

Langlaufloipen

1 1 Höhenloipe Schönfeld - Rosanin

Schwierigkeit: leicht, mittel, anspruchsvoll ● ● ●
Lage: 1730 - 2050 m
Länge: 8 km Klassik & Skating
Einstiege: Abzweigung Rosanin bei der Dr. Josef-Mehrhütte

Kupiertes Gelände zum Fuß des großen Königstuhls, lange Abfahrt zurück.

2 Höhenloipe Schönfeld - Kasmandl

Schwierigkeit: leicht ●
Lage: 1730 m
Länge: 2 km Skating Rundkurs
Einstiege: vor Sporthotel Leitner

Rundkurs im Talboden Schönfeld. Speziell für Anfänger geeignet!

3 3 Höhenloipe Schönfeld - Bundschuh

Schwierigkeit: leicht, mittel ● ●
Lage: 1730 - 1600 m
Länge: 14 km Klassik & teilweise Skating
Einstiege: Parkplatz Schönfeld

Entlang des Feldseitensbaches, leicht kupiert bis zur Querung Bundschuhlandstraße und zurück.

4 Kristalloipe Thomatal

Schwierigkeit: leicht, mittel ● ●
Lage: 974 - 1050 m
Länge: 3 km Klassik
Einstiege: Gasthof Gröbl, Gruben-Altldorf

Eben entlang des Tomabaches.

7 7 Göräicher Winkel-Loipe

Schwierigkeit: leicht, mittel ● ●
Lage: 1220 - 1250 m
Länge: 8 km Klassik, davon auch Skating; 3 km ab Hintergöriäch
Einstiege: Göriäch - Wasserting, beim Gemeindeamt

Sanft ansteigend nach Norden, Richtung Hintergöriäch. Entlang des Göriächbaches zum Landschaftsschutzgebiet Hinteres Lessachtl. Die Loipe endet bei der Ederalm der Wendepunkt. Auf der östlichen Talseite geht es nun talwärts bis nach Vordergöriäch. Nach kurzem Steilstück erreicht man die Einstiegsstelle Wasserting. Entlang der Göriächloipe sind mehrere Einstiege.

8 Romantikloipe Lessach

Schwierigkeit: leicht, mittel ● ●
Lage: 1208 - 1241 m
Länge: 6 km Klassik
Einstiege: Schillfiparkplatz (Lessach - Vorderdorf)

Ab Parkplatz Liftoipe, oberhalb der Pfarrkirche (sehenswerter Friedhof), vorbei durch das Landschaftsschutzgebiet Hinteres Lessachtl. Die Loipe endet bei der Auenhütte (nicht bewirtschaftet). Vom Parkplatz Unterdorf sind ca. 50 m Fußmarsch bis zum Loipeneinstieg (Moahersiedlung) nötig.

9 Taurachloipe St. Andrä

Schwierigkeit: leicht, mittel ● ●
Lage: 1045 - 1080 m
Länge: 10 km Klassik
Einstiege: Haltestelle der Taurachbahn St. Andrä

Taurachbahn und Taurachfluss folgend, in mehreren Schleifen Richtung Lintsching. Einkehrmöglichkeiten im Gasthof Andlwirt, Gasthof Karlwirt und Pizzeria Ernesto. Anbindung an die Panoramaloipe Öser (Nr. 11) und die Flugplatzloipe (Nr. 24).

10 10 Höhenloipe Preber

Schwierigkeit: leicht, mittel ● ●
Lage: 1450 - 1500 m
Länge: 9 km Doppelspur Klassik, 6 km Skating
Einstiege: Nähe Gasthaus Ludalm

Rund um den Prebersee, weiter in östlicher Richtung durch leicht kupiertes Alm- und Wiesengelände. Wendepunkt vor dem Gasthof Stadlober (Skatingespor zum Gasthof). Auf der rechten Seite des Feisterbaches zurück. Skatingspur für sportlich ambitionierte Langläufer. Für alle Altersklassen geeignet!

