

Natür-Rodelbahnen Nord- und Westlungau Winterwanderwege Langlaufloipen



2008/2009 Aktiv im Winter Nähere Informationen



KONTAKT: FERRENREGION LUNGAU ... A-5582 St. Michael im Lungau ... Fax: +43 (0)6477/8988 ... www.lungau.at

Lungau! www.lungau.at

von Langlaufski, Nordic Walking Stöcken & Rodeln

Marlariaparr: Sport Pichler GmbH, Bruckdorf 123, Tel: +43 (0)6473/8206 ... St. Margarethen: (beide nur Langlaufski) Lungau Aktiv ... Mauterndorf: Sport Harald, Markt 54, Tel: +43 (0)6477/7363 ... St. Michael/Katschberg: Sport Friedrich Sport ... Ottau Schuchle (nur Langlaufski) Marktschießhaus Alpbach, Fax: +43(0)6460/593900

Langlaufloipen Nordic Walking- & Winterwanderwege Rodelbahnen

11 Höhenloipe Schöنفeld Rosanin Schwierigkeit: leicht, mittel, anspruchsvoll ... Lage: 1730 - 2050 m Seeshöhe ... Höhepunkte: Kupertes Gelände vom Fuß des großen Königstahls, lange Abfahrt zurück.

4 Kristalloipe Thomatal - Ramingstein Schwierigkeit: leicht, mittel ... Lage: 974 - 1400 m Seeshöhe ... Entlang des Thomatalbaches bis Madling, auf kupertem Gelände zum Sportplatz Ramingstein, wo die Spur in die Sport-Nachtloipe einmündet.

5 Flutlichtloipe Ramingstein Schwierigkeit: leicht ... Lage: 974 m Seeshöhe ... Die Flutlichtloipe Ramingstein ist eine Rundloipe, geeignet für Anfänger.

6 Höhenloipe Kameralm Schwierigkeit: leicht, mittel ... Lage: 1584 m Seeshöhe ... Vom Gasthof Durigen (Ramingstein) 9 km bergwärts, geräunte Straße zur Kameralm.

7 Görtacher Winkel-Loipe Schwierigkeit: leicht, mittel ... Lage: 1220 - 1450 m Seeshöhe ... Entlang der südlichen Talleite geht es nun talwärts bis zum Vorderbach. Nach kurzem Steilrück erreicht man die Einzugsstelle Wassering. Die Verbindungsloipe nach Marlariaparr beginnt beim Gemeinde-GS und führt über Fern nach Baugern (Skating & Klassik).

8 Romantikloipe Lessach Schwierigkeit: leicht, mittel ... Lage: 1205 - 1424 m Seeshöhe ... An der Pfarrkirche vorbei ins hinter Lessach zur Assendihütte. Nach ca. 50 m, Fußmarsch erreichen Sie die Lenzenalm. (Betreifungsmöglichkeit beachten)

9 Taurachloipe St. Andra Schwierigkeit: leicht, mittel ... Lage: 1045 - 1080 m Seeshöhe ... Entlang der Höhenloipe der Taurachbahn St. Andra

10 Höhenloipe Preber Schwierigkeit: leicht, mittel ... Lage: 1450 - 1500 m Seeshöhe ... Rund um den Prebersee, weiter in tiefliegender durch leicht kupertes Alm- und Wiesengebiet. Wendepunkt vor dem Gasthof Staldböhr (Schilohje zum Gasthof). Auf der rechten Seite des Fieberzacher Stückes. Skatingspur für sportlich ambitionierte Lang-Läufer. Für alle Altersklassen geeignet!

11 Panoramaloipe - Öser Schwierigkeit: leicht ... Lage: 1120 - 1480 m Seeshöhe ... Schwierigkeit: leicht, mittel, anspruchsvoll ... Höhepunkte: Kupertes Gelände vom Fuß des großen Königstahls, lange Abfahrt zurück.

12 18 Panoramaloipe - Grabendorf Schwierigkeit: mittel, anspruchsvoll ... Lage: 1120 - 1200 m Seeshöhe ... \*Von Ormos sanft steigend in westlicher Richtung bis zum Rand des Niederalmwäldes, dann bergwärts in Richtung Zankam. Beim Wetterkeuer durch ein Wäldchen bis Pürstössim, in soniger Lage ca. 1 km nach Grabendorf. Zurück nach Ormos führt eine reizvolle Abfahrt.

13 18 Panoramaloipe - Lignitz Schwierigkeit: leicht, mittel, anspruchsvoll ... Lage: 1200 - 1330 m Seeshöhe ... \*Von Ormos sanft steigend in westlicher Richtung bis zum Rand des Niederalmwäldes, dann bergwärts in Richtung Zankam. Beim Wetterkeuer durch ein Wäldchen bis Pürstössim, in soniger Lage ca. 1 km nach Grabendorf. Zurück nach Ormos führt eine reizvolle Abfahrt.

