



Medienmitteilung

Strecke auf der Herrenabfahrtspiste kennen lernen

Trainings für den Vertical Sommerlauf

Samedan, 29. Juni 2017 – Um bei der Premiere des Vertical Sommerlaufs am 19. August gut vorbereitet zu sein, bietet das OK des Engadiner Sommerlaufs geführte Trainings auf der Strecke des Vertical Sommerlaufs an. Die Strecke über die Skiabfahrtspiste der Herren mit Ziel am Freien Fall wird dabei mit einer erfahrenen Läuferin abgelaufen, so dass sich die Teilnehmenden ein Bild machen können, was sie am 19. August erwartet.

Das OK des Engadiner Sommerlaufs lädt alle Sportbegeisterten zu zwei geführten Trainings auf der Strecke des Vertical Sommerlaufs ein. An den Freitagen 7. Juli und 4. August ist der Treffpunkt um 18.00 Uhr bei der Altober auf der Mittelstation Chantarella. Mit der Ultratrail-Läuferin und OK-Präsidentin Anne-Marie Flammersfeld laufen die Teilnehmenden die Strecke über die Piste der Herrenabfahrt bis auf die Plattform des Freien Falls ab. Während des Trainingslaufs vermittelt Anne-Marie Flammersfeld Tipps und Ratschläge, wie Verticals erfolgreich gemeistert werden können. Ein Tipp schon vorne weg: Stöcke dürfen eingesetzt werden und erleichtern das Aufwärtslaufen. Für die Rückfahrt kann die Standseilbahn genutzt werden, denn diese fährt von Juli bis September jeden zweiten Freitagabend bis 21 Uhr (Juli) respektive 20 Uhr (August/September). Das Ticket dafür verkaufen die Bergbahnen pauschal für den ganzen Abend zu CHF 20.-. Die Teilnahme am Training ist kostenlos und es benötigt keine Anmeldung. Versicherung ist Sache der Teilnehmenden. Bei unsicherer Witterung kann die Durchführung unter der Telefonnummer 079 433 67 02 erfragt werden.

Weitere Trainingsmöglichkeiten

Wer an den geführten Trainings verhindert ist, kann die Strecke auf eigene Faust erkunden. Interessierte Lauf-Cracks haben dabei die Möglichkeit, ihr Gepäck (Rucksack, Sporttasche) an der Talstation der Standseilbahn in St. Moritz Dorf abzugeben. Dieses wird dann mit den Bergbahnen bis zum Piz Nair transportiert und kann von den Läuferinnen und Läufern oben wieder entgegengenommen werden.

Presenting Sponsor:



Hauptsponsoren:





Ein weiteres Training wird am Mittwoch, 16. August angeboten. Dieses Training findet jedoch auf der Strecke des Engadiner Sommerlaufs statt und führt auf dem letzten Abschnitt vom Skiservice Corvatsch in Pontresina nach Samedan. Während des Trainings besteht die Möglichkeit Laufschuhe vom Skiservice Corvatsch zu testen.

Vertical Sommerlauf

Der 1. Vertical Sommerlauf findet am 19. August statt und führt über eine Strecke von 5,5 Kilometer und rund 1000 Höhenmeter. Der Start befindet sich in der Fussgängerzone von St. Moritz und das Ziel auf der Plattform des Freien Falls. Die Strecke verläuft auf der Piste der Ski-WM-Herrenabfahrt.

Medienkontakt

Gabriela Egli
Tel: +41 79 288 99 33
pr@engadiner-sommerlauf.ch
www.engadiner-sommerlauf.ch

Bildmaterial

Bilder zur redaktionellen Verwendung finden Sie zum Download auf www.flickr.com/engadinersommerlauf oder über wetransfer.com <http://bit.ly/2tINC40>

Video

Testlauf im Herbst 2016: <https://youtu.be/UnicVOW8A20>

Informationen zum Vertical Running Produktangebot

www.mountains.ch/de/bergerlebnis/corviglia/laufsport/vertical-running

Über den Engadiner Sommerlauf - Der Engadiner Sommerlauf wird am 20. August 2017 bereits zum 38. Mal ausgetragen. Zur Auswahl stehen der Hauptlauf über 25 Kilometer, der Muragl-Lauf über 11 Kilometer und das Kids Race mit Fun-Parcours und Distanzen von 750 Meter bis 3 Kilometer. Neu wird am Vortag, 19. August der 1. Vertical Sommerlauf auf der Herrenabfahrtsstrecke der Ski WM angeboten. Die Strecke des Hauptlaufs startete in Sils, führte an sechs Seen vorbei und endete in Samedan. Die mehrheitlich flache Strecke auf 1800 m ü. M. ist in die kontrastreiche Seen- und Gletscher-Landschaft des Oberengadins eingebettet und bietet ein einmaliges Lauferlebnis. Und natürlich eignet sich der Engadiner Sommerlauf auch als ideale Höhen-Vorbereitung für einen Herbstmarathon.

Presenting Sponsor:



Hauptsponsoren:

