

## 34. ASICS ÖSTERREICHISCHER FRAUENLAUF

### Programm am Samstag, 21. Mai 2022

Uhrzeit	Programm
09:00	Anmoderation
<b>09:15</b>	<b>Live on stage: Masala Brass Kollektiv</b>
10:00	"15:09 Minuten machen den Unterschied." Globale ASICS-Studie zeigt positiven Zusammenhang zwischen Bewegung und geistiger Gesundheit
<b>10:15</b>	<b>Easy Morning Yoga mit Sara Ticha powered by Kellogg´s</b>
10:35	Gesundheit - im Gespräch mit Dr. Robert Fritz und Mag. Michael Koller, MPH von der SportOrdination
10:50	Erste Bank und ihr Engagement im Laufsport - im Gespräch mit Günther Weninger, Sportsponsoring Erste Bank
<b>11:00</b>	<b>Zumba mit Rene Mihal powered by Holmes Place</b>
11:25	We run to move im Gespräch mit Ilse Dippmann
11:35	Top4Running - der moderne Laufshop als offizieller Partner des ASICS Österreichischen Frauenlaufs 2022 - im Gespräch mit Lukas Kellner, Running Category Manager und Luisa Schraps, Brand Marketing Specialist Top4Running
<b>11:45</b>	<b>Live on stage: Masala Brass Kollektiv</b>
12:35	Meet the running stars Nationale und internationale Top-Athletinnen im Gespräch
12:55	Der Wiener Prater freut sich auf die Läuferinnen des ASICS Österreichischen Frauenlaufs im Gespräch mit Stefan Sittler-Koidl, Präsident des Wiener Praterverband und Alexander Ruthner der Prater Wien GmbH
<b>13:00</b>	<b>Stretch &amp; Strengthen mit Sara Ticha powered by Erste Bank</b>
<b>13:30</b>	<b>Tanz Show mit Alamande Belfor</b>
14:00	Kinderlauf SiegerInnenehrung
15:05	Mehr Power für deinen perfekten Run im Gespräch mit Bence Berki, Bauerfeind
15:20	Training und Ernährung im Gespräch mit Dr. Robert Fritz und Mag. Michael Koller, MPH von der SportOrdination
<b>15:35</b>	<b>Zumba mit Rene Mihal powered by Holmes Place</b>
16:00	This is FOR ME – Authentisch und stark mit der richtigen Laufausrüstung
16:10	Der Wert der biologischen Lebensmittel im Gespräch mit Gerhard Zoubek, Gründer Adamah BioHof
<b>16:30</b>	<b>Sundown Yoga mit Sara Ticha powered by Kellogg´s</b>

### 34. ASICS ÖSTERREICHISCHER FRAUENLAUF

## Programm am Sonntag, 22. Mai 2022

Uhrzeit	Programm
07:30	Beginn der Moderation mit Elisabeth Auer & Leila Mahdavian
Ab 08:00	Warm Up mit Alamande Belfor
<b>09:30</b>	<b>Flower Ceremony im Ziel</b>
<b>10:45-12:15</b>	Live on stage: Ridin' Dudes
<b>12:30</b>	<b>SiegerInnenehrung Elite</b>
13:15	Siegerinnenehrung 5km und 10km
13:35	Siegerinnenehrung (W9-17)
13:55	Schülerinnenteam (erste Altersklassen)
14:00	Lehrerinnenteam
14:05	Erste größte Schulklasse
14:09	Firmenteam (5/10)
14:11	Freundinnenteam (5/10)
14:14	Siegerinnenehrung (W19-35)
14:22	Familienwertung
14:24	Siegerinnenehrung (W40-50)
14:29	Siegerinnenehrung (W55-85)
15:00	Ende der Veranstaltung

**Achtung:** die Uhrzeiten der Ehrung einzelner Kategorien können leicht abweichen!