14 Kristalloipe Thomatal - Ramingstein Schwierigkeit: leicht, mittel ... Lage: 974 - 1400 m Seeshöhe ... Entlang des Thomatalbaches bis Madling, auf kupertem Gelände zum Sportplatz Ramingstein, wo die Spur in die Sport-Nachtloipe einmündet.

15 Flutlichtloipe Ramingstein Schwierigkeit: leicht ... Lage: 974 m Seeshöhe ... Die Flutlichtloipe Ramingstein ist eine Rundloipe, geeignet für Anfänger.

19 Landschaftfeldweg - Tweng Schwierigkeit: leicht ... Lage: 200 m ... Höhepunkte: Talentweg, Postgäßl, Franz Jössel Hütte ... Beschreibung: gut geräumter Spazierweg durch den Wald, wenig Verkehr

21 Wasserweg Leinsitz - St. Margarethen Schwierigkeit: mittel ... Lage: 6 km / Gehzeit: 1,5 Std. ... Beschreibung: fisch, geräumt, kein Verkehr

22 Hammer/Tweng/Lantschfeldloipe Schwierigkeit: leicht, anspruchsvoll ... Lage: 1400 - 1900 m Seeshöhe ... Länge: 12 km klassik, davon ca. 6 km Skating ... Entlang der Tauerer Tau nach Tweng. Dort beginnt die windschutzfreie Lantschfeld-Rundloipe, die durch das romantische Tal in Richtung Postalm führt. Einkermöglichkeiten in den Orten gegeben!

23 Loipe Begriach Schwierigkeit: leicht ... Lage: 1122 - 1142 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

24 Flugplatzloipe Mauterndorf Schwierigkeit: leicht ... Lage: 1122 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

25 Loipe Steindorf - Fanning Schwierigkeit: leicht ... Lage: 1122 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

26 Hundsfeldloipe Schwierigkeit: leicht, anspruchsvoll ... Lage: 1740 - 1800 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

27 Weltcuploipe Schwierigkeit: mittel, anspruchsvoll ... Lage: 1500 - 1700 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

28 Loipe Zederhaus Schwierigkeit: leicht, mittel ... Lage: 1200 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

29 Felsenpromenade - Ramingstein Schwierigkeit: leicht ... Lage: 2,6 km / Gehzeit: 2,5 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

30 Maruariaparr zur Frimmelkapelle Schwierigkeit: anspruchsvoll ... Lage: 8 km / Gehzeit: 2 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

31 Winterwanderweg Zederhaus Schwierigkeit: leicht ... Lage: 5 km / Gehzeit: 2 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

32 Maruariaparr zur Frimmelkapelle Schwierigkeit: anspruchsvoll ... Lage: 8 km / Gehzeit: 2 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

33 Rundwanderweg Gnadenalm Schwierigkeit: leicht, mittel, anspruchsvoll ... Lage: 10 km / Gehzeit: 2 1/2 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

34 Ramingstein - Kameralm Schwierigkeit: leicht, mittel ... Lage: 4 km / Gehzeit: 1,5 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

35 Planetentherpfad Schwierigkeit: leicht ... Lage: 12 km / Gehzeit: 2 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

20 Waldloipe St. Michael Schwierigkeit: mittel, anspruchsvoll ... Lage: 1025 - 1050 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

21 Höhenloipe Katschberg Schwierigkeit: leicht, mittel, anspruchsvoll ... Lage: 1641 - 1800 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

22 Hammer/Tweng/Lantschfeldloipe Schwierigkeit: leicht, anspruchsvoll ... Lage: 1400 - 1900 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

23 Loipe Begriach Schwierigkeit: leicht ... Lage: 1122 - 1142 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

24 Flugplatzloipe Mauterndorf Schwierigkeit: leicht ... Lage: 1122 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

25 Loipe Steindorf - Fanning Schwierigkeit: leicht ... Lage: 1122 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

26 Hundsfeldloipe Schwierigkeit: leicht, anspruchsvoll ... Lage: 1740 - 1800 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

27 Weltcuploipe Schwierigkeit: mittel, anspruchsvoll ... Lage: 1500 - 1700 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

28 Loipe Zederhaus Schwierigkeit: leicht, mittel ... Lage: 1200 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

29 Felsenpromenade - Ramingstein Schwierigkeit: leicht ... Lage: 2,6 km / Gehzeit: 2,5 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

30 Maruariaparr zur Frimmelkapelle Schwierigkeit: anspruchsvoll ... Lage: 8 km / Gehzeit: 2 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

31 Winterwanderweg Zederhaus Schwierigkeit: leicht ... Lage: 5 km / Gehzeit: 2 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

