

Bitte folgen Sie mir!

Sightjogging international

von Anne Kirchberg



Fremde Städte besichtigen und trotzdem sein Laufpensum absolvieren, das ist seit der genialen Erfindung des Sightjoggings möglich. Mittlerweile bieten Metropolen überall auf der Welt dieses Erlebnis in diversen Ausführungen an. In Deutschland hat sich das Grundkonzept in den vergangenen Jahren bereits in vielen Städten durchgesetzt. Ob Berlin, Frankfurt, Hamburg, Augsburg, Essen, Freiburg, Lüneburg, Mainz oder München – überall boomt das Sightseeing im Laufschrift. Genauso verbreitete sich die sportliche Art der Städte-Erkundung wie ein Lauffeuer in ganz Europa von Budapest über Kopenhagen, Stockholm, London bis nach Zürich.

„Wir kombinieren vertraute Sehenswürdigkeiten mit Unerwartetem und Überraschendem“, verspricht Robert Peterhans von der Schweizer Firma City-Running. „Die Kombination einer Stadtführung mit eigener Bewegung vermittelt ein unglaublich gutes Gefühl des Ankommens und Wohlfühlens in einer Stadt!“ Ganz neu wurden im Mai 2011 in Brüssel drei Acht-Kilometer-Touren für einen Preis zwischen 20,- und 60,- Euro zusammengestellt: Eine historische, eine rund um den europäischen Distrikt und eine rund um das Atomium.



► Sightjogging in Brüssel

Durch das Rotlichtviertel Ganz schön bequem

In Amsterdam geht es seit Anfang 2010 für 25,- Euro samstags und sonntags ab 9.00 Uhr im strammen Laufschrift zur Stadterkundung unter anderem ins Rotlicht-Viertel, zum Rijksmuseum und zum Königspalast. Daneben organisiert Betreiber Hans-Peter Lighthart spezielle Läufe für Firmengruppen. Auch der Schotte Alan Hill bietet nicht nur in seiner Heimatstadt Glasgow, sondern zudem für ausgewählte Ziele in der Umgebung diverse Sightjogging-Möglichkeiten an. „Ich führe Läufer zu Loch Lomond, dem West Highland Way oder dem Robert Burns Trail. Bei mir lernt jeder Schottland kennen und bleibt dabei fit!“

Während in Rom, das eine der ersten europäischen Sightjogging-Städte war, einstündige Touren zwischen 70,- und 140,- Euro angeboten werden, sind in der italienischen Kanalstadt Venedig die sportlichen Stadtführungen nur noch auf Bestellung möglich. In Portugals Vorzeigestadt Porto läuft man hingegen mit Porto-On-The-Run für 8,30 bis 20,- Euro auf drei unterschiedlichen Wegen zu den berühmten Weinkellern und entlang der Atlantik-Küste. Einen traumhaften Service für alle deutschen Urlauber verspricht Sightjogging im spanischen Barcelona, wo Arndt Krüger seit 2009 auch seine Landsleute aus Deutschland mit individuellen An-

geboten zu unterschiedlichen Preisen versorgt. „Sightjogging ist natürlich anders als eine normale Stadtführung, bei der man sich in Details vertiefen, verweilen und Fotos machen kann“, so Krüger. „Aber es ist ein besonderes Erlebnis, man braucht nur Laufschuhe, Hose und Shirt – um den Rest kümmert sich der Guide!“

Weltweit im Kommen

Nicht nur auf unserem Kontinent ist Sightjogging ein ständig wachsender Markt. Von Städten in Afrika wie Kapstadt oder Iten in Kenia über das australische Melbourne und Sydney oder die neuseeländische Firma „Kiwirun“

mit individuellen Angeboten im Inselstaat sowie die südamerikanischen Städte Buenos Aires, Lima in Peru, Mexiko, Rio de Janeiro, Sao Paulo – alle haben die Marktlücke für sportbegeisterte Touristen entdeckt. Einzig die Asiaten sind noch etwas zurückhaltend, aber Firmen in Japan und Shanghai bauen dort gerade erste Möglichkeiten für Sightjogger auf. Mit zu den wohl speziellsten Angeboten weltweit zählt Sightjogging quer durch die israelische Großstadt Tel Aviv: Bei einem 6,5 Kilometer langen Lauf wird ab 7.30 Uhr auf zwei verschiedenen Touren entweder vor allem die Stadt oder die Geschichte erkundet. Vom Rabin Square über das Ben-Gurion-Haus, das Tel-Aviv-Museum, das Nationaltheater, die Sheinkin-Straße bis zu Old Jaffa läuft man dort auf geschichtlich sehr bedeutsamen Wegen.

