

# „HUPFN.AT“

22.04.2010

Herwig Reupichler, „Hupfn.at“ SPORTUNION Steiermark  
12. Österreichische Präventionstagung, Wien

## Ausgangslage:

Richtlinien der WHO: ein erwachsener Mensch soll tägl. 30 Minuten körperlich aktiv sein.

### □ Zivilisationskrankheiten:

- 90.000 Pers. In Österreich morbid adipös [Österreichische Adipositas Gesellschaft].
- Übergewicht und Adipositas sind kausale Risikofaktoren für die Entstehung von Herz-Kreislaufkrankungen, frühzeitige Pflegebedürftigkeit und einer Verschlechterung der Lebensqualität.

**Grund:** in erster Linie ein **Mangel an körperlicher Aktivität!**

# Zielstellung

- Förderung der Alltagsaktivität
- Aufzeigen von Chancen zur körperlichen Aktivität im Alltag – ohne Zeitverlust
- Bekanntmachung der Angebote der Sportvereine (Junge Erwachsene)

## Was ist „Hupfn“?

- Schritt 1: aktionistische Projektauftritt
  - ▣ Ziel: Aufmerksamkeit der Öffentlichkeit zu wecken
- Schritt 2: „gehen statt zu warten“
- Schritt 3: „Treppe statt Rolltreppe“
- Ziel des Gesamtprojekts ist es, inaktive Menschen zu mehr Alltagsaktivität zu motivieren

## Wie wird gehüpft?

- Schritt 1: wir stehen auf
- Schritt 2: wir gehen in die Knie
- Schritt 3: strecken die Knie explosiv durch
- Wir sind gehüpft!



## Was bis jetzt in Graz geschah:

- Rekrutierung von einem „Hupfer-Pool“
  - ▣ Hupf-Infotage für Studierende, Vereine



# Testimonial

## Marion Kreiner

Olympiamedaillengewinnerin und  
Snowboardweltmeisterin



# Marion Kreiner:



„Ich hupfe, weil  
Bewegung für  
jeden wichtig ist!“



# Gewinnspiel

## GEWINNSPIEL:

Gewinnfrage:

**Warum hupft MARION KREINER?**

- Weil Bewegung für jeden wichtig ist.  
oder:  
 Um Höhenluft zu schnappen.

Einfach die Gewinnfrage richtig beantworten und mit etwas Glück einen *Wakeboard Nachmittag mit Marion Kreiner* oder einen *Segelkunstflug im Club SPORTUNION Niederöblarn* gewinnen. Damit wir Sie im Falle eines Gewinnes verständigen können, füllen Sie bitte die nachstehende Felder aus.  
Bitte schicken Sie die richtige Antwort an: **SPORTUNION Steiermark, Caussegasse 3, 8010 Graz.** Auch im Internet unter [www.hupfn.at](http://www.hupfn.at) können Sie am Gewinnspiel teilnehmen bzw. Ihre Antwort an [gewinn@hupfn.at](mailto:gewinn@hupfn.at) mailen.  
Das Gewinnspiel läuft bis zum 30.06.2010. Die Gewinner werden schriftlich verständigt. Keine Barablässe möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der SPORTUNION sind vom Gewinnspiel ausgeschlossen. Die Bestimmungen des Datenschutzgesetzes in der gültigen Fassung werden eingehalten.  
Ich möchte den Newsletter der SPORTUNION erhalten.  
Hauptpreise: *Wakeboard Nachmittag mit Marion Kreiner*; *Segelkunstflug*  
Die weiteren Preise finden Sie unter: [www.hupfn.at/gewinnspiel](http://www.hupfn.at/gewinnspiel)

Vorname:	
Name:	
Adresse (Strasse, PLZ, Ort):	
Telefon:	
Email:	



# „Gusti Hupf“



facebook Suche

**Gusti Hupf** freu mich über viele neue Hupffreunde! laden Mitwoch löschen

Pinwand Info Fotos Veranstaltu... Video Notizen +

Was machst du gerade?

Anhängen: **Teilen** Optionen

NEUESTE AKTIVITÄT

Gusti und Jim Petrovich sind jetzt Freunde. Kommentieren · Gefällt mir

Gusti und Ramona De La Rosa sind jetzt Freunde. Kommentieren · Gefällt mir

11 weitere ähnliche Meldungen

**Michael Johannes Pichler**  
Auf diesem Foto: Gusti Hupf

**Profilbilder**

So um 22:09 · Album anzeigen

NEUESTE AKTIVITÄT

Gusti und Franz Preihs sind jetzt Freunde. Kommentieren · Gefällt mir

Gusti und Kristy Goad Hill sind jetzt Freunde. Kommentieren · Gefällt mir

15 weitere ähnliche Meldungen

**Gusti Hupf** **Entfernen**

**Hupfn**

15. April um 12:05 · Kommentieren · Gefällt mir nicht mehr · Teilen

Dir, Gregor Berthold, Stephanie Hofschlaeger, Angela Passenbrunner und 4 anderen gefällt das.

