

mehr als ein Firmenlauf

Ausgabe 04
September 2018
© SPORT VISION

VISION run



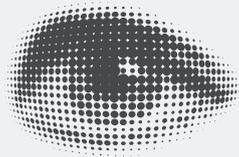
5 Jahre VISION RUN

vom Herzensprojekt zum Großsportevent



... allen Sponsoren & Kooperationspartnern, Ausstellern & Gastronomie-Betrieben, HelferInnen – egal ob schon 5 Jahre dabei oder heuer zum 1. Mal im Einsatz –, Unternehmen und ihren zahlreichen TeilnehmerInnen für die Teilnahme & hervorragende Unterstützung beim VISION RUN 2018.

**sport
VISION**



Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3	So schön war der VISION RUN 2018	20-23
25.440,- Euronen	4/5	Kulinarik mal zwei	24
BGF & 5. Symposium Gesundheit	6/7	Statements	25
Ehrentafel	8/9	GsundFit-Meile	26/27
Mein Leben mit links – Rückblick	10	Übungen im Büro?	28
Kurz nachgezählt	11	Das MEHR im Sackerl	29
Strecke gesucht – und gefunden	12	Ohne uns're Helfer geht nix	30/31
Firmenlaufstrecken in St.Pölten	13	Unser SPORT VISION-Jahr	32/33
VISION RUN 2018 – Die Ergebnisse	14/15	VISIONärster Teamname 2018	34
FIRMEN CHALLENGE	16/17	Raten + Gewinnen	35
MEHR als nur Party	18/19	Save the date: VISION RUN 2019	36

Impressum

Herausgeber: Verein „SPORT VISION“,
ZVR-Zahl: 553625276, Griffingstraße 11,
3123 Kleinrust, info@sportvision.at

Text/Koordination: Isabel Plach, MBA &
Denise Either, BA (FH)

Layout/Satz: Karin Hengge

Fotos: www.picture-it.at,
Michael Liebming, Ludwig Fahrnberger

Druck: NÖ Pressehaus,
Gutenbergstraße 12, 3100 St. Pölten



Vier Jahreszeiten - ein Partner

Der Maschinenring ist an 365 Tagen im Jahr für Sie da

- **Baummanagement:** Beratung, Pflege, Schnitt, Fällung
- **Forstdienste**
- **Garten- und Landschaftsgestaltung**
- **Grünraumpflege:** Rasenmähen, Vertikutieren, Heckenschnitt uvm.
- **Reinigung**
- **Winterdienst:** Schneeräumung, Streuung
- **Arbeitskräfteüberlassung**

Maschinenring-Service NÖ-Wien eGen
Immer in Ihrer Nähe: 18 Büros in NÖ

service.no@maschinenring.at
www.maschinenring.at





5 JAHRE VISION RUN – vom Herzensprojekt zum Großsportevent

Begonnen hat alles mit dem gemeinsamen berufsbegleitenden Studium „Sport- und Eventmanagement“ an der Donau-Universität Krems. Und Franz's ungeschliffener Vision: ein Firmenlauf für den guten Zweck. Diese Vision gab vor über 5 Jahren den Ausschlag, eine große Reise zu starten.

Noch etwas planlos, worauf man sich hier einlässt, aber topmotiviert, wurde der Verein SPORT VISION gegründet. Viel Brainstorming, Getüftel und einige Diskussionen später wurde der VISION RUN „geboren“ und die liebgezwonnene Freizeit in „VISION RUN“-Zeit umgetauft.

Seither ist viel passiert: Aus dem kleinen Herzensprojekt mit 657 StarterInnen im ersten Jahr (2014) ist ein richtiges Sportevent im großen Rahmen geworden, wie

es sich das Team nie erträumt hätte! Mit einer Teilnehmerzahl von 2544 ist die Veranstaltung rund um die 5 Säulen Sport, Gesundheit, Business, Charity und Fun zum achtgrößten Firmen-Laufevent in Österreich geworden!

Wir hoffen, auch in Zukunft noch viele Firmen von diesem Konzept überzeugen zu können & nächstes Jahr beim VISION RUN 2019 begrüßen zu dürfen, wenn es wieder heißt: „VISION RUN - Gemma's an!“



*Franz Kaiblinger,
MBA, Obmann
des Vereines
SPORT VISION
(und Initiator des
VISION RUN)*

Vorwort

5 Jahre VISION RUN – ein guter Zeitpunkt, Bilanz zu ziehen. Denn eine Bilanz ist nicht nur im Businessleben wichtig. Wir haben den VISION RUN als einen Laufevent mit den fünf Säulen Business, Sport, Gesundheit, Charity & Fun eingebucht. Mit dem heurigen Jahresabschluss wurde ganz deutlich klar: Der VISION RUN ist zu einer Institution geworden. Und zu einem sportlichen Highlight, das neben hohem Spendenaufkommen auch für pure Emotion und gute Stimmung steht!

Damit dieses Konzept auch in den nächsten Jahren so bestehen kann, ist weiterhin die Unterstützung von unseren Partnern, Sponsoren und HelferInnen nötig, denn der VISION RUN ist kein Selbstläufer, wie viele glauben. Nur durch das Zusammenspiel und die Beteiligung aller, viel Zeit, Energie und Herzblut unseres Organisationsteams konnte der VISION RUN unterm Strich zu dem werden, was er eigentlich schon immer war: MEHR als nur ein Firmenlauf.

In diesem Sinne hoffen wir, auch 2019 wieder so positiv bilanzieren zu können und freuen uns auf ein weiteres visionäres Jahr mit Euch.“

fünfundzwanzigtausendvi

**5 Jahre –
5 Säulen**

**BUSINESS
CHARITY
SPORT
GESUNDHEIT
FUN**



Der VISION RUN ist MEHR als nur ein Firmenlauf. Denn neben den Säulen Business, Sport, Gesundheit und Fun steht vor allem der soziale Aspekt im Vordergrund.

Bereits im Startgeld ist eine Spende von € 30,- je Team enthalten, die einem, oder allen fünf der Projekte zugute kommt. Welchem der fünf Partnerorganisationen des VISION RUN eure Spende gewidmet werden soll, konntet ihr schon bei der Anmeldung bekannt geben. Insgesamt wurde so eine Gesamt-Spendensumme von gigantischen € 25.440,- aufgestellt, über die sich die sozialen Partnerprojekte freuen können!

Und die TeilnehmerInnen - IHR, egal ob walkend oder laufend unterwegs - dürft euch natürlich auch freuen! Denn zum Einen habt ihr und eure Firmen es mit eurer Teilnahme möglich gemacht, so eine große Summe an Spendengeldern zu sammeln. Und zum Anderen wisst ihr nicht nur WO eure Spende hinfließt, sondern auch genau WOFÜR sie verwendet wird. Denn die Projektpartner geben uns schon vor dem Lauf bekannt, an welcher Stelle die endgültige Summe gut gebraucht werden kann.

In den folgenden Beiträgen wollen wir euch nochmals die einzelnen Projekte vorstellen und aufzeigen, wo eure finanzielle Unterstützung landen wird:

**Caritas
&Du**

**Caritas –
Sozialberatung.Nothilfe
€ 4.560,-**

Die Sozialberatung.Nothilfe bietet schnelle Hilfe bei Verlust der Arbeit, familiären Schicksalsschlägen oder Katastrophen wie Überschwemmungen oder Hausbrände. Und sie möchte den Betroffenen vor allem nachhaltig helfen, denn nach solch einem Schicksalsschlag sind viele in persönlicher oder finanzieller Not.

Das Besondere daran: Die Sozialberatung.Nothilfe der Caritas versucht in diesen Fällen, professionell, rasch und unbürokratisch zu helfen. Mit dem übergebenen Spendenbetrag kann so über das Jahr hinweg genau da angesetzt werden, wo finanzielle Unterstützung gebraucht wird.

Mehr dazu unter <https://www.caritas-stpoelten.at/hilfe-angebote>

erhundertvierzig Euro



Tagesstätte St. Pölten € 5.550,-

Die Tagesstätte für Behinderte in St. Pölten ist ein Ort, an dem die individuelle Entwicklung des Menschen und seiner Bedürfnisse im Vordergrund steht. Die betreuten Personen erhalten hier Arbeits- und Beschäftigungsmöglichkeiten, sowie Raum für persönliche Entwicklung und altersgerechte Bildung.

Mit dem Spendenerlös 2018 wird die Tagesstätte St. Pölten Sportgeräte wie Hometrainer und ähnliche Fitnessgeräte kaufen, damit der Bewegungsraum wieder von vielen Betreuten genutzt werden kann. Hauptaugenmerk liegt hier bei den jugendlichen Menschen mit Behinderung, wo oftmals durch sportliche Aktivitäten Aggressionen und Langeweile entgegengewirkt werden kann.

Außerdem soll ein Therapieraum eingerichtet werden, in dem die Elemente Licht und Geräusche wirken können. Dies kann auf den menschlichen Körper – auch wenn man sportlich nicht tätig sein kann – positiv wirken.

Mehr dazu unter www.dietagesstaette.at



E.motion – Equotherapie (Lichtblickhof) € 5.730,-

Equotherapie, die Therapie mit Pferden, beruht auf der besonderen Begabung dieser Tiere, nonverbale Körperimpulse zu erkennen und den TherapeutInnen rückzumelden. Menschen, die vor großen Herausforderungen stehen oder großes Leid erlebt haben, schätzen diese lautlose Sprache. Die Beziehung zum Tier, das doch auch geführt und gesteuert werden muss, lehrt die KlientInnen Verantwortung und Mut und lässt sie daran wachsen.

Mit dem Spendenerlös des diesjährigen VISION RUNs wird der 7-jährige David unterstützt. Er ist motorisch stark beeinträchtigt und leidet an heftigen, schmerzhaften Krämpfen der Muskulatur.

Er kämpft darum, gehen zu lernen. Eine Therapiewoche am Lichtblickhof soll helfen, seine schmerzhaften Verkrampfungen zu lösen, seine Muskeln zu stärken und ihm trotz großer Anstrengung ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern. Mit dem Spendenerlös werden zusätzliche Therapien für ein ganzes Jahr finanziert.



NÖ Versehrtensportverband (Team Aigner) € 4.380,-

Das Hauptaugenmerk des NÖVSV liegt darin, Menschen, die einen Schicksalsschlag erlitten haben, durch Sport neuen Lebensmut zu schenken. Dies ist in vielen bekannten Fällen sehr gut gelungen und soll auch der erst 15-jährigen schwer sehbehinderten Veronika Aigner Antrieb geben. Mit Erfolg, denn die Schülerin aus Gloggnitz ist jüngste Staatsmeisterin in der Geschichte des österreichischen Behindertenskilaufs und gilt in den internen Reihen schon als „Jahrhunderttalent“.

Vom Spendengeld für das Team Aigner werden wie schon im Vorjahr neue Funksets für den Helm (€ 500,- pro Set) gekauft, denn wegen Kälte, Nässe und manchmal auch Stürzen halten die Funksets nicht länger als zwei Saisonen. Noch dazu braucht jedes Team zwei Sets, da es vorkommt, dass ein Funk zwischen durch mal ausfällt, da muss schnell gewechselt werden können. Ohne diese Hilfsmittel wäre ein Rennen auf hohem Niveau nicht machbar.

