

## Sprittanken für den BERLIN-MARATHON bei der Pasta Party im ARCOTEL John F Berlin



Pasta Party im ARCOTEL John F Berlin

Credit: ARCOTEL Hotels

Fotograf: Elena Elisseeva

Wien/Berlin (TP/OTS) - Am 28. September 2013 lädt das Restaurant FOREIGN AFFAIRS im ARCOTEL John F Berlin die Teilnehmer des BERLIN-MARATHONS zum Carboloadung mit speziellem Pasta Buffet ein. Die Nudelparty vor dem Marathonlauf ist nicht nur eine mentale Einstimmung auf das bevorstehende Ereignis und ein erstes Schnuppern der Wettkampfluft, die kohlenhydratreiche Pasta-Mahlzeit dient auch der optimalen Auffüllung der Energiespeicher.

Eine lange Reise beginnt man immer mit vollem Sprittank. Ebenso benötigt unser Körper genügend Treibstoff vor einem Marathon - dabei ist das Auffüllen der Glykogenspeicher, also der Kohlenhydratvorräte der Muskulatur, ein Muss. "Für auswärtige Marathon-Teilnehmer ist dies nur schwer möglich, weshalb das ARCOTEL John F Berlin dieses Jahr erneut zur Pasta Party lädt. Nach unserem Motto 'regional, hausgemacht, frisch' verköstigen wir die Sportler an unserem Pasta Buffet mit allem, was sie vor einem so wichtigen Wettkampf benötigen.", sagt Manfred Mayer, Alleinvorstand der ARCOTEL Hotel AG.

Zwtl.: Die Pasta Party - warum ist sie so wichtig?

Der schwedische Sportmediziner Gunvar Ahlberg erkannte bereits in den späten 1960er Jahren einen Zusammenhang zwischen dem Füllungsgrad der Glykogenspeicher in Muskeln und Niere und der Ausdauerleistung von Sportlern. Startet man also einen Marathonlauf mit vollgefülltem Glykogenspeicher, kann man das Optimum aus seiner derzeitigen Trainingsform herausholen. Sind die Energiespeicher jedoch nicht gefüllt, dann kann das volle Potenzial im Wettkampf nicht abgerufen

werden, da die Muskeln dann früher auf die weniger effiziente Fettverbrennung umstellen.

Zwtl.: Die richtige Zubereitung macht den Unterschied

"Wir achten vor allem darauf, dass die Nudeln 'al dente' serviert werden - durch das kurze köcheln bleiben die wasserlöslichen Kohlenhydrate besser erhalten. Auch die frische Zubereitung der Salate, Saucen und Co. ist enorm wichtig: So garantieren wir den Gästen unserer Pasta Party nicht nur höchste Qualität, sondern liefern auch wichtige Vitamine und Mineralstoffe!", erklärt Küchenchef Torsten Kaliska des Restaurant FOREIGN AFFAIRS.

Zwtl.: Die Pasta Party - ein sozialer Treffpunkt?

Pasta Partys dienen den Sportlern nicht nur dazu, um am Vorabend des Marathons Sprit zu tanken, sie bieten den Läufern auch die Gelegenheit Kontakte zu knüpfen, Freunde zu treffen oder die letzten Tipps vor dem Marathon untereinander auszutauschen. Abgesehen von der ernährungsphysiologischen Zweckmäßigkeit machen Pasta Partys vor allem auch Spaß!

Das ARCOTEL John F Berlin ist offizieller Hotelpartner des BERLIN-MARATHONS. Mit seiner Lage, direkt neben dem Auswärtigen Amt, liegt es nur wenige Kilometer von Start und Zielpunkt, der Straße des 17. Juni, entfernt. Die Kosten für das Pasta Buffet betragen EUR 19,90 pro Person. Reservierungen werden per Telefon +49 30 40 50 46-1800 oder per E-Mail [restaurant.johnf@arcotelhotels.com](mailto:restaurant.johnf@arcotelhotels.com) entgegengenommen.

Kontakt:

ARCOTEL John F Berlin  
Restaurant FOREIGN AFFAIRS  
Werderscher Markt 11  
D-10117 Berlin.

Nähere Informationen:

<http://www.tourismuspresse.at/redirect/arcotel11>

Die ARCOTEL Unternehmensgruppe, eines der größten privaten österreichischen Unternehmen im Tourismusbereich, positioniert sich klar in der Business- und Stadthotellerie. Die ARCOTEL Gruppe vereint das persönliche und individuelle Umfeld eines familiengeführten

Unternehmens mit internationalem Standard, Top-Qualität und solider wirtschaftlicher Basis. Gegründet 1989, umfasst die Gruppe derzeit zehn 4-Sterne- bzw. 4-Sterne-Superior-Hotels mit insgesamt 1778 Zimmern in Österreich, Deutschland und Kroatien - und das an den Standorten Berlin, Hamburg, Klagenfurt, Linz, Stuttgart, Wien und Zagreb. Aktuell beschäftigt ARCOTEL Hotels 812 Mitarbeiter. 2012 wurde das neueste ARCOTEL Onyx Hamburg eröffnet.

<http://www.arcotelhotels.com>

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

~

Rückfragehinweis:

ARCOTEL Hotels  
Karin Stöger, MA  
PR Assistant

Tel.: +43 (0)1 485 5000-36  
Fax: +43 (0)1 485 5000-12  
[karin.stoeger@arcotelhotels.com](mailto:karin.stoeger@arcotelhotels.com)  
<http://www.arcotelhotels.com>

~

Digitale Pressemappe: <http://www.ots.at/pressemappe/1402/aom>

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

TPT0001 2013-08-28/09:00

280900 Aug 13

Link zur Aussendung:

[http://www.tourismuspresse.at/presseaussendung/TPT\\_20130828\\_TPT0001](http://www.tourismuspresse.at/presseaussendung/TPT_20130828_TPT0001)