**Hervig Reu** Fesch is sie die Marion!  
01. April um 12:25 · Löschen

**Anita Pregl** Nicht nur fesch sondern auch sehr sportlich!  
01. April um 15:17 · Löschen

Schreibe einen Kommentar ...

**Gusti Hupf** www.hupfn.at ist online

**Hupfn.at - Home**  
www.hupfn.at

**Fotos** Alle anzeigen

2 von 11 Alben

**Hupfn**  
Letzten Donnerstag aktualisiert

**Nationalteam hupft!**  
Vor etwa einer Woche erstellt

**Freunde** Alle anzeigen

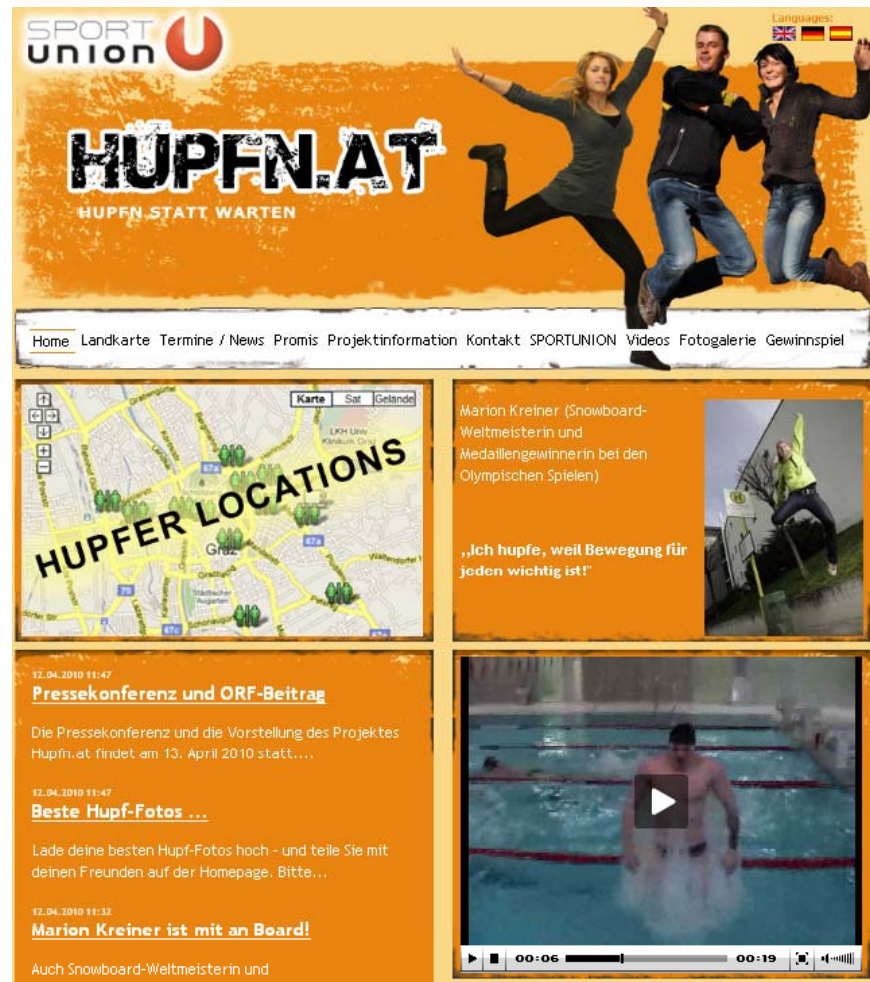
1.589 Freunde

Manuel Percht Oana Stoica Ronnie Hughes

Martin Friedrich Ali Mohammed Vikki Leigh

**Fotos von mir anzeigen (9)**  
[Mein Profil bearbeiten](#)

Würde unsere Welt nicht besser sein, wenn jeder hin und wieder hüpf? Vor Freude, aus Langeweile, oder weil es einfach Spaß macht? Und der Gesundheit würde es auch gut tun. Was würde passieren, wenn man hüpf, anstelle auf etwas zu warten?