Weitere Infos zum Team Aigner unter <http://www.noevsv.at/>



Antlas-Projekt „Masala“ € 5.220,-

Beim Projekt „MASALA“-Wohngemeinschaft handelt es sich um eine sozialpädagogische Wohnform mit multiethnischem Spezialzugang für Kinder und Jugendliche in St. Pölten. Im Rahmen der Ressourcenorientierung werden Stärken gefördert und Schwächen wird Raum gegeben. Ziel ist der Aufbau von Selbstwertgefühl und Vertrauen in die eigene Leistungsfähigkeit.

Mit den Spenden können weitere Zimmer der Kinder umgebaut und neue eingerichtet werden, die das vorübergehende Zuhause der Kinder und Jugendlichen noch geborgener, geschützter und wohnlicher machen sollen. Die Zimmer geben den Kindern und Jugendlichen Rückzugsräume und geschützte Orte der Entspannung, was neben einer persönlichen, beziehungsorientierten und professionellen Betreuung wesentlich für eine positive Entwicklung ist.

Weitere Infos unter <http://www.antlas.at>

**Diese Berichte zeigen ganz eindeutig:
der VISION RUN ist MEHR
als nur ein Firmenlauf.**

5 Jahre – 5 Säulen

BUSINESS
CHARITY
SPORT
GESUNDHEIT
FUN

06. November 2018 – Symposium-Gesundheit

Ein mitarbeiterfreundlicher Betrieb, der die Gesundheit des Personals erhalten und fördern möchte, wird am Arbeitsmarkt attraktiver.

Das betriebliche Gesundheitsmanagement gewinnt seit Jahren für große Konzerne, aber mittlerweile auch für KMUs, immer mehr an Bedeutung. In der heutigen Zeit setzen ArbeitnehmerInnen nicht mehr leichtfertig die eigene Gesundheit für das Unternehmen aufs Spiel. Auf diese Gesellschaftsentwicklung müssen die ArbeitgeberInnen reagieren, denn Personal kann nicht mehr allein durch gute Bezahlung gewonnen bzw. gebunden werden.

Doch welche Art der betrieblichen Gesundheitsförderung ist für das eigene Unternehmen die richtige? Und welche Wirkung hat welche Maßnahme um einen gut gestalteten und als sinnvoll erlebten Arbeitsplatz für die MitarbeiterInnen zu schaffen? Fragen über Fragen.

Der VISION RUN hat deshalb auch das Ziel, als Plattform für solche Fragestellungen zu agieren. So kann beim Laufevent ein Networking zwischen den Betrieben und den Anbietern Betrieblicher Gesundheitsförderung entstehen, das sich nicht nur auf den Lauftag beschränkt, sondern die MitarbeiterInnen des Betriebes über das Jahr mit Gesundheitsprojekten versorgt.

Unter anderem wurde daher auch eine Veranstaltung ins Leben gerufen, bei der Gesundheitsexperten ebenso wie Führungskräfte über betriebliche Gesundheitsförderungsprogramme referieren. Heuer wird das sogenannte „Symposium-Gesundheit“ bereits zum 5. Mal gemeinsam mit dem Fachbereich für Wirtschaftspsychologie, Sozial- und Freizeitwirtschaft der Donau-Universität Krems stattfinden. Und auch beim Symposium-Gesundheit 2018 wird das Thema Betriebsgesundheit wieder im Vordergrund stehen.

Die Konferenz soll einen Überblick darüber verschaffen, wie die „Zukunft der Arbeit“ aussieht und mit welchen Trends sich das betriebliche Gesundheitsmanagement auseinandersetzen muss. Interessante, aktuelle Themenstellungen und Trends, wie zum Beispiel: Digitalisierung der Arbeit, neue lebenssituationsspezifische Arbeitszeitmodelle und Maßnahmen speziell für die 50+ Generation stehen im Fokus und werden von folgenden ExpertInnen aus Wissenschaft und Praxis behandelt:




Herausgeber: Donau-Universität Krems, Food, Food, Druck, 04/2018

5. Symposium-Gesundheit

TRENDS

im betrieblichen Gesundheitsmanagement

6. November 2018 | Audimax der Donau-Universität Krems
Key Note Speaker: Mag. Andreas Reiter, ZTB Zukunftsbüro

Donau-Universität Krems
 Zentrum für Wirtschaftspsychologie, Sozial- und Freizeitwirtschaft
www.donau-uni.ac.at/symposium-gesundheit | www.symposium-gesundheit.at

SAVE THE DATE!

zum Thema „Trends im betrieblichen Gesundheitsmanagement“



„BGM Trends im Überblick“

Mag. Andreas Reiter (ZTB Zukunftsbüro) wird als KeyNote Speaker einen Überblick über die Trends in der zukünftigen Arbeitswelt geben. Als Experte im Bereich Zukunftsforschung spricht er über die „Zukunft der Arbeit“ und die daraus resultierenden Risiken und Chancen für Unternehmen und MitarbeiterInnen sowie über Herausforderungen für das betriebliche Gesundheitsmanagement.



„Digitalisierung der Arbeit und der erfolgreiche Einsatz von eHealth-Tools“

Dr. Paul Jiménez (Karl-Franzens Universität Graz - Institut für Psychologie) spricht die Aspekte der Digitalisierung der Arbeit und deren Bedeutung für die betriebliche Gesundheitsförderung in Unternehmen an. Vorallem wird diskutiert, wie Unternehmen von den neuen Möglichkeiten der digitalen Arbeit profitieren (e-health tools) und Herausforderungen (EU-Datenschutz-Grundverordnung) meistern können. Aber auch was Digitalisierung für MitarbeiterInnen und ihre Gesundheit bedeuten kann.



Betriebliche Gesundheitsförderung als strategische Stoßrichtung zur Steigerung der Arbeitgeberattraktivität

Mag. Michaela Dietrich (Leitung Personalmanagement Maschinenring) erzählt von der Idee „MR in Bewegung – bewusst g’sund!“, die vor 8 Jahren entstand um das Gesundheitsbewusstsein der MitarbeiterInnen zu fördern bzw zu erhalten. Dadurch stieg ebenfalls die Arbeitgeberattraktivität von Maschinenring in der Region. Nach einem erfolgreichen Pilotprojekt in der MR Service Genossenschaft NÖ-Wien war es das Ziel, Betriebliche Gesundheitsförderung auf die Geschäftsstellen in NÖ auszuweiten. Viele Maßnahmen sind seitdem Bestandteil der Unternehmenskultur wie der MR Wandertag, Teilnahme am VISION RUN, Vorträge zu Ernährung und Mentales und ein großer Fokus auf Weiterbildung/Schulungen. Flexible Teilzeitmodelle und Gleitzeitmodell sind sehr geschätzt bei den MitarbeiterInnen.



„Lebensphasenspezifische und altersgerechte Arbeitszeitmodelle“

Mag. Ina Luki (IBG - Leitung Generationenbalance & BGF) erläutert Gesundheit erhaltende und fördernde Arbeitszeitmodelle unter Berücksichtigung der spezifischen Lebensphasen und Generationen in der Arbeitswelt: Was hat Arbeitszeit mit BGM zu tun, welchen Einfluss hat sie auf die Gesundheit? Was macht Sinn und welche Modelle gibt es für die Zukunft?



„Generation +50 – zufrieden mit Arbeitsbedingungen?“

Dr. Bernhard Kleemann (Sprecher Themenplattform „Mit plus 50 in der Arbeitswelt“) präsentiert die wichtigsten Ergebnisse einer Umfrage der GPA-djg Wien mit 3203 online ausgefüllten Fragebögen zum Thema Arbeitsbedingungen und anderen wichtigen Themen. Exemplarisch werden Detail-Ergebnisse aus 6 Branchen gezeigt – wie fühlt sich die Generation +50 am Arbeitsplatz, Arbeitsumfeld, was ist ihr Anliegen zum Thema Arbeitszeit und Urlaub.



„Rechnet sich Betriebssport? Betriebswirtschaftlicher Impact von betrieblichem Gesundheitsmanagement“

Alexander Braun, MSc MA (Donau-Universität Krems – Zentrum für evidenzbasierte Gesundheitsökonomie) referiert über Betriebssport, der seit mehreren Jahren in aller Munde ist. Scheint dieser doch die gesundheitliche Rendite für die MitarbeiterInnen zu erhöhen und sowohl deren Gesundheitsverhalten zu verbessern als auch Krankenstandstage zu vermindern. Der Vortrag stellt aktuelle Ergebnisse einer systematischen Übersichtsarbeit dar, die die betriebswirtschaftlichen Effekte für Unternehmen in Europa beleuchtet.



Aspekte und Erfahrungen aus der 4 Tage Arbeitswoche und Maßnahmen zur Gesundheitsprävention in der Hotellerie / Gastronomie

Christian Grünbart, MMBA MSc (Geschäftsführer Hotel AVIVA Betriebs GmbH) ist davon überzeugt, dass er als Geschäftsführer in der Verantwortung ist, die bestmöglichen Rahmenbedingungen für die Erhaltung der Gesundheit der MitarbeiterInnen im Unternehmen zu schaffen. Die 4 Tage Arbeitswoche und weitere verschiedene gesundheitsfördernde Maßnahmen sind wesentliche Bausteine für gesunde MitarbeiterInnen, sowie Basis, sich beruflich entfalten zu können und ein zufriedenes Leben zu führen.

NOCHMALS KURZ ZUSAMMENGEFASST

Wann: Dienstag, 06.11.2018
Beginn: 09:00 Uhr (Tagungsende ca. 15:30 Uhr)
Wo: Donau-Universität Krems, Audimax

Anmeldung und weitere Informationen unter:
www.donau-uni.ac.at/symposium-gesundheit

Ambulatorium Sonnenschein



OVB



Erber



Mittlerweile kann der VISION RUN seit seiner Premiere 2014 schon auf eine kleine Historie zurückblicken. Es wurde gelaufen, gewalked, gefeiert, geschmaust, getrunken, gespendet und gelacht!

Einige Firmen begleiten uns schon von Stunde 0 weg und haben bis jetzt jedes Jahr teilgenommen!

Hier wollen wir einen Platz schaffen, um diesen treuen WegbegleiterInnen DANKE zu sagen und ihre jährliche Teilnahme stolz zu präsentieren!

Geberit



Alfred Trepka GmbH

Ambulatorium Sonnenschein

Baumarkt Nadlinger

BKS Steuerberatung GmbH & Co KG

ecoplus. Niederösterreichs Wirtschafts-agentur GmbH

Egger Getränke GmbH & Co OG

Erber AG

Fritz Egger Holzwerkstoffe

Geberit Produktions GmbH & Co KG

NÖGKK



NÖ Landeskliniken Holding



Raiffeisen Lagerhaus St. Pölten



Grasl Pneumatic-Mechanik GmbH

HYPO NOE Leasing

NÖ Landeskliniken Holding

NÖGKK

OVB

**Pensionsversicherungsanstalt,
Landesstelle Niederösterreich**

PORR Bau GmbH

Raiffeisen Lagerhaus St. Pölten

Raiffeisenbank Reg. St. Pölten eGen

Rotes Kreuz St. Pölten

**Schebesta Helmut Wirtschaftstreuhand
Steuerberatung GmbH & Co KG**

Schmied & Fellmann GmbH

St. Pölten - Fittest City

Sunpor Kunststoff GmbH

Tagesstätte St. Pölten

Team Aigner

Raiffeisenbank St. Pölten



St. Pölten – Fittest City



Tagesstätte St. Pölten



Rückblick Vortrag: „Mein Leben mit links“ – mit Motivationsboost zur Anmeldung!

Um für den fünften und somit den Jubiläums-VISION RUN gut gerüstet zu sein, hat der durch einen Unfall versehrte Ausnahmesportler und Coach Oliver Dreier 80 Interessierte im visionären Rahmen des MAX-Saals im Hollywood Megaplex St. Pölten am 1. März mit Berichten zu seinem Leben nach dem Schicksalsschlag fasziniert. Dank des Sports fand er zurück in einen neuen Alltag und konnte ohne rechten Arm Duathlon- und Triathlon-Weltmeister werden.

Bodenständig und charismatisch zog Oliver Dreier die BesucherInnen des Vortrags „Mein Leben mit links“ in seinen Bann. Interessiert lauschten alle seinen Ausführungen zu seinem Weg zurück ins Leben, nach seinem verheerenden Unfall, bei dem er seinen rechten Arm verlor. Mit eindrucksvollen Bildern und dem gewissen Schmah vermittelte er unmissverständlich, wie wichtig Sport für

ein ausgeglichenes Leben ist. Der Duathlon- und Triathlon-Weltmeister berichtete auch darüber, wie er sein Wissen im Bereich der Betrieblichen Gesundheitsförderung einsetzt und Firmen im Bewusstsein schult, dass gesunde MitarbeiterInnen auch erfolgreiche MitarbeiterInnen sind. Beim anschließenden Austausch bei Snacks und Getränken waren sich alle Anwesenden über das Fazit einig:

*„Man kann alles erreichen, was man will!
(Auch mit nur einem Arm).“*

Mehr von seinen Geschichten und Affirmationen gibt Oliver Dreier in seinem Buch „**Mein Leben mit links**“ preis.



Oliver Dreier war dann übrigens auch an der Startlinie am 6. September anzutreffen!

Aus seiner Sicht spielt die erlaufene Zeit bei solch einem Event keine große Rolle, viel wichtiger für ihn ist, „dass man im Team mitmacht und beim VISION RUN dabei ist!“



Entdecken Sie jetzt den neuen Audi A6 unter 124 Gramm CO₂-Emission.

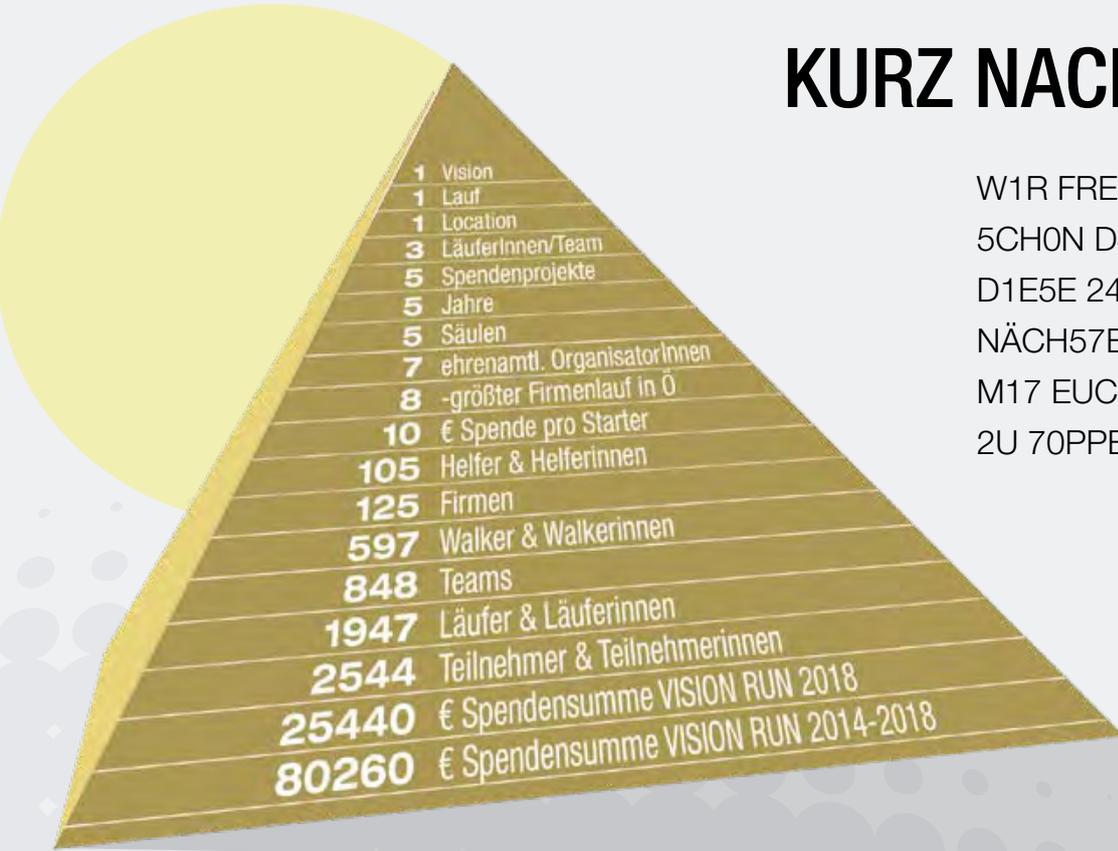
Wenn progressive Eleganz in jeder Linie spürbar wird und Innovation und Präzision Hand in Hand gehen, dann unterstreichen diese Eigenschaften ganz klar die Souveränität des neuen A6. **Jetzt bei uns Probe fahren.**

Autohaus Hofbauer GmbH

3141 Kapelln an der Perschling
Hauptstraße 12
Telefon +43 2784 2203
www.hofbauer.co.at

Kraftstoffverbrauch gesamt in l/100 km: 4,5 - 5,9. CO₂-Emission gesamt in g/km: 117 - 155. Symbolfoto: Stand 9/18. Die angegebenen Werte wurden nach den vorgeschriebenen Messverfahren VO (EG) 715/2007 (in der jeweils gültigen Fassung) im Rahmen der Typgenehmigung des Fahrzeugs auf Basis des neuen WLTP-Prüfverfahrens ermittelt. Bitte beachten Sie, dass sich durch Sonderausstattungen und Zubehör relevante Fahrzeugparameter, wie z. B. Gewicht, Rollwiderstand und Aerodynamik verändern und sich dadurch abweichende Verbrauchswerte und CO₂-Emissionen ergeben können.

KURZ NACHGEZÄHLT



1	Vision
1	Lauf
1	Location
3	LäuferInnen/Team
5	Spendenprojekte
5	Jahre
5	Säulen
7	ehrenamtl. OrganisatorInnen
8	-größter Firmenlauf in Ö
10	€ Spende pro Starter
105	Helfer & Helferinnen
125	Firmen
597	Walker & Walkerinnen
848	Teams
1947	Läufer & Läuferinnen
2544	Teilnehmer & Teilnehmerinnen
25440	€ Spendensumme VISION RUN 2018
80260	€ Spendensumme VISION RUN 2014-2018

W1R FREUEN UN5
5CH0N D4R4UF,
D1E5E 24HLEN
NÄCH57E5 J4HR
M17 EUCH
2U 70PPEN!

SPORT.LAND. 

bewegt.begeistert.gewinnt.

Zeige uns deine
Sportfotos mit
#NoeMoving



Besuche uns
auch auf Facebook!



www.sportlandnoe.at



5 Jahre – 5 Säulen

BUSINESS
CHARITY
SPORT
GESUNDHEIT
FUN



Strecke gesucht... und gefunden!

*Hier zu schmal, da zu kurz, dort zu lang, zu enge Kurven,
zu wenig Platz für Blockstarts, fehlende „Knautschzone“ –
JA, es ist schon gar nicht so leicht, eine entsprechende, lauf- und
walk-taugliche, in die Natur eingebettete, ansprechende 5km-Strecke
für eine stetig wachsende Zahl an TeilnehmerInnen zu finden!*

Wer uns kennt, weiß, dass unsere Priorität immer darin lag, die Strecke den Anforderungen mit bestem Wissen und Gewissen anzupassen. Daher dürfen wir uns an dieser Stelle für euer uneingeschränktes Vertrauen und eure Geduld bedanken, dass ihr in den letzten Jahren JEDE Strecke mit uns gelaufen/gegangen seid ;)!

5 Jahre gesucht und mindestens 5 Varianten gefunden, ABER JETZT sind wir der Meinung:
Wir haben unsere finale Strecke gefunden, mit der ihr uns – was die Läufer- und Walkerzahl betrifft – noch mit dem einen oder anderen Teilnehmersprung challengen könnt!

Die zu absolvierende 5km-Strecke für RUN bzw. WALK führt nun um den Ratzersdorfer See, am Damm entlang der Traisen, nach KM 3 unter der Dr. Adolf Schärf-Straße durch, kurz später über die Traisenpromenade auf die andere Uferseite, nach KM 4 über den Traisendamm wieder zurück und auf das Hauptgelände, um die Atmosphäre beim Zieleinlauf nochmal genießen zu können.

Der Start liegt auf der Bimbo Binder-Promenade, der Zieleinlauf befindet sich zwischen BORGL und Stadion.

Damit sich das TeilnehmerInnenfeld auseinanderziehen kann und an den Engstellen großes Gedränge vermieden wird, kommen Blockstarts zum Einsatz. Die persönlich angestrebte Zeitvorstellung ist bei der Anmeldung anzugeben.

PS: Kleinere Verbesserungen dürfen wir uns allein schon aus Prinzip offen halten. Wir wollen dem Thema doch nicht jegliche Spannung nehmen :-)!



VISION RUN präsentiert deine Firmenlaufstrecke!

Um sich ideal auf „MEHR als einen Firmenlauf“ vorzubereiten, gibt es vielerlei Möglichkeiten. Aber was liegt näher als ein Firmenlaufftreff, bei dem man mit den KollegInnen auf ein gemeinsames Ziel hin trainieren kann? Wie genau läuft das ab? Wo läuft welche Firma am Liebsten und wann ist der beste Zeitpunkt, um gemeinsam der Parole „Raus aus dem Bürosessel, Rein in die Laufschuhe“ zu folgen?

VISION RUN Partner aus der St. Pöltner Region standen uns Rede und Antwort und verrieten ihre Lieblingsplätzchen.

Seit der Übersiedelung der Zentrale der **Arbeiterkammer Niederösterreich** nach St. Pölten gibt es regelmäßige Lauftreffs. Diese werden von den MitarbeiterInnen selbst initiiert. So sind bei gutem Wetter mindestens drei- bis viermal die Woche Laufgruppen unterwegs. Auch die Uhrzeit ist flexibel. Ob frühmorgens vor der Arbeit, in der Mittagspause oder als Afterwork-Run, zu jeder Uhrzeit kann gelaufen werden – natürlich angepasst an die Dienstzeiten.

Die Laufstrecke um die Viehofner Seen (Bild 1) ist besonders beliebt, weil sie ein tolles Naturerlebnis bietet. So wurde mit Spannung erwartet, bei welchem Laufftreff die ansässige Biberpopulation wohl endlich einen der großen Bäume zu Fall bringen würde.

