

COPD Stufen Challenge '24



es GEHT aufwärts

COPD-Patienten, Lungen-
transplantierte und Menschen
mit anderen
Atemwegserkrankungen
erklimmen den Schloßberg
bis zum UhrTURM

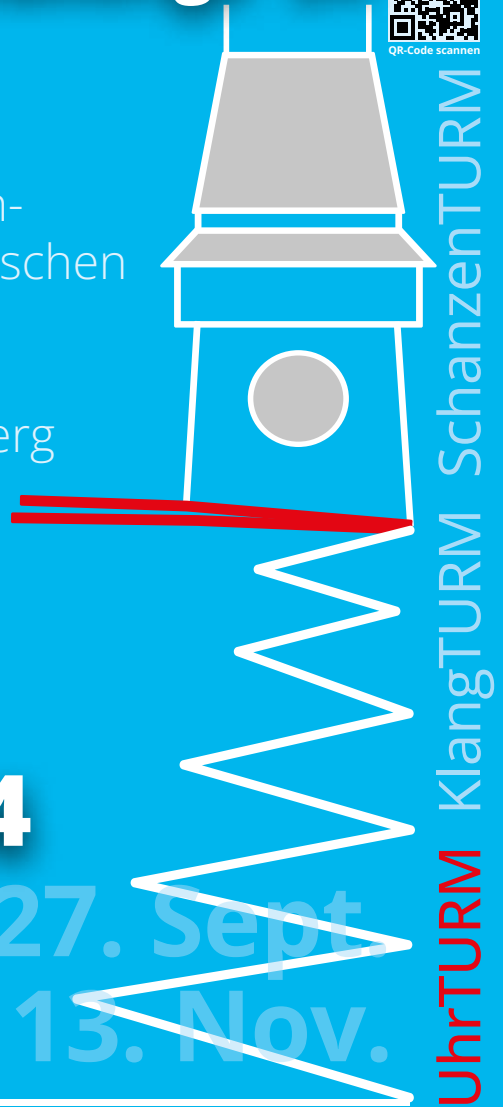
260 Stufen

Graz

6. Juni 2024

St. Pölten, 27. Sept

Innsbruck, 13. Nov.



UhrTURM KlangTURM SchanzenTURM

Einladung & Programm

COPD-Austria
Selbsthilfegruppe für COPD
und Lungenerkrankungen
www.copd-austria.at

gemeinsam mit
ÖSTERREICHISCHER VERBAND
DER HERZ- UND
LUNGENTRANSPLANTIERTEN
www.hlutx.at

und unterstützt durch


Souvenirs & „Zeit“
liegt am Schloßbergplatz
www.souvenirsundzeit.at


VitalAire

MEHR LUFT
• MEHR LUFTAT • Powered by  Chiesi •
Mit freundlicher
Unterstützung der Stadt Graz
GRAZ

COPD Stufen Challenge am Donnerstag. 6. Juni 2024 in Graz

Der Uhrturm ist bereits zum dritten Mal das Ziel für die Teilnehmer der COPD Stufen Challenge – eine Herausforderung in der Grünen Mark

COPD-Austria lädt gemeinsam mit dem Österreichischen Verband der Herz- und Lungentransplantierten – SHG NÖ (HLuTX) herzlich zu dieser Stufen Challenge ein, um zu zeigen, was mit regelmäßiger Bewegung und entsprechender Vorbereitung möglich ist, aber auch um Aufmerksamkeit für diese Volkskrankheit erzeugen.

Programm:

Mi. 5. Juni: Ab **17:00 Uhr** findet ein offenes gemütliches Beisammensein von Teilnehmern und Begleitern in der Pizzeria Don Camillo, Europaplatz 4, 8020 Graz, statt.

Do. 6. Juni: Ab **9:00 Uhr** Eintreffen am Schloßbergplatz 1, 8010 Graz. Stärkung mit Kaffee oder anderen Getränken.

Registrierung: Anmeldungen sind vorzugsweise im **Voraus** per E-Mail an info@copd-austria.at oder telefonisch unter +43 650 8823007 möglich. Das Anmeldeformular steht auf unserer Homepage unter www.copd-austria.at als PDF zum herunterladen bereit.

Spätentschlossene können sich auch noch vor Ort anmelden. Alle Teilnehmer werden mit **T-Shirt** oder Warnweste und einer **Trinkflasche** ausgestattet.

Ein Sauerstofftank zur Befüllung mobiler Geräte wird von der Firma Linde zur Verfügung gestellt. Vertreter von VitalAir informieren, und beantworten gerne Fragen rund um die Sauerstoffversorgung.

Begrüßung: Durch Frau **Christine Braunersreuther**, Dipl. Museol. (FH), Stadt Graz.

Start: Um 10:00 Uhr beginnt der Aufstieg auf den Schloßberg über den Kriegersteig bis zum Uhrturm. Alle Teilnehmer gehen auf eigene Gefahr und in eigenem Tempo. Beim Aufstieg werden sie begleitet von Ass. **Dr. Horst Lindner** und **MTF Sigrid Herold** von der Pulmologische Ambulanz der Elisabethinen Graz, dem Team von **Pflege NEU - Josef Neumeister** und **Prof. Dr. Wolfgang Domej** sowie freiwilligen Helfern. Während der ganzen Challenge sorgen die Bergrettung und das Rote Kreuz für Sicherheit. Oben angekommen werden Getränke und eine kleine Stärkung angeboten. Es werden Fotos gemacht und der Ausblick genossen.

ca. 13:30 Uhr Mitglieder der COPD-Austria, des HLuTX sowie das Begleitteam sind zum Mittagessen im **Glöckl Bräu** - Glockenspielplatz 2-3, 8010 Graz - herzlich eingeladen.

Anreise: Parkmöglichkeiten in der Grazer Innenstadt sind sehr rar. Es empfiehlt sich, mit öffentlichen Verkehrsmitteln anzureisen. Die Straßenbahnhaltestelle Schloßbergplatz liegt direkt vor unserem Treffpunkt.

Anmeldung: **Wir bitten euch, das Anmeldeformular schon ausgefüllt zum Start mitzubringen.**