The screenshot shows the homepage of Hupfn.at. At the top, there is a navigation bar with the following links: Home, Landkarte, Termine / News, Promis, Projektinformation, Kontakt, SPORTUNION, Videos, Fotogalerie, and Gewinnspiel. The main content area is divided into several sections:

- Map Section:** A map titled "HUPFER LOCATIONS" showing the area around Graz, Austria. The map includes a search bar and a "Karte" button.
- Marion Kreiner Section:** A text block featuring a photo of Marion Kreiner, a snowboarder. The text reads: "Marion Kreiner (Snowboard-Weltmeisterin und Medaillengewinnerin bei den Olympischen Spielen)" and a quote: "„Ich hupfe, weil Bewegung für jeden wichtig ist!“".
- News Section:** A list of news items with dates and titles:
  - 12.04.2010 11:47**: **Pressekonferenz und ORF-Beitrag**. The text below reads: "Die Pressekonferenz und die Vorstellung des Projektes Hupfn.at findet am 13. April 2010 statt...."
  - 12.04.2010 11:47**: **Beste Hupf-Fotos ...**. The text below reads: "Lade deine besten Hupf-Fotos hoch - und teile Sie mit deinen Freunden auf der Homepage. Bitte...."
  - 12.04.2010 11:32**: **Marion Kreiner ist mit an Board!**. The text below reads: "Auch Snowboard-Weltmeisterin und"
- Video Section:** A video player showing a person jumping into a swimming pool. The video has a play button and a progress bar indicating 00:06 out of 00:19.

## Geheime Hupfjobs



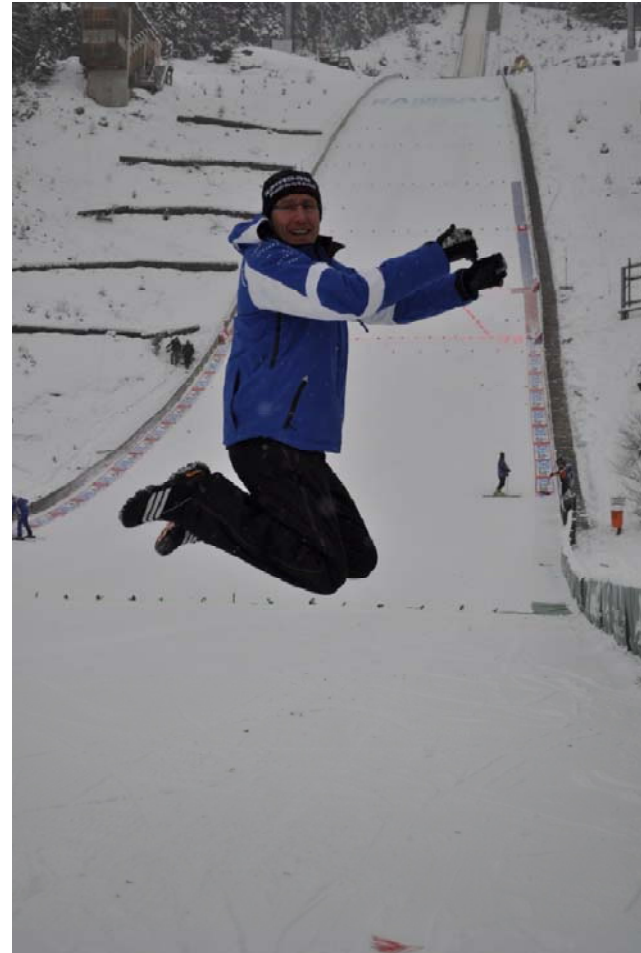
## □ Pressekonferenz

- Wecken der Neugier durch „Promihupfer“

Warum hupft Marion Kreiner?



Warum hupft  
Langlaufweltmeister Dr.  
Alois Stadlober?





Warum hupft das Österreichische Nationalteam?

## Warum hupft der FGÖ und das Gesundheitsministerium?





# Medienkooperation



Live Einstieg – Sat Reporter: 13. April



„Hupfn.at Weeks“: Radio / Internet  
Spotpaket (60 Spots, 1.200 Sekunden)  
Redaktionelle Beiträge  
Online Button  
Meinungsumfrage



Redaktionelle Berichterstattung

Antenne Steiermark, Kurier, Kleine Zeitung, Kronen Zeitung

# Print Medien



## Weiter Projektverlauf:

- Schritt 2: **Gehen statt warten** (Mai-Juni)
- Schritt 3: **Stiegensteigen statt Rolltreppe**
- Oktober2010: Abschlussevent: Brussels – European Parliament
  
- **Gewinnspiel:** Wakeboardnachmittag mit Marion Kreiner, Segelkustflug, Personalcoachingstunde, Badeeintritte etc.

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Kontakt:

Herwig Reupichler

[h.reupichler@sportunion.at](mailto:h.reupichler@sportunion.at)

[www.sportunion-steiermark.at](http://www.sportunion-steiermark.at)



[www.hupfn.at](http://www.hupfn.at)

