

Thema: Prater Wien

Autor: Petra Tempfer

Die Zahl der laufenden Wiener ist stark gewachsen – deren Laufrouen durchqueren jeden Bezirk

# Wien läuft – regelmäßig und überall

**Von Petra Tempfer**

■ Mehr als ein Drittel der Wiener verbringen ihre Freizeit mit Laufen.

■ Erholung statt Wettkampfgedanke.

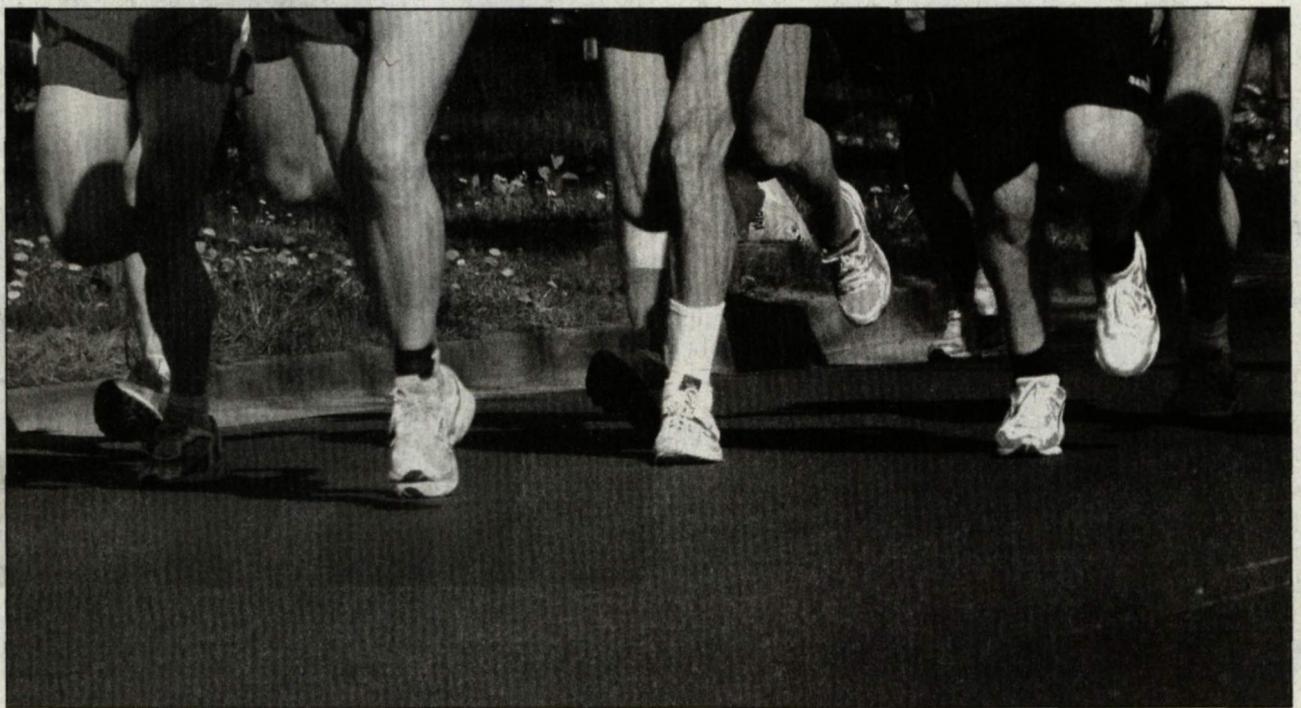
■ Ring-Runde gilt als eine der attraktivsten Routen.

**Wien.** „In der Steinzeit des Laufens liefen wir versteckt im Prater oder auf der Donauinsel. Mit unseren hautengen, bunten Hosen wurden wir schief angeschaut. Heute wird in jedem Bezirk gelaufen – und keiner dreht sich mehr nach uns um“, erzählt der Lauf-Experte Lothar Laaber im Gespräch mit der „Wiener Zeitung“. Mittlerweile gehörten die Wiener zu den sportlichsten Großstädtern der Welt. Die meisten von ihnen trainieren nicht verbissen auf einen Wettkampf hin, sondern schätzen das Laufen als lockere Freizeitbeschäftigung, so Laaber.

