

Anmelden

Archiv | ePaper | iPad | A A A

Suchen

Startseite Oberösterreich Sport Ratgeber Freizeit Reisen Beste Stellen Immobilien Motormarkt Trauer Anzeigen Abo & Service
[Linzer](#) [Wels](#) [Steyr](#) [Mühlviertel](#) [Innviertel](#) [Salzkammergut](#) [Nachrufe](#) [Wetter](#) [Polizei](#) [Typisch Oberösterreich](#) [Klimamönch](#)

Freitag, 15. Februar 2013, 19:26 Uhr

Linzer 0°C · Eferding 0°C · [mehr Wetter](#) >>

Oberösterreich > Linzer

Monster-Tour durch Österreich für kranke Kinder

Linzer

LINZ/FELDKIRCHEN. Vier 24-Stunden-Läufe, einen 100-Stunden-Lauf, 56 Marathons in 56 Tagen – das alles hat Heinz Jürgen Ressar bereits hinter sich gebracht.

Werbung

Reich durch Penny Stocks



Hier erhalten Sie Empfehlungen zu Aktien bevor sie steigen! Jetzt Gratis-Newsletter sichern!

Waldinvestment: 12% p.a.



Investment im Trendmarkt Holz. Inflationsgeschützter Sachwert. 12 % Rendite und mehr möglich.

premiumnet

Jetzt will es der 44-Jährige noch einmal wissen: Seit Dienstag radelt er von Linz über Bludenz zum Großglockner, ins Burgenland, nach Wien und wieder zurück. Dabei legt er bis Samstag 2000 Kilometer und 27.000 Höhenmeter zurück.

Mit dieser Aktion will der Vater von drei Töchtern Geld für den Verein Herzkinder sammeln, der herzkranken Kinder und ihre Angehörigen betreut. Initiiert hat die Aktion sein Fußballkollege Wolfgang Knoll, der selbst eine herzkranken Tochter hat. Die OÖNachrichten erreichten Heinz Jürgen Ressar gestern Mittag, als er gerade die Großglockner-Hochalpenstraße passierte.

OÖN: Herr Ressar, was tut Ihnen am meisten weh?

Ressar: Das rechte Knie schmerzt. Es ist wohl eine Entzündung. Das ist bei Ultradistanzen normal, das gehört dazu. Ich versuche mich mit Schmerzplaster, die eine halbe Stunde wirken, drüberzuretten.

OÖN: Wie viele Stunden haben Sie seit Dienstag geschlafen?

Ressar: Dreidreiviertel Stunden.

OÖN: Wie halten Sie das aus?

Ressar: Die Müdigkeit ist dieses Mal gar nicht so krass. Meine zwei Betreuer schauen weniger gut aus als ich (lacht). Das spricht für mich. Aber sie tun mir wirklich nicht leid.

OÖN: Sie haben seit Dienstag etwa 970 Kilometer und 18.000 Höhenmeter zurückgelegt. Wie schaffen Sie das?

Ressar: Ich habe einen ausgeklügelten Ernährungsplan mit vorwiegend flüssiger Nahrung, die je nach Belastung zusammengestellt wird. Ab und zu gibt es ein Honigbrot mit Bananen und Erdnussbutter. Gestern haben wir uns beim McDonald's Pommes Frites geholt (lacht). So viel Zeit muss sein!

OÖN: Wie haben Sie sich auf diese Tour vorbereitet?

Ressar: Man muss diverse Sachen ausprobieren. Ich habe speziell Nacht- und Bergfahrten gemacht, bei denen ich über meine Grenzen gegangen bin. Aber ich habe als Vorbereitung nur 5000 Kilometer in den Beinen. Für mehr war nicht Zeit. Ich habe mir extrem steile Anstiege und lange Gebirgsläufe gesucht. Ich mache das ja schon seit Jahren. Neu ist, dass ich mit dem Rad fahre. Ich bin ja nicht der Radfahrer.

OÖN: Warum machen Sie's dann?

Ressar: Ich hatte im vergangenen Jahr einen Trainingsunfall und habe seither eine Metallplatte im Sprunggelenk. Da würde sich das Laufen nicht gut auswirken.

OÖN: Was geht Ihnen unterwegs so durch den Kopf?

Ressar: Du versuchst, nicht zu weit nach vorne zu denken, maximal zehn Kilometer. Es wäre ein Fehler zu denken, hoffentlich ist bald Samstag. Außerdem bin ich sehr mit dem Verkehr beschäftigt, und ab und zu telefoniere ich mit meiner Freundin.

OÖN: Sie haben einen 100-Stunden-Lauf absolviert, 56 Marathons in 56 Tagen zurückgelegt. Was gibt Ihnen das?

Ressar: Man kann sich selbst austesten. Aber eigentlich kann ich gar nicht sagen, warum ich das mache. Ich habe eine Blitzidee, es wird veröffentlicht, und dann muss ich es machen. Und es freut mich, wenn ich dadurch Menschen zum Sport motivieren kann.

OÖN: Sind Sie ein Grenzgänger?

