 52. Int. Wolfgangseelauf 2024 – Österreichs großer Landschafts- und Erlebnislauf – steht unmittelbar bevor. Insgesamt sind bereits 3.400 Aktive aus 41 Nationen gemeldet!

- Los geht's am Samstag, dem 19. Oktober um 9 Uhr mit dem „Walk the Lake“ (8,5 km | 14 km | 18,5 km | 27 km) beim Restaurant Brunnwind in St. Gilgen. Da heuer sehr viele Walker (ca. 400–450) dabei sind, empfehlen wir allen, die via St. Gilgen-Süd anreisen, das Auto gleich am Parkplatz Excelsior zu parken und via Lienbacherweg (beschildert) zum Start zu kommen. Der Parkplatz Mondseestraße hat nur eine beschränkte Kapazität.
- Ebenfalls am Samstag, dem 19. Oktober findet ab 14 Uhr der Junior-Marathon für die Jahrgänge 2011 und jünger an der Seepromenade in Strobl statt.
- Am Abend laden wir um 18 Uhr zu „Griaß Eich!“ ins Pacher-Haus nach St. Wolfgang. Die Live-Band „Country Roads“ garantert einen kurzweiligen Abend. Alle Erwachsenen haben für „Griaß Eich!“ einen Pastagutschein im Startpaket.

### **Doppelt hält besser!**

Am Sonntag, dem 20. Oktober finden die vier Hauptläufe über 5,2 | 10 | 27 und 42,195 km staB. Übrigens gibt es auch einige „Mehrfachtäter“ – die den landschaftlich einzigartigen Kurs von beiden Seiten sehen wollen und so am Samstag zum „Aufwärmen“ den Walk und am Sonntag eine der vier Hauptdistanzen absolvieren!

Sehr viele Meldungen wird es in den letzten vier Wochen vor allem beim 5,2-km-Panoramalauf und beim 10-km-Uferlauf geben. Alleine bei diesen beiden beliebten Volkslaufstrecken werden rund 2.500 Läuferinnen und Läufer an den Start gehen! Das Besondere dabei: Die Anreise in die Startorte Strobl und Gschwendt erfolgt jeweils mit der WolfgangseeSchiffahrt – auch ein schönes, gern gesehenes „Wolfgangseelauf-Zuckerl“.

### **89 Jahre Altersunterschied**

Der Int. Wolfgangseelauf war und wird auch in Zukunft eine Veranstaltung für Jede/n, ganz gleich ob Läufer oder Walker, sein. So vereint das Starterfeld einmal mehr ein immenses Spektrum: Fünf zweijährige Kinder beim Junior-Marathon stehen dem 91-jährigen Josy Simon (Jg. 1933, LG St. Wolfgang) gegenüber, der mit der Nr. 5350 (der Postleitzahl seines Wohnortes Strobl) den 10-km-Uferlauf absolviert.

Ein weiterer Masters-Topathlet, der 86-jährige Regauer Johann Weber wird mit seiner „Jahrgangs-Startnummer“ 1938 beim 27-km- Klassiker seinen eigenen M85-Rekord aus dem Vorjahr angreifen (2:44:41).

**Für alle Bewerbe gilt: Die Anmeldung zum Voranmeldetarif ist via [www.wolfgangseelauf.at](http://www.wolfgangseelauf.at) bis 17. Oktober möglich.**

## Die wichtigsten Infos zum Download

- Das aktuelle, 36-seitige Wolfgangseelauf-Magazin mit allen relevanten Infos zum Event ist in jedem Startpaket.  
Hier geht's zur Digitalversion: [http://www.wolfgangseelauf.at/wp-content/uploads/2024/03/Wolfgangseelauf\\_Magazin\\_2024.pdf](http://www.wolfgangseelauf.at/wp-content/uploads/2024/03/Wolfgangseelauf_Magazin_2024.pdf)
- Alle anderen Infos – z. B. die FAQs für jeden der sechs Bewerbe und die aktuellen Schifffahrtspläne für den 19./20. Oktober sind hier zu finden:  
<http://www.wolfgangseelauf.at/das-wichtigste-the-most-important-things.htm>
- Viele Informationen gibt's auch auf dieser Seite  
<http://www.wolfgangseelauf.at/teilnehmerinfos/teilnehmerinfos>

