

Sixtus Lauf in Schliersee startet zum achten Mal am 18. Mai 2019

## Berlin, Hamburg, New York? Schliersee!

Idylle pur beim Halbmarathon zwischen Berg- und Seekulisse.

Schliersee, 19. Februar 2019: Am Samstag, den 18. Mai 2019 lädt der Sixtus Lauf Hobby- wie Profi-Läufer zur 8. Auflage ins oberbayerische Schliersee ein. Laufbegeisterte umrunden auf drei verschiedenen Strecken den gleichnamigen See, der, umrahmt von einer herrlichen Bergkulisse, für ein besonderes Lauferlebnis sorgt. Neben der klassischen Halbmarathon-Distanz (21,1 km) stehen zwei Strecken über 7,5 und 10 Kilometer bereit. Der Sixtus Lauf startet und endet für alle Teilnehmer an der vitalwelt schliersee. Direkt an der Seepromenade dürfen sich Zuschauer und Familien über ein großes Rahmenprogramm für Kinder und Erwachsene freuen. Für die Läufer von morgen organisiert der Veranstalter dort beispielsweise Rundkurse für Kinder und Jugendliche.



Über 1.500 Teilnehmer standen beim Sixtus Lauf im vergangenen Jahr am Start. Veranstalter flowmotion und die Partner der Laufveranstaltung erwarten in diesem Jahr rund 1.750 Läuferinnen und Läufer. Bei den Nachwuchsrennen für Kinder zwischen vier bis elf Jahren werden rund 200 Kinder auf unterschiedlich langen Rundkursen erste Wettkampfluft schnuppern. Die Besucher dürfen auf neue Mitmachaktionen gespannt sein. Sportlich gestartet wird mit einem Warm-Up, das von erfahrenen Lauftrainern an der Seepromenade angeboten wird. Für müde Sportler nach dem Rennen stellt die einheimische Pflegeproduktmarke und Titelpartner des Laufs, Sixtus, wie in den Jahren zuvor einen Massage-Service. Der Halbmarathon ist erneut Teil der Raiffeisen Oberland Challenge.

### **Drei Distanzen: vom Einsteiger bis zum Profi-Läufer**

Erfahrene Läufer und Einsteiger wählen zwischen drei Strecken durch die hügelige Landschaft entlang des oberbayerischen Sees: Die 21,1 Kilometer lange Halbmarathon-Strecke führt durch das Markus Wasmeier Freilicht Museum, über das urige Filzenmoos „Auracher Fuizn“ und zurück am Westufer bis zur Startposition vor der vitalwelt schliersee. Auf der 10 Kilometer langen Strecke laufen die Teilnehmer rund um den Schliersee und machen einen Schlenker durch das Markus Wasmeier Freilicht Museum. Die Distanz über 7,5 Kilometer führt auf kürzester Strecke und fast ausnahmslos am Uferweg rund um den See.

### **Vorbereitung und Streckenbesichtigung mit Expertentipps**

Für Läufer, die sich auf den Wettkampf vorbereiten oder vorab informieren möchten, organisiert der Veranstalter auch in diesem Jahr ein Lauftraining mit Streckenbesichtigung. Mit Unterstützung des Partners Sixtus sowie des Schuhspezialisten Mitterer wird eine Woche vor der Austragung, am 9. Mai, gemeinsam mit Profis auf der Kurz- und Mitteldistanz trainiert. Im Lauftraining sind Testschuhe, Sixtus-Pflegeprodukte, Getränke sowie eine Laufanalyse samt persönlicher Beratung enthalten. Außerdem können die Starter ihre konfigurierten Startunterlagen bereits nach dem Training mit nach Hause nehmen. Das Paket ist über die Anmeldung zubuchbar.

### Startschüsse für Läufer, Walker und Nachwuchssportler

Der Startschuss für die Läuferinnen und Läufer der Halbmarathons sowie der 7,5 und 10 km langen Strecken fällt am 18. Mai um 14 Uhr. Die Walker starten in einem separaten Block um 14.05 Uhr. Die Akkreditierung und Nachmeldung für alle Läufe und Strecken beginnt am Freitag, den 17. Mai von 14 bis 18 Uhr, und am Veranstaltungstag ab 9 Uhr in der vitalwelt schliersee.

Ab 12 Uhr starten die Rundkurse für Nachwuchssportler an der Seepromenade am Start-Ziel-Gelände. Als erste Startergruppe gehen die Jugendlichen der Jahrgänge 2006 und 2007 auf eine 2 Kilometer lange Distanz. Die Zwergerl (Jahrgang 2014 und jünger) treten ihren 500-Meter langen Lauf um 12.30 Uhr an. Um 12.40 Uhr fällt der Startschuss für den 1.000-Meter langen Rundkurs für Kinder der Jahrgänge 2008 bis 2011. Die Siegerehrung nach dem Lauf stellt für die kleinen Läufer nochmals einen Programmhöhepunkt dar: Jedes Kind nimmt eine Medaille mit nach Hause.

Informationen zum Sixtus Lauf und zur Anmeldung gibt es unter [www.schliersee-lauf.de](http://www.schliersee-lauf.de).



Über 1.500 Starter sind beim Sixtus Lauf 2018 bei bestem Laufwetter auf drei Strecken rund um den Schliersee gestartet. In diesem Jahr erwarten die Veranstalter rund 1.750 Teilnehmer. Foto: flowmotion



Kinder und Jugendliche zwischen vier und elf Jahren sammeln erste Wettkampferfahrung auf den Rundkursen an der Seepromenade am Schliersee. Die Nachwuchsrennen erfreuen sich mit rund 200 Startern großer Beliebtheit. Foto: flowmotion