

3. September 2026

Gesundheitsreihe für Ärzt*innen – Lauftraining für Anfänger*innen und Fortgeschrittene sowie Vorbereitung auf den 1. Wiener Ärzt:innen-Lauf

Bewegung fördert nicht nur die Gesundheit, sondern macht auch Freude. Deshalb ist das Lauftraining ein fester Bestandteil unserer Gesundheitsreihe.

Mit Blick auf den **1. Wiener Ärzt:innen-Lauf** am **Samstag, 26. September 2026 in Klosterneuburg** bietet das Training die ideale Gelegenheit, sich gezielt darauf vorzubereiten – unabhängig davon, ob Sie Ihre ersten Laufkilometer sammeln oder bereits Lauferfahrung mitbringen. Unter der Anleitung professioneller Trainer*innen bauen Sie Ihre Ausdauer auf, verbessern Ihre Lauftechnik und bereiten sich Schritt für Schritt optimal auf den Wettkampftag vor. Im Mittelpunkt stehen ein individuell angepasstes Training, praktische Tipps rund ums Laufen sowie die Motivation, die persönlichen Ziele zu erreichen.

Nutzen Sie das Lauftraining im Rahmen unserer Gesundheitsreihe als ideale Vorbereitung auf den **1. Wiener Ärzt:innen-Lauf** – wir freuen uns darauf, Sie auf Ihrem Weg zum Start zu begleiten.

Termine für Lauftraining und Nordic Walking

Für die Anmeldung klicken Sie bitte auf das Datum. Bitte achten Sie auf kurzfristige Terminänderungen bei Schlechtwetter.

Wann: jeweils 18.00 Uhr

Wo: Augarten, 1020 Wien - Der genaue Treffpunkt wird Ihnen mit der Anmeldebestätigung zugeschickt.

Dauer: ca. 75 Minuten

Lauftraining:

- [08.09.2026](#)
- [15.09.2026](#)
- [22.09.2026](#)

Nordic Walking:

- [17.09.2026](#)