

austria extreme

TRIATHLON

2023

Starter Journal



 **EXTREME
TRIATHLON**
SERIES

Interviews

Einzelstarter & Teams

Die Sache mit dem
WIE oder WARUM?

Upcycling





Maria Schwarz
Präsidentin

Liebe Athletinnen und Athleten, Unterstützer und Freunde des Austria eXtreme Triathlon!

Du hältst nun die dritte Ausgabe des Starter Journals in Händen. Hier findest du spannende Hintergrundinformationen und Interviews mit Finishern und jenen Menschen, die den Austria eXtreme Triathlon möglich machen. Alle Einzel- sowie Team-Starterinnen und Starter 2023 sind aufgelistet.

Bereits zum 8. Mal wird am 24. Juni 2023 die Startglocke zum Austria eXtreme Triathlon läuten. Die Organisation des Rennens ist natürlich nur mit der tatkräftigen Unterstützung von vielen Volunteers, Unterstützern und Partnern möglich. Ihnen allen sei an dieser Stelle von ganzem Herzen gedankt. Gemeinsam mit euch schaffen wir es auch immer wieder, den Austria eXtreme Triathlon weiter zu entwickeln. So sind wir seit drei Jahren eine Station der Extreme Triathlon Series.

Wie in den letzten Jahren bitten wir einige spannende und nachhaltige Initiativen im Umfeld des Austria eXtreme Triathlons vor den Vorhang. Auf den folgenden Seiten sind es gleich drei Startups: So könnt ihr euch die handgefertigten Balance Boards von Tim Nöhner genauer ansehen. Ebenso die großartige Veranstaltung der Handpan Summer Academy unter der Leitung von Bernadette Schwarz, welche im Juli 2023 zum zweiten Mal stattfindet. Und schließlich die Kochkurse von Kathrin Schwarz in Basel, mit welchen die Marken Österreich und Steiermark weitergetragen werden.

Nachhaltigkeit liegt uns am Herzen und so haben wir einen kreativen Weg gefunden Nichtverwendetem neues Leben einzuhauchen – lasst euch überraschen!

Besonders freut mich, dass wir wie im Jahr davor auch 2022 im Rampenlicht einer renommierten Auszeichnung standen. Der Austria eXtreme Triathlon wurde als bundesweit beste Veranstaltung ausgezeichnet!

Alle detaillierten Informationen zum Ablauf des Austria eXtreme Triathlons und die Streckenbeschreibung findet ihr in bewährter Form im Handbuch und im Stroßnbuch.

Ich wünsche euch viel Freude beim Lesen und freue mich über ein persönliches Kennenlernen beim Briefing und eine Umarmung im Ziel.

Eure Maria Schwarz





Liebe Starterinnen und Starter!

Es freut mich, wieder ein paar Grußworte an Euch richten zu dürfen, so quasi vom Pensionisten an die jungen Wilden! Zumindest aus sportlicher Sicht und jetzt in der Mission des örtlichen Triathlonverbandes.

Als Vertreter dieses freut es mich eine Veranstaltung wie diese in der Steiermark beheimatet zu sehen. Ich weiß nicht, ob euch das bewusst ist, aber der Austria X-trem wurde zum 2. Mal in Folge als Veranstaltung des Jahres vom Österreichischen Triathlonverband gewählt bzw. von den Fans über ein Onlinevoting. Zurecht würde ich wohl sagen, dass die Fangemeinde so groß ist. Ich glaube, das Prädikat einzigartig trifft es gut, das Ambiente ein Wahnsinn, ihr, die Teilnehmer, sensationell und Hut ab, aber auch die vielen Helferleins und natürlich auch die werten Organisatoren top!

Eigentlich hatte ich das Versprechen ja abgegeben Euch direkt auf der Strecke beim Schwimmen, Radfahren und Laufen zu unterstützen und mit dabei zu sein. Ganz habe ich euren Mut noch nicht. Aber die Idee ist auf jeden Fall am Reifen. Auf jeden Fall drücke ich Euch fest die Daumen, dass ihr den Tag genießt und er euch positiv in Erinnerung bleibt, wie kein anderer. Habt immer im Gedächtnis, all die Leiden des Trainings oder am Sölkpass und dem Anstieg auf die Südwandhütte gibt es 1000-fach an der Ziellinie zurück.

Danke liebe Maria und lieber Hugo, dass ihr mich immer wieder dabei habt!
Bleibt gesund und bis bald!

Dr. Werner Leitner

Präsident des Steirischen Triathlonverbands

Vorwort **Erich Gosch & Ernst Fischbacher**



Liebe Athlet*Innen!

Sportlich herausragende Leistungen finden ihren Ausgang im Kopf. Die Umsetzung wird körperlich trainiert, das Finale findet aber wieder in der persönlichen Willenskraft seine Krönung. Diese ausgeprägte Willenskraft spürt man jährlich, wenn Menschen aus aller Welt ihre besonderen Leistungen und Fähigkeiten unter Beweis stellen.

Der „Austria eXtreme Triathlon“ ist mittlerweile zu einer beliebten, anerkannten und bestens organisierten Veranstaltung geworden. Athlet*Innen werden in der wunderbaren Naturkulisse der Steiermark zum Sinnbild für außergewöhnliche Leistungen, gepaart mit unbändiger Willenskraft.

Ein perfekt aufgestelltes Betreuerteam ist Garant für einen unvergesslichen Sporttag in freundlich familiärer Atmosphäre.

Ich unterstütze diese Veranstaltung mit Stolz und höchster Demut gegenüber allen Beteiligten und freue mich schon wieder auf einen ereignisreichen Tag.

Bgm. Erich Gosch

Marktgemeinde Feldkirchen bei Graz



Mit großer Freude und Spannung warten wir auf den Start des heurigen Austria extreme Triathlon, mittlerweile eine Traditionsveranstaltung für unsere Gemeinde, Region und die ganze Steiermark.

Wir stehen in diesen Tagen im Mittelpunkt des Triathlonsports – einer Ausdauersportart die seinesgleichen sucht, umgeben von einer einzigartigen Kulisse, Start in unserer Landeshauptstadt, Ziel die westlichste Gemeinde der Steiermark, am Fuße des Dachsteins der höchste Berg des Landes und in der Landeshymne verewigt. Ein Dank an das Team und die Veranstalter für die vorbildliche Organisation.

Grüße aus der Ramsau.

