

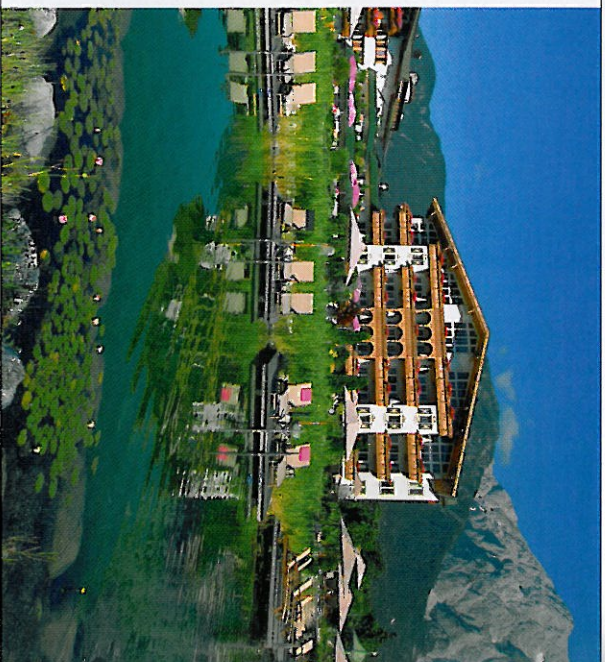


Schau-Lauf

Sightseeing mit Trainingseffekt. Es ist die gesunde Alternative zur geführten Stadttour in der Gruppe: Die Erfindung nennt sich Sightjogging und stammt von dem in Barcelona lebenden Sportwissenschaftler Arnd Krüger. Im Laufschrift präsentiert der Deutsche, Trainer und Cicerone in einer Person, seinen Kunden die Sehenswürdigkeiten der katalanischen Metropole unter ganz neuen Blickwinkeln. In den frühen Vormittagsstunden, wenn die Sightjogger unterwegs sind, präsentieren sich die Rambles, der Mercat de la Boqueria oder die Plaça Reial noch so, wie der Läufer sie liebt: angenehm kühl und weitgehend frei von lärmenden ausländischen Busgruppen. Eine Stunde ab 35 Euro (pro Teilnehmer in Gruppe ab vier Personen) bis 70 Euro (individuelle Tour). Tel. 00 34/620/46 93 91, www.sightjogging-barcelona.com

Einmal alles

Was hat Priorität: Ferien mit den Kindern? Oder ein erholsames Verwöhnprogramm für die Gattin? Oder die eigenen Tränensäcke sowie ein paar Kilo Übergewicht loswerden? Oder endlich Golfspielen lernen? Auf dem Miemingger Plateau in Tirol gibt es im Alpenresort Schwarz der Familie Pirkl alles unter einem Dach: ein betreutes Hoppl-Poppl-Programm täglich von 10 bis 21 Uhr für die Kids; ein mehrfach ausgezeichnetes Spa mit angeschlossenener Privatklinik; einheimische, vegetarische oder nach Regeln der traditionellen chinesischen Medizin hergestellte Heilmittel; ein „schnelles Grün“ für Golfeinsteiger und ein Champion-Course für Köhner. Wer in dieser alpinen Oase immer noch nicht zur Ruhe finden sollte, dem gibt Hotelier Franz Pirkl einen Schlaf-Coach an die Seite, damit er das Träumen wieder erlernt. Alpenresort Schwarz, Mieming/Österreich, Tel. 00 43/5264-52120, www.schwarzat



Golf-Kultur

Abschlag auf Mongolisch: Die Reise nach Huhhot ist der Eintritt in eine märchenhafte Welt. Die Hauptstadt der autonomen chinesischen Region Innere Mongolei bietet Einblicke in die jahrhundertalte Tradition und Lebensart. Dem Namen der Stadt Huhhot (deutsch: grüne Stadt) wird ein Arrangement des Shangri-La Hotels Huhhot nun in besonderer Weise gerecht: Nach der Übernachtung im Fünf-Sterne-Deluxe-Hotel haben Golf-Fans die Möglichkeit, auf dem Grün des Huhhot Tai Wai Country Club ihr Handicap fern der Heimat zu verbessern. Nach der Golfrunde macht der Besuch der zahlreichen landestypischen Sehenswürdigkeiten wie etwa des Da-Zhao-Tempels oder der traditionellen mongolischen Pferderennen die Symbiose von Kultur und Golfsport perfekt. Buchbar bis Ende November 2008 ab 145 Euro (inkl. Transfers, Green- und Caddygebühren. Shangri-La Hotel, Tel. 00 86/471/336 68 88; www.shangri-la.com

