

# Nichts für Warmduscher

Paul Năoian und seine eiskalte Leidenschaft.

**BREGENZ, LAUTERACH** Den meisten Vorarlbergern dürfte es beim bloßen Gedanken daran kalt den Rücken hinunterlaufen. Paul Năoian sagt: „Bis minus 15 oder minus 20 Grad geht das schön.“

Der 28-Jährige arbeitet seit knapp drei Jahren als 24-Stunden-Pfleger in Vorarlberg. In seiner Pause geht er einer mitunter eiskalten Leidenschaft nach. Paul Năoian joggt seit 2019 selbst bei Eis und Schnee mit kurzer Hose und ohne T-Shirt durch die Lande. Häufig trifft man ihn am Bregenzer Seeufer und am Pfänder an. Aber warum um Himmels Willen macht er das?

## Mount Everest

„Einen Winter bin ich in kurzer Hose und T-Shirt gelaufen. Dann habe ich einen Artikel über Wim Hof gelesen, einen Extremsportler aus den Niederlanden, der lediglich in kurzer Hose und Sandalen den Mount Everest bestiegen hat“, erzählt der gebürtige Rumäne, der sich daraufhin ganz motiviert vornahm: „Das muss ich auch schaffen.“

## Laufend unterwegs

Paul Năoian stammt aus Cluj-Napoca, einer knapp 700.000 Einwohner großen Stadt in der Region Transsilvanien. Seine Laufkarriere startete er vor knapp vier Jahren. Seither ist er laufend irgendwo unterwegs. Das Ziel des 28-Jährigen: Er möchte so viele Menschen wie möglich inspirieren, sich im Freien zu bewegen.

Wenn er zu Hause ist, kommen pro Tag zwischen 20 und 30 Kilometer zusammen. In Vorarlberg hat er diese Zeit nicht. „In meiner Pause gehe ich zwei Stunden laufen, das sind zehn bis 15 Kilometer. Am Samstag und Sonntag laufe ich von Lauterach auf den Pfänder und zurück“, ergänzt er. Der bärtige Eismann aus Rumänien hat schon an einigen extremen Laufbewerben teilgenommen. Im Dezember war er beispielsweise bei einem 52 Ki-



Was für ein eiskalter Typ! Paul Năoian ist auch laufend am Pfänder oder an den Seeanlagen unterwegs.

lometer langen Ultramarathon am Start. Nächster Halt?

Ein eiskaltes 193-Kilometer-Rennen am Polarkreis würde ihn ebenso reizen wie eine Mount-Everest-Besteigung ohne zusätzlichen

Sauerstoff. „Aber ohne Sponsor geht das leider nicht. Vielleicht probiere ich ja einmal einen Halbmarathon im Winter ohne Schuhe zu laufen“, merkt Paul Năoian mit einem Augenzwinkern an. **VN-GER**