Bild: Laufen am Wolfgangsee macht glücklich! © [kunstbahr.at](http://kunstbahr.at)



## Drei neue Rekorde?

- Schon lange vor dem heurigen Walk stand fest: Bei der dritten Auflage wird der Teilnehmerrekord des Vorjahres (243) noch einmal deutlich gesteigert. Wir rechnen mit rund 400–450 Aktiven! Auch heuer ist der Walk ein reiner „Genussbewerb“ – natürlich wieder mit der Option, auf den drei kürzeren Distanzen, von St. Wolfgang, Strobl und Gschwendt mit dem Schiff retour zu fahren.
- Stark nachgefragt ist auch der Marathon – durchaus möglich, dass der Rekord (jeweils 265 Meldungen) der Jahre 2015 u. 2019 fällt. Vielleicht auch, weil er im April in einer Publikation von [HDSports.at](https://www.hdsports.at) als einer der schönsten Marathons Österreichs gelistet wurde: <https://www.hdsports.at/wettkampf/schoenster-marathon-oesterreich>
- Nicht zuletzt wird auch der Junior-Marathon immer beliebter. Nach 488 Meldungen im Vorjahr fällt heuer evtl. erstmals der 500er.
- Teilnehmerstärkster Bewerb ist einmal mehr der 27-km-Klassiker – aus jetziger Sicht werden rund 1.800 Meldungen erwartet!

## Gleich nach dem Zieldurchlauf gibt's ...

- ... die Finishermedaille und ein Ziel-Bag mit: Gatorade-Sportdrink, Sven Jack-Riegel, Gasteiner-Mineralwasser, Recheis-Nudeln, Dr. Böhm-Magnesium, etc..  
Die Walker erhalten diese Inhalte großteils vorweg als Starter-Package. Im Walk-Ziel folgt: Medaille, Gasteiner Mineral und Kekse.
- Die große Ziel-Labestelle befindet sich in St Wolfgang ca. 100 m – in Laufrichtung nach vor – am Pfarr-Parkplatz, links von der Kaffeewerkstatt. Dort gibt's zusätzlich Leitungswasser, Tee, Gatorade-Sportgetränk, Bananen, Äpfel, Suppe, Brot und Zipfer Bier.  
**Anm.:** Die Labestelle in der Florianigasse ist einzig und allein für die durchlaufenden Marathonläufer bestimmt.

## Gänsehautmomente

Besondere Emotionen erleben die Aktiven jedes Jahr beim Durchlauf in St. Gilgen. Feuern dort doch die Bewohner des Seniorenwohnhauses „Maria“ mit dem Pflegepersonal die 27- und 42-km-Läufer an. Die, teils in Rollstühlen Sitzenden, freuen sich lange vor dem Lauf auf diesen besonderen Tag. Viele Läufer sprechen bei den Begegnungen mit den Seniorenwohnhaus-Bewohnern von einem puren „Gänsehautgefühl“. Das Gefühl „laufen zu können und zu dürfen“, wird kaum jemals deutlich spürbarer als in diesen Momenten. Heuer gibt es zudem zwei Jubiläen zu feiern – nimmt doch Thomas Haas, der Leiter des Seniorenwohnhauses, zum 30. Mal am 27-km-Klassiker teil – zudem feiert er heute – am 20. September seinen 60er. Der Int. Wolfgangseelauf gratuliert zu diesen beiden Jubiläen recht herzlich!

Bild: Die Bewohner des St. Gilgener Seniorenwohnhauses Maria mit ihrem laufenden Leiter Thomas Haas (Nr. 1499). © Privat



## Medical Center

Bei aller Freude am Laufen – vergiss nie – die Gesundheit ist dein höchstes Gut. Solltest du deshalb vor dem Lauf nicht sicher sein, ob die körperliche Verfassung einen Start zulässt, dann besuche das Medical Center in St. Wolfgang – lasse dich kostenlos von unserer Rennärztin Dr. Viktoria Schubert untersuchen. Vor allem bei kurzfristig auftretenden Krankheiten, solltest du vorweg auf Nummer sicher gehen. Lieber eine Untersuchung zuviel, als ein unnötiges Risiko einzugehen. Wolfgangseeläufe gibt es noch viele – deine Gesundheit aber nur einmal!

