

## Hotelgæster får morgenløb og rundvisning af lokale

*Arthur Hotels har i et år forsøgsvis tilbudt deres gæster gratis løbeklub. Løbeklubben har været så stor en succes, at den nu bliver udvidet til 5 dage om ugen. Mange flere af hotellernes gæster får dermed mulighed for at opleve København på en unik måde: De ser byen vågne, mens der motioneres sammen med medarbejdere og lokale københavnere, der kender byen som deres egen bukselomme. Arthur Running er navnet på løbeklubben, og starten går fra Ibsens Hotel, før solen står op. Det gratis morgenløb guides af IFORMs træningsekspert Christina Heick.*

For mange indgår en løbetur som en fast del af motionsvanerne. Derfor er det også naturligt at tage løbeskoene med, når man rejser. Selvom rejsen foregår i forbindelse med arbejde, og der ikke er meget overskud i kalenderen mellem møder, kan der alligevel ofte blive tid til en lille løbetur. Men når man er i en ny og ukendt by, synes mange, det er svært at lægge en god løberute. Nu giver Arthur Hotels deres gæster mulighed for at få klaret den daglige løbetur fra morgenstunden sammen med både lokale og hotellernes medarbejdere, der fungerer som løbemakkere og guider i byen på en og samme tid. Arthur Running ledes af den rutinerede træningsekspert Christina Heick og hendes team af dygtige hjælpetrænere, der sørger for, at alle får pulsen op samtidigt med, at de får set byen.

### Byen som løbelegeplads

Løbeklubben Arthur Running inviterer på forskellige løberuter hver dag, hvor nogle af Københavns mest unikke oaser kan opleves. Løbene krydres fx med tricepstræning på BaNanna Parkens finurlige klatrevægge, god gang i lårmusklerne ved Den Sorte Diamant eller frisk armgang i Søren Kierkegaards Bibliotekshave. På den måde får både hotelgæster og lokale en oplevelse med på vejen.

*"At løbe i fællesskab med andre er grunden til, at mange gerne vil være med i en løbeklub. Og når man først har fået smag for den følelse, det giver at se byen vågne, og solen stå op over hustagene, mens man mærker den friske morgendis i ansigtet, er det slet intet problem at kaste den varme hoteldyne af sig,"* lyder det fra løbecoach Christina Heick.

Der undervises i korrekt løbeteknik, grundreglerne i en sund løbeøkonomi og hensigtsmæssig muskulær træning. Alt sammen med henblik på at blive en bedre løber – på rejsen og derhjemme. Christina Heick giver også gerne gode råd om løbesko og tøj på Arthur Hotels Facebook, hvor man kan følge Arthur Running. Det er gratis at deltage, og alle kan være med - uanset niveau.

Hotel Kong Arthur og Ibsens Hotel ligger i Nansensgadekvarteret og har gennem flere år haft et tæt samarbejde med kvarteret. Hotellerne er dybt forankret i lokalmiljøet, deltager aktivt i gadens arrangementer og samarbejder med lokale designere og kunstnere, når de mangler detaljer til indretningen. Arthur Running er en del af samarbejdet med Nansensgadekvarteret, som Arthur Hotels ønsker at være med til at udvikle.

### Hvor og hvornår:

Tirsdag-fredag kl.6.30-7.30 og lørdag kl.7.30-8.30.

Mødested: Foran Ibsens Hotel, Vendersgade 23, 1363 København

Følg Arthur Running på Arthur Hotels Facebookside.

<https://www.facebook.com/ArthurHotels/>

## OM ARTHUR HOTELS

- Arthur Hotels: Hotel Kong Arthur og Ibsens Hotel, tre travle restauranter, en labyrint af gårdhaver, en spa og et konferencecenter. Alt sammen ved Nørreport midt i hjertet af København.
- Hotel Kong Arthur og Ibsens Hotel har tilsammen 273 værelser (Snart 332).
- Arthur Hotels direktion udgøres af Kirsten Brøchner (CEO), Helle Bisholm (COO) og Pia Schmølker (CCO),

For yderligere information, kontakt:

CCO

Pia Schmølker

T: +45 2916 1727

E: [ps@arthurhotels.dk](mailto:ps@arthurhotels.dk)

[www.arthurhotels.dk](http://www.arthurhotels.dk)