



06.07.2015 - 08:03 Uhr

## Höhe macht schnell - Lauftraining im Kühtai mit den besten äthiopischen und kenianischen Marathonläufern der Welt - BILD

Der äthiopische Weltklasse-Athlet Lemawork Ketema und kenianische Marathon-Größen trainieren im Kühtai und geben Know-how an Gäste weiter.

*Innsbruck (ots)* - "Die weltbesten Marathonläufer aus Kenia und Äthiopien bereiten sich im Höhenleistungszentrum Kühtai, nur 40 Minuten von Innsbruck, gezielt auf ihre kommenden Wettkämpfe vor. Laufbegeisterten bietet sich nun die Chance, gemeinsam mit diesen Ausnahmetalenten zu trainieren", bestätigt Arthur Krasovic, Geschäftsführer des Tourismusbüro Kühtai. Der Gewinner des Graz Marathon, des Wings-for-Life-Worldrun und Favorit beim bevorstehenden Marathon in Rio, Lemawork Ketema, bietet von 21. Juni bis 12. Juli 2015 täglich eine exklusive Trainingseinheit für Gäste der 4-Sterne-Hotels Konradin und Astoria. Die kenianischen Topläufer des run2gether Teams trainieren von 02. August bis 15. August jeweils den ganzen Tag gemeinsam mit Hobbyläufern.

Zwtl.: Beste Infrastruktur für olympische Ergebnisse

Mit einer 400 Meter Tartanbahn, einer 500 Meter Finnenbahn, der 2,4 Kilometer langen Runde um den Längental-Stausee sowie zahlreichen Wandertrails mit unterschiedlichsten Anforderungen begeistert das Höhenleistungszentrum Kühtai auf 2.020 Metern Seehöhe Profisportler rund um den Globus. Mag. Andreas Brix, Geschäftsführer des Höhenleistungszentrum Kühtai: "Lemawork Ketema feilt im Kühtai an seiner Zielzeit von 2:14 Stunden und damit an der Qualifikation für die Olympischen Spiele 2016. Mit persönlichen Bestzeiten von 27 Minuten über 10 Kilometern, 61 Minuten beim Halbmarathon und 2:08 Stunden beim Marathon wissen auch die Kenianer, wovon Sie sprechen." Von diesem Know-how profitieren sowohl ambitionierte Hobbysportler, als auch motivierte Laufeinsteiger oder Spitzenathleten. Die Einnahmen der Athleten kommen der Laufausbildung in Kenia zugute.

Zwtl.: MitoFit - Höhen-Tiefen-Training für Optimierung der Mitochondrien

Training in hohen Lagen wirkt sich positiv auf den Sauerstoffgehalt im Blut aus. Insbesondere die Wirkung auf die "Kraftwerke" der Zellen, die Mitochondrien, konnte wissenschaftlich mehrfach belegt werden. Der Innsbrucker Universitätsprofessor Gnaiger hat ein spezielles Gerät zur Sauerstoffmessung entwickelt und führt aktuell eine 3-jährige Studie im Kühtai durch.

Bild(er) zu dieser Aussendung finden Sie im AOM / Originalbild-Service sowie im OTS-Bildarchiv unter <http://bild.ots.at>

Rückfragehinweis:

Höhenleistungszentrum Kühtai

Mag. Andreas Brix

6183 Kühtai

E-Mail: [info@hoehentraing-kuehtai.com](mailto:info@hoehentraing-kuehtai.com)

[www.hoehentraing-kuehtai.com](http://www.hoehentraing-kuehtai.com)

Digitale Pressemappe: <http://www.ots.at/pressemappe/2634/aom>

\*\*\* TP-ORIGINALTEXT PRESSEAUSSENDUNG UNTER AUSSCHLIESSLICHER INHALTLICHER VERANTWORTUNG DES AUSENDERS - WWW.TOURISMUSPRESSE.AT \*\*\*

TPT0002 2015-07-06/08:00

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100008384/100775227> abgerufen werden.