11 11 Panoramaloipe Öser

Schwierigkeit: leicht ●
Lage: 1120 - 1180 m
Länge: 3 km Klassik & Skating
Einstiege: Parkplatz Örmos

Von Örmos sanft steigend in westlicher Richtung zum Niederraingut. Zurück durch den Oserbergen.

Hier sollte die beschriebene Laufrichtung eingehalten werden, um Kollisionen auf Anstiegen bzw. Abfahrten zu vermeiden!

12 12 Panoramaloipe Grabendorf

Schwierigkeit: mittel, anspruchsvoll ● ●
Lage: 1120 - 1240 m
Länge: 6,5 km Klassik & Skating
Einstiege: Parkplatz Örmos

Von Örmos sanft steigend in westlicher Richtung bis zum Rand des Niederrainwaldes, dann bergwärts in Richtung Zankwam. Beim Wetterkreuz durch ein Wäldchen bis Pürstmoos, in sonigerer Lage ca. 1 km nach Grabendorf. Zurück nach Örmos führt eine reizvolle Abfahrt.

13 13 Panoramaloipe Lignitz

Schwierigkeit: mittel, anspruchsvoll ● ●
Lage: 1120 - 1330 m
Länge: 12 km Klassik & Skating
Einstiege: Parkplatz Örmos

Von Örmos sanft steigend in westlicher Richtung bis zum Rand des Niederrainwaldes, dann bergwärts Richtung Zankwam. Beim Wetterkreuz durch ein Wäldchen bis Pürstmoos. Nach der Bergquerung hinunter zum Liegabhuch, Richtung Norden anspruchsvollere Anstieg den Tiergraben entlang zum idyllischen Hochtal Lignitz. Anschluss an die Höhenloipe Lignitz (nur für Geübte) oder über Kalschberg, Tscharra und Grabendorf zurück nach Örmos.

14 14 Höhenloipe Lignitz

Schwierigkeit: leicht, mittel ● ●
Lage: 1330 - 1400 m
Länge: 6 km Klassik & Skating, Rundkurs
Einstiege: Ornstel Lignitz / Anschluss Panoramaloipe

Schneeschiere Höhenloipe für Anfänger, Genussläufer und Profis. Eine Weiterfahrt ins Hintere Lignitztal ist je nach Schneelage möglich.

15 15 Panoramaloipe Weißpriach

Schwierigkeit: leicht, mittel ● ●
Lage: 1075 m - 1170 m
Länge: 10 km Klassik & Skating
Einstiege: Start Panoramaloipe (Parkplatz Örmos), Parkplatz Fanning, Parkplatz Weißpriach

Von Örmos sanft steigend in westlicher Richtung zum Niederraingut. Vorbei am Häuserl im Wald, leicht bergab zum Orstzell Bruggam und entlang der Longamänder zum Parkplatz Weißpriach. Dort auf die Weißpriachtal Runde oder nach Fanning.

16 16 Taurachloipe Mauterdorf

Schwierigkeit: leicht ●
Lage: 1050 - 1122 m
Länge: 5 km Klassik & Skating (Steindorf - Mauterdorf - bis Neussess-Moos)
Einstiege: Flugplatz Mauterdorf, Neussess-Moos

In westlicher Richtung bis zur Flugplatzloipe Mauterdorf und weiter nach Neussess-Moos.

17 17 Weißpriachtal Runde

Schwierigkeit: leicht ●
Lage: 1100 - 1148 m
Länge: 14 km Klassik, davon 10 km Skating
Einstiege: Parkplatz 500 m vor St. Rupert, Parkplatz Fanning, Mariapfarr

Vom Niederrain bei Mariapfarr (Panoramaloipe) über leicht gewelltes Gelände talwärts. Entlang der Longamänder, vorbei an den Ortschaften Sonndorf, Am Sand und Schwaig nach Hinterweißpriach. Wendepunkte: Seckerskapelle. Bei der Klassikroute ca. 2 km zurück auf derselben Spur, dann über die Straße auf die andere Talseite, wieder zurück zum Parkplatz. Anschluss nach Fanning oder Mariapfarr möglich.

