

## UND AUSSERDEM...

> Nächstes Jahr wird in **China erstmals ein Ironman** durchgeführt: Am 23. April 2006 ist es so weit. Austragungsort ist die Insel Hainan im Südchinesischen Meer – das Hawaii Chinas. 1500 Startplätze sind zu vergeben, Anmeldeschluss ist der 23. März. Der China-Ironman ist ein offizieller Qualifikations-Wettkampf für Hawaii mit 75 Slots, die zu verteilen sind. Infos unter [www.ironmanchina.com](http://www.ironmanchina.com).

> Innert dreier Wochen will der **Nordic Walker Stefan Zweili** die Schweiz von Westen nach Osten durchqueren. Am 11. September startete er in Genf mit dem Ziel, am 2. Oktober in Romanshorn anzukommen. Dies entsprechen ungefähr 470 Kilometern, die der gebürtige Ostschweizer in Tagesabschnitten zwischen 20 und 30 Kilometern bewältigen will. «Ich möchte möglichst viele Leute animieren, mich ein Stück auf meinem Weg zu begleiten», sagt Zweili. Wer im Oktober noch Zeit dazu findet, kann auf der Internetseite [www.zweili.ch](http://www.zweili.ch) mitverfolgen, wo er aktuell am Walken ist und wie seine Routenplanung aussieht.

> Ein grenzenloses Wintersportvergnügen in der atemberaubenden Bergwelt Livignos verspricht der ehemalige Schweizer Skilanglaufprofi und zweifache Engadin-Skimarathon-Sieger Daniel Sandoz. Er und sein professionelles Betreuungsteam mit Langlauflehrern, Schneeschuhleitern und medizinischen Therapeuten veranstalten in der Zeit vom 27. November bis 18. Dezember 2005 im Vier-Tage- oder Wochenrhythmus das **2. Livigno-Snowsport-Opening**. Für diejenigen, die am 18. Dezember den Skimarathon La Sgambada in Angriff nehmen wollen, bietet das Snowsport-Opening die besten Möglichkeiten, sich den letzten Feinschliff zu holen. Weitere Infos unter: [www.sandozconcept.com](http://www.sandozconcept.com)

> Wie jedes Jahr bietet Max Schlorff im auch diesen Dezember in Pontresina einen **Skatingkurs für Triathleten** an. Die Multisportler können dabei in unterschiedlichen Stärkeklassen an ihrer Technik feilen (Videoanalyse). Treffpunkt ist der Samstag, 17. Dezember bei der Langlaufschule in

Pontresina um elf Uhr, beendet wird der Kurs am 18. Dezember etwa um 15.00 Uhr. Eine Ausrüstung kann auch gemietet werden (bitte frühzeitig anmelden). Die Kurskosten betragen Fr. 160.– (inkl. LL-Unterricht, Videoanalyse, exkl., Verpflegung, Nachtessen und Miete der Ausrüstung). Infos und Anmeldungen (bis spätestens 24. November 2005) direkt bei Max Schlorff unter Tel. 043 317 05 70 oder Mail [max.schlorff@bluewin.ch](mailto:max.schlorff@bluewin.ch).

> Möchten Sie ein **sportliches Wochenende mit Anita Brägger und Christian Belz** verbringen und mit ihnen trainieren und fachsimpeln? Genau dies können Sie am Laufseminar der Post im Swiss Holiday Park in Morschach tun. (18. – 20. November 2005, Preis CHF 330.–, Basis DZ/HP, Programm gemäss Ausschreibung). Weitere Seminare, Impressionen und Infos und Anmeldungen unter [Laufseminar.ch](http://Laufseminar.ch), Hugo Rey/Martin Koller, Neufeldstr. 5, 3012 Bern, Tel. 031 302 58 10, [info@laufseminar.ch](mailto:info@laufseminar.ch), [www.laufseminar.ch](http://www.laufseminar.ch).

EDF ●●●●●  
Belersdorf

