

Mit echten Profis trainieren



Veröffentlichung nur mit (c) TV Bad Radkersburg/pixelmaker.at. Bild zeigt: Mit dem österreichischen Radprofi Edi Fuchs in die Pedale treten bei den Trainingstagen (9.-12.4.2015) im Rahmen des großen Rad-Openings von Bad Radkersburg.

Credit: TV Bad Radkersburg
Fotograf: pixelmaker.at

Utl.: Anradeln Bad Radkersburg 2015 =

Bad Radkersburg (TP/OTS) - Diese Liste kann sich sehen lassen: Race-Across-America, Race-Around-Ireland, Race-Around-Austria ... Die österreichischen Radprofis Edi Fuchs und Wolfgang Fasching erkämpften sich eindrucksvolle Titel. Nun gibt es die Chance, sich im Urlaub mit dem Duo sportlich und mental auf die Radsaison vorzubereiten: bei speziellen Trainingstagen (9. - 12. April 2015) im Rahmen des großen Rad-Openings von Bad Radkersburg im Süden der Steiermark.

Zwtl.: Was erwartet Radbegeisterte beim Trainingscamp?

Ultracycling-Champion Edi Fuchs: "Auf den vier von mir geführten Rennradtouren erkunden wir grenzüberschreitende Strecken bis nach Slowenien, fast noch Geheimtipps." Zusätzlich gibt es Infos rund ums Rad und wie man richtig trainiert. Im Vordergrund steht das gemeinsame Erlebnis. "Die Gruppe wird so geführt, dass alle die gesteckten Ziele problemlos erreichen. Und natürlich gibt es ein Begleitfahrzeug." Das Motivationstraining kommt vom nunmehrigen Mentalcoach Wolfgang Fasching: "Es geht um mentale Stärke und darum, vieles zu schaffen, was man will - und das betrifft nicht nur das Radeln sondern alle Lebensbereiche." Die Trainingscamp-Teilnehmer erwartet ein Vortrag, geübt wird in einem vertiefenden Workshop. "Viele visualisieren intuitiv ihre Ziele. Ich helfe der Gruppe, diese und andere Techniken zu verfeinern." Als Mount-Everest-Besteiger und dreimaliger Race-Across-America-Sieger weiß er schließlich, wovon er spricht.

Zwtl.: Wie bereiten sich Hobbysportler auf die Radsaison vor?

"Es sollte zwanglos, aber mit System passieren. Die Grundkondition über den Winter mit Sportarten trainieren, die Spaß machen", empfiehlt Fuchs. "Das Rad gut vorbereiten, denn mit gutem Material hat man mehr Freude an der Bewegung", ergänzt Fasching. Für beide ist Bad Radkersburg der ideale Einstieg in die Saison: "Es gibt flache Strecken zum Einradeln und steilere zur Leistungssteigerung!" Beide kennen die Region bestens, sind in der Thermenstadt aufgewachsen. Also ein guter Boden für Radsportler? "Die Trainingsbedingungen sind mit dem milden Klima ideal, eigentlich kann man im Winter durchtrainieren!"

Radbegeisterte Journalisten sind herzlich eingeladen im Rahmen einer Einzelpressereise mitzutrainieren. Programmdetails:

<http://www.badradersburg.at/radfahren.html>

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

~

Rückfragehinweis:

Birgit Oberhollenzer-Praschberger

+43-676-7282800, www.oberhollenzer.at/medienservice

~

Digitale Pressemappe: <http://www.ots.at/pressemappe/17464/aom>

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

TPT0007 2015-02-05/12:16

051216 Feb 15

Link zur Aussendung:

http://www.tourismuspresse.at/presseaussendung/TPT_20150205_TPT0007