***Der folgende Text dient als Vorlage für die Eigen-PR der Teilnehmer des ANITA WOMEN'S TRAIL ZELL AM SEE-KAPRUN. Du kannst diesen nutzen, um auf dich und deine Teilnahme bei dem ANITA WOMEN'S TRAIL ZELL AM SEE-KAPRUN aufmerksam zu machen. Dazu einfach deine persönlichen Angaben bei den fett gedruckten Passagen ergänzen und den fertigen Text mit einem Foto an deine lokalen Medien schicken.***

***ANITA WOMEN'S TRAIL Zell am See–Kaprun: Ein Trailrun-Event nur für Frauen***

Vom 19. bis 21. Mai 2017 heißt es in Zell am See–Kaprun zum zweiten Mal: „Women only“ beim einzigartigen Trailrun-Wochenende nur für Frauen. Das traumhaft schön gelegene Zell am See, vor dem Panorama des Kitzsteinhorns, bildet den idealen Ausgangsort für dieses ganz spezielle Event mit familiärem Charme. Auf den wunderschönen Trails rund um den Zeller See ist für jede Trailrunnerin etwas dabei. Auch für **(NAME).** Die **(Ort einfügen, wie „Die Münchnerin“)** startet in Zell am See zum **(x.)** Mal bei einem Trailrun-Event und freut sich schon jetzt, ein Laufwochenende nur mit Frauen aller Altersklassen bestreiten zu dürfen.

Der ANITA WOMEN'S TRAIL Zell am See-Kaprun ist ein Wochenende für ambitionierte Trailrunnerinnen und Einsteigerinnen gleichermaßen. Das Ziel ist es Trailrun erlebbar zu machen. Neben den drei Hauptevents von Freitag bis Sonntag bilden die passenden Workshops den Rahmen für ein gelungenes Wochenende unter Frauen. Abgerundet wird der ANITA WOMEN'S TRAIL Zell am See-Kaprun durch Wellness, Massage, Yoga und gemeinsamen Abendveranstaltungen. Auf dem zugehörigen Trailrun Village haben die Läuferinnen die Möglichkeit, ausgewählte Produkte in Ruhe kennenzulernen, zu testen und zu erwerben.

Auch **(NAME)** ist in Zell am See-Kaprun mit dabei. Am Freitag eröffnet mit dem Women’s Night on Trail, ein Stirnlampenlauf, in Zell am See das Trail-Wochenende. Kurz nach Einbruch der Dunkelheit gehen die Läuferinnen auf die rund 5 Kilometer lange und mit rund 300 Höhenmetern gespickte Runde.

Am Samstag geht es bei dem Women’s Panorama Trail für **die xx-Jährige** mit einem 16 km langen Lauf weiter, hierbei müssen 760 Höhenmeter im Aufstieg absolviert werden. Die Teilnehmerinnen können sich auf einen nicht übermäßig langen, aber doch sehr intensiven Berglauf freuen. Über schöne Waldsteige geht es rund um dem Speicherteich bis hinauf zur Mittelstation. Ein wunderschöner Trail führt bis zur Areitbahn. Von dort geht es bergab Richtung Schmitten und zurück ins Ziel.

Am Sonntag wartet dann das große Finale bei der Women’s Challenge mit 15 Kilometer und 500 Höhenmeter im Aufstieg, auf **(NAME).** Die schöne Runde um den Zeller See führt die **(Ort einfügen, wie „die Münchnerin“)** nach Schüttdorf durch das Naturschutzgebiet. Vor Thumersbach geht es hinauf auf die Sonnenseite des Thumersbachtals. Auf abwechslungsreichen Wegen – teils sensationellen Trails – entdeckt man auf dieser Strecke die Schönheit der bäuerlichen Kulturlandschaft.

Oben angekommen, kann sich **(NAME)** mit einem gemeinsamen Mittagessen auf die Siegerehrungen in der Einzel-, Tages-, Teamwertungen und Triple Wertung sowie „Trailqueen“ Ehrung freuen.

Die Region Zell am See – Kaprun bietet den Athletinnen fantastische Trails vor der atemberaubenden Kulisse des Kitzsteinhorns und diese wird für so manche Anstrengungen entschädigen. Auch die (**Ort einfügen, wie „Münchnerin“)** stellt sich dieser außergewöhnlichen Herausforderung und bereitet sich bereits seit **(Zeitraum einfügen)** auf den ANITA WOMEN'S TRAIL Zell am See–Kaprun vor.

**"(ZITAT einfügen wie z.B.: "Es war schon immer ein Traum von mir, einmal bei einem solchen Rennen nur für Frauen mitzumachen"/ “Ich laufe schon länger, aber das wird mein erster Wettkampf dieser Art.“/ „Ich habe schon einige Wettkämpfe bestritten, aber dieses Festival ist nochmal etwas Besonderes - drei Tage, drei Rennen, eine echte Herausforderung“).**

Der ANITA WOMEN'S TRAIL Zell am See–Kaprun verlangt bei der Anmeldung zwar keine besonderen Qualifikationen, trotzdem hat sich **die** **(BERUF wie Journalistin)** gewissenhaft auf dieses Event vorbereitet.

"Ich komme auf rund (**XX**) Trainingskilometer pro Woche. Dazu mache ich regelmäßig Stabilitäts- und Dehnübungen. Das kostet natürlich Zeit", erklärt (**NAME**). Zeit, die **die xx-Jährige** gerne für ihr Ziel, **(bitte nachfolgenden Satzteil je nach Strecke auswählen)** die 3 Tage Women’s Trail Triple – Trailrunning non-stop; den Women’s Night on Trail, den Women’s Panorama Trail , die Women’s Challenge, opfert.

Zur Vorbereitung hat (**NACHNAME**) unter anderem am (**LAUF einfügen wie BASETRAIL beim SALOMON ZUGSPITZ ULTRATRAIL**) teilgenommen. Einfach, um schon einmal Wettkampfatmosphäre zu schnuppern und das benötigte Equipment in der Praxis zu testen. Beim ANITA WOMEN' TRAIL Zell am See-Kaprun werden alle Altersklassen vertreten sein. **(NACHNAME)** wird in der Kategorie **(bitte auswählen aus Super Girls, Women, Master Women, Senior Master Women)** antreten.

Für weitere Informationen, Bildmaterial oder das Veranstaltungslogo kontaktieren Sie mich jederzeit gern:

**Kontakt Kommunikation/Presse:**

Julia Conrad   
PLAN B event company GmbH   
Tel: +49 89 651299 31  
Mobil: +49 151 550 10 151  
Email: julia.conrad@planb-event.com