



vngirl.vol.at  
Mehr Fotos von  
Isabella aus Wolfurt

**Sonnenanbeterin**

Einfach entspannt: Isabella aus Wolfurt genießt den Sommer in vollen Zügen. FOTO: VN/PAULITSCH

VORARLBERGER, ÜBER DIE MAN SPRICHT: Jürgen Krieger (43)

# Mit Elan über alle Berge

**Jürgen Krieger startet beim M3-Bikemarathon und hat ein Charity Event organisiert.**

**SCHRUNS.** (VN-akp) Der M3 Montafon Bikemarathon am Samstag ist das Jahreshighlight von Jürgen Krieger. Der Bludenzer freut sich auf das Heimevent, denn vor vier Jahren weckte die Teilnahme auf der M2-Distanz über 65 Kilometer und 2400 Höhenmeter seine Leidenschaft für Wettkämpfe auf zwei Rädern. Heute startet der 43-Jährige erstmals auf der M3-Strecke über 130 Kilometer und 4500 Höhenmeter. „Ich freue mich sehr, denn ich kenne jeden Zentimeter auf dem heimatischen Boden. Die Fans an der Strecke pushen zusätzlich. Unser Marathon hat sich in Österreich einen sehr guten Namen gemacht, das lockt neben vielen Hobbysportlern auch zahlreiche Profis“, erklärt der gelernte Fitness-trainer.

**Geben für Leben**

Krieger hat im Vorjahr die Intersport Montafon Charity im Rahmen des Events ins Leben gerufen. Die Spenden kamen der heute zwölfjährigen Leonie zugute, die sich mithilfe einer Wassertherapie nach einem Autounfall wieder zurückgekämpft hat. Heuer steht die Aktion im Zeichen von „Geben für Leben“. Die Spenden kommen der Leukämiehilfe Öster-



Jürgen Krieger ist bereit für 130 Kilometer und 4500 Höhenmeter beim morgigen M3 Montafon Bikemarathon in Schruns. FOTO: AKP

Schönste“, schwärmt der Aktive des MTB Club Montafon. Die Resultate bei den Wettkämpfen sind zweitrangig: „Es geht um den Flow. Aber nicht nur im Wettkampf, sondern auch im Leben. Ich stehe jeden Morgen auf und bin glücklich. Ich liebe meinen Alltag, in dem ich meine Leidenschaft in den Beruf einbringen kann, und in dem ich mit einem motivierten Team zusammenarbeiten darf.“ Krieger arbeitet als Verkaufsberater bei Intersport Montafon, ist zudem Bikeguide und Fitnesstrainer.

Dabei hätte er früher nicht gedacht, dass er einmal so sportlich unterwegs sein wird, denn mit 15 Jahren wog er noch 110 Kilogramm. Heute setzt er sich immer wieder neue Ziele, wie die Transalp, das Cape Epic oder die Crocodile Trophy. Sein ganz großer Traum aber ist ein Start beim Race Around Austria, bei dem nonstop 2200 Kilometer und 30.000 Höhenmeter rund um Österreich bewältigt werden. Doch zuerst wartet morgen der M3.

„Den Moment der Zieleinfahrt kann sich niemand kaufen.“

**JÜRGEN KRIEBER**

reich zugute. Das Hauptanliegen des Vereins ist es, für möglichst viele Patienten einen passenden Spender zu finden. „Die Typisierungen finden morgen im Haus des Gastes in Schruns statt“, lädt der Bludenzer ein. Im Sommer ist der leidenschaftliche

Biker beinahe jedes Wochenende bei einem Marathon am Start. Auf dem Programm standen schon sämtliche Klassiker, unter anderem auch die Salzkammergut Trophy, bei der es 211 Kilometer und 7119 Höhenmeter nonstop zu bewältigen gab. 13,5 Stunden war Krieger unterwegs. „Man muss sich immer wieder motivieren, durchlebt Höhen und Tiefen und sagt sich, dass die Schmerzen okay sind. Den Moment der Zieleinfahrt kann sich niemand kaufen. Das ist das

