

Event: Rock'n'Run Cross-Challenge
Ort: Atzmännig
Datum: 27. August 2016, Rennstart 12 Uhr
Weblink: www.rockandrun.ch

Zürich, 8. August 2016

ROCK'N'RUN – die Cross-Challenge für Draufgänger.

Die Rock'n'Run Chross Challenge kehrt am 27. August 2016 ins Zürcher Oberland zurück. Genau an gleicher Stelle wie die Premier Edition des Sport-Events. Die Talstation Atzmännig ist wiederum die perfekte Kulisse für Start-, Ziel- und Festgelände.

Am 27. August 2016 verschmelzen im Atzmännig Sport, Fitness, Fun und Musik zu einem grossen Openair-Mitmach-Event. Dieses Jahr wollen wir die Atzmännig Edition auf ein neues Level bringen. Mit einer über 9 Kilometer langen und optimierten Streckenführung, neuen Hindernissen und einem noch härteren Bootcamp. Wir steigern die Höhendifferenz und jagen die Teilnehmer höhere Hügel hoch und noch steilere Hänge hinunter.

Nach dem Zieleinlauf warten auf Teilnehmer und Besucher leckere Snacks, gekühlte Drinks und eine coole Side Challenge von Ochsner Sport, mit tollen Preisen zu gewinnen. Für alle Runners und Rockers steht zudem, eine Recovery Zone mit Massagen, Elektrostimulanz und einer Stretching Area zur Verfügung. Zu sommerlichen Beats können dann alle gemeinsam in den Abend chillen.

Der Lauf

Einzigartig für die Schweiz verbindet die Cross-Challenge Rock'n'Run Disziplinen wie Bootcamp, Fitness, CrossFit, Gelände- und Hindernislauf miteinander. Von der Talstation Atzmännig aus führt der 9,5 Kilometer lange Lauf zum Altschwand hoch und über sechzehn speziell designte Hindernisse, diverse Fitnessstationen wieder zurück ins Festgelände vor der Talstation. Das Herzstück der Cross-Challenge, der Cross-Track, wurde von Crossfit Wetzikon konzipiert. Neu treffen die Teilnehmer zudem auf eine Ruderstation und eine Seilspring-Challenge.

Cross Challenges sind in den USA seit einigen Jahren auf dem Vormarsch. Mittlerweile pilgern auch in Europa jährlich Millionen von Teilnehmern zu den Sportanlässen. Während bei manchen Events der Fun im Vordergrund steht, geht es bei anderen bloss um die sportliche Herausforderung. Bei uns kommen hingegen alle voll auf ihre Kosten.

Denn bei Rock'n'Run lautet die Frage:

Fit wie ein Runner oder cool wie ein Rocker?

Starten können die Teilnehmer entweder als kompetitive Runner oder ganz lässig als Rocker. Alleine oder im Team. Während sich die Runner mit anderen messen, steht bei den Rockern der Spass im Vordergrund. Sie haben das gleiche Ziel: gemeinsam einen unvergesslichen Tag zu verbringen. Beim Run steht adrenalengeladene Action, körperliche Fitness und eine gesunde Portion Ehrgeiz im Vordergrund. Wer's ins Ziel schafft, hat bereits gewonnen, denn hier wartet als Belohnung das finale Highlight des Tages. DJs verwandeln den Zieleinlauf bis in die lauen Abendstunden in ein stimmungsvolles Openair-Fest.

Die Rahmenbedingungen

Am 27. August 2016 beginnt der Sportevent ab 12 Uhr mit einen 10-minütigen High-Intensive Bootcamp Training organisiert von Kensho Sports. Gestartet wird ab 12 Uhr in Wellen von 80 Teilnehmern. Bis um 14.15 rennen die Rocker und Runner im Viertelstundentakt los. Unser Fitness- und Wellness Sponsor Holmes Place hostet die Warm-Up Zone. Neu im Lauf integriert: eine Ruderstation und eine Seilspring-Challenge. Kurzum: der Rock'n'Run ist eine Multi-Element-Fitness-Herausforderung, die es in sich hat.

Ehrensache, dass es auch zahlreiche attraktive Preise zu gewinnen gibt. Bei den Runnern erstellen wir ganz klassisch eine Rangliste, wobei die drei besten Laufzeiten ausgezeichnet werden; bei den Rockern hingegen werden drei coole Preise unter allen Teilnehmern verlost.

Partner des Events

Wir sind happy, dass wir mit Ochsner Sport den Branchenführer im Schweizer Sportfachhandel als Hauptpartner gewinnen konnten – ein idealer Match für Rock'n'Run. Co-Partner ist unser Gastgeber, die Sportbahnen Atzmännig, mit ihrem tollen Freizeit Angebot für Gross und Klein. Rodelbahn, Seilpark - Kletterpark und Kinderwanderweg. Alles für die Familie und Teamevents. Zu den Supportern zählen ausser dem Clauthaler alkoholfreies Bier, die Fitness- und Wellnessoase Holmes Place, das Malergeschäft Grassi & Koch, Focus Water und das Fahnencenter Weinfeld.

Unterstützt wird der Rock'n'Run auch durch das Sportamt des Kanton Zürichs und von Swisslos

[Weitere Infos und Updates](#)

Präsentiert wird der Event von Kussmaul Zürich. Weitere Auskünfte und Bildmaterial: Miguel Alvarez, Projektleiter Rock'n'Run, 079 748 70 72, alvarez@kussmaul.ch