Bgm. Ernst Fischbacher

Ramsau am Dachstein



Gemeinsam mit 4 weiteren Ländern ein einzigartiges und unvergessliches Projekt auf die Beine zu stellen war nicht einfach, so Maria Schwarz Präsidentin des Austria eXtreme Triathlon.

Jede erfolgreiche Teilnahme wird mit einer Puzzle Medaille belohnt. Wer fünf eXtrem Triathlons gemeistert hat, hält eine einzigartige Trophäe in der Hand. In dieser Trophäe findet jede gesammelte Puzzle Medaille einen würdigen Platz.

Auch in der Extreme Triathlon Series bleibt jeder einzelne Triathlon eigenständig und wahrt seine ganz persönliche Philosophie. Stärke, Intelligenz, Emotion – all das benötigt ein erfolgreicher Triathlet. Genau das wird auf allen 5 Strecken auf die Probe gestellt.

Die Extreme Triathlon Series begann 2021 in Spanien



Pirene Xtreme Triathlon, 20.05.2023

startet im Terradets Reservoir. Die Athleten werden einen Teil der Pyrenäen überqueren und entlang der Strecke die einzigartige Flora und Fauna der Region erleben. Dieser besonders anspruchsvolle Triathlon beinhaltet einen Höhenanstieg von 4400 m, die mit dem Rad auf einer Strecke von 177 km und einem 40 km langen Traillauf zurückgelegt werden. Letzteres führt die Teilnehmer an den höchsten Punkt der Route – das 2200 m über dem Meeresspiegel gelegene Plateau Prat De Bacies. Dieser Triathlon stellt Körper und Geist vor eine anspruchsvolle Probe, die nicht nur mit dem Einlauf ins Ziel belohnt wird. Majestätische Berge, einzigartige Landschaften und historische Dörfer sind Teil der Route, die den Triathlon unvergesslich machen.



Austria eXtreme Triathlon, 24.06.2023

startet im Süden von Graz. Ein Sprung in das kalte Wasser der Mur bildet den Startschuss. Auch im Hochsommer übersteigen dessen Temperaturen 14 °C nicht. An die 3,8 km lange Schwimmstrecke schließen sich 186 km Radfahren und 44 km Laufen an. Doch nicht die Länge der Strecke ist die wahre Herausforderung. Während der Radstrecke sind die Teilnehmer einem Höhenunterschied von fast 3900 m ausgesetzt. Die anschließende Laufstrecke hat 1850 Höhenmeter vorzuweisen.

Dieser Triathlon bedeutet Natur pur und führt von sattgrünen Feldern bis hin ins schneebedeckte Gebirge des Dachsteinmassivs.



Stonebrixiaman, 01.07.2023

startet um 4 Uhr morgens mit einer Schwimmstrecke von 3,8 km. In Sulzано geht es hinaus aus dem Wasser und rauf auf das Rad. Die 180 km lange Route führt in Richtung Vello Toline, entlang des Tals Val Camonica und endet schließlich in der Gemeinde Ponte di Legno. Nun folgt ein 42 km langer Lauf. Der höchste Punkt der gesamten Strecke befindet sich auf 2600 m über dem Meeresspiegel. Einen derartig anspruchsvollen Triathlon zurückzulegen, erfordert eine Menge Ehrgeiz und Willenskraft – und vielleicht auch etwas positiven Wahnsinn.



Winterman, 15.10.2023

Eine märchenhafte Landschaft der Tschechischen Republik machen die Strecke so besonders. Allein den außergewöhnlichen Start des Triathlons wird kein Teilnehmer noch einmal in dieser Form erleben. Alles beginnt in absoluter Dunkelheit im eiskalten Wasser. Auf der Radstrecke werden mehr als 3000 Höhenmeter zurückgelegt, was die vergleichsweise niedrige Durchschnittsgeschwindigkeit von 20 bis 26 km/h erklärt. Während des 43 km langen Laufs ist das Ziel bereits zu sehen und schenkt den Teilnehmern einen ordentlichen Motivationsschub. Der letzte Teil endet mit einem steilen steinigen Anstieg zum 1012 m hohen Jested, der jeden Zielläufer mit einer atemberaubende Aussicht belohnt, und die Emotionen in die Höhe treibt.



Knysna Extreme Triathlon, 18.11.2023

führt entlang der malerischen Garden Route. Los geht es mit einer 5 km langen Schwimmstrecke in der Lagune Knysna Estuary. Die folgenden 174 km führen durch Küsten-, Berg- und Halbwüstengebiete und werden mit dem Rad bestritten. Weiter geht es mit einer 50 km langen Laufstrecke entlang des Prince Alfred's Pass. Er führt die Teilnehmer über Bergtäler, Felder und Wälder von Karoo bis zur Diepwalle Forest Station. Diese Route stellt nicht nur das eigene Fitnesslevel auf die Probe, sondern testet auch die psychische Stärke und den Kampfgeist.

Weitere Informationen findest du unter: www.xtri-series.com



Endlich Ruhe.

Abstand nehmen von der Welt und ihren Themen.

Loslassen. Alles hinter sich lassen. Wieder frei sein. Dafür sind die Sölk­täler der ideale Ort. Hoch oben in den Bergen. Umgeben von majestätischen Gipfeln und einsamen Almen. Unter endlosem Himmel. An einem Ort der Kraft.

Dem Bedürfnis nach Ruhe folgen. In dieser so hektischen Zeit. Wieder Lebendigkeit spüren. In unberührter Natur. Und Energie tanken.

Raufkommen zum Runterkommen.

„Schon Erzherzog Johann von Österreich (1782–1859) wusste die Abgeschiedenheit und die Idylle der Sölk­täler zu schätzen. Schön, dass sich seit seinen Urlauben in der Steiermark kaum etwas verändert hat – vor allem nicht: die Ruhe.“

Naturpark: Prädikat erhaltenswert

Malerische Bergdörfer, sanfte Almböden, wilde Gebirgsbäche und beeindruckende Gipfel prägen den Charakter der Sölk­täler, die auf einer Gesamtfläche von 288 km² auch den Rahmen für einen der sieben steirischen Naturparke bilden.

Durchatmen.

Schon mit dem ersten Atemzug werden Sie spüren, wie gesund und rein die Luft in unserem Naturpark ist. Wasser. Elixier des Lebens. Der Name „Sölk“ bedeutet ursprünglich „fließendes Wasser“, was auf den großen Wasserreichtum der Region zurückzuführen ist. Freuen Sie sich auf wilde Bäche, majestätische Wasserfälle und malerische Seen, wie dem Schwarzensee, den größ-

ten Bergsee der Niederen Tauern.

