



Run the Swiss Cities Basel @ Switzerland Tourism / Silvano Zeiter

06.09.2022 09:30 CEST

«Run the Swiss Cities»: Sightseeing mit Fitnessfaktor

Morgens früh den Wecker gestellt, Laufschuhe an – und ab an die frische Luft, die atemberaubende Landschaft genießen: Laufen im Urlaub erfreut sich schon lange großer Beliebtheit. Die Schweiz bietet neben technisch anspruchsvollen Strecken mit Blick auf die Alpen besonders in den Städten attraktive Laufrouen für jedermann. «Run the Swiss Cities» lädt Besucherinnen und Lauffreunde ein, über vorgeschlagene Routen die Sehenswürdigkeiten und kulturellen Besonderheiten auf sportliche Weise zu entdecken. www.myswitzerland.com/runthecities

Run auf die Schweizer Städte

Mit ihren kurzen Wegen und der Nähe zur Natur eignen sich die Schweizer Städte besonders gut zum Laufen. Joggen erfreut sich bei vielen Reisenden großer Beliebtheit, etwa um die Destination zu erkunden und die Umgebung und die lokale Kultur kennenzulernen. Ein erfrischender See oder Fluss ist immer in der Nähe, grüne Parks wechseln sich ab mit moderner Architektur. Kultur und Geschichte sind allgegenwärtig. Und laufend bleibt auch genügend Zeit, um die versteckten Winkel der Städte zu erkunden und dabei spannende Geheimtipps zu entdecken.

<https://youtu.be/lpuvmlDwFag>

Urban Running: 4 Städte, 12 Routen

Jeweils drei Routen für unterschiedliche Fitnesslevel und entlang verschiedener Sehenswürdigkeiten wurden für die Städte Basel, Genf, Lugano und Zürich von Experten und Einheimischen zusammengestellt. Die 5 Kilometer lange Strecke in Basel ist eine bunte Mischung aus trendigem Industrieviertel und dem surrealen Klybeck-Waldpark, während Läufer auf der 10-Kilometer-Strecke in die Geheimnisse der Altstadt eintauchen sowie moderne Architektur und internationale Kunstgalerien passieren. Viel grüne Natur und kleinere Herausforderungen zeichnen die mit 15 Kilometern längste Strecke in Basel aus.

Die kurze Strecke in Genf geht hauptsächlich am Wasser entlang; wer auf 10 Kilometer verlängert, wird mit Stränden und Sehenswürdigkeiten belohnt. Für alle, die noch länger durchhalten, geht es raus aus dem Zentrum bis in die Satellitenstadt Le Lignon.

Auf den 5 Kilometern durch Lugano joggen Teilnehmende durch das historische Zentrum, entlang des Sees bis zur kulturellen Seele der Stadt: dem LAC. Die längere Route führt erst durch den schönen Olivenweg, bevor es dann steil bergauf geht. Wer sich an die 15-Kilometer-Strecke wagt, erkundet den Botanischen Garten von San Crato und besucht das traumhaft gelegene Morcote direkt am Luganersee.

Um in Zürich Orte kennenzulernen, die in keinem Reiseführer stehen, aber bei den Einheimischen äußerst beliebt sind, sollte man sich die 5-Kilometer-Laufroute aussuchen. Die touristischen Highlights bekommen sportliche Zürich-Besuchende dann auf der 10-Kilometer-Route zu Gesicht. Die Route über 15 Kilometer führt steil hinauf auf den Chäferberg. Die Anstrengung lohnt sich: Die Aussicht über ganz Zürich bis zum See ist unbezahlbar. Danach geht es lange an der kristallklaren Limmat vorbei.

Alle vorgeschlagenen Routen sind auf der Strava-App zum Download verfügbar.

www.myswitzerland.com/runthecitieswww.strava.com/routes/298556063588843058www.on-running.com/de-ch/

Weitere Informationen zum Urlaub in der Schweiz gibt es im Internet unter MySwitzerland.com, der E-Mail-Adresse info@MySwitzerland.com oder unter der kostenfreien Rufnummer von Schweiz Tourismus mit persönlicher Beratung 00800 100 200 30.

Informationen an die Medien

Weitere Bilder zur touristischen Schweiz stellen wir Ihnen auf <https://sam.myswitzerland.com> zur Verfügung.

Kontaktpersonen



Valerie von Oppeln

Pressekontakt

Ansprechpartnerin für Medien in Norddeutschland (Hamburg, Niedersachsen, Schleswig-Holstein, Bremen)

valerie.vonoppeln@switzerland.com

+49 (0)30 166 375 072



Andrea Daniele

Pressekontakt

Ansprechpartnerin für Medien in Berlin/Ostdeutschland

andrea.daniele@switzerland.com

+49 (0)30 166 375 074



Krisztina Keilani-Schmidt

Pressekontakt

Ansprechpartnerin für Medien in Hessen, Nordrhein-Westfalen,
Rheinland-Pfalz und Saarland

krisztina.keilani@switzerland.com

+49 (0)69 509 551 005



Chantal Mayr

Pressekontakt

Ansprechpartnerin für Medien in Baden-Württemberg und Bayern

chantal.mayr@switzerland.com

+49 (0)711 - 207 030 32