

HOMERUN

18.05.2024

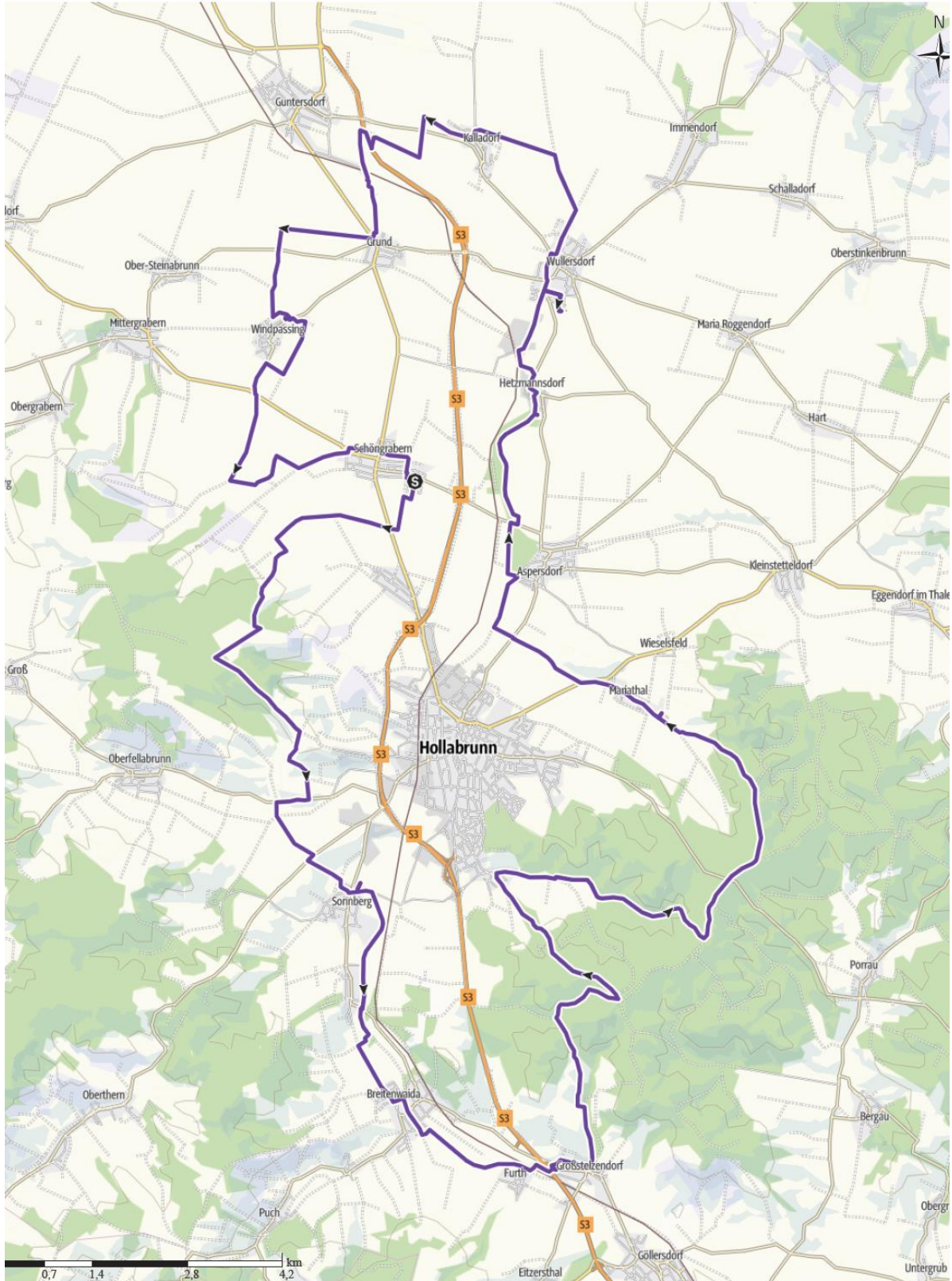
62,3 km

9:25 h

460 m

467 m

Schwierigkeit -



Worum geht's:

Der Homerun ist eine Laufveranstaltung in einem sehr speziellen Format:

- Starte, wann du willst (06:00 bis 14:00 Uhr)
- Laufe, soweit du willst (3-63km)

Grundsätzlich ist es eine Art Staffellauf mit 8 Stationen, wobei jeder Läufer starten kann, wo er will und es im besten Fall mindestens bis zur nächsten Station schafft. Die Distanzen zwischen den Stationen sind von 3 bis 11km. Gelaufen wird immer in der Gruppe. D.h., der/die „Langsamste“ gibt das Tempo vor. Wir haben keinen Stress, es geht auch um keine Zeiten bzw. Geschwindigkeiten. Damit ihr wisst, wo sich die Gruppe gerade befindet, werde ich die Position der Gruppe teilen. So kannst du ungefähr abschätzen, wann wir bei deiner ausgewählten Station eintreffen werden.

Teilnahme als Läufer:

1. Du meldest dich unter 0650-9821767, dass du teilnehmen möchtest. Es gibt keine Anmeldegebühr, dafür darf fleißig gespendet werden.
2. Du suchst dir eine (oder mehrere) für dich passende Strecke(n) aus.
3. Bei jeder Strecke findest du einen Link, der dich zum jeweiligen Treffpunkt navigiert.
4. Du verfolgst online, wo sich die Gruppe befindet und schaut, dass du zur entsprechenden Zeit am jeweiligen Treffpunkt bist.
5. Ab dann wird's einfacher. Jetzt musst du nur noch laufen 😊

Teilnahme als Spender:

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, um zu spenden:

- Überweisung auf das Konto:
Johannes Zeller
IBAN: AT46 1420 0200 1101 3849
Verwendungszweck: Homerun 2024
- Übergabe an Irene Rohringer im Zuge der offiziellen Übergabe (Termin wird noch bekannt gegeben)
- Beim Homerun direkt

Zeitplan (geschätzt):

Von	Nach	Uhrzeit Start	Uhrzeit Ziel	Entfernung
Schöngrabern	Sonnberg	06:00	07:15	11,0
Sonnberg	Breitenwaida	07:15	07:45	4,0
Breitenwaida	Raschala	07:45	09:15	10,6
Raschala	Mariathal	09:15	10:15	8,1
Mariathal	Hetzmansdorf	10:15	11:00	6,9
Hetzmansdorf	Wullersdorf	11:00	11:30	2,8
Wullersdorf	Kalladorf	11:30	12:00	4,1
Kalladorf	Windpassing	12:00	12:45	7,8
Windpassing	Schöngrabern	12:45	13:45	7

Warum „Homerun“:

1. Den Streckenverlauf habe ich so gewählt, dass ich Freunde von zu Hause abholen kann und diese mich bis zum nächsten Zuhause begleiten können.
2. Die Spenden vom Lauf (Run) werden Großteils für das Zuhause (Home) hilfsbedürftiger Familien verwendet.

Warum gibt es diesen Lauf:

1. Der gute Zweck

Damit diese körperliche Anstrengung auch einen Sinn ergibt, werden wir wieder für einen guten Zweck laufen. Es gibt 2 Sponsoren bzw. Großspender (Firma **Seifried** und Firma **Stone4You**). Beide haben uns jeweils 1.400 € zugesichert. Zusätzlich können Läufer, Freunde, Verwandte usw. ebenfalls spenden. Das hart erlaufene Geld möchte ich, wie letztes Jahr, Irene Rohringer (aus Guntersdorf) zukommen lassen. Sie ist seit ca. 20 Jahren für die Organisation **Fundatia Optima Fide** in Moldawien aktiv und unterstützt notdürftige Kinder. Moldawien wird als Armenhaus von Europa bezeichnet. Zum Verständnis: 44% haben keinen Zugang zu sauberem Trinkwasser, mit ca. 5.000–7.000 € kann man in Moldawien ein Haus für 1–2 Familien kaufen. In Österreich wären das ein paar Ziegelsteine bzw. nicht einmal annähernd der Baugrund dafür. Irene ist eine gute Freundin meiner Eltern. Somit wissen wir, dass das Geld auch wirklich vernünftig investiert wird. Die notdürftigen Familien werden immer mit Naturalien (nicht mit Bargeld) unterstützt. Es wird noch ein gemeinsames Treffen mit Irene Rohringer organisiert, bei der sie uns einen kurzen Überblick gibt, wofür unsere Spenden verwendet werden bzw. die letzten Jahre verwendet wurden. Termin gebe ich euch noch bekannt. Bei diesem Treffen möchte ich ihr die Spenden übergeben. Das hat den Vorteil, dass wirklich die komplette Summe (ohne Spesen bzw. Bürokratie) ankommt und dass Irene direkt darüber verfügen kann.

2. Motivation zum Sport

„Nichtläufer“ sollen zum Laufen motiviert werden und LäuferInnen wird ein kleiner Lauf-Event geboten.

Unterstützer:

Die Familie **Seifried** ist seit mittlerweile fast 18 Jahren mein Arbeitgeber und hat immer ein offenes Ohr für meine sportlichen und sozialen Projekte. Durch die finanzielle Unterstützung der Firma Seifried konnte mein Projekt Jahr für Jahr stetig wachsen.

Seifried Sanitär-& Heizungstechnik GmbH

Znaimerstraße 57

2020 Hollabrunn

www.seifried.at

Seifried
Installationstechnik



Georg Leeb ist eine langjähriger Freund und unterstützt mich mit seiner Firma **Stone4You** nicht nur finanziell sehr großzügig, sondern auch als Läufer.

Stone4You e.U.

Mitterweg 9

2020 Hollabrunn

www.stone4you.at

stone4you
Erlebe Stein mit allen Sinnen

Jürgen Zuba ist mein Trainer und hilft mir, meine körperliche und mentale Fitness zu verbessern. Er bietet sowohl Einzel- als auch Gruppentrainings für die unterschiedlichsten Zielgruppen an.

Jürgen Zuba

0676/300 58 25

www.zuba-training.at

JÜRGEN
PERSONALTRAINING
ZUBA



Für die großartige Unterstützung möchte ich mich bei allen herzlichst bedanken!

Streckenabschnitte:

Strecke 1:

Schöngrabern-Sonnberg

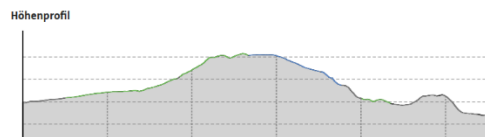
Distanz: 11,0 km

Höhenmeter: +110 hm; -139 hm

Kurzbeschreibung: lang, Feldwege, Wald, viele Höhenmeter

[Link: Treffpunkt 1](#)

[Link: Strecke 1](#)



Strecke 2:

Strecke Sonnberg-Breitenwaida:

Distanz: 4,0 km

Höhenmeter: +0 hm; -9 hm

Kurzbeschreibung: kurz, flach, Feldweg, Asphalt

[Link: Treffpunkt 2](#)

[Link: Strecke 2](#)



Strecke 3:

Breitenwaida-Raschala:

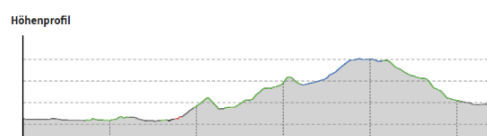
Distanz: 10,8 km

Höhenmeter: +174 hm; -135 hm

Kurzbeschreibung: lang, Wald, Feldwege, viele Höhenmeter

[Link: Treffpunkt 3](#)

[Link: Strecke 3](#)



Strecke 4:

Raschala-Mariathal:

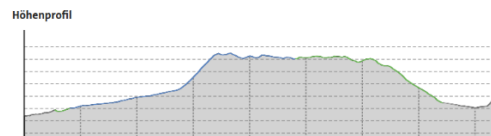
Distanz: 8,3 km

Höhenmeter: +114 hm; -88 hm

Kurzbeschreibung: fast ausschließlich im Wald, Höhenmeter

[Link: Treffpunkt 4](#)

[Link: Strecke 4](#)



Strecke 5:

Mariathal-Hetzmansdorf:

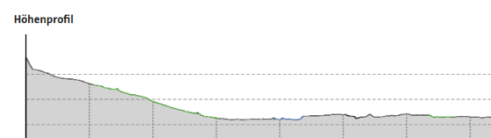
Distanz: 7,4 km

Höhenmeter: +2 hm; -52 hm

Kurzbeschreibung: leicht bergab, Schotterweg, Asphalt

[Link: Treffpunkt 5](#)

[Link: Strecke 5](#)



Strecke 6:

Hetzmansdorf-Wullersdorf:

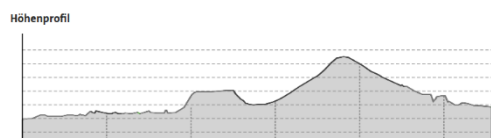
Distanz: 2,8 km

Höhenmeter: +9 hm; -7 hm

Kurzbeschreibung: flach, Asphalt, kurz

[Link: Treffpunkt 6](#)

[Link: Strecke 6](#)



Strecke 7:

Wullersdorf-Kalladorf:

Distanz: 4,1 km

Höhenmeter: +12 hm; -6 hm

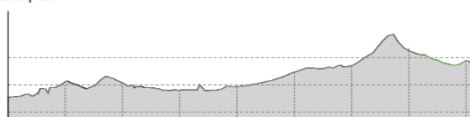
Kurzbeschreibung: Feldwege, flach, kurz

[Link: Treffpunkt 7](#)

[Link: Strecke 7](#)



Höhenprofil



Strecke 8:

Kalladorf-Windpassing:

Distanz: 7,7 km

Höhenmeter: +28 hm; -22 hm

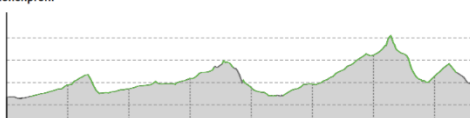
Kurzbeschreibung: Feldwege, Asphalt

[Link: Treffpunkt 8](#)

[Link: Strecke 8](#)



Höhenprofil



Strecke 9:

Windpassing-Schöngrabern:

Distanz: 6,7 km

Höhenmeter: +45 hm; -37 hm

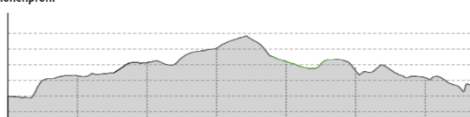
Kurzbeschreibung: Asphalt

[Link: Treffpunkt 9](#)

[Link: Strecke 9](#)



Höhenprofil



Gesamte Strecke:

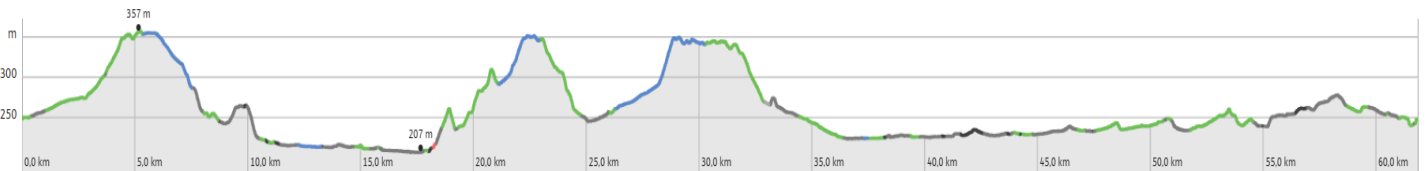
Schöngrabern-Schöngrabern

Distanz: 62,3km

Höhenmeter: +446hm; -446hm

Kurzbeschreibung: von allem ein bisschen

[Link: Strecke komplett](#)



Rückblick:

2021:

Läufer: 10 Spenden: 2.009 €

2022:

Läufer: 10 Spenden: 3.700 €

2023:

Läufer: 24 Spenden: 4.300 €

Unterstützte Projekte in Moldawien durch Irene Rohringer

Projekt: Neues Haus

Das neue Haus von Natalia und Vadim mit ihren 5 Kindern – in ihrem alten, kleinen Haus lebten sie mit dem alkoholsüchtigen Onkel, es gab ständig Streit. Sie fanden dieses Haus um 7.000 €. 1.500 € sparten sie selbst, mit 2.500 € halfen wir, 3.000 € bringen sie im Laufe des Jahres 2023 auf. Zum Haus gehören auch Nebengebäude wie Ställe, Scheune, Keller und ein großes Grundstück.

Projekt: Wasserleitung

Michaela, Mutter von drei Mädchen, ihr Mann ist ins Ausland gegangen, um Geld zu verdienen und ist nicht mehr zurückgekommen. Michaelas größter Wunsch war, Wasser im Haus zu haben und es nicht mehr länger vom entfernten Dorfbrunnen holen zu müssen. Wir finanzierten ihr das nötige Material (ca. 200 €), sie selbst organisierte die Arbeit, sprach mit der Gemeinde und grub selbst die Künette.

Projekt: Neuer Ofen zum Kochen und Heizen

Viorica und Sergiu, Familie mit drei Kindern, das älteste mit Down-Syndrom, hatte nicht genug Wohnraum. Wir halfen mit den Ziegeln etc. (ca. 500 €) für den Ofen zum Heizen und Kochen („soba“), die Kosten für die Arbeit übernahmen sie selbst.

Projekt: Kuh

Zwei Nachbarsfamilien mit 3 und 6 Kindern hatten den Wunsch nach einer Kuh. Mit 700 € konnten wir ihnen diesen verständlichen Wunsch erfüllen, sie selbst sorgen für Stall und Futter. Außerdem ist vereinbart, dass sie das erste Kalb für eine andere Familie „reservieren“.

Projekt: Hühnerstall

Uliana mit ihrem 15j. Sohn Vlad. Er ist aufgrund einer geistigen Behinderung auf dem intellektuellen Stand eines 4-Jährigen und muss ständig beaufsichtigt werden. Der Familie mit insgesamt 3 Kindern fehlt das Einkommen der Mutter, das des Vaters reicht nicht aus. Auf unsere Kosten erhielten sie 100 Junghühner – ein zusätzlicher Verdienst und gleichzeitig „Arbeitstherapie“ für Vlad.

Projekt: Unterstützung von Schulkindern

Kinder aus armen Familien im Dorf Onesti beteiligten sich am Ferienprogramm „offline“, 2-3 x pro Woche trafen sie sich zum Lernen, Auffrischen, Spielen, Jausnen mit einer von uns engagierten Jugendlichen. Für den Schulanfang gab es für jedes Kind der Klasse entsprechend Schulmaterialien (ca. 30 €).

Projekt: Winterstiefel

Die Kinder der „offline“-Gruppe erhielten Winterstiefel (ca. 25 €).

Projekt: Mittagessen für Flüchtlinge

Mittagessen für Flüchtlinge aus der Ukraine. Es gab mehr Anfragen als Portionen ... mit der Spende vom Marathon wurde für 2 Monate um 30 Portionen „aufgestockt“.

Projekt: Unterstützung bei 4. Kind

Victoria mit ihrem 3. MädI, das behindert auf die Welt kam und Shunt gesetzt erhielt. Wir halfen mit Medikamenten, Windeln, Babynahrung – und helfen weiter, nachdem nun das 4. (gesunde) Mädchen auf Welt gekommen ist (ca. 500 €).