

9540 km in 6 Stunden gesamthaft zurückgelegt.

Der im Kanton Glarus noch nicht allzu bekannte Indoorcycling-Sport fand in der **lintharena** sgu in Näfels mit dem 6 Stündigen Indoorcycling-Marathon seinen Saisonhöhepunkt.

Jakob Kamm von der **lintharena** sgu in Zusammenarbeit mit Annina Berri und Seppi Fischli, beide von Fischli-Bike Näfels, organisierten unter dem Hauptsponsoring der Glarner Kantonalbank diesen gelungenen Anlass.

Ob alleine oder im 2er Team, ob Spitzenathlet oder Hobbyfahrer wurde der Marathon am vergangenen Samstag um punkt 12 Uhr in der Novalishalle gestartet. Begleitet mit gut ausgewählter Popmusik führte Annina Berri die über 50 Teilnehmerinnen und Teilnehmer durch die erste Stunde. Spätestens nach dieser Lektion wussten die Mitmachenden aus umliegenden Kantonen, dass Indoorcycling nicht einfach Radfahren in der Halle ist. Durch die ausgebildeten Instruktorinnen und Instrukturen wird ein Programm durchlaufen (durchfahren) dass verschiedene Übungen enthält, sei das im Wechsel von schnellem und langsamem Treten, Treten im Stehen, viel oder weniger Widerstand und vieles mehr.

Simultan werden Strecken durchfahren wie ein Kerenzerberg, Pragelpass oder gar Klausenpass. In Sprintfahrten und Jump-Übungen (Wechsel von Aufstehen und Sitzen) wird der Puls an seine oberste Limite getrieben. Spitzenathleten wie Roger Fischlin, der Mehrfachsieger des Gigathlon oder Roland Mischler der Gesamtsieger im EKZ-Cup 2010 wie auch die Glarner Spitzenschwimmerin Alexandra Bürge kämpften sich vorbildlich durch die 6 Stunden. Sehr erfreulich, alle Mitmachenden erreichten mit diesen Spitzenathleten zusammen ihr für diesen Tag vorgenommenes Ziel.

Speziell zu diesem Anlass durften die Marathonfahrerinnen und – Fahrer auf der Grossleinwand Bilder unseres schönen Glarnerlandes in Verbindung mit der vielseitigen Infrastruktur der Lintharena SGU bewundern. Angetrieben durch weibliche und männliche Indoorcycling- Instruktors und reichlicher von den Organisierenden bereitgestellter Zwischenverpflegung schienen die 6 Stunden im Fluge vorbeigegangen zu sein.

Nach diesen Leistungen durfte ein nahrhaftes Pasta-Essen im Restaurant Panorama eingenommen werden. Während dem geselligen Nachtessen und einer Gewinnverlosung äusserte sich gar einer, im nächsten Jahr bestimmt wieder dabei zu sein.

Weiter bieten Fischli-Bike und **lintharena** sgu Winterkurse an, wobei durch Vorabsprache eine Probelektion durchaus möglich ist.

Zum Schluss sei für die sehr gute Organisation zu diesem erstmalig im Glarnerland ausgeführten Indoorcycling-Marathon herzlich gedankt.

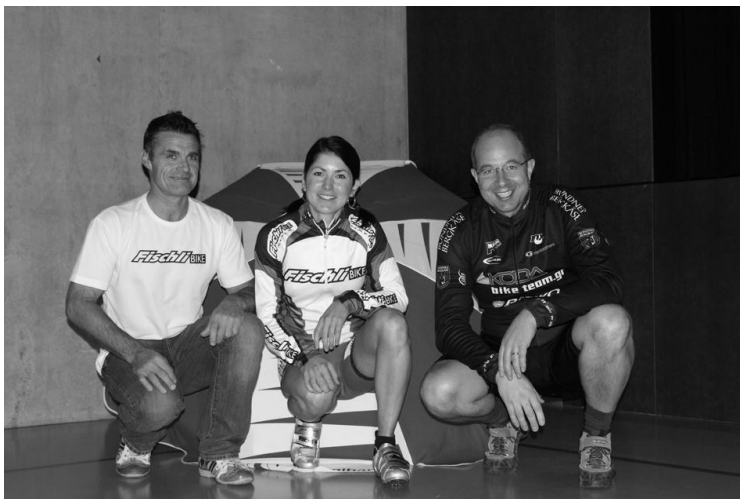
Rudolf Herrmann, Schwanden

Kopie an:
Linth-arena sgu, Jakob Kamm

Fischli Bike Näfels
Bilder:



Roger Fischlin Instruktor Jakob Kamm



Seppi Fischli Annina Berri Jakob Kamm