



Red Bull Almauftrieb – wenn Kühe auf Kettlebells treffen

Am 09. Juni steigt in Mayrhofen im Zillertal der erste Red Bull Almauftrieb – ein einzigartiges Fitness-Event, bei dem Crossfit auf Trailrunning, Urban Fitness auf Natur und Kühe auf Kettlebells treffen. Rund 6 Kilometer und knackige 600 Höhenmeter, gespickt mit 6 außergewöhnlichen Fitness Challenges, warten auf ihre sportlichen Herausforderer. In einem Monat geht es los – jetzt noch schnell anmelden.

Am 9. Juni 2018 sind all jene Mädels und Burschen gefordert, die sich für Crossfit, High Intensity Interval Training, Tabata oder Trailrunning begeistern. Denn beim Red Bull Almauftrieb gilt es für alle, die sich außerhalb ihrer Crossfit-Box einer neuen Herausforderung stellen möchten, den traditionellen Weg der Kühe vom Tal auf den Berg – quer durch die wunderschöne Ferienregion Mayrhofen-Hippach und das Sonnendorf Brandberg im Zillertal auf eine völlig neue Art und Weise hinter sich zu bringen. Bei diesem einzigartigen Bewerb geht es jedoch nicht nur darum die wunderschöne Strecke auf den Steinerkogel möglichst schnell zurückzulegen, sondern auf eben dieser auch noch herausfordernde Fitness Challenges zu meistern, bei denen Stroh, Holz und Milchkanen selbst die Härtesten unter der Sonne an ihr Limit bringen werden.

Und so bezaubernd sich die Landschaft des Zillertals auch zeigt, durch die sich unzählige Fitte am 09. Juni quälen werden, so herausfordernd wird der Challenge-gespickte Berglauf auf die Alm. Neben den 6 Kilometern und knackigen 600 Höhenmetern warten auch noch 6 außergewöhnliche Challenges, die es wirklich in sich haben, auf die Teilnehmer.

Schon vor dem Start geht es in die erste Aufwärmrunde, beim Hackstock-Nageln direkt im Ortzentrum Mayrhofen werden die Reihenfolgen der Startblöcke festgelegt. Gestartet wird dann gleich einmal mit Heu-Kraxln. Das mag harmlos klingen, könnte aber schon zu Beginn einige der Teilnehmer an ihre Grenzen bringen, denn das Überwinden der nicht gerade stabilen Ballen erfordert ganzen Körpereinsatz. Bei der zweiten Station heißt es dann „fest anpacken“, denn beim Baumstammtragen sind die Kraftpakete unter den Teilnehmern gefragt. Weiter geht es zum Wald-Parcour, bei welchem vor allem Geschicklichkeit und Schnelligkeit von großem Vorteil sein werden. Die Box Jumps am Fußballplatz in Mayrhofen sind für viele nicht neu, hier könnte sich aber, nach immerhin schon einigen zurückgelegten Kilometern, noch einmal die Spreu vom Weizen trennen. Wer all das hinter sich gebracht hat, freut sich zu früh, denn beim Milchkanal-Carry heißt es so richtig schleppen was das Zeug hält. Und zu guter Letzt wartet nach noch einigen Höhenmetern der Almhütten-Climb auf die Härtesten der Harten, die es bis dahin geschafft haben und deren Kraft bei der letzten Challenge noch einmal auf die Probe gestellt wird, bevor es ins Ziel geht.

Registrieren können sich Interessierte unter www.redbull.com/almauftrieb.

Den Teaser zum Event gibt es unter <https://bit.ly/2l0fank> zum Download.