



# Salzburg 10K

für Jedefrau & Jedermann

8. Oktober 2023

## Salzburg\_10K mit Österreichischen Meisterschaften

Etliche der besten Läuferinnen und Läufer Österreichs starten am 8. Oktober bei den Österreichischen Meisterschaften im 10km-Straßenlauf im Rahmen des Salzburg\_10K mit Start und Ziel im Volksgarten. Gemeinsam mit den Meisterschaftsläufer\*innen gehen die Freizeitläufer\*innen beim Salzburg\_10K für Jedefrau & Jedermann auf die Strecke. Die Voranmeldung läuft noch bis kommenden Sonntag.

Am 8. Oktober folgt der nächste Höhepunkt im Salzburger Laufkalender. Der Salzburg\_10K bietet allen Laufbegeisterten die wunderbare Möglichkeit, auf einer schnellen und flachen Laufstrecke entlang der Salzach ihre individuellen Fähigkeiten auf dieser Distanz unter Beweis zu stellen. Durch die Austragung der diesjährigen Österreichischen Meisterschaften im 10km-Straßenlauf vereint der Event auf beispielhafte Art und Weise den Spitzensport mit dem Freizeitsport.

Durch etliche Austragungen von Staatsmeisterschaften im Marathon oder im Halbmarathon, unter anderem zuletzt jene im Halbmarathon im Rahmen des traditionsreichen Jedermannlauf in den Jahren 2014, 2016 und 2020, hat der Club RunAustria viel Erfahrung in der Ausrichtung nationaler Titelkämpfe.

### Die klassische Volkslauf-Distanz

Die erfolgreiche Bewerbung für die Ausrichtung der Österreichischen Meisterschaften ermöglichte die Rückkehr der klassischen Volkslaufdistanz in den Salzburger Laufkalender. Die Distanz von zehn Kilometern erfreut sich immer noch großer Beliebtheit. „Sie ist sehr anspruchsvoll für sportlich Ambitionierte, sie so schnell wie individuell möglich zurückzulegen. Sie ist gleichzeitig ein tolles Wettkampfziel für Einsteiger\*innen als Bestätigung für die Entwicklung ihres Fitnesslevels. Sie ist ein Sprungbrett für längere Distanzen und gleichzeitig ein hervorragender Ausdauerstest“, erklärt Veranstalter Johannes Langer, der seit über vier Jahrzehnten als Diplomtrainer Leistungs- und Freizeitsportler betreut.

### Flache, schnelle Strecke

Der Salzburg\_10K besticht durch eine optimale Eventbühne. Als urbane Destination ist Salzburg aus ganz Österreich und angrenzenden Nachbarländern gut erreichbar. Der Volksgarten ist wie gemacht für Sportveranstaltungen, seine Zentrumsnähe garantiert City-Atmosphäre und die herrliche Kulisse der Salzburger Altstadt.

Förderer



Pressekontakt:

SportImPuls Verlags- & Marketing GmbH  
Mag. Thomas Kofler  
e thomas.kofler@sportimpuls.at  
m +43-676/65 42 195  
t +43-699/170 42 195  
f +43-662/62 68 68

www.lauffests Spiele.at  
www.salzburg-marathon.at  
www.instagram.com/salzburgmarathon  
www.facebook.com/salzburg.marathon

Jakob-Auer-Straße 8  
A-5020 Salzburg



# Salzburg 10K

für Jedefrau & Jedermann

8. Oktober 2023

Zweitens ist die flache Strecke entlang der beiden Salzachufer optimal für schnelle Laufzeiten. Sie führt vom Start in der Hundertwasserallee südwärts, den Wendepunkt bildet die Hellbrunner Brücke, ehe die Läufer\*innen am westlichen Salzachufer entlang und über die Karolinen Brücke zurück in den Volksgarten laufen, wo eine finale Schleife zur Ziellinie am Ignaz-Rieder-Kai führt. Die Strecke ist nach den Vorgaben von World Athletics und der AIMS vermessen, wodurch erzielte Leistungen in die offiziellen Bestenlisten aufgenommen werden können. Die 5km-Meisterschaften der Altersklasse U18 werden auf einem Rundkurs innerhalb des Volksgartens ausgetragen, die Strecke ist ebenso offiziell vermessen.

