

erstellt: 01.09.2018

Trailrunning: Die anstrengende Alternative zum Marathon

O-Ton: Stefan Beppler, Leiter Beratungscenter TourNatur, Eso Es Konzepte Agentur für Text, Wort + Bild, 90762 Fürth

Länge: 5:01 (5 O-Töne, einzeln einsetzbar)

Autor: Harald Schönfelder

Info: Trailrunning ist zur Zeit so etwas wie der letzte Schrei der "Quäl dich, du Sau"-Fraktion. Gelenkschonender als ein Lauf auf Asphalt, länger als ein Marathon und die Teilnehmer dürfen Stöcke benutzen bei der Hatz über die schmalen Pfade, eben den Trail. Wir stellen die Sportart vor.

Beppler antwortet auf folgende Fragen:

1. Trailrunning: Was ist das?
2. Sie haben die Marathons erwähnt: Gibt es vom Trailrunning auch eine Wettkampf-Variante?
3. Braucht es für den also eher unebenen Boden ganz normale Laufschuhe oder eignen sich andere besser für die Trails?
4. Recht häufig sind auch spezielle Laufstöcke zu sehen. Ist das eher in "Kann" oder ein "Muss"?
5. Findet sich das Trailrunning auch bei Ihnen im Beratungscenter auf der Messe?

zum Beitrag gehörende mp3-Datei:

TourNatur_2018_Trailrunning_statt_Marathon_OTN.mp3