

Im Donaupark schlägt mein Herz



Mit der Teilnahme an einem Herzlauf werden herzkrankte Kinder und deren Familien unterstützt, denn der Reinerlös geht an die Herzkinder Österreich. Bei den Herzkindern bekommen Eltern von herzkranken Kindern Unterstützung, Rat und Beistand, und können mit anderen betroffenen Eltern Erfahrungen austauschen. Und so ist es für mich bereits seit drei Jahren eine wahre Herzensangelegenheit, beim Herzlauf in Wien an den Start zu gehen. Und gestern war es dann wieder soweit. Nachdem es vormittags noch richtig stark regnete, zeigte sich das Wetter ab dem Nachmittag, rechtzeitig für die Veranstaltung, von seiner besten Seite. Sonnenschein und Temperaturen von rund 15 Grad sorgten für beste Stimmung am Event-Areal im Donaupark. So konnten auch Michaela Altendorfer und Astrid Lang-Moitzi von den Herzkindern Österreich sowie Christine und Hannes Menitz als Veranstalter durchatmen.



Überraschend zu Rang zwei

Ich war wie bereits im Vorjahr Teil eines großen Magnesia-Teams und ging beim 3km-Bewerb an den Start. Das ist genau eine Runde durch den wunderschönen Donaupark, der eine echt tolle Kulisse für den Lauf bietet. Besonders schön ist es auch immer, viele liebe Lauffreunde zu treffen, ein wenig zu plaudern und die Freude am Laufsport zu vermitteln!

Da ich seit längerer Zeit keinerlei Tempo- oder Intervalltrainings in den Füßen habe, war die Erwartungshaltung eher gering. Doch dann lief es doch weit besser als erwartet. Ich absolvierte die 3km-Runde in einer Zeit von 10:16 und durfte mich über den 2. Gesamtrang freuen. Die Platzierung steht für mich bei einem solchen Event natürlich nicht im Fokus, aber es freut einen halt dann doch, wenn am Ende wiederum eine gute Zeit rausschaut.



Drei weitere Runden durch den Park

Doch für mich war hier noch nicht Schluss. Ich wollte auch beim 6km-Bewerb an den Start gehen und hier ein paar Eindrücke mittels Kamera sammeln. Kurzerhand entschieden sich Martin und ich gemeinsam zu laufen und locker die Runden durch den Donaupark abzuspuhlen. Da wir uns gut unterhielten, verging die Zeit wie im Fluge. Und schon waren die ersten beiden Runden vorbei. Da Martin aber über die 9km-Distanz startete, wollte ich ihn dann auch noch auf seiner letzten Runde begleiten – so wurde noch eine weitere Runde angehängt! Mein Video davon findet ihr dann morgen auf meiner Facebook-Seite!



Auftakt zur #run50 Challenge

Passend dazu war der Herzlauf in Wien zugleich auch der Start zur Magnesia Lauf-Challenge des Jahres #run50k. Ziel ist es hier als Community gemeinsam 50.000km in 40 Tagen zu laufen. Dafür spendet Magnesia an die Herzkinder Österreich. Ich konnte somit gestern meine ersten 12km für die Challenge beitragen und würde mich freuen, wenn sich noch viele von euch für den guten Zweck anschließen. Gemeinsam können wir alles schaffen und die Herzkinder Österreich unterstützen! Hier der Link zur Runtastic-Gruppe -> <https://www.runtastic.com/en/groups/magnesia-run50k> – dieser braucht ihr nur beitreten und schon seid ihr dabei!



Dieser Beitrag wurde unter [Laufbericht](#) erstellt und mit [challenge](#), [charity](#), [donaupark](#), [event](#), [happy](#), [herz](#), [herzkinder](#), [herzlauf](#), [kids](#), [kinder](#), [laufblog](#), [laufblogger](#), [Laufen](#), [laufendgutestun](#), [läuft](#), [magnesia](#), [magnesiaGORun](#), [motivation](#), [race](#), [run50k](#), [runners](#), [running](#), [runningschritti](#), [vienna](#), [wien](#) markiert. Lesezeichen setzen: [permalink](#).