Die Wahl der Strecken führt zu keinerlei Einschränkungen für den Öffentlichen Stadtverkehr und zu nur minimalen und kurzen Einschränkungen für den motorisierten Verkehr am Ignaz-Rieder-Kai. Mit den sportlichen Salzburger\*innen, die am 8. Oktober mit dem Fahrrad auf den Fahrradwegen entlang der Salzach unterwegs sind, vertraut der Veranstalter auf bereits bewährtes, gegenseitiges Verständnis und Rücksichtnahme in entspannter Atmosphäre.

## Voranmeldung schließt am 1. Oktober

Die Voranmeldung für den Salzburg\_10K ist noch bis inklusive Sonntag, 1. Oktober geöffnet. Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer an den Österreichischen Meisterschaften bzw. den beiden Landesmeisterschaften melden sich über die Anmeldeplattform des Österreichischen Leichtathletik-Verbandes an, alle Freizeitläufer\*innen über die offizielle Veranstaltungswebsite [lauffestspiele.at](http://lauffestspiele.at).

Eine Last-Minute-Anmeldung ist am Veranstaltungswochenende noch möglich, sie ist in die Startnummernabholung am Samstag, 7. Oktober in der Hervis-Filiale im Einkaufszentrum „Forum 1“ am Salzburger Hauptbahnhof integriert.

## Austrian Doctors Charity-Partner

Charity-Partner des Salzburg\_10K sind die Austrian Doctors. Mit einem Spendenbeitrag von nur 9 Euro, entweder im Rahmen der Online-Anmeldung, am Stand der Austrian Doctors am Veranstaltungswochenende oder direkt an den Charity-Partner, wird einem Kind in Bangladesch der Schulbesuch im Zeitraum von einem Monat ermöglicht – Schuluniform, Lernmaterialien und eine warme Mahlzeit täglich inklusive.

Förderer



Pressekontakt:

SportImPuls Verlags- & Marketing GmbH  
Mag. Thomas Kofler  
e [thomas.kofler@sportimpuls.at](mailto:thomas.kofler@sportimpuls.at)  
m +43-676/65 42 195  
t +43-699/170 42 195  
f +43-662/62 68 68

[www.lauffestspiele.at](http://www.lauffestspiele.at)  
[www.salzburg-marathon.at](http://www.salzburg-marathon.at)  
[www.instagram.com/salzburgmarathon](https://www.instagram.com/salzburgmarathon)  
[www.facebook.com/salzburg.marathon](https://www.facebook.com/salzburg.marathon)

Jakob-Auer-Straße 8  
A-5020 Salzburg



# Salzburg 10K

für Jedefrau & Jedermann

8. Oktober 2023

## Zeitplan am 8. Oktober:

- 8:25 Uhr: Österreichische Meisterschaften im 5km-Straßenlauf, Altersklasse U18 männlich
- 8:26 Uhr: Österreichische Meisterschaften im 5km-Straßenlauf, Altersklasse U18 weiblich
- 9 Uhr: Österreichische Meisterschaften im 10km-Straßenlauf, Allgemeine Klasse, U23, U20 & Masters inklusive Salzburger und Wiener Landesmeisterschaften
- 9 Uhr: Salzburg\_10K (Jedermannlauf)

Alle Informationen zur Veranstaltung und den Anmeldemöglichkeiten finden Sie unter [lauffestspiele.at](http://lauffestspiele.at)

## Förderer



## Pressekontakt:

SportImPuls Verlags- & Marketing GmbH  
Mag. Thomas Kofler  
e [thomas.kofler@sportimpuls.at](mailto:thomas.kofler@sportimpuls.at)  
m +43-676/65 42 195  
t +43-699/170 42 195  
f +43-662/62 68 68

[www.lauffestspiele.at](http://www.lauffestspiele.at)  
[www.salzburg-marathon.at](http://www.salzburg-marathon.at)  
[www.instagram.com/salzburgmarathon](https://www.instagram.com/salzburgmarathon)  
[www.facebook.com/salzburg.marathon](https://www.facebook.com/salzburg.marathon)

Jakob-Auer-Straße 8  
A-5020 Salzburg