Berge. Wandern

Junge Entdecker und erfahrene Bergsteiger kommen in den Sölk­tälern in der Steiermark gleichermaßen auf ihre Kosten. Rund um den Großen Knallstein, mit 2.599 Metern einer der höchsten Berge der Niederen Tauern, reihen sich hier noch viele weitere aussichtsreiche Gipfel aneinander. Angefangen von kleineren, familienfreundlichen Wanderungen, bis hin zu anspruchsvollen Bergtouren mit Kletterabschnitten – die Sölk­täler bieten ein abwechslungsreiches Angebot für alle Gipfelstürmer.

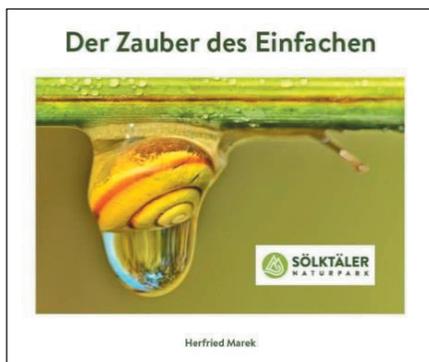
Weltgeschichte. Sölker Marmor

Schon in der Bronzezeit spielte der Handelsweg über den 1.788 Meter hoch gelegenen Sölkpass eine wichtige Rolle. Die Reste dieses alten Saumpfadens sind noch heute gut zu erkennen, auch ein frühzeitlicher Brandopfer-Platz konnte nachgewiesen werden. Unser Eiszeit-Themenweg am Fuße des Sölkpasses zeigt viele eiszeitliche bedingte Landschaftsformen und einen Einblick in Millionen Jahre alte Erdschichte. Ein weiterer Zeuge der Urzeit ist auch der Sölker Marmor, der aufgrund seiner hohen Qualität am internationalen Naturstein-Markt einen sehr hohen Stellenwert genießt. Ein Besuch im örtlichen Marmorwerk gibt zeigt Ihnen Wissenswertes von der Entstehung bis zur Verarbeitung dieses faszinierenden Steins.

TIPP Bildband

„Der Zauber des Einfachen“

Herfried Marek – einer der besten österreichischen Naturfotografen – gibt auf 200 Seiten mit über 330 faszinierenden Bildern Einblick in den Naturpark Sölk­täler in der Region Schladming-Dachstein





Markenzeichen. ALM"ROAS"

In den Söltkälern finden Sie nicht nur Ruhe und Einkehr, sondern auch die unverwechselbare Herzlichkeit der steirischen Gastfreundschaft. Viele unserer Almen, die sowohl Übernachtung als auch Bewirtung anbieten, werden heute noch traditionell geführt. Kühe, Schafe und Ziegen leben frei aufblühenden Almwiesen. Die Qualität und der Geschmack der regionalen Produkte sind vor allem auch durch diese guten Lebensbedingungen des Viehs begründet.

GenussGedanken. Heimatliebe

Tief verwurzelt. Mit der Region und ihren Gaben. Von mild bis wild. Von beerenstark bis kräuterfein. Der Ennstaler Steirerkas ist das kulinarische Wahrzeichen der Region und wurde von der EU als geschützte Ursprungsbezeichnung geschützt. Heute gehört er zu einer typischen Jause im Ennstal. Auf den Almen gibt es neben dem Steirerkas noch viele weitere köstliche, selbst hergestellte Almprodukte wie Almbutter, Krapfen, selbstgemachte Säfte, Almrahmsuppe, Schnäpse, Käsespezialitäten, Selchwaren, Wild und vieles mehr.

Natur. Schloss Großsölk.

Unsere ausführlich beschilderten Themenwege geben einen spannenden Überblick über die wichtigsten Heilkräuter der Region Söltkäler, sowie viele weitere interessante Einblicke in die Lebensräume Wald



und Wasser. Empfehlenswert ist außerdem ein Besuch der Ausstellung Klimawandel: Klimaverlierer! Klimagewinner im Schloss Großsölk, dem ersten Naturparkhaus Österreichs, und der anschließende Spaziergang durch den Garten im Innenhof vom Schloss. Hier werden über 200 verschiedene Pflanzen kultiviert, darunter auch alte, traditionelle Sorten, welche beinahe in Vergessenheit geraten sind.

Ennstaler Tradition- das Almdiplom:

Hier können Sie ihr Wissen und ihre Geschicklichkeit unter Beweis stellen. Gemeinsam mit einem speziell ausgebildeten Almführer melkt man Kühe, werden Krapfen gebacken und erfährt viel über Almpflanzen und Tiere - das alles und vieles mehr muss eine Sennerin auf der Alm beherrschen. Nach bestandener Prüfung erhalten die Teilnehmer das Original Ennstaler Almdiplom.

follow us on



naturpark@soelktaeler.com
www.soelktaeler.com

SO OF SUND



TRASTE



Josef: Hugo vielen Dank, dass du dir Zeit für dieses Interview genommen hast. Kannst du uns etwas über die Verbindung von Wirtschaft und Sport im Zusammenhang mit dem Austria eXtreme Triathlon erzählen?

Hugo: Gerne, ich freue mich darauf. Also, wir haben einige Sponsoren und Partner aus der Wirtschaft, die uns unterstützen, um diesen einzigartigen Triathlon in Österreich auf die Beine zu stellen. Und wir bieten ihnen auch eine Plattform, um sich zu präsentieren und ihr Engagement im Sport und in der Region zu zeigen.

Josef: Und wie profitieren diese Sponsoren und Partner vom Austria eXtreme Triathlon?

Hugo: Nun, sie haben die Möglichkeit, sich einem anspruchsvollen und exklusiven Publikum zu präsentieren. Unsere Athleten und ihre Supporter kommen aus der ganzen Welt und sind in der Regel gut ausgebildet, gut verdienend und sehr sportbegeistert. Es ist also eine großartige Gelegenheit, ihre Marke zu stärken und ihre Produkte oder Dienstleistungen zu bewerben.

Josef: Verstehe, und wie siehst du die Zukunft des Autxtri und die Verbindung von Wirtschaft und Sport?

Hugo: Wir haben noch viel Potential und können noch weiter wachsen. Aber ich denke auch, dass es wichtig ist, dass wir uns weiterhin auf Qualität und Exklusivität konzentrieren und die Balance zwischen Sport und Wirtschaft finden. Wir wollen weiterhin einzigartig bleiben und eine Plattform bieten, die für alle Beteiligten von Vorteil ist.