32 Maruariaparr zur Frimmelkapelle Schwierigkeit: anspruchsvoll ... Lage: 8 km / Gehzeit: 2 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

33 Rundwanderweg Gnadenalm Schwierigkeit: leicht, mittel, anspruchsvoll ... Lage: 10 km / Gehzeit: 2 1/2 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

34 Ramingstein - Kameralm Schwierigkeit: leicht, mittel ... Lage: 4 km / Gehzeit: 1,5 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

35 Planetentherpfad Schwierigkeit: leicht ... Lage: 12 km / Gehzeit: 2 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

1 Winkelweg - Hintergörtach Schwierigkeit: leicht ... Lage: 5 km / Gehzeit: ca. 2 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

2 Entlang der Skatingspur der Görtacher Winkelloipe Schwierigkeit: leicht ... Lage: 5 km / Gehzeit: ca. 2 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

3 Hinteres Lessachtal Schwierigkeit: leicht ... Lage: 6 km / Gehzeit: ca. 3 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

4 Wildbachhütte - Lessach Schwierigkeit: mittel ... Lage: 2,6 km / Gehzeit: ca. 2 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

5 Kulturwanderweg Ruine Thurnschall - Lessach Schwierigkeit: leicht ... Lage: 4,5 (0 bzw. 0,5 km 2) / Gehzeit: 2,5 Std. (1); 1,5 Std. (2) ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

6 Sonnenbergflur Marlariaparr Schwierigkeit: leicht ... Lage: 4 km / Gehzeit: ca. 2 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

7 Von der Burg Mauterndorf zum Schizentrum Schwierigkeit: leicht ... Lage: 1,5 km / Gehzeit: 20 Min. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

8 Über Training zum Schizentrum Mauterndorf Schwierigkeit: leicht ... Lage: 2,5 km / Gehzeit: 40 Min. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

9 Vom Flugplatz Mauterndorf zum Schloß Moosham Schwierigkeit: leicht ... Lage: 4 km / Gehzeit: 5 Std. 20 Min. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

10 Vom Flugplatz nach Begriach Schwierigkeit: leicht ... Lage: 0,5 km / Gehzeit: 20 Min. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

11 Vom Flugplatz nach Steindorf und St. Gertrauden Schwierigkeit: leicht ... Lage: 2,5 km / Gehzeit: 20 Min. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

12 Über Fanningberg nach St. Gertrauden Schwierigkeit: leicht ... Lage: 1 km / Gehzeit: 30 Min. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

13 Vom Grosseck - Speiereck nach St. Michael Schwierigkeit: mittel ... Lage: 10 km / Gehzeit: 1,5 Std., 1,5 Std., 1,5 Std., 1,5 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

14 Muhl - Jedl Schwierigkeit: leicht ... Lage: 7 km / Gehzeit: 2 Std. 45 Min. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

15 Felsenpromenade - Ramingstein Schwierigkeit: leicht ... Lage: 2,6 km / Gehzeit: 2,5 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

16 Murwanderweg „Mythen & Sagen“ - Ramingstein Schwierigkeit: leicht ... Lage: 4 km / Gehzeit: 2,5 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

17 Tamsweg/Prebersee Schwierigkeit: leicht ... Lage: 8 km / Gehzeit: 20 - 45 Min. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

19 Landschaftfeldweg - Tweng Schwierigkeit: leicht ... Lage: 200 m ... Höhepunkte: Talentweg, Postgäßl, Franz Jössel Hütte ... Beschreibung: gut geräumter Spazierweg durch den Wald, wenig Verkehr

21 Wasserweg Leinsitz - St. Margarethen Schwierigkeit: mittel ... Lage: 6 km / Gehzeit: 1,5 Std. ... Beschreibung: fisch, geräumt, kein Verkehr

22 Hammer/Tweng/Lantschfeldloipe Schwierigkeit: leicht, anspruchsvoll ... Lage: 1400 - 1900 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

23 Loipe Begriach Schwierigkeit: leicht ... Lage: 1122 - 1142 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

24 Flugplatzloipe Mauterndorf Schwierigkeit: leicht ... Lage: 1122 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

25 Loipe Steindorf - Fanning Schwierigkeit: leicht ... Lage: 1122 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

26 Hundsfeldloipe Schwierigkeit: leicht, anspruchsvoll ... Lage: 1740 - 1800 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

27 Weltcuploipe Schwierigkeit: mittel, anspruchsvoll ... Lage: 1500 - 1700 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

28 Loipe Zederhaus Schwierigkeit: leicht, mittel ... Lage: 1200 m Seeshöhe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

29 Felsenpromenade - Ramingstein Schwierigkeit: leicht ... Lage: 2,6 km / Gehzeit: 2,5 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