Ressar: Ja, ich sage immer, es gibt keine Grenzen. Gerade im Ausdauerbereich ist nicht viel unmöglich.

OÖN: Was planen Sie als Nächstes?

Ressar: Ich will nächstes Jahr am Feldkirchner Badensee 31 Iron-Men in 31 Tagen machen. Das wird wieder eine Benefizaktion.

OÖN: Worauf freuen Sie sich am meisten, wenn Sie ankommen?

Ressar: Auf eine Dusche, frisches Gewand und etwas zum Essen.

Artikel

29. Juni 2012 - 00:04 Uhr
Herbert Schorn

Drucken

Versenden

Facebook

Twitter

[Bild vergrößern](#)



Heinz Jürgen Ressar legt 27.000 Höhenmeter in fünf Tagen zurück. Bild: privat

Werbung



Benefizfußballspiel am Samstag

Zum Abschluss der Radtour von Heinz Jürgen Ressar wird am Samstag um 18 Uhr im Waldstadion Pasching ein Benefizspiel mit oberösterreichischen Fußballlegenden veranstaltet. Mit dabei sind unter anderem Christian Mayrleb, Herwig Drechsel, Michael Baur und Pepi Schicklgruber. In der Pause wird Heinz Jürgen Ressar erwartet. Der Erlös kommt dem Verein Herzkinder Österreich zugute. Spenden können auf die Kontonummer 400 5005 0000 bei der Volksbank, Bankleitzahl 45330, eingezahlt werden.

Sie möchten die OÖNachrichten drei Wochen lang gratis testen?
[Hier gehts zur Bestellung!](#)



Werbung
Exklusiver VIP-Skitag am Feuerkogel zu gewinnen!
 Einen Tag lang der bestens umsorgte Ehrengast auf dem Hochplateau über dem Traunsee sein. Das Skigebiet am Feuerkogel verlost einen exklusiven VIP-Skitag für zwei Personen. Als Zuckerl ist den ganzen Tag eine Gondel der 8er-Kabinenbahn reserviert. [mehr Info »](#)

[« zurück zu Linz](#)

2 Kommentare

- 1 **Feldkirchen** · von lennox (45) · 29.06.2012 10:52 Uhr
 an der Donau
 (0)
- 2 **LINZ/FELDKIRCHEN** · von oeggoe (12550) · 29.06.2012 09:37 Uhr
 Feldkirchen - Welches???

Neuen Kommentar schreiben

Betreff / Kommentartitel

Komentartext:

Sie dürfen noch 1000 Zeichen als Text schreiben
 Bitte beachten Sie die [Forumsregeln](#)

Für registrierte Nutzer **Für nicht registrierte Nutzer**

Bitte melden Sie sich an, um einen Kommentar abzuschicken.


Benutzername:

Passwort:

[Passwort vergessen »](#)

Meistgelesene Artikel [mehr »](#)

1. **Meteoriteneinschlag in Russland - Zahl der Verletzten auf 1000 gestiegen**
2. **Geheimbericht übt harte Kritik an Linzer Stadtwache**
3. **Nun auch in Österreich: Pferdefleisch in Tortelloni entdeckt**
4. **Das andere Scheinwerferlicht: Oscar Pistorius unter Tränen**
5. **17-Jährige übersprang 4. HTL-Klasse**
6. **Ligety krönt sich zu Dreifach-Weltmeister, Hirscher holt Silber**
7. **Betriebsrat „griff“ in Altstoffcontainer – gekündigt**
8. **Kühe verwahrlost: Bauer gab schließlich freiwillig auf**
9. **Skiiunfall auf abgesperrter Flutlichtpiste - Unterschenkel abgetrennt**
10. **Steyr: Betrunkener Busfahrer gleich zweimal aufgehalten**
11. **Wels: Autodieb konnte sich selber nicht mehr aus Wagen befreien**
12. **OÖNcard-Gewinnspiel: 10x2 Freikarten für "CATS" zu gewinnen!**
13. **Wer fährt für Österreich zum Song Contest?**
14. **Vorsicht: Bankomatbetrüger**
15. **Gewinnen Sie einen Mazda CX-5 mit den OÖNachrichten!**
16. **Mieterin muss für Rauchfangkehrer zahlen, obwohl Kamin nicht benützt wird**
17. **Vöcklabruck: 51-jähriger notorischer Ladendieb gefasst**
18. **Arnautovic vor Wechsel zu Dynamo Kiew**
19. **Arbeitsinspektor und Gewerbebehörde drohen Palettenfirma mit Betriebssperre**
20. **Was wird aus dem „schönen Schatten“ des Papstes?**

<p>Patenschaft für ein Kind</p>  <p>Mit nur 28 Euro pro Monat schenken Sie Kindern eine Zukunft. Werden Sie jetzt Pate bei Plan!</p>	<p>Waldinvestment: 12% p.a.</p>  <p>Investment im Trendmarkt Holz. Inflationsgeschützter Sachwert. 12 % Rendite und mehr möglich.</p>	<p>Partnersuche ab 30</p>  <p>Seriöse Partnersuche für Singles aus Österreich. Jetzt Singles aus Ihrer Region kennenlernen.</p>	<p>Immobilienanlage</p>  <p>Garantierte 8% Rendite ab €100.000 und ein Pfandrecht im Grundbuch. Hier Infos anfordern!</p>
--	---	--	---