Josef: Hugo, du bist auch Veranstalter von 100 Minuten Film & Talk, welches am 13. September im Schuberkino zum vierten mal stattfindet. Kannst du uns darüber etwas erzählen?

Hugo: Das Format '100 Minuten Film & Talk' ist einzigartig in der Triathlon-Szene und bietet hier die Möglichkeit, den Sport aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten und mit inspirierenden Interviewpartnern zu diskutieren.

Josef: Vielen Dank für deine Ansichten Hugo. Wir freuen uns auf den nächsten Austria eXtreme Triathlon.

Hugo: Danke, es war mir eine Freude! Wir sehen uns am 24. Juni 2023.

Versicherungsagentur
SCHWARZ&PARTNER
LEISTUNG AUS LEIDENSCHAFT

www.versicherungsteam.at



Wieder ein Jahr wo der Autxtri stattfinden konnte, wieder eine erfolgreiche Veranstaltung wo du Erich wieder als einer der Hauptsponsoren mit an Board warst, bist du es heuer auch wieder?

Sponsoring für eine Herzensangelegenheit zieht man nicht wie Laufschuhe aus sondern versucht es auch so lange es wirtschaftlich machbar ist weiter zu machen. Auch heuer bin ich wieder einer der Hauptsponsoren und Teil der Veranstaltung!

Deine finanzielle Unterstützung nehmen wir sehr dankbar entgegen, deinen menschlichen und körperlich fordernden Einsatz im Team dürfen wir auch wieder einplanen?

Die Firma fordert mich das ganze Jahr ganz schön, mein Ausgleich im Reitsport hilft mir da etwas Ruhe zu finden und die Vorbereitungen und das Rennwochenende helfen mir so manche physische Grenze bei mir auszuloten, ja ich bin wieder mit dabei, auch wenn es von Jahr zu Jahr anstrengender wird, ich werde wohl auch nicht jünger.

**Erich Schwarz
Geschäftsführung
iQ Dämmstofftechnik GmbH**

Das Interview mit Erich führte unser Moderator Josef Pflieger, Inhaber der Eventagentur Kwer-Event.





1

Christian Maul
GER

supported by
Norbert Krause



2

Dominique Lothaller
AUT

LG Kirchdorf

supported by
Roman Kasper



3

Christian Schwald
AUT

supported by
Gerhard Schluder



4

Andrea Gabriele
AUT

MT Hausmannstätten

supported by
Eva Gabriele



5



Hannes Bschaden
AUT

AufiOwi Sport Wielandner

supported by
Peter Wildzeiss



6

Roberto Turati
ITA

supported by
Matteo Bin



8

Thomas Eibinger
AUT

Team Trialize

supported by
Christian Vötsch



10

Mandy Jung-Kämmler
GER

MaJu SRL-United e.V.

supported by
Ingo Pung

Die Sache mit dem WIE oder WARUM?



Jeder Mensch kennt es. Jeder Mensch hat sich schon einmal Ziele gesetzt und sie gleich wieder in die gedankliche Mülltonne geworfen. **WARUM? WIESO?** Weshalb gibt es Menschen, die sich Ziele setzen und alles erreichen und wieso gibt es Menschen, die sich Ziele setzen, diese aber eher selten bis gar nicht erreichen? Sind die einen Glückskinder und die anderen einfach nur vom Pech verfolgt? Oder machen viele Menschen einfach alles richtig? Diese Frage hat sich bestimmt schon jeder einmal gestellt. Zu welchem Typ gehörst du? Bist du ein Ziel-Erreicher? Oder doch der Typ Mensch, der vor dem Ziel steht und sich fragt, wie soll ich es bis zum Ende schaffen? Und genau da befinden wir uns jetzt. Ich behaupte aus meinen eigenen Erfahrungen: Du musst nicht wissen WIE du dein Ziel erreichst, du musst nur wissen WARUM du es erreichen willst.

Wenn dein WARUM stark genug ist, kommt das WIE von selbst.

Viele Menschen setzen sich Ziele, wollen etwas erreichen, beschäftigen sich aber nicht mit ihrer mentalen Stärke. Sie tun und machen und überlegen dabei aber nicht, warum sie es eigentlich wollen. Ob als Ziel ein Marathon gesetzt, ein Triathlon oder einfach nur Sport treiben, man fängt an, ist motiviert und es dauert meistens nicht lange bis sich die ersten Hürden einstellen. Als Hürde bezeichne ich zum Beispiel: Beruf, Zeitmangel, Familie, Krankheiten u.v.m. Eine Zeit lang geht das ja gut und dann kommt der Punkt, an dem viele aufgeben. Sie scheitern

kurz vor ihrem Ziel. Um erfolgreich zu sein, braucht man ab und zu auch ein bisschen Glück – das gebe ich zu.

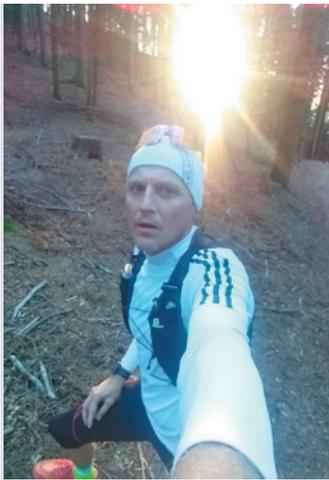
Zum Glück gehört auch ein passendes Wetter am Tag deines Bewerbes. Der Rest ist Motivation und Einstellung. Im Triathlon ist das dann die vierte Disziplin – neben radfahren, laufen und schwimmen. Das ist zumindest meine Erfahrung als Ultraathletin.

Wenn dein WARUM stark genug ist, wirst du ALLES erreichen.

Denke genau jetzt an den Austria eXtreme Triathlon! Was ist hier dein warum? Warum bist du heute hier und liest diese Zeilen? Du hast es bis hierher schon geschafft. Hast gute und auch nicht so gute Trainings hinter dir. Wenn sich jetzt noch Hindernisse einstellen, dann braucht es schon einen starken Antrieb. Mach dir immer wieder bewusst, was deine Motivation ist und wie gut es sich anfühlen wird, den Austria eXtreme Triathlon gefinisht zu haben. Dann wirst du dein Ziel erreichen, egal was sich dir noch in den Weg stellt. Ich bin mir sicher das klappt auch bei dir. Das Team des Austria eXtreme Triathlon samt Volontärs wird dir einen Zieleinlauf bieten, den du nie vergessen wirst. Da bin ich mir sicher. Du musst an diesem Tag nur schwimmen, radfahren und laufen!