**Adresse:** Markt 106, 5360 St. Wolfgang (Praxis Dr. Leifer-Lepic/Dr. Krupitz), 150 m vom Pacher-Haus

**Geöffnet:** Samstag, 19. 10. 2024: 14–19 Uhr

## Fotoservice

Der offizielle Foto-Partner des 52. Int. Wolfgangseelaufes 2024 ist das international tätige Team von [marathon-photos.com](https://marathon-photos.com). Das professionelle Fotografenteam bietet abwechslungsreiche Action-Bilder von verschiedensten Perspektiven des gesamten Laufes und garantiert damit besondere Erinnerungen für alle Teilnehmenden. Auf der Ergebnisliste wird links von der Platzierung wieder ein Kamera-Icon mit persönlichen Fotos zum kostengünstigen Download bereitstehen.



## Hol dir Power für deinen Sport!

Mit den NICA Pur Basenpulver Sticks deinen Säure-Basen-Haushalt und die sportliche Leistung unterstützen. Ohne Zucker, Süßungsmittel oder Brause – und geschmacksneutral. Mit WOLFGANGSEE20 bis zum 31.12.2024 sparen auf [nicapur.com](https://nicapur.com)!

**Msgr. Dr. Pater Simon Lukyamuzi ...**

... der laufende Pfarrer von St. Wolfgang, geht, so wie 2023, auch heuer unmittelbar nach der 8.00-Uhr-Messe, an den Start des 10-km-Uferlaufes. Wieder mit der Nummer 5360 – der Postleitzahl von St. Wolfgang. Der im Läuferland Uganda geborene, 46-jährige Priester, absolvierte letztes Jahr den 10-km-Lauf ohne Probleme in 56:51

Minuten. Übrigens: Bei allen Anmeldungen besteht die Option einer freiwilligen Spende zugunsten seines caritativen Projektes „Alive Students and Social Center“ in

Mukono/Uganda“, das er heuer ins Leben rief. Auch der Int. Wolfgangseelauf unterstützt „Alive“ auf vielfältige Weise und bittet an dieser Stelle um eine Spende, deren Höhe Jede/r völlig autonom festlegt.

Vorweg dafür ein herzliches **DANKE!**

Bild: Pater Sion mit der 1.100-Jahr-Finishermedaille 2024.



#### **40 Mal um den Wolfgangsee!**

Ein ganz besonderer Sportler ist der 73-jährige Josef Natter. Als erster Läufer überhaupt, absolvierte der gebürtige Vorarlberger 2023 zum 40. Mal den 27-km-Klassiker. Seit jeher ist er ein Genuss- und Erlebnisläufer. Josef: „Ich bin nie mit einer Uhr oder Pulsuhr, sondern immer nach Gefühl gelaufen. Das Laufen in der Natur – bei jedem Wetter – besonders am Morgen, ist ein „Kraftgeber“ für Körper und Geist.“

Diese entspannte Einstellung war die Basis für richtig gute Wolfgangseelauf-Zeiten. Josef: „Meine Bestzeit bin ich 1987 mit 1:41:15 Stunden gelaufen – das war der 25. Gesamtrang unter 1.064 Finishern.“ Natter weiter: Bis auf den New York City Marathon 1994, den ich in 2:56:10 Std. absolvierte, habe ich nie andere Läufe absolviert.

Der Wolfgangseelauf war immer meine einzige Messlatte.“ Sein Tipp für Neulinge beim 27-km-Klassiker: „Geh mit viel Freude an den Start – die Strecke ist immer wieder faszinierend – damit kommt man sicher ins Ziel. Horche auf deine innere Uhr – laufe nicht zu schnell an. Gehe den Falkenstein unbedingt – du bist fast gleich schnell. Läufst du rauf, vergeudest du nur unnötig Kraft, die dir auf den letzten Kilometern fehlt.“ Logisch, dass Josef auch heuer wieder am Start des 27ers steht.

Bild: Josef Natter im Ziel 2023. ©

[marathonphotos.com](http://marathonphotos.com)

#### **Was die Region bewegt, ist unser Bier.**

Zipfer, seit 1858 fest in der Region verankert, ist es ein echtes Anliegen, Veranstaltungen der heimatlichen Gegend zu unterstützen – wie den legendären Wolfgangseelauf: Unweit der Brauerei bietet kein anderes Lauf-Event eine so beeindruckende Umgebung! Besonders in Erinnerung bleibt die familiäre Atmosphäre, Herzlichkeit und das Miteinander, was Zipfer ebenso wichtig ist.