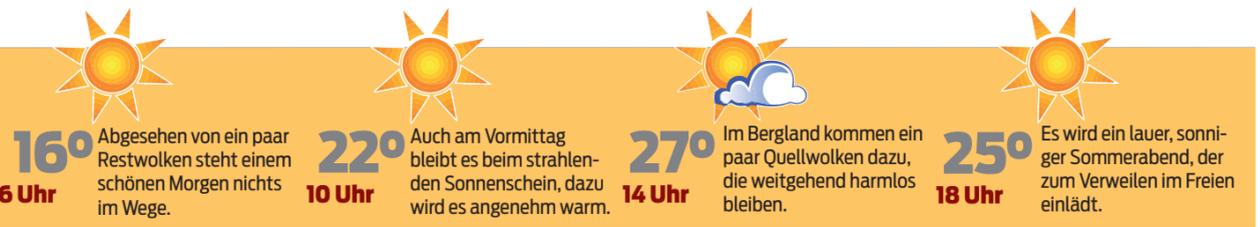
**Zur Person**

**Jürgen Krieger**  
Geben für Leben: Morgen finden im Haus des Gastes in Schruns Knochenmarktypisierungen statt (10-17 Uhr)  
**Geboren:** 7. April 1973  
**Wohnort:** Bludenz  
**Beruf:** Verkaufsberater bei Intersport Montafon, Fitnesstrainer, Bikeguide  
**Hobbys:** Biken, Tennis, Fitness

## Wetter

Freitag, 29. Juli 2016

wetter.vol.at



**Kalenderblatt**

30. Woche/211. Tag  
**Namenstage:** Martha, Olaf, Ladislaus, Flora  
**Sonnenaufgang:** 5.55 Uhr (MESZ)  
**Sonnenuntergang:** 20.59 Uhr (MESZ)  
**Mondaufgang:** 1.51 Uhr (MESZ)

**Biowetter**

Allfällige körperliche und seelische Beschwerden sind kaum auf das vorherrschende Wetter zurückzuführen. Die Temperaturen sind nach wie vor moderat und stellen keine zusätzliche Belastung dar. Sportliche Aktivitäten an der frischen Luft sind zu empfehlen, sie steigern das Wohlbefinden.

**Bodensee**

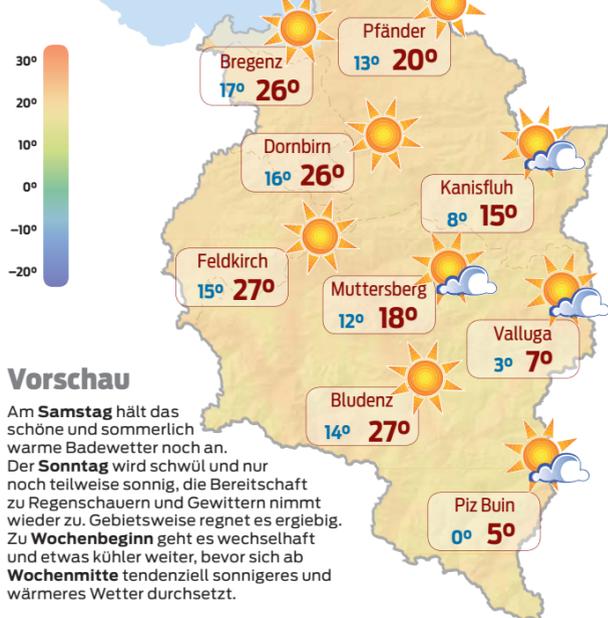
TEMPERATUREN	WASSERSTAND
23,1° Gestern (9 Uhr)	436 cm
24,3° Vorgestern (Tagesmittel)	438 cm
23,8° Vorwoche (Tagesmittel)	452 cm
21,8° Vorjahr (Tagesmittel)	367 cm

**Niederschlag**

BREGENZ	15,3 l/m²
Niederschlag 27.7.:	15,3 l/m²
Gesamt Juli:	136 l/m²
Juli 2015:	73 l/m²
Ø Juli 30 Jahre:	191 l/m²
FELDKIRCH	0,9 l/m²
Niederschlag 27.7.:	0,9 l/m²
Gesamt Juli:	152 l/m²
Juli 2015:	75 l/m²
Ø Juli 30 Jahre:	165 l/m²