Alles Gute für dich und wir sehen uns im Ziel. WARUM? Weil ich an DICH und deine Stärke im Triathlon glaube und weil du deinen Namen auf der Finisherliste des härtesten Triathlons Österreichs lesen willst!

Eure Claudia Müller



12

Wolfgang Pfeiffer
AUT
RC TRI RUN ATUS Weiz

supported by
Lang Thomas



14

Hermann Illmer
AUT

supported by
Petra Illmer



16

Christian Weißenbacher
AUT
Radklub Birkfeld

supported by
Karl Scherf



18

Thomas Schallenberg
GER
Wentorf bei Hamburg

supported by
Dr. Astrid Kirsch



20

Wim Doutreloigne
BEL
S3K

supported by
wim depraeter



22

Markus Sartory
GER
RC Lüdenscheid

supported by
Melanie Bleiweiß



24

Thomas Conrad
CHE

supported by
Thorsten Kobuss



26

Jörg Hauenschild
AUT
RATS Amstetten Sportunion

supported by
Daniela Hornaus

Fragen an **Christian Maul**



Von Graz auf den Dachstein, eine Herausforderung die es in sich hat, warum motiviert dich das?

Ich habe das letztes Jahr als Betreuer von Markus erlebt und war durchweg begeistert von der Strecke und natürlich von allen drum herum.

Welche Teilnahmen sind heuer für dich geplant und wie schaut der Trainingsplan dazu aus?

Mein Highlight wird der Start bei Euch sein.

Dann stehen noch 24 Stunden Radrennen am Nürburgring und der Allgäu Triathlon, sowie ein hügeliger Marathon (P-Weg) und diverse MTB Rennen und Crossduathlons auf dem Programm.

Training, Beruf und Familienleben, wie einfach oder wie schwer ist dies zu vereinbaren?

Da ich glücklicherweise immer nur bis 14.00 Uhr arbeiten muss und meine Partnerin die Nadja welche im Teambwerb den Radpart übernimmt auch ganz genau so verrückt ist wie ich passt das alles super ins Leben.

A promotional graphic for the Wild Naya Handpan Summer Academy. It features a central illustration of a handpan instrument with a stylized bird and a hand. Surrounding this are numerous circular portraits of participants, each with their name written below. The names include: MEA, KRISTA HOLLAND, KERSTIN KAUFMANN, AMALUA, JAN BARNICK, DAN MULQUEEN, RAFAEL SOTOMAYOR, PABLITO BERTONE, DAVID BEWEGT, KIRILL OSHEROV, JARON TRIPP, BERNADETTE SCHWARZ, AMIN VARKONYI, NADISHANA, ALEXANDER MERCKS, QUENTIN KAYSER, KABEÇAO, DAVID KUCKHERMAN, SAM ARCHER, and AMY NAYLOR. At the bottom, the text reads: WILD NAYA HANDPAN SUMMER ACADEMY 11TH - 17TH OF JULY 2023 HANDPAN - WILDERNES - MOVEMENT - SOUND WWW.WILDNAYA.COM



28

Olli Kinnunen
FIN

supported by
Jukka Erkkilä



30

Manfred Lindner
AUT

Personal Peak

supported by
Philipp Reiner



32

Laurentiu Vladan
ROU

Unstoppable Sport Club

supported by
Alexandru Serban



34

Marius Pandelache
ROU

Unstoppable Sport Club

supported by
Bogdan Ionita



36

Filip Ilie
ROU

Unstoppable Sport Club

supported by
Ilie Razvan



38

David Pacini
ITA

A.S.D. Freestyle

supported by
Federico Gonfiantini



40

Tudor Gherghel
ROU

Unstoppable Sport Club

supported by
Roxana Gherghel



41

Florian Kock
AUT

supported by
Daniel Bell

TOURI PRINT

Ein MUSS für Tourismus!

Unterstützt Tourismusverbände
und deren Gastgeber
Print | Online | Social Media



Katalog-Modul

Der einfachste, schnellste und effizienteste Weg zu Ihrem Gastgeberverzeichnis!

Zeit & Geld sparen

TOURIPRINT senkt den Arbeitsaufwand und hilft somit Ihre Ressourcen, Ihre Zeit und Ihr Geld zu sparen.



Design-Modul

Unterstützt einfach und intuitiv bei der Erstellung von professionellen Werbemittel für die Gastgeber.

Werbemittel für Mitgliedsbetriebe

Hochwertige und professionell Folder und Flyer sind nun für jedes Unternehmen leistbar. TOURIPRINT übernimmt dabei die Arbeit einer Agentur.

TOURI PRINT

Hochfeldweg 22 | 8071 Hausmannstätten
T +43 3135 2306023 | info@touriprint.com

www.touriprint.com



42

Martin Opolecký
CZE
Opoleteam

supported by
Pavla Opolecká



44

Inge Meulendijks
NLD
EDOsports

supported by
Marina Calazans



46

Christian Kotschenreuther
GER

supported by
Michael Bittermann



48

Peter Anton
AUT

supported by
Thomas Anton



50

Mark Wirz
CHE

supported by
Tbd Tbd



52

Monika Keunecke
GER

supported by
Markus Kaufmann



56

Attila Dévai
HUN

supported by
József Szabó



60

Sándor Töreky
HUN
TriPlan Team

supported by
Tamás Bötkös

Das Genusshotel inmitten der Alpen



Im Herzen der Region Schladming-Dachstein, im Süden die Schladminger Tauern, im Norden das Dachsteingebirge und mittendrin das Hotel Berghof (1100 hm). Die zentrale Lage macht es aus, was viele Gäste schätzen. Zudem verfügen wir im Winter über einen direkten Anschluss an Wanderwege und Launglaufloipen, die Skibusstation befindet sich direkt vor dem Hotel und auch die unbeschwertere Anreise über das gut ausgebaute Straßennetz ist hervorragend. Im Sommer bietet der Wanderbus den mühelosen Einstieg in einen wunderschönen Wandertag, wobei man aber auch zu Fuß problemlos die einzigartige Landschaft erkunden kann. TIPP: Die Königsetappe geht direkt vom Hotel weg, sozusagen „Ozon frei“.