Einen Einblick über Lieblingslaufstrecke, Anekdoten und das Einbauen vom gemeinsamen Sporteln am Arbeitsplatz gewährte uns auch die **Raiffeisenbank Region St. Pölten**. Zur gemeinsamen Laufrunde wird meist die Mittagspause genutzt. Zwischen 12:45 und 13:30 kann man der Truppe in den gelben Teamshirts vorwiegend entlang der Traisenuferwege begegnen. Bei der Wahl der Laufstrecke steht Vielfalt im Vordergrund, damit es nicht langweilig wird. Ihre Lieblingsrunde haben sie uns trotzdem verraten (siehe Bild 2).

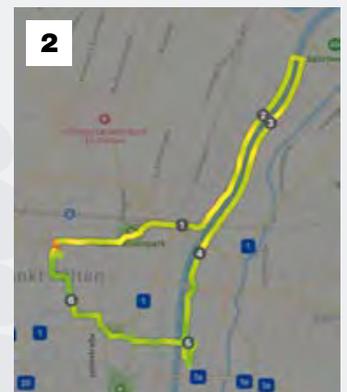
Eingeschränkt wird die Lauflust und somit die Länge der Laufrunde fast nur durch das Ende der Mittagspause – schließlich wollen die KundInnen ab 14 Uhr wieder bedient werden und das am liebsten von wohlriechenden BetreuerInnen. Die erfrischende Dusche danach gibt da schon manchmal den doppelten Frischekick. Nämlich dann, wenn beim Weglaufen vergessen wurde, den E-Boiler einzuschalten.



Beliebte Strecke der Laufrunde der Arbeiterkammer NÖ



Lieblingsrunde der Raiffeisenbank-Truppe



Ein Ansporn für beide Partner: Das gemeinsame Ausklingenlassen beim VISION RUN auf der Genussmeile (siehe Seite 24) mit dem Gefühl, etwas Gutes für sich und die regionalen, sozialen Projekte gemacht zu haben!



... mehr als ein Baumarkt!

- / ganzjährigen Grillshop
- / kompetente Baustoff-Projektberatung
- / Gartenhaus-Park auf über 4.000 m²

>> 2x in St. Pölten!



Nadlinger

baustoffe | hagebaumarkt

NORD: Engelbert-Laimer-Straße 2
SÜD: Porschestraße 29
 Tel. 02742/720 42
 www.nadlinger.at

facebook.com/nadlinger.at



Team Nadlinger

... immer in Bewegung!



VISION RUN 2018 – Die Ergebnisse

Niederösterreichs Firmen stellen auch im fünften VISION RUN Jahr ihr Bewusstsein für betriebliche Gesundheitsförderung unter Beweis. Die in 3er-Teams zu absolvierende 5km-Strecke für RUN bzw. WALK führte durch traumhaftes Ambiente vorbei an St. Pöltens Seenlandschaft. Die Zeiten der drei Teammitglieder, die gemeinsam starteten, wurden addiert und so die Gesamtzeit ermittelt.

Nach dem gemeinsamen Warm-up mit Denise von "immer weither" erfolgte bei optimalen Wetterbedingungen um 18:00 Uhr der Start in Blöcken, um allen TeilnehmerInnen einen angenehmen und stressfreien Bewerb zu ermöglichen. Angeheizt von den beiden großartigen Moderatoren Markus Floth und Michael Pimiskern gingen 2.544 Sportbegeisterte mit dem Leitspruch „VISION RUN – Gemma's an“ auf die Strecke. Neben den VISION RUN Botschaftern Michael Hatz und Christoph Krenn ließen sich viele bekannte Gesichter

Bei der fünften Auflage erlaufen über zweieinhalbtausend TeilnehmerInnen mehr als € 25.000,- an Spenden für soziale Partnerprojekte!!!

aus NÖs Wirtschaft blicken. Unter den 1.947 LäuferInnen und 597 WalkerInnen fanden sich auch zahlreiche GeschäftsführerInnen aus der Region ein, wie z.B. Arbeiterkammer Niederösterreich Präsident Markus Wieser, Maschinenring Landesgeschäftsführer Christian Wildeis und Martin Michalitsch in Vertretung für Landeshauptfrau Johanna Mikl-Leitner.

Im Ziel durften sich alle als GewinnerInnen fühlen. Die aus Holz gefertigten VISION RUN Finisher-Medaillen wurden mit finanzieller Unterstützung von Fritz Egger GmbH Holzwerke von der GW St. Pölten Integrative Betriebe GmbH hergestellt und von

den Betreuten der Tagesstätte St. Pölten mit den Medaillenbändern verbunden und unterstrichen das MEHR an diesem Firmenlauf.

Nach der sportlichen Aktivität und einem Auftritt von Alexander Schneller mit seinem Circus Pikard galt alle Aufmerksamkeit der Siegerehrung. Bei dieser waren sich Vertreter von Stadt, Land und Sponsoren sowie der Veranstalter einig: Der VISION RUN ist aus St. Pölten nicht mehr wegzu-denken! Ein durch und durch gelungenes Event und ein mehr als gebührendes Jubiläum!

FUNFACTS

5088 Füße haben insgesamt **12 720 Kilometer** zurückgelegt. Würde man diese Strecke in Umrundungen von Fußballfeldern umrechnen, wären das rund 40.000 dieser „heiligen“ Rasenflächen. Zur besseren Vorstellung: Flächenmäßig kratzen wir hier ungefähr an der Größe von Barbados (430 Quadratkilometer), der östlichsten der Westindischen Inseln.

Rechnet man mit einer Durchschnitts-Schuhgröße von 42 wäre die Schlange aller VISIONÄRInnen Fuß an Fuß fast **1,4 Kilometer** lang. Übrigens: Den Weltrekord über 1500 Meter hält Hicham El Guerrouj aus Marokko mit 3:26 Minuten.

Kalorientechnisch habt ihr auch ordentlich was verbrannt: **1 150 000 Kalorien**. Das hätte **6 ½ weißen Spritzern, 3 ½ Frozen Yogurts oder 2 ½ Gin Tonics pro TeilnehmerIn** entsprochen. Ganz so viel wurde wahrscheinlich nicht konsumiert aber ihr habt in jedem Fall für eine unglaubliche Stimmung gesorgt und ganz viel bewegt!

Ergebnisse VISION RUN 2018		
Männer		
1.	Team EPO Lilienfeld	00:54:28
2.	Laufwerk 2	00:54:42
3.	Magnesia/Compresssport Austria	00:56:55
Frauen		
1.	Laufwerk 1	01:02:24
2.	Just for fun Klinikum Amstetten	01:07:05
3.	Mostviertler Reserve	01:14:19
Mixed-Teams		
1.	Voith Team 1	00:53:51
2.	SKINFIT St. Pölten	00:56:01
3.	LC St. Pölten	00:56:13
Ergebnisse VISION WALK (Nordic Walking) 2018		
Frauen		
1.	LK Amstetten-Ortho	01:52:05
2.	Maschinenring 14	01:57:57
3.	Happy Feet	01:59:26
Männer		
1.	Team Novo	01:46:09
2.	Oberbank 3	02:01:42
3.	Trepka 4	02:06:03
Mixed-Teams		
1.	Medlog Team 1	01:44:59
2.	Power Walker Krems	01:46:24
3.	BoReKo	01:48:47

Bürgermeister Mag. Matthias Stadler nannte die Verbindung von Wirtschaft vernetzen, Bewusstsein für Gesundheit schaffen und etwas Gutes tun „einmalig“ und meinte sogar „Gäbe es den VISION RUN noch nicht, müsste man ihn erfinden!“. Somit passt die Veranstaltung perfekt in das Konzept der Stadt: 2020 fittest city of Austria zu werden.

Sichtlich stolz und überwältigt übergab SPORT VISION Obmann Franz Kaiblinger die Spendenschecks und eröffnete das neue Trainingsjahr für den VISION RUN 2019 am 05.09.2019.

Die Liveband „Grenzgang“ beschloss ein großartiges fünfjähriges VISION RUN Jubiläum. Ein Tag, der noch lange in den Köpfen aller Beteiligten und VISIONäre bleiben wird.



And the award goes to

Auch heuer haben sie es wieder geschafft! Nach 2014, 2015, 2016 und 2017 hat sich auch in diesem Jahr die **Landeskliniken-Holding** mit 324 Teams den begehrten VISION AWARD wieder ins Haus geholt. Eigentlich sollte dieser Award ja ein Wanderpokal sein, aber viel hat er sich noch nicht bewegt. Da kann er sich von den 2544 TeilnehmerInnen etwas anschauen!

Am zweiten Platz hat sich im Vergleich zum Vorjahr auch nichts geändert. Die **Niederösterreichische Gebietskrankenkasse** hielt auch heuer daran fest, so viele Teams als möglich zu stellen. Und das mit Erfolg: Hatten sie 2017 23 Teams am Start, waren es in diesem Jahr schon um 7 mehr - das freut uns natürlich sehr, immer weiter so!

Apropos, ganze 7 Teams mehr: Von 16 Teams im Vorjahr konnte sich auch die Firma **Klenk & Meder GmbH** für den VISION RUN 2018 auf 23 Teams hocharbeiten. Damit haben sie sich auf den dritten Platz vorgearbeitet. Echt super!

Wir gratulieren natürlich allen Firmen, dass so viele Teams insgesamt aufgestellt wurden! Freuen würde uns auch, wenn die Tendenz auch in den weiteren Jahren steigend ist und ihr weiterhin um den begehrten VISION AWARD kämpft - am besten ihr startet gleich den Recruiting-Prozess für den 05.09.2019 :)

5 Jahre „Mehr als ein Firmenlauf“!

Die Kombination aus Business-Sportevent, Gesundheitsthemen und sozialem Engagement mit sehr viel Spaß und guter Unterhaltung für Firmen aus der Region – das zeichnet den VISION RUN aus und macht ihn in Österreich einzigartig. Die Gesamtstatistik der letzten 5 Jahre kann sich sehen lassen!

5 Jahre – € 80.260 Spendensumme – 7.896 StarterInnen – aus über 229 Firmen = So bewegt man Niederösterreich!

FIRMEN challenge.at

Auch die FIRMEN CHALLENGE, die heuer das erste Mal über die Bühne ging, ist eine tolle Möglichkeit, Gesundheit & Fitness in den Betrieb einzubinden. Denn bei dieser österreichweiten Laufmeisterschaft können sich Firmen und ihre Mitarbeiterinnen innerhalb des eigenen Betriebs als auch mit allen anderen teilnehmenden Unternehmen messen.

So zählte 1 Monat lang jeder gelaufene Kilometer jedes Mitarbeiters nicht nur für das persönliche Wohlbefinden, sondern wurde seiner Firma hinzugerechnet. Neben dem Wetteifern kommt auch der soziale Aspekt nicht zu kurz, denn jeder Teilnehmer unterstützt mit der im Nenngeld inkludierten Spende von € 5,- das Spendenprojekt seiner Wahl.

In diesem Jahr hat es die Firma Raiffeisen Informatik zum fittesten Unternehmen Österreichs geschafft! In Summe lief die R-IT 2074 km. Mit einer Durchschnittsleistung von 122 km je Mitarbeiter ließen sie den Zweiten flux-consulting um fast 40 km hinter sich. Dritter wurde die Firma Hartmann mit durchschnittlich 61,2 gelaufenen km je MitarbeiterIn. Den Award für die Firma mit den meisten Startern holte sich die 144 Notruf NÖ, die mit 29 TeilnehmerInnen in die Challenge ging.