19 19 Murtalloipe

Schwierigkeit: leicht ●
Lage: 1025 - 1124 m
Länge: 31 km

Teilstrecke Muhr – Unterweißburg
Länge: 10 km Klassik & Skating
Einstiege: Muhr, Hemerach, Schellgaden, Unterweißburg

Entlang der reizvollen Murtalrunden.

Teilstrecke Fell – Oberweißburg – Unterweißburg
Länge: 6 km Klassik & Skating
Einstiege: Fell, Oberweißburg, Unterweißburg

Leichte, kurze Anstiege und Abfahrten, Einkehr in den Orten. Empfehlenswert für Vordruid-Jouent!
Teilstrecke Unterweißburg – St. Michael
Länge: 3 km Klassik & Skating
Einstiege: Unterweißburg, Hof, St. Michael (Veranstaltungshalle), Stranach
Mehrere Einkehrmöglichkeiten, für Genießer und Sonnenanbeter.

Teilstrecke St. Michael – St. Margarethen
Länge: 5,5 km Klassik & Skating
Einstiege: Stranach, Gollplatz, Oberbaydorf, St. Margarethen

Teilstrecke St. Margarethen – Unternberg – Neggerdorf
Länge: 3 km Klassik & Skating
Einstiege: St. Margarethen, Unternbaydorf, Fischelsdorf, Moosham, Unternberg, Neggerdorf.

Sonmige und überwiegend flach, teilweise entlang der Murtalränder, bei der Brücke Neustatt muss von der linken auf die rechte Mureseite gewechselt werden. Einkehr in St. Margarethen und Unternberg.

Langlaufinformationen

Langlaufschulen (mit Voranmeldung)

Mariapfarr:
Albert's Schi- und Snowboardschule
Fanningberg, T 0043 (0)650 590 01 35
Lintsching 237, T 0043 (0)6473 7197
ott@schischule.at
www.alberts-schischule.at

Mauterdorf:
Sport Haradl, Harald Ernst
Markt 54, T 0043 (0)6477 7363
haradl@son.at, www.haradl.at

Obertaum:
CSA – Langlauf und Outdoorstation
Grillitsch & Partner
Gnadental, T 0043 (0)6456 7462

St. Margarethen:
Lungau Aktiv Firn Sepp
Lifflstraße Aineckklütte
T 0043 (0)6476 205 69
fm@sbg.at, www.lungau-aktiv.at

Loipennadel Lungau

Tageskarte: € 7,-
Loipennadel – gültig für die gesamte Wintersaison 2011/2012: € 10,-
Ermäßigend bei den örtlichen Tourismusverbänden, an den Loipen und bei den Vermietern. Auf der Höhenloipen Schönfeld (-3-) wird eine zusätzliche Tagegebühr von € 1,- und für die Saisonkarte ein Aufgeld von € 10,- verrechnet (erhältlich nur bei den Liftkassen Schönfeld).

Loipenkombikarte

7-Tageskarte: € 27,60
Für die Benutzung aller Lungauer-Langlaufloipen einschließlich der Linienkubusse! Ermäßigend beim Chauffeur im Linienkubuss!
Info: Postbusverkehrsstelle Tamsweg, T 0043 (0)6474 2213 oder www.postbus.at. In jedem Tourismusverband und in der Ferienregion Lungau, T 0043 (0)4734 29900-13
www.schischule.at
www.schischule-stmichael.at

FRESCHUP Ski und Sportzentrum /
Katschberghöhe 37
T 0043 (0)6473 29900-13
schischule@erwinresch.at
www.erwinresch.at

Langlaufen mit Kleinkindern

Speziell für Familien mit kleineren Kindern gibt es in Weinpiachen einen Verleih von Kinderangelassen! Auf diese Art können auch kleine Kinder mit den Eltern auf der Loipe die frische Luft und die Sonne genießen.

