

Suchen

Startseite Persönlichkeiten Mode Beauty **Reise** Kultur Technik

News Kolumne Galerien HotelSelection Archiv

Rennen auf den Ramblas

Eine neue Disziplin innerhalb der Städtereisen ist geboren: Sightjogging in Barcelona

Autor: Karina Bostelmann



Auf einer Städtereise sollen meist mehrere Aktivitäten unter einen Hut gebracht werden: Sightseeing und Shopping ebenso wie Müßiggang und köstliche Mahlzeiten. Und wer zu denen gehört, die im Alltag regelmäßig sporteln, will auch sein Training in den Urlaub integrieren. Was meistens bedeutet, dass der hoteleigene Fitnessclub schon vor dem Frühstück aufgesucht wird. Mit Pech steht man also früh morgens auf dem Crosstrainer, starrt eine weiße Wand (oder die Börsennachrichten) an, und schwitzt. Wer Glück hat (und in einem Hotel mit Gym auf dem Dach wohnt), absolviert sein Pensum auf dem Laufband und betrachtet dabei die Stadt von oben. Doch es könnte im wahrsten Wortsinn noch besser laufen: **In Barcelona bietet der Sportwissenschaftler Arnd Krüger mit einem Team aus laufbegeisterten Insidern ein so genanntes Sightjogging an.** Der Kunde wählt je nach Interesse und Kondition eine von acht vorgegebenen Routen, und los geht's!

Zu den leichteren Routen gehört jene, die auf neun Kilometern durch die Altstadt führt. Hier lernt der Urlauber am frühen Morgen jene Gegend kennen, die im Laufe des Tages von Einheimischen und Touristen so bevölkert wird, dass ein schnelles Vorwärtkommen unmöglich wäre. Ambitioniertere Läufer wagen sich an die elf Kilometer lange Strecke, die von der Altstadt ans Meer führt. Oder sie verschaffen sich laufend einen Überblick über Barcelonas Baukunst, von Gotik bis Gaudí. Natürlich sind Arnd Krüger und sein deutschsprachiges Team auch offen für individuelle Wünsche. Schließlich kennen sie die Stadt und ihre Gassen wie ihr persönliches Fitnesscenter. Wer also schon am frühen Morgen die Schaufensterauslagen aller wichtigen Schuhgeschäfte systematisch abklappern will, kann dies tun. Und weiß dann genau, wo später die Laufschuhe gegen ein Paar luftige Highheels ausgetauscht werden können.

Preise für die flinken Stadtführungen: Ab 70 Euro die Stunde, wenn man in der Gruppe mit bis zu vier anderen läuft, kostet es ab 35 Euro; www.sightjogging-barcelona.com

Archiv "News"

Gewinnspiel

PARK AVENUE und Zegna Intenso
verlosen eine Reise für zwei Personen nach Rom zum Filmfestival



Der perfekte Wies'n-Look



Im Dirndl macht Schunkeln mehr Spaß!

Beauty: Neu im September

Unsere BEAUTY-NEWCOMER



Machen Sie Ihre Sammlung komplett! >>

Bestellen Sie **PARK AVENUE** – von der Premiere bis heute. In unserem Shop können Sie nicht nur das aktuelle Heft ordern, sondern auch alte Ausgaben unseres Magazins.



StyleCouncil

Alke von Kruszynski fragt sich "Wer isst hier gestört?"



Neu! Unsere BeautySelection

Finden Sie die **BIGSHOTS DER TOPMARKEN: Unsere neue Selection sortiert Ihr Beautycase – nach Marke oder Pflegezone!**



Beauty-Test

Testen Sie sich selbst... Welcher **BEAUTY-REISETYP** sind Sie?



Der PARK AVENUE Stil-Guide: Teil III

TESTEN SIE SICH SELBST: Beherrschen Sie die Kommunikationsregeln zum Thema **MOBILELEFON?**



PARK AVENUE Test