



Extremsportler Klaus Gösweiner und prominente Begleiter laufen für den guten Zweck

Die extremen Trainingsbelastungen fuhr Klaus Gösweiner in den letzten Tagen stetig nach unten. Ausreichend Regeneration und die mentale Vorbereitung für seinen **„BeACHTlichen Gipfelsturm auf die Schladminger 4-Berge Skischaukel“** stehen nun im Fokus. Es sind nur noch wenige Tage bis zu einem weiteren Meilenstein des Extremsportlers Klaus Gösweiner.

Das Ziel zu Maria Himmelfahrt am **Freitag, 15. August 2014** lautet: die Trails der Schladminger 4-Berge Skischaukel laufend hin und zurück zu bezwingen. Insgesamt stehen Klaus Gösweiner 8 Gipfel, 80 Kilometer Wegstrecke und unglaubliche 16.000 Höhenmeter im Auf- und Abstieg bevor. Der Startschuss fällt um 02.00 Uhr nachts. Wenn alles nach Plan verläuft ist eine Zeit um 18h möglich und Klaus Gösweiner wird im Rahmen des Hauser Schlossplatzfestes gegen 20.00 Uhr, begleitet durch viele Mitstreiter, ins Ziel einlaufen.

Das Vorhaben hat neben der sportlichen Leistung einen caritativen Hintergrund. Es gilt keinen Rekord aufzustellen, sondern einen vom Schicksal schwer getroffenen Menschen damit zu helfen. *„Insgesamt werde ich mehr als 16.000 Höhenmeter (bergauf und bergab) zurücklegen und dabei mit jedem gelaufenen Höhenmeter einen schwer erkrankten und im Rollstuhl sitzenden Menschen aus der Region unterstützen“*, so Klaus Gösweiner.

In der Liste der Begleiter und damit Unterstützer reihen sich bereits viele heimische Sportprofis. Unter anderem werden der ÖSV-Skistar Philipp Schörghofer, Olympiasieger Christian Hoffmann, Paralympics Teilnehmer Michael Kurz, der ehemalige Langläufer und Ausdauersportler Andreas Ringhofer, der Triple Triathlon Weltmeister und Jurist Wolfgang Erhart, die aktuelle Tiroler Berglaufmeisterin Susanne Mair und die beiden Skibergsteigprofis und Bergläufer Markus Stock und Andreas Hofer mit dabei sein. Sie und wohl zahlreiche Freunde werden Klaus Gösweiner auf den 18 Stunden abschnittsweise Gesellschaft leisten und ihn mental unterstützen.

Die Gipfel sind dem sympathischen Ennstaler aus Haus noch in guter Erinnerung. Das Erstprojekt, die 4-Berge Skischaukel mit Tourenski zweifach zu begehen, liegt noch nicht all zu weit zurück. Am Neujahrstag 2014 folgte er seinem Vorsatz und startete um 05.00 Uhr früh zu einer Herausforderung, die ihn lange nicht loslassen sollte. Die vorgenommenen 12 Stunden unterbot Klaus Gösweiner mit einer unglaublichen Zeit von nur 10h 34min.

Die Eckdaten des aktuellen Trail-Running Projekts scheinen mit insgesamt 8 Gipfel, 80km und 8.000 Aufstiegshöhenmeter die gleichen wie im Winter zu sein. Die schmalen, steinigen und teils verwinkelten Trails über die Schladminger 4-Berge Skischaukel sind jedoch wesentlich anspruchsvoller und bergen so manche Gefahren. *„Die Streckenabschnitte bergab sind wesentlich*



härter als eine schnurgerade Skiabfahrt“, beschreibt Klaus Gösweiner die kräftezehrenden, exzentrischen Belastungen die beim Bergablaufen den Körper treffen.

Als ersten Gradmesser für die unglaublichen Trainingsumfänge von vielen tausend Höhenmeter pro Woche wählte Klaus Gösweiner den Zugspitz Ultra Trail (100km, 5.500 Höhenmetern) am 12. Juni im bayrischen Garmisch-Partenkirchen. Das Rennen verlief nicht nach Vorstellung des 34-Jährigen. Unerwartet traten nach 23 Kilometer die ersten Krämpfe auf. *„Das Rennen war für mich ab hier gelaufen“.* Von den Schmerzen und Krämpfen mental schwer angeschlagen konnte Klaus das Rennen trotzdem mit dem beachtlichen 31. Platz beenden. *„Ich wollte mir meine mentale Leistungsfähigkeit beweisen, denn physisch war ich mehr als am Ende“.* Beim 12h-Lauf in Irdning nur zwei Wochen später lief es besser. Unglaubliche 113,2 gelaufene Straßenkilometer standen nach 12 Stunden auf der Uhr von Klaus und Rang 4 im Endklassement.

Für die bevorstehende Herausforderung fühlt sich die „steirische Eiche“ physisch sowie mental gut gerüstet. Neben einem eingespielten Betreuerteam stehen Klaus Gösweiner zusätzlich ein Physiotherapeut und ein zweiköpfiges Ärzteteam zur Seite. Wie immer sind es viele Variablen die so ein Vorhaben von Erfolg krönen. Wenn alles nach Plan verläuft, erfolgt der Zieleinlauf am Abend gegen 20.00 Uhr im Rahmen des Hauser Schlossplatzfests.

Es folgt:

- 1 Pressemeldung inkl. zahlreicher Bilder nach dem Vorhaben
- 1 Imagevideo

Kontakte:

Michael Költringer
Marketing Manager DYNAFIT, POMOCA & SILVA
Tel: +43 662 45127010
Fax: +43 662 451280
Mob.: +43 664 88695699
E-Mail: michael.koeltringer@dynafit.at

Mag. Klaus Gösweiner
Weißbach 204
8967 Haus/Ennstal
Mob.: +43 664 46 46 481
E-Mail: goesweiner@haus.at
Homepage: www.goesweiner.com