

Auf dem roten Teppich ins Joggeli

Die FitnessExpo in Basel baut ihr Angebot weiter aus – etwa mit einem besonderen Lauf



Staunen und mitmachen. Die FitnessExpo in Basel, hier im Jahr 2015, bietet ein breites Spektrum an Angeboten aus dem Gesundheitsbereich. Foto Aissa Tripodi

Von Dominic Willimann

Basel. Gabor Szirt ist ein bekanntes Gesicht in der Basler Leichtathletikszene. Mit seinem Verein Lauftreff beider Basel ist der umtriebige Sportler vielerorts unterwegs, vielmals auch mit sehbehinderten Menschen. Nun ist der Basler in ein nächstes Projekt involviert, das am Samstag in der Brüglinger Ebene seine Premiere erfährt. Im Rahmen der FitnessExpo Basel in der St. Jakobshalle, der grössten Fitnessmesse der Schweiz, ist Szirts Laufsportverein Mitorganisator des ersten Energy Night Runs.

Bei diesem Rennen geht es für einmal nicht um die Zeit, sondern um das Erlebnis. Gestartet wird ab 18.40 Uhr im Leichtathletik-Stadion, zuvor wird ein gemeinsames Warm-up angeboten. Auf der fünf Kilometer langen Strecke auf den Sportanlagen St. Jakob erwartet die Teilnehmer in der Dunkelheit allerlei Überraschendes. Gearbeitet wird den ganzen Parcours entlang mit Lichteffekten. «Es wird ein blinkender und farbiger Abend», verspricht Szirt. Begleitet werden die Athleten von Helfern auf Cargo-Velos, in denen Musikboxen installiert sind. Jeweils nach 1000 Metern dürfen sich die in knalligen Neonkleidern startenden Teilnehmer

auf ein Geschenk oder ein Schauspiel – wie eine Feuershow – freuen. Der Energy Night Run ist ein Lauf der anderen Art. Oder wie es Szirt treffend ausdrückt: «Es ist ein Erlebnislauf.»

Trainieren mit Anja Zeidler

Der Höhepunkt der fünf Kilometer langen Strecke sind die letzten Meter. Beim Einlauf in die sich mitten im Umbau befindende Joggelihalle wird der rote Teppich ausgerollt, der direkt in die Grosse Halle führt. Dort ist gleich im Anschluss an den Lauf eine grosse After-Show-Party angesagt, bei der die Teilnehmer den Tag tanzend ausklingen lassen. Die Organisatoren rechnen mit rund 1000 Läuferinnen und Läufern, die dieses niederschwellige Angebot nutzen möchten.

Mit diesem Event geht der erste von zwei Tagen der Basler FitnessExpo zu Ende, die auch bei ihrer dritten Auflage einiges zu bieten hat. Da ist zum Beispiel Anja Zeidler, das bekannteste Schweizer Fitnessmodell. Da ist aber auch Thomas Mullis, der Geschäftspartner von Viktor Röthlin, der die Blackroll den Besuchern näherbringt. Das Spektrum ist riesig und bietet sowohl jenen etwas, die sich aktiv an den Programmen und Workshops beteiligen mögen, als auch denjenigen,

die Neuheiten und Trends der Szene einfach mal anschauen wollen.

Das Credo der Veranstalter ist auch 2017 dasselbe wie in den Jahren zuvor: Die St. Jakobshalle soll zum Kochen gebracht werden – selbst dann, wenn man sich nicht aktiv am Geschehen beteiligt. Dies ist ebenso gut möglich, da viel Wissenswertes über Trainingslehre, Ernährung oder Bewegung im Alltag vermittelt wird. Schliesslich gibt es genug Spannendes zu bestaunen – etwa das grösste Bootcamp der Schweiz, ein Potpourri an Kampfsportarten,

einen Körpercheck oder Neuheiten aus den Bereichen Pilates und Yoga.

Einige dieser Sequenzen dürften den Besuchern aus den letzten Austragungen bekannt vorkommen. Nicht aber der Energy Night Run vom Samstag, der bestes Beispiel für die Expansion dieser zweitägigen Veranstaltung ist. Dass der rote Teppich ausgerollt wird, hat also durchaus seine Berechtigung.

Tagestickets à 29 Franken sind an der Kasse im Joggeli erhältlich, im Startgeld des Energy Night Runs ist der Eintritt zur Messe für den Samstag bereits enthalten.

Gewinnen Sie ein Training mit Claudia Lässer!

Basel. Die dritte Basler FitnessExpo vom kommenden Wochenende wartet am Samstag zum Auftakt mit einem Leckerbissen auf: Um 10.30 Uhr wird ein Training mit *Teleclub*-Sportchefin Claudia Lässer, Thun-Fussballer Dennis Hediger oder Ex-Bachelor Janosch Nietlispach angeboten. Im Rahmen des Projekts «move2fit.ch» wird dieses 45-minütige Powerprogramm, in das auch weitere Fitnesssexponenten involviert sind, erstmals in der St. Jakobshalle gezeigt. Unter allen Teilnehmern des Trainings verlost «move2fit» attraktive Preise.

Wer an diesem Training am Samstag, 11. November, dabei sein möchte, hat die Möglichkeit, über die *Basler Zeitung* 5-mal 2 Tageskarten (Wert: je 58 Franken) zu gewinnen. Dafür müssen Sie folgende Wettbewerbsfrage korrekt beantworten: Zum wie vielen Mal findet die FitnessExpo in Basel statt? Schicken Sie Ihre Antwort zusammen mit Ihrem Namen und Ihrer Adresse in einer Email bis spätestens morgen Donnerstag, 18 Uhr, an verlosung@baz.ch. Die fünf glücklichen Gewinner werden per Mail informiert. dw

www.fitness-expo.ch