Preis pro Tag € 10,90, ab 3 Tage je € 7,50

Hans Fuchs, T 0043 (0)6473 7073 & 0043 (0)676 762 31 02

Buchbar in jedem Schneelage von Anfang Dezember bis 31. Salomonsee 2012, in allen Kantinen (Kinder- und Einzelzimmerbelegung auf Anfrage) bei den örtlichen Tourismusverbänden und der Ferienregion Lungau T 0043 (0)6477 9888, F DW 00, info@lungau.at, www.lungau.at



21 21 Höhenloipe Katschberg

Schwierigkeit: mittel, anspruchsvoll ● ●
Lage: 1641 - 1800 m
Länge: 9 km Klassik & Skating (eine Strecke)
Einstiege: Parkplatz Nr. 3 am Katschbergpass, St. Margarethen mit dem Sesselfift

Eine windgeschützte Höhenloipe im Wald mit Panoramablick von den Hohen Tauern bis zu den Nockbergen. Die ersten zwei Kilometer der Loipe sind sehr einfach mit geringen Steigungen von jedermann/frau zu laufen. Die restlichen Kilometer werden von den gut konditionierten Langläufern sehr geschätzt, da hier zahlreiche Höhenkilometer mit längeren steilen Anstiegen und Abfahrten zu überwinden sind. Die Loipe führt an mehreren Hütten im Skigebiet Aineck vorbei. Ab der Kößlbacheralm können Sie bis zur Bergstation der Doppelsessellbahn St. Margarethen abfahren.

Teilstrecke St. Margarethen
In St. Margarethen mit dem Sesselfift zur Bergstation Aineckstuba, 4 km Richtung Meisnitzramm (nicht bewirtschaftet, nur Klassikroute) über sonniges, kupiertes Gelände. Für Geübte zur Kößlbacheralm und weiter zur Katschbergöhe.

22 22 Hammer/Twenger/Lantschfeldloipe

Schwierigkeit: mittel, anspruchsvoll ● ●
Lage: 1180 - 1300 m
Länge: 12 km Klassik & Skating
Einstiege: Schizentrum Mauterdorf Tweng: Franzbauer, Holzlagerplatz Lantschfeld

Auf kupiertem Gelände entlang der Taurach zur Annakapelle. Landschaftlich reizvolle Loipe über die Twenger Au nach Tweng. Dort beginnt die windgeschützte Lantschfeld-Rundloipe, die durch das romantische Tal in Richtung Postalm führt. Einkehrmöglichkeiten in den Orten gegeben!

23 23 Loipe Begöriäch

Schwierigkeit: leicht ●
Lage: 1122 - 1142 m
Länge: 1,7 km Klassik & Skating
Einstiege: Volksschule Mauterdorf, Begöriäch

Anspruchslose, eben angelegte Loipe für Genussläufer und Anfänger.

24 24 Flugplatzloipe Mauterdorf

Schwierigkeit: leicht ●
Lage: 1122 m
Länge: 3 km Klassik & Skating
Einstiege: Erlebnisbad, Flugplatz Mauterdorf, Steindorf-Moos

Auf dieser Loipe hat man einen wunderschönen Panoramablick auf die Radstädter, Niederen und Schlamminger Tauern, sowie zu den Nockbergen. Besonders geeignet für sonnenhungrige Genussläufer und Anfänger (Anbindung bis Gröbenorf).

26 26 Hundsfeldloipe
Schwierigkeit: mittel, anspruchsvoll ● ●
Lage: 1740 - 1800 m
Länge: 6 km Klassik & Skating
Einstiege: Obertaum Sportzentrum; oberhalb der Lürzeralm

Der schönste, sonnige Teil dieser Loipe führt quer durch das Naturschutzgebiet Hundsfeldmoor und endet mit einer rasanten Abfahrt. Entlang der Loipe ist auch ein herrlicher Winterwanderweg (2 ½ h) mit div. Einkehrmöglichkeiten.