Sie teilen sich mit **maximal 58 Hotelgästen** den bemerkenswerten **600m² großen Wellnessbereich** mit Biosauna, finnischer Sauna, Infrarotsauna, Dampfbad, Panoramasauna, zwei Ruheräumen, Teesaftbar, Hallenbad (10x5m), sowie im Sommer zusätzlich mit einem Naturbadeteich. Lassen Sie sich in einer unserer Stuben, in der Genuss Lounge oder auf der groß angelegten Terrasse mit kulinarischen Köstlichkeiten, exklusiven Weinen und Delikatessen aus unserer Schnapskarte verwöhnen. Betten Sie sich in einem unserer Zimmer ein, die alle über einen Balkon und einen traumhaften Bergblick verfügen. Somit kann Ihrem nächsten Urlaub kein Wunsch mehr unerfüllt bleiben.

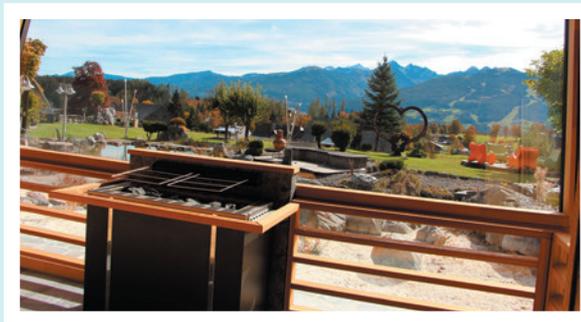
Was macht das Hotel Berghof so besonders? Die Wurzeln liegen seit Generationen in der Landwirtschaft und wir sind stolz auf unsere wundervolle Heimat Ramsau am Dachstein. Die Demut gegenüber der Natur „erdet“ uns im Betrieb und dieses Gefühl möchten wir auch unseren Gästen vermitteln. Urlaub ist schließlich nicht irgendeine Zeit im Jahr, sondern einer der schönsten. Zumindest sollte sie das sein. Wir tragen unser Möglichstes dazu bei, die Landschaft, die wir jeden Tag vorfinden, sowie die atemberaubende Bergkulisse rund um das Hotel, in ihrer schönsten Form mit unseren Gästen zu teilen. Wir leben, wo andere Urlaub machen – Lassen Sie sich von uns inspirieren und seien Sie bei Genießern zu Gast.

Ihre Familie Wieser

Hotel Berghof ****

Ramsau 192, A-8972 Ramsau am Dachstein

Tel: +43 3687 81848- 0, office@hotel-berghof.at





62

Barbara Masser
AUT
AusdauerSportverein Trialize

supported by
Thomas Masser



65

Karl Koller
AUT
SKITRIZIRL

supported by
Magdalena Koller



70

Ingo Doppler
AUT

supported by
Markus Holzmann



72

Emilie Lacourt
BEL
BATT

supported by
Van den Bouverie Tom



74

Kay Riegelhof
GER

supported by
Marcus Resch



76

Andrzej Plocieniak
GBR

supported by
Karolina Plocieniak



78

Daniel Vlach
CZE
BETRI/CTA

supported by
Jaromir Vlach



80

Judith Mürzl
AUT
IGN Triteam Therme Nova
Köflach

supported by
Thomas Filzwieser

Fragen an **Dominique Lothaller**



Dominique, du bist für den 8. Autxtri als Starterin angemeldet, ab wann beginnt die extreme Phase der Vorbereitung dafür?

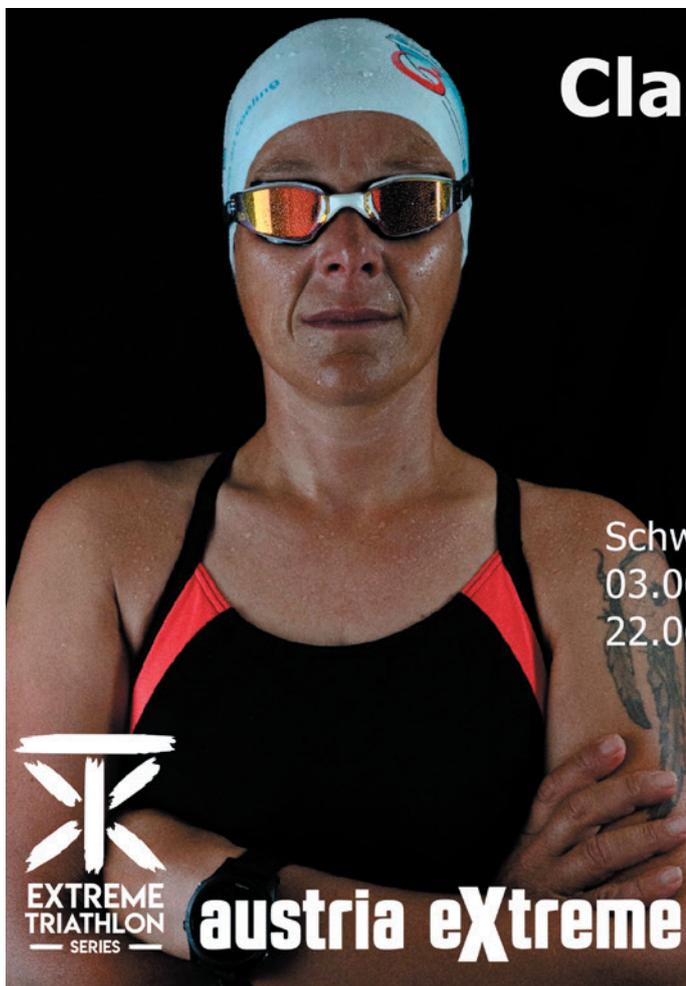
So richtig Gas werden wir April und Mai geben :-)

Sonne, Wind, Berge, Gewitter und extreme Qualen vom Wasser bis in die Berge, muss man verrückt sein, um sich das anzutun oder ist die Motivation das Ziel zu erreichen, alles das wert?

Egal worum es im Leben geht, man sollte lieben, was man tut. und wenn man Körper und Geist solchen Strapazen aussetzt, umso mehr, die Liebe zum Sport und natürlich auch das Gefühl der Finishline tragen einen dann ins Ziel, egal was kommt! und ja, das ganze hat dazu noch ein herrliches Maß an Verrücktheit...Für mich steht bei diesen Projekten immer die Weiterentwicklung als Mensch mit all seinen Facetten im Vordergrund.