Am besten schmeckt das Zipfer beim Wolfgangseelauf natürlich nach dem Ziel. Feierlich anstoßen und regenerieren in einem! Perfekt dafür ist die neue 0,33l Mehrwegflasche Zipfer Märzen: praktisch zum Mitnehmen und genau die richtige Größe für ein oder auch zwei Siegerschlucke. Mit anderen Worten: Genau unser Bier.

An advertisement for Zipfer beer. It features a tall glass of beer with a thick head of foam next to a bottle of Zipfer Märzen beer. The background is a blurred green field. Text on the left reads: "In unvergleichbarem Ambiente laufen ist unser Bier." Below that, it says: "Wir wünschen allen Teilnehmer:innen viel Spaß beim Wolfgangsee-Lauf!". On the right, there is a red banner that says "NEU 0,33l MEHRWEG". The Zipfer logo is in the top right corner.

## Starke Damen

Amelie Muss (LCAV Jodl Packaging), im Vorjahr beste Österreicherin beim 27-km-Klassiker, hat sich schon frühzeitig in die Startliste eingetragen (No. 5). Fix gemeldet ist beim 27-km-Klassiker auch Tina Fischl (GER/WSV Otterskirchen, No. 6), die im Vorjahr auf dem 3. Gesamtrang beste Europäerin in W45-Rekordzeit von 1:51:56 Stunden wurde.

Bilder: Amelie Muss (blaues Trikot) vor Anna Glack, der Gesamtsiegerin 2021 und Tina Fischl (re. außen) stehen wieder am Start. © LaufReport.de | Hörmandinger



## Die perfekte Formel

Ob Cool Blue, Red Orange oder Mandarine – in Gatorade steckt die perfekte Formel aus Mineralsalzen, Kohlenhydraten und Flüssigkeit, die du für deine Höchstleistung brauchst. Kohlenhydrat-Elektrolyt-Lösungen tragen zur Aufrechterhaltung der Ausdauerleistung bei längerem Ausdauertraining bei.

**Anm.:** Gatorade unterstützt den Wolfgangseelauf seit vielen Jahren – sowohl auf der Strecke, als auch im Ziel (u. a. mit Gatorade Cool Blue).

## Besonderes

Im neuen Wolfgangseelauf-Magazin sind neben den wichtigsten Infos zur heurigen Veranstaltung auch erstmals viele (AK)-Bestenlisten der bisherigen 51 Jahre enthalten. Unser Dank geht dabei an Christian Tiefenthaler aus Vorchdorf, der in unzähligen Recherche-Stunden Tausende Daten der Jahre 1972–2023 erhoben hat. Für Lauffans, vor allem aber für Statistik-Freaks eine interessante Fundgrube – sind darin doch viele bekannte Namen enthalten. Vielleicht fällt bei der 52. Auflage auch der eine oder andere Rekord?

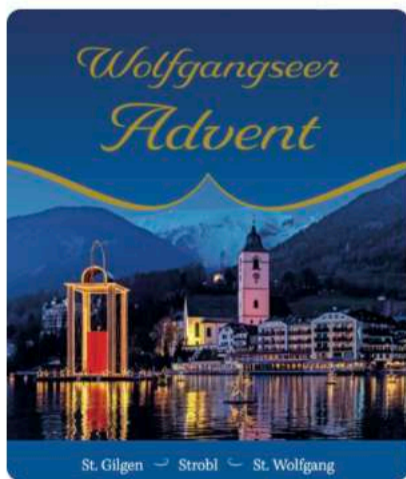


## Begehrtes Edelmetall!

Auf die Top-3-Damen und -Herren über 5,2, 10 und 42,2 km warten heuer erstmals 36 Silber-Philharmoniker (3–2–1 Stück). Das Organisationsteam belohnt damit die regelmäßig, auch auf diesen Distanzen gezeigten, großartigen Leistungen.