Wir konnten einige Rückmeldungen und Eindrücke zur FIRMEN CHALLENGE 2018 von den drei Firmen Raiffeisen Informatik (R-IT), flux-consulting und 144 Notruf NÖ einfangen:



>>> Die FIRMEN CHALLENGE verbindet Sport, Berufswelt & soziales Engagement in Kombination mit der Idee, digitale Hilfsmittel (Apps, Tracker, ..) als spielerische Motivation einzusetzen. Wie kam dieses Konzept bei Ihren MitarbeiterInnen an?

- > **R-IT:** Die Rückmeldungen waren durchaus positiv. Aufgrund des Trackers und dem Vergleich mit den anderen TeilnehmerInnen wurde der sportliche Ehrgeiz geweckt.
- > **flux consulting:** Äußerst positiv. Besonders die soziale Komponente wurde sehr gut empfunden.
- > **Notruf NÖ:** Apps und Tracker sind für unsere Mitarbeiter sehr wichtig, dadurch steigt auch die gegenseitige Motivation!

>>> Was ist Ihr Eindruck? Wie hat sich die sportliche Bewegung auf Basis einer Challenge auf Ihre Mitarbeiter ausgewirkt?

- > **R-IT:** Trotz der Hitzewelle im Juli, waren die Mitarbeiter sehr motiviert und einige haben die Leidenschaft fürs Laufen entdeckt.
- > **flux consulting:** Einige Teilnehmer haben dadurch begonnen, regelmäßig Sport zu betreiben, zwei haben sich danach bei einem Marathon angemeldet.
- > **Notruf NÖ:** Teamarbeit ist in unserem Job besonders wichtig. Es ist toll, wenn unsere Mitarbeiter auch sportlich gemeinsam an einem Strang ziehen. Emotionen verbinden, auch im Sport!

>>> Werden Sie Ihre Mitarbeiter dazu animieren, auch 2019 bei der FIRMEN CHALLENGE mitzumachen? Warum?

- > **R-IT:** Ja sicher, wir werden diese Challenge wieder anbieten, weil die Kombination aus sportlichen Aktivitäten und sozialem Engagement sehr positiv angenommen wurde.
- > **flux consulting:** Ja, sicher wieder. Der interne Wettkampf (auf freundlicher Basis) war sehr motivierend.
- > **Notruf NÖ:** Ja klar werden wir auch nächstes Jahr wieder dabei sein, mit noch mehr Teilnehmern! Wir haben sogar eigene Sport Shirts entwickelt und einen internen Sportfoto-Wettbewerb gestartet!



Thomas Zwölfer hat bei der FIRMEN CHALLENGE für seine Firma Raiffeisen Informatik 330 km erlaufen und hat damit unter allen Teilnehmern die mit Abstand meisten km geschafft. Was er zu dieser Laufchallenge zu sagen hat, konnten wir auch ihm entlocken:

>>> *Thomas, du bist tolle 330 km gelaufen! Ist dieser Monatswert typisch für dich? Bzw. wie viel läufst du sonst ohne diese extra Motivation einer Challenge?*

> Nein, der Wert ist für mich nicht typisch. Normalerweise laufe ich im Schnitt 3-4 Mal pro Woche ca. 10 km pro Lauf. D.h. ich komme somit auf 120 - 160 km pro Monat. Der bisher größte Wert war im November 2017, da habe ich für den Burgenland Extremlauf, für die halbe Neusiedlerseeumrundung (60 km in einem Stück) trainiert. Aber selbst da kam ich auch nur auf 278 km.

>>> *Trainierst du gerade für ein Ziel bzw. einen Bewerb oder läufst du einfach nach Lust & Laune?*

> Meistens laufe ich zum Spaß und als Ausgleich zum Bürojob, um den Kopf frei zu bekommen, aber in letzter Zeit hat mich die Lust an weiteren und längeren Läufen gepackt. Im Dezember hab ich mich in Valencia für den Marathon angemeldet. Ich denke das wird ein tolles Erlebnis - wo sonst kann man im Dezember bei Temperaturen um die 17 Grad laufen.

>>> *Wie findest du die Verbindung von Sport, Berufswelt & sozialem Engagement in Kombination mit der Idee, digitale Hilfsmittel (Apps, Tracker..) als spielerische Motivation einzusetzen?*

> Die Idee der Firmen Challenge mit dem sozialen Engagement und der digitalen Unterstützung in Form von dacadoo fand ich sehr gelungen. Da kann man bei etwas, was man gerne tut auch gleich was Gutes tun und wird auch noch gepusht, weil man sich doch auch mit den anderen teilnehmenden Unternehmen „duelliert“.

Flux consulting bei der Übergabe des 2. Platzes



144 Notruf NÖ war mit den meisten TeilnehmerInnen dabei



Raiffeisen Informatik ist das fitteste Unternehmen Österreichs

5 Jahre – 5 Säulen

BUSINESS
CHARITY
SPORT
GESUNDHEIT
FUN

MEHR als nur Party – Ein Programm, das sich sehen lassen kann!

„Grenzgang“ rockte ab

Schon 2015 und 2016 dabei, durften die vier Vollblutmusiker beim kleinen Jubiläum nicht fehlen. Ihr Auftrag: die große Bühne rocken! Mission erfüllt ☺!

Die vier Musiker aus Annaberg in Niederösterreich und Mariazell in der Steiermark lieferten musikalisches Entertainment und begeisterten mit guter alter Rock- und österreichischer Volksmusik vor und nach der Siegerehrung. Sie sorgten für grenzgeniale Stimmung und gemeinsam wurde die gelungene Veranstaltung und das tolle Spendenergebnis gefeiert.



Fette Beats und gute Laune - DJ Big Al

Seit 2015 beim VISION RUN an den Turntables, legte DJ Big Al auch heuer wieder die richtigen Scheiben auf!

Dabei bewies er ein gutes Händchen für den idealen Mix aus mitreißenden Hits und coolen Rhythmen, um die Sportbegeisterten und BesucherInnen zum Abfeiern zu animieren. Egal ob vor, während oder nach dem Sportbewerb! Zusätzliches Feature: Mittels ausgeteilten QR-Codes ließ Alfred alias DJ Big Al das Publikum an der Playlist mitmischen – und das kam gut an!

Auch für die hartgesottenen Sitzenbleiber und das fleißige OK-Team ließ er die Platten nochmal im Fantreff glühen und verpasste der Veranstaltung den perfekten Ausklang.



Von Tontechnik, Musikauswahl und -zusammenstellung, Erstellung von Jingles, Planung und Durchführung von Präsentationen – das alles kann, nein, ist DJ Big Al! Seit vielen Jahren ist er als Party-DJ bei Privatfesten genau so gefragt wie als Musikverantwortlicher von Megaevents. Sein größter Vorzug allerdings ist seine Flexibilität: Ganz egal, ob Tanzabend, Karaoke-show, Sportveranstaltung oder vieles mehr - DJ Big Al ist der richtige Mann, sobald es um Musik geht. In welchem Ambiente auch immer – DJ Big Al sorgt für Stimmung, sei es im großen Ballsaal oder im kleinen Partykeller!

www.partycompany.info





St. Pölten Invaders Cheerleader und Danceteam: MEHR als nur Anfeuern

„Whoooooo“: Gerade beim fünfjährigen Jubiläum durften die motivierenden Cheers nicht fehlen. Doch nicht nur für Unterstützung des sportlichen Ehrgeiz der Aktiven beim Zielsprint war gesorgt. Kurz vor dem Start begeisterten sie mit artistischen Stunts und Hebefiguren sowie Jumps und Dance-Elementen zu „Bella Ciao“ und machten die StarterInnen heiß auf den Bewerb.



M & M: Die perfekte Moderationskombi!

Markus, Moderator von MTV & VIVA Austria, und Michael, DIE Weckerstimme von Radio Burgenland, führten gekonnt und kurzweilig durch Bewerb und Programm. Mit ihrer lockeren Art, witzigen Sprüchen und vor allem ihren traumhaften Stimmen vermittelten sie perfekt die Vision der Veranstalter: gemeinsam im Team sporteln, Spaß haben und dabei Gutes tun!

Circus Pikard vereint Entertainment und Körperbeherrschung

Den gewissen Knalleffekt lieferte Alex Schneller mit seinem Circus Pikard. Jonglierkunst vom Feinsten gepaart mit atemberaubender Akrobatik im Doppelpack gemeinsam mit seiner Partnerin verzauberten das Publikum unmittelbar vor der Siegerehrung. Nicht zu verachten waren auch die Kostüme, die ein Hingucker für sich waren ;)!



Veranstaltungstechnik
Eichberger
 Verleih u. Verkauf
Licht-Ton- Deco- -Video-Bühnen
 www.eichberger.tv 0664/14 14 447



VISION RUN
mehr als ein Firmenlauf

beim VISION RUN 2018





HFP - Ihre Berater für Steueroptimierung

Buchhaltung - Personalverrechnung - Steuerberatung - Unternehmensberatung - Arbeits- und Sozialversicherungsrecht - Vereine - Freiberufler - Umgründungen

Zur Beantwortung und Lösung Ihrer Fragen und Probleme, wenden Sie sich an Mag. Roland Zacherl, Geschäftsführer und Partner bei HFP.

HFP Steuerberatungs GmbH | 1030 Wien | Beatrixgasse 32 | www.hfp.at
Zweigstelle: 3040 Neulengbach | roland.zacherl@hfp.at | +43 1 716 05-746

A member of  International - a world-wide network of independent accounting firms and business advisers. www.hlbi.com

50 Jahre

HFP

Steuerberater



VISION RUN 2018

VISION RUN



NÖGKK

NÖ Gebietskrankenkasse
Wir **vorsorgen** Sie!

Nähere Informationen über Veranstaltungen der NÖGKK finden Sie unter: www.noegkk.at

Die NÖGKK ist Ihr verlässlicher Partner bei Projekten der Betrieblichen Gesundheitsförderung: www.noebgf.at!



Kulinarik mal zwei am VISION RUN Hauptplatz

Mit mehr als Gaumenfreude punktete dieses Jahr neben der bekannten Genussmeile auch die neunitiierte Chillout Area.



Bei einer Sportveranstaltung könnte man davon ausgehen, mit Würsteln und Bier verköstigt zu werden. Aber der VISION RUN ist auch kulinarisch MEHR als ein Firmenlauf. TeilnehmerInnen und BesucherInnen sollten auch am Gaumen voll auf ihre Kosten kommen!

Wutzl Catering setzt auf Veranstaltungsclassics mit dem gewissen MEHR



Von klassischem American Food über die gute deftige Schnitzel- oder Leberkäsemmel wurden hier die deftigen Wünsche erfüllt. Dazu Softdrinks und heimische alkoholische Durstlöcher. Wer mal etwas Anderes ausprobieren und selbst Hand anlegen wollte, dem stand die Jetwall zur Verfügung! Getränk (Spritzer oder Bier) bequem selber zapfen, egal wieviel. Mittels vorab aufgeladener Bezahlkarte wurde dann in Milliliter genau abgerechnet.



Chillout-Area mit neuem Relax-Konzept

Mit Schmankerln aus der Region lud erstmalig die Chillout-Area mit Liegestühlen und Sitzpölkstern zum entspannten Verweilen ein. Leckere Feuerflecken von Bio Pichler, belebender Qualitätsmost und Fruchtsäfte von Adelsberger, frischgebrühter Wiener Kaffee beim mobilen Eyecatcher-Stand von Wiener Tupferl, erfrischende Cocktails von Drinkcocktails und delikates Bio-Frozen Yogurt oder Belgische Waffeln von Yummy Kurt, verfeinert mit frischen Früchten, hausgemachten Saucen und knusprigen oder schokoladigen Toppings. Zum Knabbern zwischendurch gab es außerdem frisches, heißes Popcorn vom vornikolaus.at.



