



Akt. 21.04.09; 23:33 Pub. 21.04.09; 22:56

**TREND SIGHTJOGGING**

## Städte im Laufschrift erkunden

von Marlies Seifert

**Bei schönstem Wetter im stickigen Touribus durch die Stadt kurven? Das muss nicht sein. Der neuste Trend: Fremde Metropolen beim Joggen kennen lernen.**



Gesundheit mit Genuss und Kultur verbinden: Joggen entlang der Rambla de Mar in Barcelona oder das Brandenburger Tor in Berlin laufend entdecken.

In vielen Städten weltweit können sportliche Touristen das Sightseeing gleich mit ihrem täglichen Workout verbinden. Hier eine Auswahl:

### **Rom**

Wer auf einem Kurztrip in die Ewige Stadt möglichst viele der zahlreichen Attraktionen sehen will, muss sich schon beeilen. Geschulte Trainer führen auf 14 verschiedenen Routen zwischen 8,5 und 10,5 Kilometern an den Highlights vorbei. [www.sightjogging.it](http://www.sightjogging.it)

### **Berlin**

Sportskanonen kommen hier voll auf ihre Kosten. Bei Sightjogging Berlin kann man sich gleich ein Dreitagesticket ab 48 Euro kaufen. Beim Laufen durch die Berliner Quartiere spürt man nicht nur den eigenen Puls, sondern auch den der deutschen Hauptstadt. [www.sightjogging-berlin.de](http://www.sightjogging-berlin.de)

### **New York**

Einmal wie die Einheimischen um das Reservoir im Central Park joggen – kein Problem für die City Running Tours. Im Angebot stehen rund 20 weitere Strecken, die etwa über die Brooklyn Bridge, den Broadway oder durch Harlem führen. [www.cityrunningtours.com](http://www.cityrunningtours.com)

### **Barcelona**

Die sportlichen Guides kennen nicht nur die schönsten Laufrouen, sie wissen auch bestens über die Hotspots und die Geschichte der spanischen In-City Bescheid. Kosten: 50 bis 100 Franken pro Stunde. [www.sightjogging-barcelona.com](http://www.sightjogging-barcelona.com)