27 27 Weltcuploipe

Schwierigkeit: mittel, anspruchsvoll ● ●
Lage: 1590 - 1740 m
Länge: 10 km Klassik & Skating
Einstiege: Talstation Gamsleitentlift Sesselbahn; Friedhof der Namenlosen

Anspruchsvolle Gebirgslöipe für Geübte! Anfangs eben, nach ca. 1 km steil bergab, 500 m eben, danach stetig ansteigend, in einer Schiefele neben dem Jugendstahaus Tauerhof zurück. Entlang der Loipe ist auch ein herrlicher Winterwanderweg (5 h) mit div. Einkehrmöglichkeiten.

28 28 Loipe Zederhaus
Schwierigkeit: leicht, mittel ● ●
Lage: 1205 m
Länge: 6 km Klassik, davon 3 km Skating
Einstiege: Dorf – Anger: nach dem Feuerwehrhaus beim Bartlbaum
Bruckdorf: beim Schieferbauern, Rothwand: beim Moserbaumern

In der Naturparkgemeinde Zederhaus vom Orstzell Dorf - Anger über leicht welliges Gelände bis zum Schieferbergen. Leicht abfallend den Zederhausbach entlang zum Moserbaum, die Straße überquerend weiter bis zum Wendepunkt beim Denkmalhof Maurgert.

Sonmige und überwiegend flach, teilweise entlang der Murtalränder, bei der Brücke Neustatt muss von der linken auf die rechte Mureseite gewechselt werden. Einkehr in St. Margarethen und Unternberg.

Auch mit dem Skibus erreichbar! Die Gnadentalmoipe gilt als eine der schneesicheren Loipen des gesamten Alpenraums. Einkehrmöglichkeiten ist gegeben!



Loipenregeln
• Jeder Langläufer hat sich so zu verhalten, dass er keinen anderen gefährdet oder schädigt.
• Markierungen, Signale/Hinweisschilder sind zu beachten und die vorgeschriebene Laufrichtung einzuhalten.
• Jede Doppelspur ist eine Loipeneinheit. Es gilt die Rechtsregel (auch wenn mehrere Loipen teilweise nebeneinander verlaufen). Gruppen bitte hintereinander in der rechten Spur laufen.
• Links oder Rechts überholen. Der vordere Läufer muss die Spur nicht freigeben, außer er kann dies gefahrlos.
• Beim Überholen, Überholwerden und bei Bewegungen sind die Stöcke eng am Körper zu führen.
• Bei Gegenverkehr ist rechts auszuweichen, der Ansteigende gibt dem Abfahrenden die Spur frei.
• Die Geschwindigkeit - vor allem bei Abfahrten - ist dem Können, dem Gelände, der Sichtweite und der Personenzahl auf der Spur anzupassen.
• Bei Sturz oder Stehenbleiben ist die Spur unverzüglich freizumachen.
• Bei Stöchen bleiben und Sturz - Spur unverzüglich freimachen.
• Bei Unfällen ist jeder zur Hilfeleistung verpflichtet.
• Unfallbeteiligte sind zur Ausweisung verpflichtet.
• Verlassen Sie nicht die vorgegebenen Loipen.

Nordic Walking- & Winterwanderwege

1 Winterwanderweg Göriäch

Schwierigkeit: leicht ●
Start: Ortschaft Hintergöriäch oder Vordergöriäch
Länge: ca. 6 km
Gehzeit: ca. 2 Std.
Einkehr: Gasthof Bauer, Gasthof Lacknerhof
Beschreibung: flach, geräumt, wenig Verkehr (entlang der Gemeindestraße)