Dass immer mehr Wiener stetig und überall laufen, wird vom Freizeitforscher Peter Zellmann bestätigt: „Der Laufboom hat in den letzten drei Jahren eingesetzt – davor konnte man das Laufen nicht als Breitensport bezeichnen.“ In den 90er Jahren sei die Zahl der Läufer im Vergleich zu den 80ern sogar zurückgegangen. Ein Trend, der sich bis 2007 halten sollte: Bis dahin gaben rund 75 Prozent an, nie zu laufen. „Erst dann stieg die Zahl der Läufer deutlich an“, so Zellmann. Heute gehen 35 statt 25 Prozent der Bevölkerung laufen – 14 Prozent tun es konsequent. „Vor allem der Anteil der regelmäßigen Läufer ist in den letzten Jahren gewachsen, er hat sich mehr als verdreifacht“, sagt Zellmann. Andere Freizeitbeschäftigungen wie etwa Radfahren oder der Fitnesscenter-Besuch

Thema: Prater Wien

Autor: Petra Tempfer



Am liebsten wird vor der Haustür gelaufen, in Wien daher hauptsächlich auf Asphalt. Foto: bilderbox

boomten hingegen nicht. Neben dem Laufen erfreue sich nur die Internet- und Handy-Nutzung einer wachsenden Beliebtheit.

Die Hauptzielgruppe beim Laufen sind laut Zellmann die 35- bis 40-Jährigen. Die Vorteile, dass theoretisch jeder laufen kann und man keine teure Ausrüstung braucht. Als Nahverkehrsmittel-Ersatz diene es dennoch nicht: Die meisten fahren nach wie vor mit dem Auto oder Öffis zur Arbeit, so der Freizeitforscher.

#### Vom Belvedere ins Arsenal

Gelaufen wird also vor oder nach der Arbeit, zur Erholung und als sanftes Training des Körpers. Ein weiter Anfahrtsweg zur Laufstrecke wird allerdings ungern in Kauf genommen. „Die Österreicher laufen am liebsten vor der Haustür“, sagt Zellmann, „in Wien also auch in den inneren Bezirken, weil die Wiener ja Stadtmenschen sind.“

„Im Campus des Alten AKH in Wien-Alsergrund sehe ich oft einen Vater mit seinen Kindern laufen“, ergänzt Laaber, „einige der schönsten Teile Wiens sieht man allerdings, wenn man einmal um den Ring herum läuft.“ Mit Abstechern in die Parks ist die Strecke rund 6,5 Kilometer lang. Wer dann noch nicht müde ist, kann auf den 16 Kilometer langen Donaukanal zwischen Wien-Alsergrund und der Brigittenau ausweichen und hier weiterlaufen.

Wer hingegen wenig Zeit hat und zwischen zwei Terminen nur einige Runden drehen will, ist mit den je zwei Kilometer langen Laufwegen im Belvederegarten in Wien-Landstraße und im Augarten in der Leopoldstadt gut versorgt. „An schönen Tagen, besonders von Mai bis Oktober, hat man hier jede Menge Zuschauer. Deren Anteilnahme schwankt zwischen Anerkennung und Reserviertheit“, so Laaber, der stets

auf der Suche nach neuen Routen ist. Vom Belvedere kommend, könne man seine Runde um einen weiteren Kilometer auf den angrenzenden Schweizergarten ausweiten. Von hier aus gehe es ins Arsenal, das eine Laufstrecke von 1,6 Kilometern Länge bietet.

All jene, die mehr Zeit und Kondition haben, können auf die „Klassiker“ unter den Wiener Laufwegen ausweichen. „Dazu

Thema: Prater Wien

Autor: Petra Tempfer

zählen die Donauinsel, der Prater, die Lobau, der Lainzer Tiergarten und der Wiener Wald“, sagt Laaber. Die Donauinsel ist 21 Kilometer lang: eine klassische Halbmarathonstrecke. Diese führt jedoch hauptsächlich über Asphalt – der naturbelassene Teil des Praters in Wien-Leopoldstadt hingegen ist eine reine Geländestrecke. Mit der Jesuitenwiese als Start- und Zielpunkt ist sie rund zwölf Kilometer lang (siehe Grafik). Etwas kürzer – zehn Kilometer lang – ist die Route durch die Prater Hauptallee, wo man vermutlich auf unzählige Laufkollegen trifft.

### Nur auf dem Gehsteig laufen

Zwischen den Läufern schlängeln sich hier auch viele Radfahrer durch. Dass die beiden Verkehrsteilnehmer auf derselben Fahrbahn unterwegs sind, ist allein in der Prater Hauptallee erlaubt, sagt Camellia Anssari von der Bundespolizeidirektion Wien. Sonst darf man ausschließlich auf dem Gehsteig laufen und nicht auf dem Radweg oder der Straße – selbst dann nicht, wenn man 20 Stundenkilometer schnell läuft und zehn Kilometer in einer halben Stunde absolviert, für die andere 70 Minuten brauchen. ■

*Buchtipp: „Laufen in Wien“ von Lothar Laaber, erschienen in der Perlen-Reihe*

