

# Joggen zu den Promis

**A**uf dem Rodeo Drive Matthew McConaughey oder Cameron Diaz treffen - und ganz nebenbei laufend fit werden! „Celebrity Jogging“, der letzte (Fitness-)Schrei in L.A., verbindet Promi-Watching mit Sport. Bei den ca. 6,5 Kilometer langen Touren laufen Sie mit Trainerin Cheryl Anker an den Orten vorbei, wo die Promidichte besonders hoch ist: z. B. den Nobel-Shops in Beverly Hills oder dem VIP-Restaurant „The Ivy“. Erspähen Sie einen Star, wird ein kurzer Foto-Stopp eingelegt! Ca. 42 € inkl. Shirt, Wasser und Früchte. Infos: [www.offnrunningtours.com](http://www.offnrunningtours.com)



**Vor Lionel Richies Haus** Neben dem Paparazzi-Lauf gibt es eine Tour zu den Promi-Villen



**Up to date** Nach Michael Jacksons Tod machte die Tour bei seinem Anwesen Halt



## Airport-Flitzer

Mit diesem Trolley verpassen Sie keinen Flug mehr. Der „Micro Travel Scooter“ (40 Liter Inhalt) von Samsonite ist ein Handgepäck-Koffer mit integriertem Roller. Einfach ausklappen und zum Gate düsen. Ca. 299 €, ab Ende 2009 im Sport- und Lederfachhandel.



## TOP 5 LAUF-BÜCHER

Aktuelle Running-Bestseller – ermittelt von Amazon für SHAPE

**1 DIE LAUF-DIÄT: RICHTIG ESSEN, RICHTIG LAUFEN, RICHTIG SCHLANK,** Herbert Steffny/Wolfgang Feil, 14,95 €

**2 DAS GROSSE LAUFBUCH: VOM RICHTIGEN EINSTIEG BIS ZUM MARATHON,** Herbert Steffny, 22,95 €

**3 ACHILLES' VERSE II. LERNE LAUFEN OHNE LEIDEN,** Achim Achilles, 7,95 €

**4 77 DINGE, DIE EIN LÄUFER WISSEN MUSS,** Matthias Marquardt, 14,95 €

**5 DIE LAUFBIHEL. DAS STANDARDWERK ZUM GESUNDEN LAUFEN,** Marquardt/Gustafsson/von Loeffelholz, 29,50 €



## Clever geschummelt

Trotz Sport sitzen an Bauch und Hüften noch Speckröllchen?

Die stylischen Tops von Yummie Tummie, dem In-Label aus New York, zaubern dank zweifachem Mikrofaser-Gewebe eine perfekte Silhouette! Ab ca. 69 €

## Sport and the City

NikeWomen ruft zum Städte-Wettkampf auf: Wer den Aktiv-Parcours (29.8. Hamburg, 5.9. Dortmund, 12.9. Berlin) am besten meistert, hat die Chance, die neue Botschafterin von NikeWomen zu werden! Infos: [www.nikewomen.com/citycontest](http://www.nikewomen.com/citycontest)



Ich will  
dem ich