4 Wildbachhütte – Lessach

Schwierigkeit: mittel ●
Start: 1) Parkplatz Schillfitt (Loipe 8), 2) Parkplatz Wildbachhütte Purgner-Gut
Länge: 1) 4,5 km bzw. 2) 2,5 km
Gehzeit: 1) 2,5 Std. bzw. 2) 1,5 Std. für je 1 Strecke
Einkehr: Wildbachhütte, T 0043 (0)664 410 75 13
Beschreibung: leicht ansteigend, präpariert, ohne Verkehr

5 Kulturwanderweg Ruine Thurnschall – Lessach

Schwierigkeit: leicht ●
Start: Infostelle neben der Kirche
Länge: ca 6 km
Gehzeit: ca. 2 Std.
Einkehr: Gasthof Neuwirt (Di Ruhetag)
Beschreibung: flach, geräumt, wenig Verkehr

6 Sonnenlehrpfad Mariapfarr

Schwierigkeit: leicht ●
Start: Informationsstall im Ortszentrum
Länge: 4 km
Einkehr: Ortszentrum Mariapfarr
Beschreibung: Der erste Sonnenlehrpfad Österreichs. Infofolder im Tourismusverband Mariapfarr erhältlich!

7 Burg Mauterdorf zum Schizentrum

Schwierigkeit: leicht ●
Start: unter der Burg
Länge: 1180 - 1300 m
Gehzeit: 1,5 km
Länge: 25 Min.
Einkehr: Ortszentrum, Schi Alm
Beschreibung: flach, geräumt, ohne Verkehr

8 Training zum Schizentrum Mauterdorf

Schwierigkeit: leicht ●
Start: Nähe Altenwohnhelm
Länge: 2,5 km
Gehzeit: 40 Min.
Einkehr: Ortszentrum, Schi Alm
Beschreibung: flach, ohne Verkehr

9 Flugplatz Mauterdorf zum Schloss Moosham

Schwierigkeit: leicht ●
Start: Ortszentrum Mauterdorf
Länge: 4 km
Gehzeit: 10 zu 20 Min.
Einkehr: Ortszentrum
Beschreibung: flach, teilweise geräumt, wenig Verkehr, über den Flugplatz

10 Flugplatz Mauterdorf nach Begöriäch

Schwierigkeit: leicht ●
Start: Flugplatz Mauterdorf
Länge: 1 km
Gehzeit: 20 Min.
Einkehr: Ortszentrum
Beschreibung: flach, geräumt, wenig Verkehr

11 Flugplatz Mauterdorf-Steindorf & St. Gertrauden

Schwierigkeit: leicht ●
Start: Flugplatz oder Ortszentrum Mauterdorf
Länge: 2,5 - 3 km
Gehzeit: 1 Std. zu 20 Min.
Einkehr: Ortszentrum
Beschreibung: flach, geräumt, wenig Verkehr

12 Über Fanningberg nach St. Gertrauden

Schwierigkeit: mittel ●
Start: Ortszentrum, Burg Mauterdorf
Länge: 4 km
Gehzeit: 2 Std.
Einkehr: Ortszentrum, Gasthof Jacklbauer, Gasthof Hainererhof/Amnencafe
Beschreibung: geräumt, wenig Verkehr, auch bis Steindorf möglich

13 Über Großbeck - Speiereck nach St. Michael

Schwierigkeit: mittel ●
Start: Schizentrum Mauterdorf
Länge: 19 km
Gehzeit: Var. 1) 3,5 Std., Var. 2) ca. 1,5 Std., Var. 3) 1,5 Std.
Einkehr: Panorama Alm, Troglalm, Peterbauer Alm, Sonn Alm, Schi Alm, Oberfeldalm
Beschreibung: geräumt, Pistenüberquerungen Var. 1) Zu den Togalmseen (Troglalmhütte & Talstation St. Michael Var. 2) Zur Peterbauerhütte - Talfahrt Doppelsesselbahn Speiereck Var. 3) Zur Sonn Alm - Talstation Großbeck Sesselbahn - Auffahrt: Großbeckstetl, Rückfahrt: Bei Kabinenbahn

14 Muhr nach Jedl

