

...auch in Wien. Joggen und Sightseeing mit einer qualifizierten Begleitung

Im Laufen Wien kennenlernen

Der neueste Trend auf dem umkämpften Fitness-Sektor: Die Verbindung von Jogging und Sightseeing gibt's in anderen Metropolen längst.

Wien. Rennen kann jeder Mensch. Aber ob er auch richtig läuft, ist eine andere Sache. Gravierende und langwierige Verletzungen aufgrund falscher Bewegungen, oder auch wegen Überschätzung der körperlichen Möglichkeiten sind im Steigen. Plus: Laufen, weil es gesund ist und fit macht, kann auf Dauer langweilig werden.

Die ideale Kombination. In Berlin und Rom joggt kaum



Riehle, Niesner

Ruth A. Riehle mit einem Jogger vor dem Riesenrad.

jemand mehr ohne qualifizierte Begleitung. Wer etwas auf sich hält, zieht auch nicht mehr nur im ewig gleichen Park seine Runden, sondern verbindet das Angenehme mit dem Nützlichen: Und lernt joggend die Stadt kennen.

Nicht nur für Touristen. Was ursprünglich für Touristen gedacht war, wurde praktisch über Nacht sowohl in Rom, als auch Berlin, zum Trendsport der Einheimischen.

„Das ist in Wien nicht anders“, sagt Ruth A. Riehle, renommierte Personal Trainerin und Chefin des

! So buchen Sie

■ Laufen und schauen:

Derzeit werden neun Routen – etwa **ShopRun: hipp und trendy** – angeboten. Eine Stunde kostet 80 Euro, bei einer Gruppe von vier Joggern 40 Euro.

■ Alle Informationen:

www.viennasightjogging.co.at
Telefon: 0699/11047625

siebenköpfigen Teams von **ViennaSightJogging**, dem auch eine geprüfte Fremdenführerin angehört. „Wir haben in etwa gleich viele Anfragen von Wienern und Touristen.“ (tok)