



## **PRESSEINFORMATION**

### **Forum Natürliches Mineralwasser: Sportliche Trinktipps für den Sommer**

**Die längeren Tage im Sommer motivieren viele Österreicherinnen und Österreicher zum Sport im Freien. Worauf nicht vergessen werden darf: Heiße Tage bedeuten in Kombination mit körperlicher Anstrengung, dass man besonders sorgsam auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr achten muss. Natürliches Mineralwasser aus Österreich ist dabei das optimale Getränk für Sportlerinnen und Sportler. Für unterwegs erfreuen sich PET Flaschen großer Beliebtheit. Im Sinne einer erfolgreichen Kreislaufwirtschaft setzen sich die heimischen Mineralwasser-Abfüller für noch mehr Engagement bei der Sammlung und Recycling des Wertstoffes PET ein. Von zentraler Bedeutung: die Sammelmoral der Bevölkerung.**

Viele wissen: Mindestens 1,5 bis 2 Liter Flüssigkeit sollen täglich getrunken werden – bei sportlicher Betätigung, vor allem an heißen Tagen, noch mehr. Doch nicht nur auf das „wie viel“ kommt es an, sondern auch auf das „was“ und „wann“. Ein geeignetes Sportgetränk muss den Verlust an Flüssigkeit und Mineralstoffen im Körper ausgleichen können. Deshalb ist natürliches Mineralwasser aus Österreich auch so ideal. Denn es enthält lebenswichtige Mineralstoffe, wichtige Spurenelemente und wird vom Körper rasch aufgenommen.

Zur Vorbereitung sollte man bereits einige Stunden vor dem Training mit dem Auffüllen der Flüssigkeitsreserven beginnen. Am besten trinkt man auch noch kurz vor dem Start ein bis zwei Gläser Mineralwasser. Erstreckt sich das Training über einen längeren Zeitraum, gilt es auch währenddessen regelmäßig zu trinken um gesund und leistungsfähig zu bleiben.

#### **Der optimale Begleiter für Sportlerinnen und Sportler**

*„Die Österreicherinnen und Österreicher schätzen natürliches Mineralwasser aus heimischen Quellen als optimalen Durstlöcher. Mineralwasser ist ein Naturprodukt, bei dem Qualität und Reinheit absolut im Fokus stehen. Strengste Kontrollen stellen dies sicher. Die natürliche Zusammensetzung der Mineralwässer aus Österreich machen diese zum idealen Begleiter für Sportlerinnen und Sportler“,* so Herbert Schlossnikl, Sprecher des Forums Natürliches Mineralwasser.

Gerade für unterwegs setzen Konsumentinnen und Konsumenten auf leichtgewichtige PET Flaschen. Bereits heute werden drei von vier Flaschen in Österreich gesammelt, rund 78% der gesammelten Flaschen werden recycelt. Die Schaffung von Bewusstsein zu PET als wertvolle Ressource ist den Mitgliedern des Forum Natürliches Mineralwasser ein wichtiges Anliegen. *„Auch wenn Österreich zu den erfolgreichsten Ländern bei der Sammlung und Recycling von PET zählt und sich bereits jetzt viele Konsumentinnen und Konsumenten engagieren, sind weitere*

*Anstrengungen hin zu einer noch erfolgreicheren Kreislaufwirtschaft nötig. Wir bitten deshalb alle Österreicherinnen und Österreicher, mit der umweltgerechten Sammlung und Entsorgung von PET Flaschen einen persönlichen Beitrag zu einem verbesserten Wertstoffkreislauf zu leisten. Denn gebrauchte PET Flaschen sind kein Abfall, sondern ein wertvoller Sekundärrohstoff, den es zu nutzen gilt*“, appelliert Herbert Schlossnikl an die Sammelmoral der Österreicherinnen und Österreicher.

### **Der Trinkrechner hilft auch bei sportlichen Aktivitäten**

Wer nun beim Sport auf Nummer sicher gehen möchte, nutzt am besten den [praktischen Trinkrechner](#) auf der Website des Forum Natürliches Mineralwasser. Hier kann man neben Alter, Gewicht, Geschlecht und Außentemperatur auch den Grad der eigenen körperlichen Betätigung angeben und erfährt so eine individuelle Empfehlung zur optimalen Flüssigkeitszufuhr.

Neben vielen weiteren hilfreichen Informationen finden Konsumentinnen und Konsumenten auf der Website des Forum Natürliches Mineralwasser auch ein spannendes „[Mineralwasserquiz](#)“.

### **Hintergrundinformation**

#### **Natürlichkeit und Reinheit – Das zeichnet natürliche Mineralwässer aus**

- Das natürliche Mineralwasser stammt aus unterirdischen, vor jeder Verunreinigung geschützten Vorkommen;
- Es ist von ursprünglicher Reinheit;
- Natürliches Mineralwasser muss direkt am Quellort oder in unmittelbarer Nähe in jene Behältnisse abgefüllt werden, in denen es auch zum Konsumenten gelangt;
- Natürliche Mineralwässer unterliegen strengsten Kontrollen und dürfen nur nach Anerkennung durch das österreichische Gesundheitsministerium in Verkehr gebracht werden;
- Die Gesundheitsbehörden verlangen für die Erteilung der Bewilligung geologische, hydrologische, physikalische, physikalisch-chemische und chemische Untersuchungen bzw. Gutachten;
- Natürlichen Mineralwässern dürfen – außer Kohlensäure – keine weiteren Inhaltsstoffe zugesetzt werden. Eisen und Schwefel dürfen unter bestimmten Voraussetzungen nach streng festgelegten Verfahren aus dem Wasser entfernt werden (Vermeidung einer Trübung des Wassers);
- Es hat bestimmte ernährungsphysiologische Wirkungen, die auf seinen Gehalt an Mineralstoffen und Spurenelementen zurückzuführen sind;
- Es muss in Hinblick auf seine Zusammensetzung, Temperatur und übrigen Merkmale eine bestimmte Konstanz aufweisen. Seine Qualität und Zusammensetzung sind daher innerhalb natürlicher Schwankungen gleichbleibend.

Mehr Informationen: [www.forum-mineralwasser.at](http://www.forum-mineralwasser.at)

### **Über das Forum Natürliches Mineralwasser**

Das Forum Natürliches Mineralwasser wurde 1987 gegründet und versteht sich als Kommunikationsplattform der bedeutendsten Mineralwasser-Abfüller Österreichs. Im Forum Natürliches Mineralwasser sind folgende Marken vertreten: Alpquell, Astoria, Frankenmarkter Mineralwasser, Gasteiner, Güssinger, Juvina, Long Life, Minaris, Montes, Peterquelle, Preblauer, Römerquelle, SilberQuelle, Vitus-Quelle, Vöslauer und Waldquelle.



forum-mineralwasser.at

**Presseinformationen:**

Forum Natürliches  
Mineralwasser

DI Herbert Schlossnikl  
Tel: 02252 / 401-4101  
E-Mail: [herbert.schlossnikl@forum-mineralwasser.at](mailto:herbert.schlossnikl@forum-mineralwasser.at)

Ecker & Partner Öffentlichkeitsarbeit und Public  
Affairs GmbH

Mag. Michael Moser  
Tel: 01 / 599 32-28  
E-Mail: [m.moser@eup.at](mailto:m.moser@eup.at)