

Über 300 Kilometer zu Fuß durch die Alpen

28.09.2010, 10:58 | Freizeit, Buntes, Vermischtes

Pressemitteilung von: *PREMIUM PERSONAL TRAINER CLUB*

Presseagentur: *Claudius Kroker · Text & Medien*



Marika Schmidt und Oliver Fischer beim Transalpin-Lauf

Die Schönauer Personal Trainerin Marika Schmidt und ihr Partner Oliver Fischer haben beim "Transalpin-Run" im September über 300 Kilometer zu Fuß durch die Alpen zurückgelegt und dabei in ihrer Kategorie den 30. Platz belegt. Insgesamt nahmen an dem Lauf vom süddeutschen Ruhpolding nach Sexten in Italien 280 Teams aus 26 Nationen teil. Mehr als 13.000 Höhenmeter ging es bergauf und bergab.

Der Weg verlief in insgesamt acht Etappen mit bis zu 47 Kilometern Tagesleistung auf teilweise hochalpinen Streckenabschnitten. Die beiden Profi-Sportler waren unter dem Team-Namen "SchmidtFit" unterwegs. Der Alpin-Lauf kann grundsätzlich nur von Zweier-Teams bestritten werden. Ein Viertel der Teams kam wegen Überlastung, Verletzungen oder wegen Überschreiten des Zeitlimits erst gar nicht im Ziel an.

Marika Schmidt ist als Personal Trainerin seit dem Jahr 2002 Mitglied im PREMIUM PERSONAL TRAINER CLUB, in dem international führende Trainer vereint sind. Die richtige Kondition und das nötige Training sind für die gebürtige Heidelbergerin Alltag. "Es muss nicht gleich ein Alpin-Rennen sein, aber regelmäßige Bewegung auch in kleinem Rahmen ist als Ausgleich zu oftmals sitzenden Tätigkeiten sehr wichtig", mahnt sie. "Das ist völlig unabhängig von der Altersklasse."

Ihr 46-jähriger Team-Partner Oliver Fischer ist im Außendienst tätig und trainiert nahezu täglich. Das Laufpensum der beiden umfasst pro Woche durchschnittlich 80 Kilometer und wird von mehreren Einheiten im Fitnessstudio begleitet. Mehr Informationen zum Transalpin-Run gibt es im Internet unter www.transalpine-run.com und www.schmidffit.de.

Portrait

Im PREMIUM PERSONAL TRAINER CLUB sind Trainer aus Deutschland, Luxemburg, Spanien, Österreich und der Schweiz organisiert. Sie verpflichten sich auf die vorgeschriebenen Qualitätsrichtlinien und müssen zur Aufnahme in das Netzwerk eine Prüfung ablegen. Dies ist nötig, weil es für Personal Trainer keine allgemein verbindliche Berufsausbildung gibt.

News-ID: 470198 • Views: 1043 (Stand: 31.05.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/470198/Ueber-300-Kilometer-zu-Fuss-durch-die-Alpen.html>