Zusätzlich bieten wir Firmen die Möglichkeit eines unsrer Catering-Packages in separaten Bereichen zu buchen. **Mehr dazu unter www.visionrun.at/mach_mit/firmen_services.**

www.wutzl.net



WUTZL EVENT

**IHR CATERING-PROFI
WUTZL EVENT & RENT**

EVENT AUSSTATTUNG
im Onlineshop www.wutzl.net

EXCLUSIV CATERING
Top Caterer bei Großevents
Firmencatering, Konzertgastro

MITARBEITER RECRUITING
Just in time-Personal für Ihr Event

Wutzl Gastro e.U. • Kelsengasse 9 • 3100 St. Pölten
0676 788 799 0 • office@wutzl.net

WIRTSCHAFTS

Ich möchte ihnen persönlich ein großes Lob zu ihrer Organisation aussprechen. Ich habe mich als Organisatorin für Forster Optik sehr gut betreut gefühlt, es hat meiner Meinung nach von Anfang bis Ende alles reibungslos funktioniert. Von der Geschäftsführung, die einerseits als Läufer und andererseits als Zuseher mit dabei war, habe ich auch ausschließlich positives Feedback erhalten. Wir werden daher beim nächsten Vision Run wieder mit dabei sein und ich hoffe, dass wir noch mehr Läufer/Walker unter unseren Mitarbeitern dafür begeistern können.

Vera Hauss-Engelmaier, FORSTER OPTIK MELK

Ich gratuliere dem gesamten Team zu diesem großartigen Erfolg! Der Vision Run ist zur Institution geworden und es freut mich, dass die Teilnehmerzahl so beachtlich zunimmt. Das nächste Mal bin ich gerne wieder persönlich dabei.

Helmut Schwarzl, Geschäftsleitung GEBERIT

Herzliche Gratulation zur erfolgreichen Veranstaltung und Danke für die 5-jährige Kooperation!

Karl Kendler, Geschäftsleitung Raiffeisenbank Region St. Pölten

Ich finde die Veranstaltung sehr gelungen und wir freuen uns schon auf nächstes Jahr!

Philipp Gutleiderer, NOTRUF NÖ GesmbH

Ein toller und wichtiger Event, der auch innerhalb der Arbeit wieder mehr zusammenschweißt!

Bernadette Höhrhahn, NÖGKK

Das ist so ein schöner Event und wenn dann am Schluss noch etwas übrigbleibt für Menschen, denen es nicht so gut geht, die vielleicht nicht dabei sein können oder die gar nicht die Möglichkeit haben, Sport zu treiben oder ein schönes Leben zu führen, dann ist es schon ein gutes Gefühl - vor allem, wenn es so einfach ist, Menschen zu helfen.

Michi Hatz, VISION RUN Botschafter

Ein riesengroßes DANKESCHÖN an das ganze Vision Run Team und allen fleißigen LäuferInnen und WalkerInnen, die mit ihrer Unterstützung ganz viel Pferdekraft und Sternstunden schenken!!

E.motion - Lichtblickhof

Online Sparen
Fonds
Wertpapiere

Gewinnen
Sie eine von
100 Vignetten!



Raiffeisenbank
Region St. Pölten



200

Bringen Sie Ihr Geld in Bewegung.

Sparen und Anlegen leicht gemacht. geldinbewegung.raiffeisen.at

5 Jahre – 5 Säulen

BUSINESS
CHARITY
SPORT
GESUNDHEIT
FUN

Auf der GsundFit-Meile, die seit Beginn an fester Bestandteil des VISION RUN ist, präsentiert auch heuer wieder zehn verschiedene Firmen, Vereine und Institutionen ihre Angebote, Leistungen und Produkte. Auch unsere sozialen Spendenprojekt-Partner konnten die Möglichkeit nutzen, um über ihre Projekte und Tätigkeiten zu informieren.

Was die GsundFit-Meile am 06.09.2018 ab 16:00 Uhr zu bieten hatte, wollen wir hier nochmals im wahrsten Sinne des Wortes 'durchlaufen':

START Wir legen vom Hauptplatz aus loooooo! Gemma`s an!

1 TeilnehmerInnen und BesucherInnen konnten gleich links beim ersten Stand Informationen über den **Verein e.motion** und den Lichtblickhof sowie dessen laufende Projekte einholen.

2 Einen Stand weiter hatten alle die Möglichkeit, Näheres zu den Angeboten der **Sozialeinrichtungen Antlas und Emmaus** zu erfahren.

3 Einmal den Weg überquert standen verschiedene kostenlose Tests am Programm, denn beim **Hartlauer Gesundheitsbus** konnten Gesundheitsbewusste einen Seh- und Hörtest sowie eine Blutzuckermessung absolvieren.

4 Schräg retour auf die andere Seite galt es, die Geschicklichkeit unter Beweis zu stellen: Beim großen Stand der **Initiative »Tut gut!«** hatten Groß und Klein die Chance, Reaktions- und Balance-Tests zu absolvieren und einige Informationen zu den Angeboten von tutgut mitzunehmen.

5 Beim angrenzenden, großen Stand beantworteten Vertreter der **Niederösterreichischen Gebietskrankenkasse** diverse Fragen der TeilnehmerInnen, beispielsweise zur Betrieblichen Gesundheitsvorsorge. Als Bonus konnten sich StarterInnen und Begleitpersonen ihre Sackerl mit Informationsbroschüren und einigen Goodies befüllen lassen.

6 Beim nächsten Aussteller stand vegane Nahrungsergänzung am Programm: Beim **RinganaSport** Stand hatten Umweltbewusste, und alle die es werden wollen, die Möglichkeit, direkt von der Expertin Wissenswertes über vegane Sport-Vitalstoffe, Hautpflege und Nahrungsergänzung zu erfahren. Wer überzeugt war, konnte die Produkte auch gleich vor Ort kaufen!

START



ZIEL



1



10



7 Als Nächstes konnten sich Interessierte über das Leistungsangebot des **Österreichischen Roten Kreuzes** erkundigen. Dank des Roten Kreuzes war auch der Ambulanzdienst für den VISION RUN gesichert.

8 Einmal geradeaus war volle Power angesagt: Beim aufblasbaren Hindernisparcours des **SPORT.LAND.Niederösterreichs** konnten sich Groß und Klein mit viel Spaß so richtig auspowern! Teilweise wärmten sich auch VISION RUN TeilnehmerInnen schon für den anschließenden Bewerb auf.

9 Direkt nach dem Lauf war eine Stärkung im Ziel garantiert: Beim Stand der **Arbeiterkammer Niederösterreich** konnten alle TeilnehmerInnen beim Obst zugreifen und weitere Goodies mitnehmen.

Zwischendurch laufen oder walken wir mal schnell 5km und schon geht es weiter auf der GsundFit-Meile:

10 Gleich nebenan, beim Stand von **BIO Austria**, wurden die eifrigen SportlerInnen mit Bio-Äpfeln vom Biohof ADAMAH belohnt. Dort angekommen, konnten sich die Finisher auch über die Vorzüge der Bio-Landwirtschaft und über Bio-Produkte informieren.

ZIEL

Geschafft! Vollbepackt mit vielen Goodies und um viele Informationen reicher verlassen wir die GsundFit-Meile 2018, denn der VISION RUN ist MEHR als ein Firmenlauf.

Die GsundFit-Meile lebt von den unterschiedlichen Ausstellern und ihre Attraktivität wächst mit der Vielfalt. Wenn auch Sie Interesse haben, am **05.09.2019** Teil unserer GsundFit-Meile zu werden, wenden Sie sich bitte an sophie.schwed@sportvision.at oder übermitteln Sie das Formular auf unserer Website unter: https://www.visionrun.at/gsundfit_meile/aussteller.

Fit-Meile



st. pölten

WEDNESDAY WORKOUT

St. Pölten macht sich fit **FÜR SPARTA:**

Kostenloses Outdoor-Training in zwei Gruppen
(für Einsteiger & Fortgeschrittene).
Jeden zweiten Mittwoch um 19.00 Uhr am Rathausplatz.

Start: 19.00 h | Treffpunkt: 18.30 h





Übungen im Büro? Schön und gut, aber so viel Zeit hab ich wirklich nicht

Um unseren Körper zu stärken, denken wir oft eher an Ausdauersport wie Laufen oder Muskeltraining mit schweren Geräten und verschwitzter Kleidung. Jedoch können wir unsere Gesundheit auch mit klitzekleinen Übungen während der Arbeit fördern, die für unsere KollegInnen fast unsichtbar sind.



Beim WarmUp habe ich euch aufgewärmt und so richtig heiß aufs Rennen gemacht. Diesmal zeige ich euch ein paar kleine, aber feine Übungen für eure Gesundheit, die ihr ganz leicht in euren (Berufs-)Alltag einbauen könnt:

Augentraining für Zwischendurch

Vor allem in Berufen, in denen man täglich längere Zeit vor dem Computer verbringt, sollte den Augen zwischendurch immer wieder Erholung gegönnt werden. Denn eine Überlastung der Augen kann zu einer Reduzierung der Sehleistung, zu brennenden und trockenen Augen oder zu Kopfschmerzen führen. Deshalb hier mein TIPP für eine einfache Augenübung, die ca. nur 1 Minute dauert (siehe rechts).

Two is the magic number

Egal ob am Bürotisch des Kollegen oder wartend an der Kaffeemaschine oder beim Drucker - in den meisten sitzenden Berufen bekommen wir zum Glück zwischendurch immer wieder die Möglichkeit für einige Minuten aus dem Bürosessel rauszukommen. Und auch wenn es nur kurz ist: Auch diese Zeit können wir für eine Mini-Übung mit riesiger Auswirkung nutzen! Denn der richtige Stand macht es aus, und dafür brauchen wir die Zahl 2. Denn es sind zwei Kontakte, die uns im Idealfall mit dem Boden verbinden: der linke Fuß und der rechte Fuß.

Was eigentlich ganz logisch klingt, wird im Alltag schnell zum 3-Kontakt-Stand. Wir lehnen uns mit der Hand oder der Hüfte irgendwo an, damit das ganze bequemer für uns wird. Jaaaaa, an dieser Stelle der Story fühlen sich die meisten „Ertappt!“. Daher ist es wichtig unseren Körper wieder darauf hinzutrainieren, aufrecht zu stehen, und das mit nur 2 Kontakten. Einfach ausprobieren!

TIPP: Diese Mini-Übung könnt ihr auch beim Zähneputzen oder Kochen in euren Alltag einbauen!



Augentraining

- > Schau geradeaus und stell dir vor, du blickst auf den Mittelpunkt einer Uhr.
- > Bewege nur deine Augen, nicht den Kopf, schau hinauf auf „1 Uhr“ und fixiere den Blick dort kurz.
- > Danach schau wieder zum Mittelpunkt der Uhr.
- > Jetzt blicke auf „2 Uhr“ und halte dort wieder kurz den Blick. Wieder zurück in die Mitte.
- > Nun machst du die Übung immer weiter bis du bei 12 Uhr angekommen bist.
- > Und dann nochmals gegen den Uhrzeigersinn.

Das wichtige Werkzeug „Hände“

Ja, ok - es sieht vielleicht etwas albern aus. Aber wer Fingergymnastik macht, spürt sofort die Besserung bei Verspannungen. Denn bei zahlreichen Büroarbeiten kann die Dauerbelastung dazu führen, dass die Hände verkrampen und wir Probleme mit den Gelenken bekommen. Von den Horrorgeschichten namens Sehnenscheidenentzündung oder Karpaltunnel-Syndrom will natürlich jede/r verschont bleiben. Daher: Finger geschmeidig halten! Einfache Übungen wie Finger schließen/Finger spreizen oder die Fingerspitzen der gespreizten Hände gegeneinander zu drücken können schon in wenigen Minuten durchgeführt werden - und das noch dazu überall.

Wer jetzt denkt, dass diese kleinen Hand- und Fingerübungen ja wohl nicht so einen großen Wirkungsgrad haben werden, der irrt. Denn laut den Lehren der Inder repräsentieren die zehn Finger der Hand etwa 60 Prozent unserer Hirnoberfläche*. Somit wirkt die gezielte Bewegung der Hände auch auf das Gehirn und fördert die Konzentrationsfähigkeit. Ein Versuch ist es somit alle mal wert!

*Quelle: Knecht, B.(2015). Die Hände-Handwerkzeug in der CSO-Therapie

Das MEHR an Nachhaltigkeit eingesackerlt!

BIO Austria, Anton Wattaual GesmbH und die Tagesstätte St. Pölten setzen gemeinsam und nachhaltig den VISIONären Gedanken um.

Prall gefüllt mit tollen Goodies von Landgarten, SONNENTOR, Biohof ADAMAH, Privatbrauerei Egger, gesund leben tut gut, Raiffeisenbank Region St. Pölten und Magnesia kamen unsere Bio-Baumwoll-Startersackerl von BIO AUSTRIA einen Tag vor dem Event bei uns am Gelände an.

Nicht nur, dass der Sack aus BIO Baumwolle fair produziert, praktisch, wieder verwendbar und stylish ist! Erwähnt werden sollte auch noch die Art und Weise, wie die 2.500 Startersackerl befüllt werden: **Mit viel Liebe von Betreuten der Tagesstätte St. Pölten.** In den Arbeitsräumen wurde eine richtige Produktionsstraße erstellt und beim Einpacken kamen Spaß und Begeisterung auch nicht zu kurz, wie uns geflüstert wurde :)

Dank unseres Partners **Anton Wattaual GesmbH** wurde die „heiße Ware“ sicher und trocken pünktlich bei uns angeliefert! Während der Fahrt machte unser Partner, wie schon seit Beginn des Sommers, „on the road“ Werbung für uns und mobilisierte für den VISION RUN! Schön, wenn man Partner hat, die wissen, wie man gemeinsam Synergien schafft!



Der Weg der Startersackerl bis zur Startlinie...



ZUM GOLDENEN HIRSCHEN WIEN

ZU 99% BRAUCHT ER NUR EINE PAUSE.

Ein Erste-Hilfe-Kurs lohnt sich zu 100%.

Jetzt anmelden:
ersterhilfe.at



ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ

Aus Liebe zum Menschen.



Klaus & Michi düsen seit Stunde 0 mit



Lagebesprechung bei den freiwilligen Streckenposten



Kurze Pause: HelferInnen relaxen „Probe“ in der Chillout-Area

Eines is fix ...

Ein Großsportevent wie der VISION RUN braucht viele helfende Hände. Und auf die konnten wir zum Glück auch heuer wieder bauen!

So konnte das 7-köpfige Organisationsteam auch im 5. Jahr auf Partner, Freunde, Bekannte, SchülerInnen, Spendenprojektpartner und KollegInnen setzen, die am Lauftag selbst und teilweise auch schon am Auf- und Abbautag tatkräftig mitanpackten. Immerhin gibt es jedes Jahr eine Menge zu tun: Absperrgitter aufstellen, Strecke markieren, Werbematerial der Sponsoren anbringen, Torbögen aufblasen, Beschilderungen anbringen, Pagoden aufstellen, und, und, und ...

Genau deshalb ist es umso schöner, dass einige Helferleins „alle Jahre wieder“ für den VISION RUN im Einsatz sind. Seit 2014 stehen sie uns jedes Jahr tatkräftig zur Seite und legen Hand an, wo sie gebraucht werden. Eingespielte Teams haben sich so über die Jahre gebildet, die dem Organisationsteam eine Menge Arbeit abnehmen. Dieser Einsatz sollte natürlich im Jubiläumsjahr nochmals besonders gewürdigt werden, am besten sodass es alle sehen konnten. So wurde ein eigenes T-Shirt mit der Aufschrift „Alle Jahre wieder - Volunteers für 5 Jahre“ angefertigt für jene, ohne die gar nichts geht!

Erfreulich ist auch, dass die Kooperation mit dem Bundesoberstufenrealgymnasium und der Bundeshandelsschule für Leistungssportler (BHASL/BORGL) wieder fortgesetzt werden konnte. Eine Win-Win-Situation für beide Seiten: Die Schüler und Schülerinnen sind eine große Hilfe, indem sie tatkräftig mitanpacken. Gleichzeitig haben sie die Möglichkeit, Einblick in den Ablauf, die Organisation und die anfallenden Arbeiten einer Sportveranstaltung zu bekommen. Auch das Projekt Masala der „Antlas“ Ges.m.b.H. hat uns mit mehreren jugendlichen Helfern unterstützt. Wie der Einsatz beim VISION RUN auf die vielen jungen Volunteers gewirkt hat, konnte in zwei Interviews eingefangen werden (siehe rechts).



... ohne uns're Helfer geht nix!

Unter unseren zahlreichen Helfern und Helferinnen waren wie schon in den Vorjahren auch die Schüler und Schülerinnen des **Bundesoberstufenrealgymnasiums für Leistungssportler, kurz BORGL**. Ihre Aufgaben reichten von der Mithilfe beim Aufbau der Infrastruktur und der Strecke, der Ausgabe der Goodie-Bags und T-Shirts, das Helfen bei der Labe und das Überreichen der Finisher Medaillen. In einem **Interview mit der Direktorin Mag. Gabriele SCHLETZ** haben wir nachgefragt, welche Eindrücke vom Einsatz beim VISION RUN mitgenommen werden:

>>> *Was ist Ihr Eindruck? Welche Erfahrung nehmen die SchülerInnen als HelferInnen des VISION RUN mit?*

- > Unsere Schüler können im Rahmen des Volontär-Projektes sehr intensiv hinter die Kulissen eines Sportevents blicken. Sie zeigten viel Einsatz und Engagement und lernen im Team zu arbeiten. Außerdem werden sie mit Stresssituationen und der Wichtigkeit von Kommunikation konfrontiert.

>>> *Welche Rückmeldungen konnten Sie einfangen? Wie finden die SchülerInnen die Verbindung von Sport, Berufswelt & Charity? Oder glauben Sie, dass es in ihrem Alter noch nicht so greifbar ist?*

- > Sie sind von den sportlichen Leistungen und vom karitativen Inhalt sehr beeindruckt. Weiters ist ihnen klar geworden, wie wesentlich das organisatorische Zeitmanagement und das körperliche Engagement sind.

>>> *Wir haben bemerkt, dass viele SchülerInnen in ihrer Aufgabe als Helfer aufgegangen sind. Hatte dies einen Nachklang?*

- > Die Schüler wählen ihren Arbeitsbereich frei und können somit in jenen Bereichen arbeiten, die sie interessieren. Da der Lehrer bei diesem Event nur eine Nebenrolle spielt und die Bereichsleiter das Kommando haben, lernen wir von den Schülern andere positive Eigenschaften bzw. Verhaltensweisen kennen.

Nicht nur als Spendenprojekt sondern auch mit mehreren jugendlichen Helfern vertreten, war das **Projekt Masala**. Auch hier waren Schüler am Werk, wobei die sogenannte „Produktionsschule Zentralraum“ keine Schule im herkömmlichen Sinn ist. Denn hier können Jugendliche, die während ihrer Pflichtschulzeit nicht die erforderlichen Basiskompetenzen entwickeln konnten und daher erschwert den Einstieg in eine Berufsausbildung schaffen, diese fehlenden Fähigkeiten entwickeln und nachholen. Gemeinsam werden innerhalb eines Jahres die Einstiegsvoraussetzungen für jenes Berufsfeld trainiert, das den Möglichkeiten der Jugendlichen am besten entspricht und ihnen auch die besten Entwicklungschancen bietet. Auch hier haben wir bei **Franziska Pernthaner, „Atlas“ Ges.m.b.H.**, nachgefragt, wie der VISION RUN von den jungen Helfern erlebt wurde:

>>> *Was ist Ihr Eindruck? Welche Erfahrung nehmen die SchülerInnen als HelferInnen des VISION RUN mit?*

- > Den Jugendlichen war klar, dass ihr Auftrag einen realistischen Bezug hat und keine Übungssituation darstellt. Aus diesem Grund nahmen sie diese Art der „Arbeit“ sehr ernst und waren konzentriert bei der Sache. Es war ihnen bewusst, dass ihr Einsatz zu einem reibungslosen Ablauf beiträgt. Sie waren ein Zahnradchen im großen Vision-Run-Uhrwerk und das motivierte sie.

>>> *Welche Rückmeldungen konnten Sie einfangen? Wie finden die SchülerInnen die Verbindung von Sport, Berufswelt & Charity? Oder glauben Sie, dass es in ihrem Alter noch nicht so greifbar ist?*

- > Es kamen wenige Rückmeldungen. Wir denken, dass die Verbindung zwischen Sport, Berufswelt und Charity keine große Bedeutung für die Jugendlichen darstellte. Dennoch waren sie ein bisschen aufgekratzt und waren „angesteckt“ von der Energie des Events. Unser Eindruck war, dass der Fun-Faktor und die gute Stimmung untereinander wesentlicher für sie waren.

>>> *Wir haben bemerkt, dass viele SchülerInnen in ihrer Aufgabe als Helfer aufgegangen sind. Hatte dies einen Nachklang?*

- > Natürlich waren sie in erster Linie froh, als die Arbeit geschafft war. Nachdem wir in diesem Jahr kein Jugendlichen-Team von der Produktionsschule-Zentralraum am Start hatten (im Gegensatz zu letztem Jahr), hoffen wir, dass die Mitarbeit einige dazu motiviert hat, nächstes Jahr mitzulaufen. Wir haben die Möglichkeit im Modul Sport die Jugendlichen im Training zu unterstützen. Wir werden es sehen!

♥ -lichen Dank

an die helfenden Hände seit Beginn an

- BIRGIT • BERNADETTE • JULIA • KLAUS
- MATTHIAS • MICHAEL • NICOLE



Du packst gerne mit an und willst das Gefühl, Teil von etwas Großem zu sein, hautnah miterleben?

Dann melde dich unter info@visionrun.at,
Betreff „Volunteer“, bei uns.
Wir freuen uns auf dich!



Unser SPORT VISION-Jahr

Unglaublich, aber wahr: das SPORT VISION-Jahr 2018 ist schon wieder fast zu Ende. Obwohl einem ein Jahr immer so kurz vorkommt, ist doch eine Menge passiert, worauf wir zurückblicken können. Schaut doch mal...