Wenn du heuer als schnellste Frau ins Ziel kommst, welcher Siegerpreis würde dich am meisten Freuen?

Letztes Mal war mir das „Sieger-Band“ die allergrößte Freude (und die geniale Suppe gleich im Ziel), generell sind Preise, die mit dem Sport, den man liebt, zu tun haben und einem hier vielleicht etwas erleichtern, ganz toll .. wie zB Ausrüstung (hier ist nur wichtig, dass man sich die passende Größe etc aussuchen kann und nicht an ein Geschäft irgendwo gebunden ist, wo man nie hinkommt, solche Fälle hatte ich leider schon). Mich persönlich freuen auch Goodies der Region immer besonders, wie Käse, Bauernbrot o-ä. :-))



Claudia Müller

Extremsportlerin
Weltmeisterin
Volunteer

Schwimmtraining für Starter 2023
03.06.2023 / 17:30 Uhr Auwiesen / Graz
22.06.2023 / 17:30 Uhr Auwiesen / Graz





82

Gerda Zehetleitner
AUT
RC TRI RUN ATUS Weiz

supported by
Thomas Absenger



84

Jan Gottwald
CZE
Agentura 2G

supported by
Martin Pavlíček



86

Jan Gspandl
AUT
LTV Köflach

supported by
Markus Rossegger



88

Matej Matuš
SVK
MAMA3 Klub Bratislava

supported by
Martin Fabry



90

Manuel Klug
AUT
Tri Schedina

supported by
Stefan Kelemen



96

Jakub Kolomicenko
CZE
TTT

supported by
Nataliya
Kolomicenkova



99

Daniel Heilegger
AUT

supported by
Christoph Batamak



100

Nadine Truppat
GER
Marathon-Club Menden

supported by
Natascha Keßeler

TEIL DER
OMNi-BiOTIC®
FAMILIE

OMNi
POWER®



**5€ RABATT
SICHERN**



**JETZT ONLINE
BESTELLEN
UND SPAREN!**

**DAS SPORTGETRÄNK
VON ATHLETEN FÜR ATHLETEN**

CARBO TONIC

■ **OHNE KÜNSTLICHE
ZUSATZSTOFFE**

■ **OHNE FREIE
FRUKTOSE**



102

Grigore Guzun
ROU
Unstoppable

supported by
Tatiana Guzun



105

Dragos Duta
ROU
Unstoppable

supported by
Alexandra Dumitru



109

Serçe Bogdan
ROU
Unstoppable Sport Club

supported by
Brencea Cristi



110

VITTORIO BERTONI
ITA
FERALPI TRIATHLON

supported by
GIORGIO BERTONI



112

Dario Scortegagna
AFG
fitri

supported by



114

Milos Sima
SVK
Black Swan

supported by
Tijana Cecezova



118

Petri Bester
ZAF
Matrix Multisport

supported by
Etienne Bester



120

Max Sommer
AUT
RunninGraz

supported by
Martin Rausch



Der Dachstein.

Dein Gipfelerlebnis.

www.derdachstein.at



SCHLADMING
DACHSTEIN
Wir sind für Dich da.

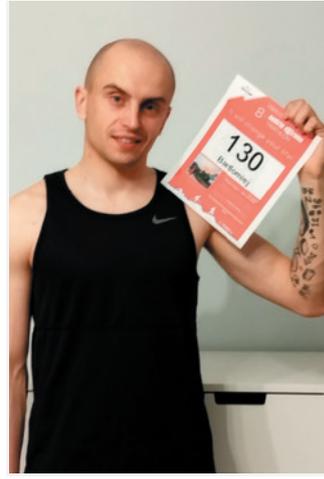
Foto: Herbert Raffalt



125

Frank Erle
GER
LSV Ladenburg

supported by
Simone Stratmann



130

Bartłomiej Śliwkiewicz
POL
Twarda Patologia

supported by
Włodzimierz Florczak



132

Christian Peuker
GER

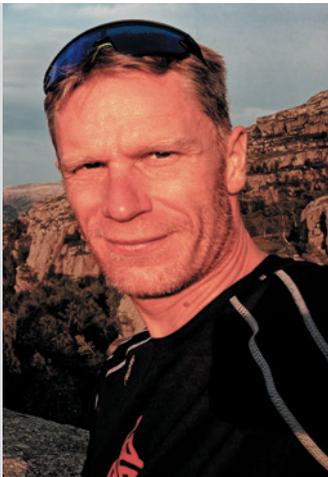
supported by
Caren Rup



140

Jérôme Ferrari
FRA

supported by
Ana Festoc



142

Raph Ströcker
BEL

supported by
Patrick Bert



144

Linda Janovská
CZE

supported by
Jiří Čáslava



146

David Jilek
CZE

supported by
Vladimir Hrabec



148

Andreas Gustavsson
SWE

supported by
Jessica Ekman Gustafsson

TEAMS



TEAM

200

Die rostigen Nägel

Schwimmer:in
Mechthild Albracht
Radfahrer:in
Nadja Kuhn
Läufer:in
Michael Nitsch



TEAM

210

R11 Runners

Schwimmer:in
Werner Braun
Radfahrer:in
Gernot Schuhmacher
Läufer:in
Jürgen Harrich



TEAM

220

Wood lovelies

Schwimmer:in
Dietmar Konrad
Radfahrer:in
Horst Unterreiner
Läufer:in
Michael Ulrich

TEAMS



TEAM

240

3MOUNTAIN MST

Schwimmer:in
Matthias Schwarz
Radfahrer:in
Sven Weidner
Läufer:in
Till Winkler



TEAM

250

die schöcklHEROes

Schwimmer:in
Wünscher Andreas
Radfahrer:in
Kathrin Posch
Läufer:in
Karin Masser

Art that moves you



Tim Nöhner hat mit 19 Jahren seinen Traum verwirklicht und seine eigene Brand gegründet. Unter dem Label Ride Your Art verkauft er handgefertigte Balance Boards.

Für was steht eigentlich Ride Your Art?

Ride Your Art steht für Kunst, die dich bewegt. Ich baue Balance Boards, die man durch meine magnetische Wandhalterung auch als schönes Einrichtungsstück verwenden kann. Sie halten dich fit und schauen, wenn man sie nicht benutzt, noch schön aus. Es geht schlichtweg darum, mehr Bewegung und Kunst ins Leben aller Menschen zu bringen.

Wie bist du auf die Idee gekommen?