## Traumhafte Tage

Herrliche, vorweihnachtliche Dekoration der Ortszentren. Kinderprogramm, Brauchtums- und Krippenausstellungen und vieles mehr, prägen seit 20 Jahren den Wolfgangseer Advent. Erlebe diesen Adventtraum von 22. November bis 22. Dezember. Infos: [www.wolfgangseer-advent.at](http://www.wolfgangseer-advent.at)



## Eckdaten

**52. Int. Wolfgangseelauf | 19./20. Oktober 2024**

**19. 10. 2024:**

9.00 Uhr: 3. Walk the Lake-Start beim Lokal Brunnwind in St. Gilgen (8,5 km | 14 km | 18,5 km | 27 km).

14.00 Uhr: 15. Junior Marathon an der Seepromenade Strobl für die Jahrgänge 2011 und jünger (200 m | 400 m | 800 m | 1.200 m).

**20. 10. 2024:**

9.15 Uhr: 13. Marathon in Bad Ischl.

10.30 Uhr: 52. Int. Wolfgangseelauf (27-km-Klassiker-Start) in St. Wolfgang | 19. Panoramalauf (5,2-km-Start) in Strobl.

10.34 Uhr: 21. Uferlauf (10-km-Start) in Gschwendt.

Infos und vergünstigte Voranmeldung bis Donnerstag, 17. 10. 2024: [www.wolfgangseelauf.at](http://www.wolfgangseelauf.at)

### Gewinnspiel 3.24

Du möchtest gleich vorweg gewinnen? Dann spiel' einfach bei unserem Gewinnspiel mit. Unter allen Einsendungen werden wieder drei Paar Laufschuhe und sieben weitere attraktive Preise verlost.

Dazu die Gewinnfrage: Welche beiden Jubiläen feiert Thomas Haas in diesem Jahr?

- a. 20. Teilnahme am 27-km-Klassiker und 50. Geburtstag.
- b. 25. Teilnahme am 27-km-Klassiker und 55. Geburtstag.
- c. 30. Teilnahme am 27-km-Klassiker und 60. Geburtstag.

Vor- und Zuname:

Straße und Hausnummer:

Postleitzahl und Ort:

US-Laufschuhgröße oder EU-Laufschuhgröße:

Konfektionsgröße:

Antwort a, b oder c und deine Eckdaten bis spätestens 6. 10. 2024 an [office@laufsport-sperrer.at](mailto:office@laufsport-sperrer.at) mailen.

Wir gratulieren folgenden zehn Gewinnern des Newsletters 2.24 (alle Preise wurden bereits zugesandt): Antonia Riedl, Stephanie Wiesenberger, Stefanie Hemetzberger, Bianca Galler, Louis Steinmetz, Katharina Brandstetter, Sigrid Leibetseder, Elena Neumüller, Sandra Payer, Kathi Frank.

### Downloads

Alle wichtigen Infos und Downloads: <https://www.wolfgangseelauf.at/das-wichtigste-the-most-important-things.htm>

Pressefotos, Logos und Grafiken zum Download: <https://www.wolfgangseelauf.at/presse>

Fernseh-, Video- und Radiobeiträge: [https://www.wolfgangseelauf.at/tv\\_video\\_radio](https://www.wolfgangseelauf.at/tv_video_radio)

Wolfgangseelauf-Filme: [https://www.youtube.com/results?search\\_query=wolfgangseelauf](https://www.youtube.com/results?search_query=wolfgangseelauf)

Tolle Sportevents im Salzkammergut laden ein: <https://salzkammergutbewegt.at>

Wir empfehlen einen Start bei unseren Partner-Events:

<https://www.wolfgangseelauf.at/sponsoren/partner-events>

Wir freuen uns auf ein Wiedersehen am 19./20. Oktober am Wolfgangsee!

Mit den besten Grüßen

Franz Sperrer – Patrick De-Bettin

(Organisator OK Int. Lauf – GF WTG)

52. Int. Wolfgangseelauf | 19./20. Oktober 2024 | [www.wolfgangseelauf.at](http://www.wolfgangseelauf.at)

5,2 km | 10 km | 27 km | 42,2 km | Junior-Marathon | Walk the Lake

Wolfgangsee Tourismus Gesellschaft mbH / WTG

Au 140, A-5360 St. Wolfgang, Tel.: +43 (0) 6138 / 80 03, [www.wolfgangsee.at](http://www.wolfgangsee.at),

[info@wolfgangsee.at](mailto:info@wolfgangsee.at)

Wir danken unseren sportlichen Partnern



OK Int. Lauf – LG St. Wolfgang

p. A. Kurverband, Au 140, 5360, St. Wolfgang

<https://wolfgangseelauf.at>

[Privacy](#)

[Print](#)

[Abbestellen](#)