

Uf u dervo – Entdecke die Schweiz**„Sight Jogging“: Städte erleben im Laufschrift****von Dres Balmer****Inhalt**

Man kennt die Stadtbesichtigungen mit dem programmierten Walkman, in Begleitung des pensionierten Geschichtslehrers, auf dem offenen Oberdeck des Doppelstockbusses oder im bimmelnden Touristenzuglein. Heute nehmen wir uns eine andere Art Stadtwandern vor: Sight Jogging, die Rundtour in Joggingschuhen, Leibchen und Turnhosen, und unter kundiger Führung. Sight-Jogging-Angebote gibt es in Berlin, München, Rom und anderen europäischen Städten. In der Schweiz steckt diese Art von Tourismus noch in den Kinderschuhen, doch er erfreut sich sowohl bei Gästen als auch Einheimischen wachsender Beliebtheit. Hier sind zwei pionierhafte Beispiele:

In **Rapperswil** führt der pensionierte und sehr fitte Akrobat Pius Nock von der berühmten Zirkusdynastie seine Gäste auf unterschiedlich anspruchsvollen Rundtouren durch seine Stadt. Zum Beispiel über den Hurdener Steg, dessen Eichenplanken unter jedem Schritt angenehm federn, vorbei an Knies Kinderzoo, durch die Altstadt hinauf zur Zinne vor der Klosterkirche mit dem herrlichsten Blick auf den Zürichsee. Mit Pius Nocks Erklärungen und seinen Episoden aus der Zirkuswelt wird der Rapperwiler Stadtlauf zu einer runden Sache.

Das Sight-Jogging-Angebot in **Zürich** ist letztes Jahr hervorgegangen aus dem Lauftreff City Running, der sich seit seinen Anfängen 2003 prächtig entwickelt. Der Sight-Jogging-Guide Robert Peterhans stellt für seine Gäste je nach Form und Interessen massgeschneiderte Rundläufe

zu bemerkenswerten Orten in der Stadt zusammen, vor denen sich auch Anfänger nicht zu scheuen brauchen. Peterhans möchte, dass sie „auf unkomplizierte Weise zu einem frischen Kopf und zu einem guten Körpergefühl kommen“, und er bringt ihnen die Stadt mit Zuneigung und Sachkenntnis näher. Als Clou erhalten die Gäste zur Erinnerung eine Beschreibung der zurückgelegten Strecke und der Rosinen am Wegrand sowie eine Erinnerungsfoto. So könnten sie zu Wiederholungstätern werden.

Besonderes

Rapperswil: Der Verkehrsverein Rapperswil-Jona bietet zusammen mit Pius Nock vier verschiedene Jogging-Stadtführungen an, für die man sich anmeldet. Je nach Anzahl der Teilnehmer kosten sie 25 bis 50 Franken. Am Freitag, 19. Juni um 18 Uhr findet eine öffentliche Stadtführung mit Pius Nock statt. Teilnehmer melden sich an und zahlen 12 Franken.

Zürich: City Running bietet wöchentlich drei kostenlose Lauftreffs an, in der Regel dienstags um 19 Uhr ab Markplatz Oerlikon, mittwochs 19 Uhr am Hafen Enge und sonntags 9h30 am Bürkliplatz. Gästen und Einheimischen bietet Sight Jogging gegen Entgelt individuelle Routen, täglich und rund ums Jahr. Die Tarife erfährt man im Internet.

Mehr Information

gibt es beim Verkehrsverein Rapperswil-Jona, Fischmarktplatz 1, Tel. 055 220 57 57, bei Pius Nock, Tel. 055 212 43 83, und auf der Homepage von City Running.

Links

www.rapperswil-jona.ch,
www.cityrunning.ch