**Heute**

Temperaturkarte für heute Mittag  
5-25 km/h NW  
Luftdruck: leicht fallend



**Star Wars München**  
Mittwoch, 7. September 2016  
Leistungen: Busfahrt, kl. Jause, Eintritt und Führung Ausstellung Star Wars Preis: p. P. 81 Euro für VN-Abonnenten, p. P. 86 Euro für Nicht-Abonnenten **Buchung:** shop.vorarlbergernachrichten.at/erlebnisreisen, T 05572 501-262 Veranstalter: Bitschi Reisen

**Samstag**

6 UHR	MITTAG	16 UHR
16°	29°	25°
Badewetter		WvN: 10 %

Quelle: ZAMG Innsbruck-Bregenz

**Sonntag**

18° 29°
gewittrig
WvN: 99 %

**Montag**

16° 23°
wechselhaft
WvN: 95 %

**Dienstag**

14° 23°
Schauerwetter
WvN: 95 %

**Mittwoch**

13° 25°
freundlicher
WvN: 50 %

WvN: Wahrscheinlichkeit von Niederschlag

**Europa**

Tageshöchstwerte für 29. 7. 2016

Eisenstadt 30°	Linz 27°
Graz 28°	Salzburg 27°
Innsbruck 28°	St. Pölten 27°
Klagenfurt 29°	Wien 28°
Amsterdam 20°	Lissabon 29°
Athen 35°	London 24°
Barcelona 30°	Madrid 38°
Berlin 25°	Mailand 32°
Bozen 32°	Mallorca 33°
Brüssel 22°	München 25°
Budapest 28°	Nizza 28°
Bukarest 35°	Paris 27°
Frankfurt 26°	Prag 29°
Genf 29°	Reykjavik 17°
Hamburg 23°	Rom 29°
Helsinki 25°	Stockholm 28°
Istanbul 32°	Venedig 31°
Kiew 34°	Warschau 26°
Kopenhagen 22°	Zürich 27°

**Welt**

Beijing 34°	Neu-Delhi 32°
Buenos Aires 11°	New York 30°
Hongkong 36°	Rio de Janeiro 21°
Johannesburg 16°	Sydney 17°
Kairo 35°	Tel Aviv 32°
Las Palmas 27°	Tokio 29°
Los Angeles 28°	Tunis 34°
Mexico City 25°	Washington 28°

**Rat des Mondkalenders**

**Mondphase:** abnehmend, über sich gehend (bis 31. 7., 6.52 Uhr)  
**Tierkreiszeichen:** Zwillinge (bis 30. 7., 23.10 Uhr, dann Krebs)  
**Günstig:** Hausmannskost und süße Nachspeisen gelingen besonders gut, klärende Gespräche führen, Verkäufe tätigen, Korrespondenz

**mondkalender.vol.at**

und Telefonate erledigen, Jogging, Ausflüge unternehmen, Tanzen, kreative Hobbys ausüben.  
**Ungünstig:** Gute Fettverwertung - Vorsicht bei Übergewicht, Operationen, Zahnziehen.

2. 8. 10. 8. 18. 8. 25. 8.

**Ozonwerte**

Walgau 119	3: befriedigend
Rheintal 118	3: befriedigend
Bregenzerwald 120	3: befriedigend

**FESTSPIELWETTER**

**Perfekte Wetterverhältnisse während der Aufführung**  
Turandot kann heute bei locker bewölktem Himmel aufgeführt werden. Die Temperaturen sind angenehm und liegen zwischen 21 und 24 Grad. Dazu weht eine mäßige Brise auf den Bodensee hinaus.

**Bergwetter**

Der Freitag bringt gutes Bergwetter mit dominanter Sonne und nur mehr mäßiger Hang- und Quellbewölkung, die tagsüber entsteht. Schauer bilden sich nur noch ganz vereinzelt, in den meisten Bergregionen bleibt es trocken. Dazu weht meist mäßiger, in höheren Gebirgslagen auch starker Wind aus südwestlicher Richtung.

Temperaturen: In 3000 m von 3 bis 7 Grad, in 2000 m von 8 bis 15 Grad, in 1000 m von 13 bis 20 Grad.

**Bauernregel**

Ist Florentine trocken geblieben, schickt sie Raupen in die Rüben.



SPIEL AUF DEM SEE

# TURANDOT

GIACOMO PUCCINI

TICKETS VERFÜGBAR | WWW.BREGENZERFESTSPIELE.COM

