



European Vegetarian and Animal News Alliance (EVANA)

Select language:
[en](#) [de](#) [fr](#) [pt](#)
[es](#)
[it](#) [nl](#) [ro](#) [sl](#)
[sq](#)

- [Home](#)
- [About EVANA?](#)
- [Our partners](#)
- [Our correspondents](#)
- [Diary](#)
- [Search](#)
- [Perspectives](#)
- [E-mail-list](#)

Book recommendation:



Join us on



Facebook!

[RSS engl.](#)
[RSS all lang.](#)

[Donation to EVANA.](#)

For correspondents:

Username:

Password:

[→ Tommaso Ausili - photo](#)

Ich kann einen Porsche mit 90 Oktan Benzin tanken, er wird fahren, aber ...

VEBU Interview mit Dr. Katharina Wirnitzer

April 2010

Dr. Katharina Wirnitzer hat die weltweit erste wissenschaftliche Studie zur Leistungsfähigkeit von vegan lebenden Extrem-Ausdauer Sportlerinnen und Sportlern vorgelegt. Die Tirolerin ist leidenschaftliche Mountainbikefahrerin und als solche u.a. erfolgreiche Teilnehmerin an der Trans-Alp Challenge – einem der härtesten Radrennen überhaupt. Sie berichtet hier sehr ausführlich über ihre ethischen Gründe für eine vegane Lebensweise, über ihre sportlichen Erfahrungen und über die Ergebnisse ihrer Studie.

Katharina, bevor wir zu den Fragen zur Ernährung, Sport und deiner Studie kommen, bitte beschreibe kurz deine Herkunft und welches deine ethischen Beweggründe für die vegane Lebensweise sind?

Ich komme aus Tirol, das traditionsgemäß fest verwurzelt im Bauernstand. Ich komme aus einer Familie von Tierquälern, von Jägern, Viehhändlern, Bauern, Metzgern, wobei man dazu sagen muss, dass man vor Generationen stolz war, diese „Berufe“ bzw. diesen „Stand“ auszuüben bzw. zu bekleiden. Obwohl meine Oma auch heute noch diese Familiengeschichte für ehrenvoll hält, hat sie doch auch noch mit 91 Jahren mittlerweile ein etwas geweitetes Bewusstsein, was Tiere und Tierschutz betrifft, allerdings ist jeder ein Kind seiner Zeit, so wie ich auch. Ich bezeichne diese Familien-Berufe heute als Tierquälerei, denn ich habe eine andere Wahl und andere Entscheidungsgrundlagen als noch meine Familie vor Generationen, daher nehme ich meine Verantwortung war, daher spreche ich diese Dinge auch so klar und unverschönt aus(...)

Fazit: Meine private Erfahrung der letzten 10 Jahre zusammen mit meiner sportwissenschaftlichen Arbeit zur veganen Ernährung im Hochleistungs-Ausdauersport, lassen den gut abgesicherten Schluss zu (in Übereinstimmung mit der aktuellen ADA Studie aus 2009, Hunderte von Wissenschaftlern arbeiten daran mit), dass die vegane Ernährungsform in ALLEN Lebensphasen von

SELECT category: [english](#)

Filter:

1-13 [▶](#)

- 2010-04-28
[Meat-Eaters Anonymous: Can America Go Vegetarian, or Are We Hopelessly Addicted to Meat?](#)
- 2010-04-28
[UK: Can Caroline Lucas change British politics for ever?](#)
 As leader she has won her battle to transform the Green Party. Now, she is fighting to make history in Brighton
- 2010-04-28
[USA: Coyote vs. Greyhound: The Battle Lines Are Drawn](#)
 ...Electric-shock collars help train the dogs not to chase anything but coyotes...
- 2010-04-28
[Argentine: Rebuilding of eagle's nest](#)
 Information: Canadian Voice of Animals
- 2010-04-28
[FAO warns of increased foot-and-mouth threats](#)
 Japan, South Korea suffer outbreaks
- 2010-04-28
[Protected Reef Offers Model for Conservation](#)
- 2010-04-28
[India: Food giants turn veggie in Gujarat](#)
- 2010-04-28
[Lebanon: NGO urges Hajj Hassan to look into botched parrot-smuggling operation](#)
 --Bulgarian customs officials at Sofia airport seized an illegal shipment of 108 grey parrots on Friday--
- 2010-04-27
[America's First Biodiesel Train is Powered by Beef](#)
- 2010-04-27
[USA: Calico Roundup- Death Toll Rises, Foals Born in Pens](#)
- 2010-04-27
[Chimps 'feel death like humans'](#)
 Chimpanzees deal with death in much the same way as humans, studies suggest
- 2010-04-27

Schwangerschaft bis ins Rentenalter, als Schonkost bei Krankheit ebenso wie für den Hochleistungs-Ausdauersport höchst geeignet ist....

Source: [Das vollstaendige Interview](#)
Autor: Guido Barth

Date: 2010-04-28



'Pick the right veg' for health
--No one food can give you everything you need--

2010-04-27

Germany: Food Companies Say No to Genetically Modified Potatoes
'Consumers Aren't Ready for GM Crops'

1-13 