

# Medienmitteilung Pizol Challenge



## **Athletentraining mit Marcel Hengartner am Samstag 13. August 2005**

Die Spannung zum grossen Team- und Firmenwettkampf, dem 7. Pizol Challenge, steigt! Die Startliste füllt sich von Stunde zu Stunde mit neuen attraktiven Teams und Firmennamen.

Um diese sportlichen Leckerbissen optimal zu überstehen und die richtigen Vorbereitungen zu treffen, wird wiederum das beliebte Athletentraining durchgeführt. Der Lokalmatador, Marcel Hengartner, vierfacher Gewinner des Pizol Challenge kennt die Strecken aus eigener Erfahrung und verrät nützliche Tipps und Tricks zur optimalen Wettkampfvorbereitung. Hinweise zu den Streckenabschnitten und anspruchsvollen Passagen, über mentale Krisenbewältigung sowie zur richtigen Ernährung vor und während dem Wettkampf werden direkt auf der Originalstrecke vermittelt. Mit dem lehrreichen Athletentraining wird das Wettkampffieber auch bei noch unschlüssigen Sportlern definitiv geweckt. Wer will sich denn dieses Erlebnis entgehen lassen!?

Ob erfahrene Wettkämpfer oder Breitensportler, welche zum ersten Mal am Pizol Challenge teilnehmen, alle können von Marcel Hengartners grossem Know How profitieren.

Die Trainings sind folgendermassen aufgebaut. Marcel Hengartner führt die gesamte Strecke am Berg d.h. Bike, Berg- und Kammlaufstrecke in einem Durchgang. Die Teilnehmer müssen jedoch nicht an allen 3 Streckenabschnitten teilnehmen. Es ist auch möglich nur das Biken oder nur den Kammlauf zu trainieren. Weiter wird das Tempo tief gehalten, denn es geht nicht in erster Linie um ein körperliches Training sondern vor allem um einen Erfahrungsaustausch. Das Athletentraining findet am Samstag, 13. August statt. Die Treffpunkte sind: 9.00 Uhr Talstation Pizolbahnen Bad Ragaz, 11.00 Uhr Bergstation Pardiel, 12.30 Uhr Bergrestaurant Laufbödenstübli.

Für eine optimale Organisation werden die Teilnehmer gebeten, sich bis spätestens Freitagabend 12. August um 17.00 Uhr voranzumelden. Die Pizolbahnen gewähren den Trainingsteilnehmern einen Pauschaltarif von CHF 5.-, der Biketransport ins Tal kostet ebenfalls CHF 5.-.

### **Selbständige Trainingswoche Pizol Challenge**

Wer das Athletentraining verpasst oder lieber auf eigene Faust auf der Wettkampfstrecke trainieren möchte, kann in der Vorwoche, d.h. vom 15.-18. August für nur CHF 5.-/Tag die Pizolbahnen benützen. Ein Tag vor dem grossen Wettkampftag, am Freitag, 19. August werden teilnehmende Athleten sogar gratis transportiert. Diese vergünstigten Trainingsfahrten sind nur gültig gegen Vorweisung des einbezahlten Startgeldes.

Die Verantwortung für den Trainings- und Gesundheitszustand trägt der jeweilige Teilnehmer, auch die Versicherung ist Sache der Teilnehmer.

Anmeldung & Info: Telefon 081 300 48 35 , [info@pizolchallenge.ch](mailto:info@pizolchallenge.ch). Weitere Infos unter [www.pizolchallenge.ch](http://www.pizolchallenge.ch)

Pizol, 9. August 2005, OK Pizol Challenge, c/o Pizolbahnen AG, Marketing und Sales

Weitere Informationen für Pressevertreter:

Christina Walliser

Telefon 081 300 48 32

mobile: 079 449 43 29

e-mail [christina.walliser@pizol.com](mailto:christina.walliser@pizol.com)