19.01.2018: Meeting & Neujahrssessen

Top motiviert sind wir – wie könnte es anders sein – mit einem guten Schmaus ins neue Jahr gestartet! Nachdem wir uns lange nicht voll versammelt gesehen haben, gab es viel zu erzählen und bei einem Gläschen Wein wurde auf das kommende, hoffentlich erfolgreiche und aufregende SPORT VISION-Jahr angestoßen!

01.03.2018: Motivationsvortrag Oliver Dreier & Anmelde-Startschuss

Wir haben uns wahnsinnig gefreut, dass wir Oliver Dreier, Duathlon- und Triathlon-Weltmeister an diesem Abend ins Hollywood Megaplex St. Pölten holen konnten (siehe Seite 10). Seine packende Geschichte, wie er sich von einem verheerenden Unfall, bei dem er seinen rechten Arm verlor, wieder zurück ins Leben kämpfte, hat nicht nur die Zuschauer sondern auch uns in den Bann gezogen. Wir nahmen vor allem davon mit: „Du kannst alles erreichen, wenn du es nur wirklich willst!“. Ein Slogan, der uns für die weiteren Projekte immer wieder stärken wird und mit dem wir gemeinsam mit Oliver Dreier den Anmeldestart für den VISION RUN 2018 eröffneten.



25.05.2018: Firmentriathlon

Vereinswettkampftag! Mit 5 Teams waren wir auch heuer wieder beim Firmen- und Funtriathlon St. Pölten 2018 am Start. Unsere sportlichen Teams fühlten sich bei super Stimmung, tollen Wetter- und Wettkampfbedingungen pudelwohl und lieferten so richtig ab! Beim gemütlichen Ausklingen lassen bei anschließender Pastaparty und Siegerehrung hatten wir einiges zum Jubeln: 2. Platz des Damen-Teams, 2. Platz des Mixed-Teams und 3. Platz des Männer-Teams. Und den Award für die coolsten und VISIONärsten Laufshirts haben wir allemal abgeräumt :)

01.-31.07.2018: FIRMEN CHALLENGE

Mit der FIRMEN CHALLENGE haben wir heuer ein neues Firmenlaufevent geschaffen: eine Firmenlaufmeisterschaft mit sportlichen Crowdfunding für österreichische Firmen (mehr dazu auf Seite 10+11). Man kann sich vorstellen, dass hier einiges zu tun war: ein Logo entwickeln lassen, den richtigen Anbieter für die digitale Vernetzung mit App und Trackern zu finden, Sponsoren finden, Firmen mobilisieren, uvm. Vor allem Franz hat sich hier zig Stunden den Mund fusselig geredet und für das Projekt gekämpft! Der Einsatz unseres gesamten Teams für die 1-monatige Challenge hat der Laufmeisterschaft das richtige Trittbrett verschafft – jetzt seid ihr Firmen dran, denn auch 2019 kommt die FIRMEN CHALLENGE wieder!



Nusterer & Mayer
Rechtsanwälte OG
Riemerplatz 1
3100 St. Pölten

T: +43 2742 47087
F: +43 2742 47089
www.nmp.at
office@nmp.at

**CREATE A VISION
THAT MAKES YOU
WANNA JUMP
OUT OF BED
IN THE MORNING.**

07.-08.07.2018: Vereinausflug + Workshop

Um den fünften VISION RUN und somit unser erstes kleines Jubiläum im Endspurt endgültig auf Schiene zu bringen, wollten wir beim alljährlichen SPORT VISION Vereinausflug die Entspannung nebst dem Arbeiten in den Vordergrund stellen. Schließlich galt es auch die visionären Momente der letzten Jahre gebührend Revue passieren lassen zu können. Sprich, ein wenig Sport und Abenteuer in Verbindung mit viel Arbeit, gutem Essen und Entspannung. In Mitterbach nahe dem wunderschönen Erlaufsee haben wir genau diese Kombination gefunden! Im R&R Residenzen waren wir perfekt aufgehoben, denn wir wurden mit leckerem Essen verwöhnt und genossen den Traumausblick vom erholsamen Wellnessbereich aus. Etwas sportlich ging es beim „Erklimmen“ der Gemeindealm zu. Obwohl das Wetter sehr wechselhaft war, hat sich der „Aufstieg“ gelohnt: Sensationelles Panorama auf die umliegenden Seen und malerischen Täler motivierten uns gleich direkt zu einer kleinen Video- und Fotosession unter vollstem Körpereinsatz!

Richtig in Wallung gebracht haben wir unser visionäres Gedankengut als wir dann über Stock und Stein per Gokart und Roller in vollem Tempo den Berg hinuntersausten. Als wir uns dann mit einigen Erfrischungsgetränken abkühlten, wollte die Ideenquelle gar nicht mehr versiegen. Klingt eigentlich fast nach Urlaub ...

Wenn da nicht die „Arbeit“ gewesen wäre... Streckenfinalisierung, Hauptplatz-Planung, Programmpunkte durcharbeiten, Startblockeinteilung, und, und, und... Wie immer ging jeder mit einem ordentlich Pack an „Hausübungen“ gen Heimat aber auch mit jeder Menge neuer gemeinsamer und verbindender schöner Erinnerungen.

PS: Und weil es uns so gut dort gefallen hat, haben wir gleich MEHR aus unserem Aufenthalt herausgeholt und können euch Dank einer super Kooperation mit R&R Residenzen einen tollen Hauptgewinn bei unserem Kreuzworträtsel bieten (siehe Seite 35).

05.-07.09.2018: VISION RUN

Die Vorbereitungen vor Ort für den VISION RUN starten für uns bereits einen Tag davor. Frisch und munter ging es schon am frühen Morgen an die ersten Taten: Die Teamleiter bereiten das Material für ihre Bereiche aus den unzähligen gelieferten Kartons und Kisten vor. Dank des über Jahre entwickelten Beschriftungssystems finden wir uns schnell zurecht:) Nach einer kurzen Besprechung kennt jede/r seine ToDos und alle beginnen auszuschwirren. In den Pausen versammeln sich alle am Tisch, um sich kurz zu stärken, dann geht es schon wieder ans Werk – ihr könnt euch sicher vorstellen, dass der Tag wie im Flug vergeht! Und genauso ist es mit dem Vormittag des Lauftags. Schwubdiwups, und schon ist der halbe Tag um. Zum Glück haben wir viele helfende Hände an unserer Seite (siehe Seite 28+29), die uns mit viel Engagement & Einsatz bei allen möglichen anfallenden Arbeiten unterstützen – sonst würden wir das weder von der Manpower, noch von der Zeit her schaffen. Nur gemeinsam mit eurer Hilfe haben wir es immer wieder geschafft, dass pünktlich zum Erklängen der Worte „VISION RUN – Gemma's an“ alles für euch bereitgestanden ist. Apropos bereit: Schon bald folgt das nächste Meeting mit Nachbesprechung, bei dem wir auf einen gelungenen VISION RUN 2018 anstoßen werden und gleich wieder in die Vorbereitungen des VISION RUN 2019 starten - denn nach dem Lauf ist vor dem Lauf!

SPORTLICHE BILANZ

Auch sportlich war es für den Verein ein erfolgreiches Jahr: Bei zahlreichen läuferischen Aktivitäten und Wettkämpfen aller Vereinsmitglieder gab es auch einige Stockerl-Plätze ...

Wir freuen uns schon, uns auch im kommenden Jahr für euch ins Zeug zu legen!

Sportliche Grüße,
euer Verein SPORT VISION



Unser Botschafterteam – Repräsentanten mit Herz!

Unsere Botschafter kommen allesamt aus dem Hochleistungssport.

Ehemalige Profifußballer, Teamspieler, Weltcupfahrer und eine Olympiamedailen-Gewinnerin: alle unterstützen das MEHR an Firmenlauf! Teils noch aktiv, teils bereits in anderer Funktion, teilen sie die große Leidenschaft, Hochleistungen in ihren Disziplinen zu bringen und haben ein hohes Bewusstsein dafür, wie wichtig Bewegung für uns und unseren Körper bzw. Geist ist.

Mit unserer – um zwei aufstrebende Jungstars aus dem Alpensport gewachsenen – Truppe konnten wir großartige Repräsentanten gewinnen, die uns über ihre Kanäle und ihren Bekanntheitsgrad dabei unterstützen, für unsere Vision zu werben. Und wenn man sich z.B. ihre geposteten Facebook-Kurzvideos und Statements im Trailer und ihre Aussagen vor Ort anhört, dann merkt man: Diese vier sind mit MEHR als Herzblut dabei und können sich mit dem VISION RUN vollends identifizieren!

Gemeinsam ein sportliches Ziel erreichen, Spaß haben, feiern und nebenbei Gutes tun – darin finden sich **Toni Pfeffer, Michi Hatz, Kathi Gallhuber** und **Christoph Krenn** wieder und gehen's gemeinsam an – beim VISION RUN!



Michi Hatz und Christoph Krenn beim Start, während Kathi Gallhuber von der Piste aus die Daumen drückt. Toni Pfeffer war im Länderspiel-Einsatz.



VISIONärster Teamname 2018 gesucht!

Ganz schön kreativ, was euer Teamnamen-Generator da heuer ausgespuckt hat! Daher ist es uns gar nicht leichtgefallen und wir haben uns wieder Hilfe von unseren fünf Spendenprojekten geholt. Mit je einer Stimme hat jedes Mitglied unabhängig voneinander seine/ihre 10 Favoriten aus euren kreativen, großartigen, witzigen und teilweise wirklich gut überlegten Teamnamen gewählt.

Tatatataaaaa: Diese 10 Teamnamen haben uns überzeugt und kommen nun in die Finalrunde.

	Teamname (alphabetisch)	Firma
1	AMS Chillkröten	Arbeitsmarktservice Niederösterreich
2	Auch namenslos grandios!	Landeskrankenhaus Amstetten
3	Bio, das weiter geht	BIO AUSTRIA
4	Das Fußvolk	Landeskrankenhaus Lilienfeld
5	Die Laufmaschen	Notruf NÖ GmbH
6	Die WC-(Lauf)Enten	Geberit Produktions GmbH & Co KG
7	Gegen uns hätten wir auch gewonnen	Universitätskrankenhaus Sankt Pölten
8	Sche Schnö Miad	Landeskrankenhaus Lilienfeld
9	Sportfreunde Chiller	Universitätskrankenhaus Sankt Pölten
10	Wir hobn's net eilig	Raiffeisenbank Reg. St. Pölten eGen

Wie?, was?, wann?, wo? ihr für eure Favoriten abstimmen könnt, erfahrt ihr bald auf Facebook, über unseren Newsletter und auf unserer Website unter www.visionrun.at/voting

Doppelte Gewinnfreude

1. Das Gewinner-Team darf sich über einen € 150,- Gutschein der „insBesondere Innenstadt St. Pölten“ freuen!
2. Wenn du am Voting teilnimmst, hast auch DU die Chance, einen € 50,- „insBesondere Innenstadt St. Pölten“ Gutschein bei unserer Verlosung zu gewinnen!

Wir freuen uns schon auf eure Stimmen und sind gespannt, wer heuer das Rennen machen wird!

mehr als ein Firmenlauf

6. VISION run

Save the Date:
St. Pölten
5. September 2019
www.visionrun.at



Find us on
facebook

www.facebook.com/visionrun.at