

## „Sportfaktor Friends“– Erfahrungsbericht Oxfam-Trailwalker 2011

Bei der **100 km Strecke** des diesjährigen Oxfam-Trailwalker 2011 quer durch den Harz sind wir, das Team „**Sportfaktor Friends**“, zusammen mit weiteren 123 Teams à 4 Läufern und 2 Supportern insgesamt **2.441 Höhenmetern hoch** und **2.438 Meter** runter gewandert. Das war eine echte Herausforderung!



1

Unser Team „Sportfaktor Friends“ ist nach (nur) **24:39:43 Stunden** im Ziel angekommen und belegte damit **Platz 35**.

Obwohl wir am Checkpoint 1 noch das drittletzte Team waren, haben wir damit bewiesen, dass wir unsere Kräfte auf der gesamten Strecke optimal verteilt haben. Alle Kollegen im Team waren von den gesponserten Kompressionsstrümpfen der Firma **SIGVARIS** begeistert. Die Strümpfe haben ihren Dienst zu **100%** erfüllt. Insbesondere auf den letzten 30 bis 40 km der Strecke haben sie ihre Wirkung voll entfaltet. Die Kompressionsstrümpfe hatten zu jedem Zeitpunkt auf der Strecke einen hervorragenden Tragekomfort.

Ein Effekt mit dem wir nicht gerechnet hatten war, dass wir durch das dünne Material trotz der hohen Außentemperaturen, in den Sportschuhen nicht geschwitzt haben. Die Kompressionsstrümpfe lagen eng und gleichzeitig angenehm auf der Haut an. Durch diese Eigenschaft gab es auch keine Reibungspunkte zwischen dem Fuß und dem Sportschuh. Das hat uns allen im Team leidige Blasen erspart!

Insbesondere zwischen den Kilometern 75 und 95 waren wir froh, dass wir durch die Kompressionsstrümpfe auch vor Wadenkrämpfen gut geschützt waren. Auf diesem Streckenabschnitt stieg bei jedem von uns mit jedem weiteren Kilometer der körperliche und mentale Anspruch. Neben der hohen Flüssigkeitszufuhr von durchschnittlich zehn bis zwölf Litern pro Läufer auf der gesamten Strecke kam hier die professionelle Ausrüstung wie u. a. die Sportkompressionsstrümpfe von **SIGVARIS** optimal zum Einsatz. Somit konnten wir unsere Fitness voll ausschöpfen.

An dieser Stelle möchten wir, das Team „Sportfaktor Friends“, uns bei der Firma **SIGVARIS** und insbesondere bei Patrick Keel nochmals herzlich bedanken!

2 Wir haben uns sehr gefreut, dass uns **SIGVARIS** mit seinen Sportkompressionsstrümpfen beim diesjährigen Oxfam-Trailwalker 2011 unterstützt hat, und wir so gemeinsam ein weiteres Zeichen „Für eine gerechte Welt. Ohne Armut“ setzen konnten.



Euer Team "Sportfaktor Friends".  
Matthias Höfer, Christian Albat, Marcus Turm, Timo Walter,

Supporter:  
Fabian Geist, Marcus Dummer, Rebbeca Peters