The American Way

Perfekt auf die Kundenwünsche abgestimmt ist Sightjogging auf dem nordamerikanischen Kontinent. Das Unternehmen „City Running Tours“ führt in neun US-Städten diverse Touren durch, von denen die 2005 in New York City gestartete die erste war. Ob individuelle oder Gruppenläufe für 20,- bis 60,- US-Dollar, eines ist in den USA unvergleichlich: der Service! Ein Abhol- und Bring-Angebot, kostenloses Wasser, professionell angefertigte Erinnerungsfotos und eine Souvenirtasche sind fast immer im Preis inbegriffen. „Im Winter nehmen vor allem Besucher aus Skandinavien, Nordamerika und Kanada teil, die das Laufen bei diesen geringeren Temperaturen gewöhnt sind“, sagt der New Yorker Michael Gazaleh, der die sportlichen Touristen nicht nur zum Museum of Modern Art und der Schlafstätte von George Washington führt, sondern ihnen außerdem verrät, wo sie den besten Burger essen können.

Auch im Paket erhältlich

Ähnlich kundenfreundlich ist „City Running Tours“ in Chicago. Neben zahlreichen individuellen und Grup-



► Sportlich durch Chicago

pen-Routen gibt es ein spezielles 26,2-Meilen-Paket mit vier Touren für insgesamt 230,- Dollar. „Bei uns kann man so vieles sehen: Einzigartige Architektur, berühmte Skulpturen, einen wunderbaren See und einige der schönsten Parks dieser Welt“, schwärmt Marlin Keesler. Seit März 2010 ist es außerdem möglich, bei den Kollegen in San Francisco die Golden Gate Bridge und Fisherman's Wharf entlang zu joggen. „Unsere Routen werden ganzjährig nachgefragt, da es Sommer wie Winter mild und somit immer perfektes Laufwetter ist“, sagt John Kamola stolz.

Weitere Informationen und Kontakte:

- Frankfurt:** www.sightjogging-ffm.de
Telefon: 01 70 - 9 64 33 69
- Berlin:** www.sightjogging-berlin.de
Telefon: 030 - 79 78 98 54
- Glasgow:** www.cityrunningtours.co.uk
Telefon: 00 44 - 75 28 08 66 10
- Brüssel:** www.brusselssightjogging.com
Telefon: 00 32 - 4 71 66 64 24
- Zürich:** www.cityrunning.ch
Telefon: 00 41 - 4 32 66 93 81
- Porto:** www.portoontherun.com
Telefon: 00 35 - 19 27 38 83 64
- Barcelona:** www.sightjogging-barcelona.com
Telefon: 00 34 - 6 20 46 93 91
- Rom:** www.sightjogging.it
Telefon: 00 39 - 34 73 35 31 85
- Amsterdam:** www.touristrunamsterdam.com
Telefon: 0031 - 6 53 90 75 67
- Venedig:** www.runningtouritaly.com
Telefon: 0039 - 4 15 23 99 79
- Tel Aviv:** www.run-the-city.com
Telefon: 0097 - 25 44 60 37 62
- New York:** <http://cityrunningtours.com>
Telefon: 001 - 87 74 15 00 48
- San Francisco:** www.cityrunningtours.com
Telefon: 001 - 41 56 99 67 53
- Chicago:** cityrunningtours.com/chicago.html
Telefon: 001 - 63 07 02 93 64
- Shanghai:** www.untourshanghai.com
Telefon: 0086 - 1 52 16 83 75 24
- Japan:** www.samurairunning.com
Telefon: 0081 - 6 60 90 81 44 36 98