Seit meiner frühen Jugendzeit baue ich verschiedenste Boards und habe schon länger mit dem Gedanken gespielt, diese auch zu verkaufen.

Und was genau ist ein Balance Board?

Ein Brett mit dem du auf einer Korkrolle balancierst. Basically ist es ein kleines Sportgerät für den Indoor Bereich, das inneres und äußeres Gleichgewicht trainiert.

Was macht eure Boards so besonders?

Der Holzdruck und die magnetische Wandhalterung sind unsere Markenzeichen. Dadurch liegt das Brett nicht herum, wenn man es nicht benutzt, sondern es dekoriert als Holzbild den Raum. Außerdem produzieren wir unsere Boards mit einer Korkoberfläche, welche die Boards besonders rutschfest macht und für ein gutes Fahrgefühl sorgt.

Machst du selbst Sport?

Ja, sehr gerne sogar. Meine größten Leidenschaften sind das Snowboarden und Wakeboarden. Leider hat es für eine Snowboard Karriere nicht ausgereicht, weswegen ich Boards jetzt einfach baue und verkaufe ;)

Ist das nur für Boardsportler?

Nein! Definitiv nicht, ein Balance Board ist für jeden Menschen geeignet, der seine Fitness verbessern möchte und das auf eine Art und Weise die Spaß macht. Es gibt, glaub ich, wenig Sportgeräte, die so vielseitig einsetzbar sind. Was am Anfang wie eine ungewöhnliche Bewegung erscheint, verwandelt sich ganz schnell in einen unvergleichlichen Flow.



Was kann man denn mit einem Balance Board so alles machen?

Vom simplen Ausbalancieren bis hin zu coolen Tricks, ähnlich wie am Skateboard, lässt sich alles machen. Es ist ganz easy in den Alltag einzubauen, um wieder ins Gleichgewicht zu finden. Aber auch in dein Home-Workout kannst du mit dem Balance Board frischen Wind bringen. Fitnessübungen wie Liegestütze oder Kniebeugen kann man dadurch noch anspruchsvoller gestalten. Ob während dem Zähneputzen oder beim Üben von Tricks, der Kreativität sind dabei keine Grenzen gesetzt. Einfach „Draufstellen und Ausprobieren“.

Beschreibe dich / deine Brand in 3 Worten?

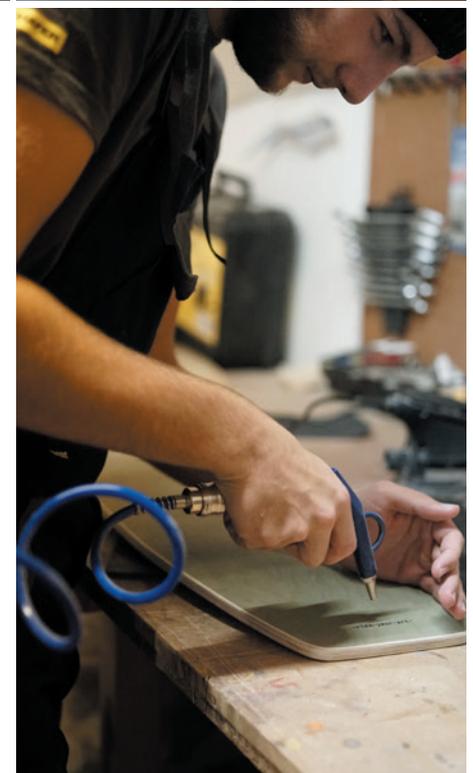
Immer in Bewegung.

Kann ein Balance Board für einen Triathleten wertvoll sein?

Klar, am Balance Board wird die Tiefenmuskulatur und das Gleichgewicht trainiert und man kann dadurch easy und mit Fun Stabilität aufbauen.

Was ist eure Vision für die Zukunft?

Wir wollen Kunst und Bewegung in den Alltag eines jeden Menschen einbringen und diese auf eine positive Art mental und körperlich stärken. Einfach den balanced Ride Your Art Lifestyle an die Menschen bringen. Das ist mein Ziel.



ride
yourart

Follow us [f](#) [@](#) [▶](#)



Im Team erfolgreich seit 15 Jahren:

- ✓ **mentale Arbeiten in Wirtschaft und Sport**
- ✓ **Kommunikationsprozesse**
- ✓ **Leadershipprogrammen**
- ✓ **Unternehmenskulturen**
- ✓ **Teamentwicklungen und Coaching's**

Kontakt:

Beatrix Arlitzer

www.arlitzermental.at

office@arlitzermental.at - Tel.: 0664 43 078 02

Stilvoll und umweltbewusst!

Der Austria eXtreme Triathlon setzt auf Nachhaltigkeit und hat sich in diesem Sinne etwas ganz Besonderes einfallen lassen. Statt die übrig gebliebenen Finisher Shirts einfach wegzuworfen, werden diese von der Künstlerin Gerlinde Dengg kreativ aufgewertet. Die Shirts werden mit individuellen Designs versehen und bekommen so ein zweites Leben.

Natürlich wird so auch unnötiger Müll vermieden. Vor allem aber geht es darum, künstlerische Einzelstücke zu schaffen, die ein ganz besonderes

Andenken an den Austria eXtreme Triathlon sind. Künstlerische Einzelstücke, werden beim 8. Austria eXtreme Triathlon zu sehen sein.

Mit der Zusammenarbeit mit Gerlinde Dengg setzt der Austria eXtreme Triathlon ein positives Signal in der Sportwelt und zeigt, dass Nachhaltigkeit und Kreativität Hand in Hand gehen. Gemeinsames Engagement und kreative Ideen können dazu beitragen unsere Umwelt zu schützen und einen Beitrag zur Nachhaltigkeit zu leisten.



Kollektion **autXtri**



Die autxtri-Kollektion ist nur beim Briefing und bei der Finisher-Zeremonie erhältlich.

Partner und Sponsoren



Ein MUSS für Tourismus!



TICKET

100 Minuten Film & Talk

Filmpremiere: „Deep in your heart“

Podiumsdiskussion mit Gästen
aus Wirtschaft / Politik / Sport

13. September 2023 / 18:00 Uhr
Schubertkino Graz



Impressum:

Für den Inhalt verantwortlich: Austria eXtreme Triathlon Verein, Lendplatz 34, 8020 Graz
Konzeption und Design: TOURIPRINT, www.touriprint.com
Fotos: autxtri, Sport Shot, , Privat von den Teilnehmern
Änderungen und Druckfehler vorbehalten.

www.autxtri.com