

"Starke Männer" unter sich auf 2020 Meter im Kühtai

Utl.: Das österreichische Judoka Männerteam nutzt die günstige Höhenlage des Kühtais zur Vorbereitung auf die Weltmeisterschaft 2005 in Kairo =

Kühtai (OTS) - "Die Höhenlage des Kühtai ist perfekt für die Vorbereitung auf die Weltmeisterschaft im September in Kairo", erzählt Klaus-Peter Stollberg - übrigens nicht verwandt mit dem berühmten Kühtaier Grafen von Stolberg - Trainer der österreichischen Herrennationalmannschaft der Judoka. "Die Höhe ab 2.020 Metern dient den Teammitgliedern zum perfekten Aufbau der Trainings- und Belastungsverträglichkeit."

Creme de la Creme des internationalen Judoka

Ausnahmslos hoch dekorierte Wettkampfathleten fanden mit Stollberg den Weg zum zweiwöchigen Aufbautraining ins Kühtai nach Tirol. Florian Rinnenthaler, Ludwig Paischer, Rene Schaubmayr und Andreas Mitterfellner sind alle österreichische Staatsmeister und konnten in internationalen Meetings wie Europameisterschaften oder den Super World Cups bereits zahlreiche Titel oder Podestplätze erringen.

Eine Medaille als Ziel

Für Stollberg hat der Aufenthalt im Kühtai daher genau ein Ziel: "Auf dem Weg zu den Olympischen Spielen 2008 sollte das Team heuer eine Medaille in Kairo erringen." Das Trainingsprogramm wechselt zu diesem Zwecke zwischen leichtem Lauftraining rund um den Längental-Stausee über mehrstündige Almenwanderungen bis zu leichtem Griffkrafttraining. Der Trainer setzt dabei auf Teambuilding: "Die gemeinsam verbrachten 2 Wochen im Kühtai schweißen die Athleten zusammen. Nur so kann ein echter Teamgeist entstehen."

Ideales Ausdauertrainingsgebiet auch für Hobbysportler

Auch zahlreiche Hobbysportler nutzen die perfekten Trainingsbedingungen in der Höhenlage des Kühtai um sich auf Ausdauerbewerbe vorzubereiten. Der niedrigere Sauerstoffgehalt der Luft auf 2.020 Meter sorgt für die Stoffwechsellumstellung des Körpers. Die Zahl und die Sauerstoffaufnahme-fähigkeit der roten

Blutkörperchen steigen. "Die Höhe ist das wirksamste Medikament"
bestätigt Kühtais "Bergdoktor", Dr. Bernhard Wedekind.
Marathonläufer, Bi- und Triathleten genießen die atemberaubende
Berglandschaft mit zahlreichen 3.000ern, Almen und Bergseen während
ihrer Wettkampfvorbereitung.

Bergsommer im Kühtai

Ausführliche Informationen zum Bergsommer 2005 mit allen Angeboten
und Veranstaltungen erhalten Sie beim Tourismusbüro Kühtai unter
0043-5239-5222 sowie per Email unter info@kuehtai.co.at.

Bildmaterial auf
http://www.tourismuspresse.at/detail.html?id=272746&_lang=de

Rückfragehinweis:

~

Mag. Barbara Haid
Tourismusbüro Kühtai
A-6183 Kühtai
Tel. ++43(0)5239 5222
Fax ++43(0)5239 5255
www.kuehtai.info
<mailto:info@kuehtai.co.at>

~

*** TP-ORIGINALTEXT PRESSEAUSENDUNG UNTER AUSSCHLISSLICHER INHALTLICHER
VERANTWORTUNG DES AUSENDERS - WWW.TOURISMUSPRESSE.AT ***

TPT0040 2005-06-30/09:10

300910 Jun 05

Link zur Aussendung:

http://www.tourismuspresse.at/presseaussendung/TPT_20050630_TPT0040