Weitere Meldungen

<p>Oberösterreich</p>  <p>Nun auch in Österreich: Pferdefleisch in Tortelloni entdeckt</p> <p>Geheimbericht übt harte Kritik an Linzer Stadtwache</p> <p>Höchstrichter-Urteil: Wiener Apotheke darf Linzer Seniorenheime beliefern</p> <p>Vorsicht: Bankomatbetrüger</p> <p>Vom Graveur zum gefragten Forscher</p>	<p>Wirtschaft</p>  <p>Telekom Austria: Gebühren dürfen nicht weiter sinken</p> <p>Lugner umwirbt Dayli für seinen Sonntags-Kampf</p> <p>Anleger schlossen 65.000 Bausparer weniger ab</p> <p>Defekte Hüftimplantate: Rückrufaktion von Johnson & Johnson</p> <p>Die neue Steuer auf Finanzgeschäfte: Auch Pensionsfonds sind betroffen</p>	<p>Sport</p>  <p>Biathlon: Norwegen gewann Damen-WM-Staffel</p> <p>Arnaoutovic vor Wechsel zu Dynamo Kiew</p> <p>Die Europa-League-Ergebnisse vom Donnerstag</p> <p>Die Bundesliga im OÖN-Wintercheck</p> <p>Weidlinger unterzeichnet Vertrag für Linz-Marathon</p>	<p>Politik</p>  <p>„Medizin-Fakultät auch für Finanzministerin ein gutes Geschäft“</p> <p>Republikaner lassen designierten Pentagon-Chef zappeln</p> <p>Die Republik wird bunter: Welche Allianzen 2013 geschmiedet werden</p> <p>„Die Große Koalition ist jene Variante, die am meisten weiterbringen kann“</p> <p>Landhausgeflüster: Faymann vor der „Politik-Bannzeit“ noch in der Voest</p>	<p>Kultur</p>  <p>Wer fährt für Österreich zum Song Contest?</p> <p>Sluizer stellte letzten Film mit River Phoenix vor</p> <p>Bertelsmann goes Heavy Metal</p> <p>Pikante Kunst-Delikatessen im Stadtmuseum Nordico</p> <p>Dance-Pop-Band Cascada gewann deutsches Song-Contest-Ticket</p>	<p>Chronik</p>  <p>Skiunfall auf abgesperrter Flutlichtpiste - Unterschenkel abgetrennt</p> <p>Drogen - Polizei für Haartests und andere Medikamente</p> <p>Zwölf Monate bedingte Haft für Richter</p> <p>Bub stürzte acht Meter von Skilift</p> <p>Güterzug entgleiste in Niederösterreich: Strecke bis Sonntaggrüh gesperrt</p>
---	---	--	--	---	--

<p>ABO</p> <p>Mein Abo</p> <p>OÖN-Shop</p> <p>OÖNcard</p> <p>Tickets</p> <p>Abo-Angebote</p> <p>Leser werben Leser</p>	<p>ANZEIGEN</p> <p>Online-Werbung</p> <p>Anzeigenpreise</p> <p>Inserieren</p> <p>Beste Stellen</p> <p>Immobilien</p> <p>Reise</p> <p>Trauer</p> <p>Glückwünsche</p> <p>Marktplatz</p> <p>Motormarkt</p> <p>Gastrojobs</p> <p>Alpenord</p>	<p>OÖNACHRICHTEN</p> <p>Kontakt</p> <p>Impressum</p> <p>Die Geschichte der OÖN</p> <p>Jobs</p> <p>AGB</p> <p>Datenschutz</p> <p>Druckzentrum Pasching</p> <p>COMMUNITY</p> <p>Forumsregeln</p> <p>Forum</p> <p>Leserbriefe</p>	<p>DIGITAL</p> <p>ePaper</p> <p>Mobil</p> <p>iPad-App</p> <p>Newsletter</p> <p>Archiv</p> <p>Web-TV</p> <p>Sky-Videos</p> <p>Facebook</p>	<p>LIVETICKER</p> <p>Fußball-Bundesliga</p> <p>Erste Bank Fußball-Liga</p> <p>Ski-WM Schladming</p> <p>Ski-Weltcup</p> <p>Formel 1</p> <p>Aktuelle Meldungen</p>	<p>SPECIALS</p> <p>Horoskop</p> <p>TV-Programm</p> <p>Was ist los?</p> <p>Blogs</p> <p>Sudoku</p> <p>Gewinnspiele</p> <p>Wetter</p>	<p>PARTNER</p> <p>Partnersuche</p> <p>Spiele & Promotions</p> <p>Gutscheine</p> <p>BabyWeb</p> <p>Guides</p>
---	--	--	--	---	--	---

Suchen