30 Maruariaparr zur Frimmelkapelle Schwierigkeit: anspruchsvoll ... Lage: 8 km / Gehzeit: 2 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

31 Winterwanderweg Zederhaus Schwierigkeit: leicht ... Lage: 5 km / Gehzeit: 2 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

32 Maruariaparr zur Frimmelkapelle Schwierigkeit: anspruchsvoll ... Lage: 8 km / Gehzeit: 2 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

33 Rundwanderweg Gnadenalm Schwierigkeit: leicht, mittel, anspruchsvoll ... Lage: 10 km / Gehzeit: 2 1/2 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

34 Ramingstein - Kameralm Schwierigkeit: leicht, mittel ... Lage: 4 km / Gehzeit: 1,5 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

35 Planetentherpfad Schwierigkeit: leicht ... Lage: 12 km / Gehzeit: 2 Std. ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe ... Entlang der Lantschfeldloipe

1 Rodelsee - Hintergörtach mit Flutlicht Höhepunkte: Talentweg, Postgäßl, Franz Jössel Hütte ... Beschreibung: gut geräumter Spazierweg durch den Wald, wenig Verkehr

2 Rodelbahn Lessach Länge: 2,6 km / Start: Parkplatz Wildbachhütte (Purger-Gut) Höhenunterschied: 368 m Einker: Wildbachhütte ... Beschreibung: fisch, geräumt, kein Verkehr

3 Rodelbahn Ramingstein\* ist die Forststraße Rodelbahn Preber - Tamsweg Länge: 2,6 km / Start: Station Leinsitz Parkplatz Ludalm Höhenunterschied: 150 m Einker: Gasthof Ludalm ... Beschreibung: fisch, geräumt, kein Verkehr

4 Rodelbahn Ramingstein\* ist die Forststraße Rodelbahn Preber - Tamsweg Länge: 2,6 km / Start: Station Leinsitz Parkplatz Ludalm Höhenunterschied: 150 m Einker: Gasthof Ludalm ... Beschreibung: fisch, geräumt, kein Verkehr

5 Rodelbahn Petersbrunn - St. Michael Länge: 1 km / Start: Ortsteil Glaslhütte bzw. Talschloß Höhenunterschied: 190 m Einker: Weltcupstützpunkt ... Beschreibung: fisch, geräumt, kein Verkehr

6 Rodelbahn Zederhaus Länge: 400 m / Start: Parkplatz Ramingbergbächen, Zufahrt mit dem Schibus Höhenunterschied: 400 m Einker: Fanningwirt, Restaurant Begospenger ... Beschreibung: gut geräumter Spazierweg durch den Wald, wenig Verkehr

7 Rodelbahn Lignitz mit Flutlicht Länge: je nach Schneelage bis 2 km / Start: Jausenstation Wirlhof Höhenunterschied: 200 m Einker: Jausenstation Wirlhof ... Beschreibung: Jausenstation Wirlhof, Tel: +43 (0)6473/7162

8 Rodelbahn Fanningberg - Marlariaparr Länge: 3 km / Start: Parkplatz Fanningbergbächen, Zufahrt mit dem Schibus Höhenunterschied: 400 m Einker: Fanningwirt, Restaurant Begospenger ... Beschreibung: gut geräumter Spazierweg durch den Wald, wenig Verkehr

9 Rodelbahn Mauterndorf mit Flutlicht Länge: 300 m / Start: unter der Burg Höhenunterschied: 25 m Einker: Ortzentrum Mauterndorf ... Beschreibung: fischer Weg zur Seekreuzkapelle, nach 100 m über die Longa, wenig beladene Schotterstraße und zurück.

10 Rodelbahn Thomatal Länge: 500 m / Start: Ortsteil Grotta - Köcherbauer Höhenunterschied: 150 m Einker: Dicklerhütte ... Beschreibung: fischer Weg zur Seekreuzkapelle, nach 100 m über die Longa, wenig beladene Schotterstraße und zurück.

11 Rodelbahn Schöنفeld Länge: 1,3 km / Start: beim Transformator, Nähe Hotel Frühjahr Höhenunterschied: 180 m Einker: Rodelbahn Hotel Frühjahr, Tel: +43 (0)6476/2002, Gasthof Zwergeberg, Tel: +43 (0)6476/310, Sporthotel Schöنفeld, Tel: +43 (0)6476/321 ... Beschreibung: fischer Weg zur Seekreuzkapelle, nach 100 m über die Longa, wenig beladene Schotterstraße und zurück.

12 Rodelbahn Tweng mit Flutlicht Länge: 400 m / Start: in Ort (Frasenbauerfeld) Höhenunterschied: 10 m Einker: Hotel Postgäßl, Hotel Twenghof ... Beschreibung: fischer Weg zur Seekreuzkapelle, nach 100 m über die Longa, wenig beladene Schotterstraße und zurück.

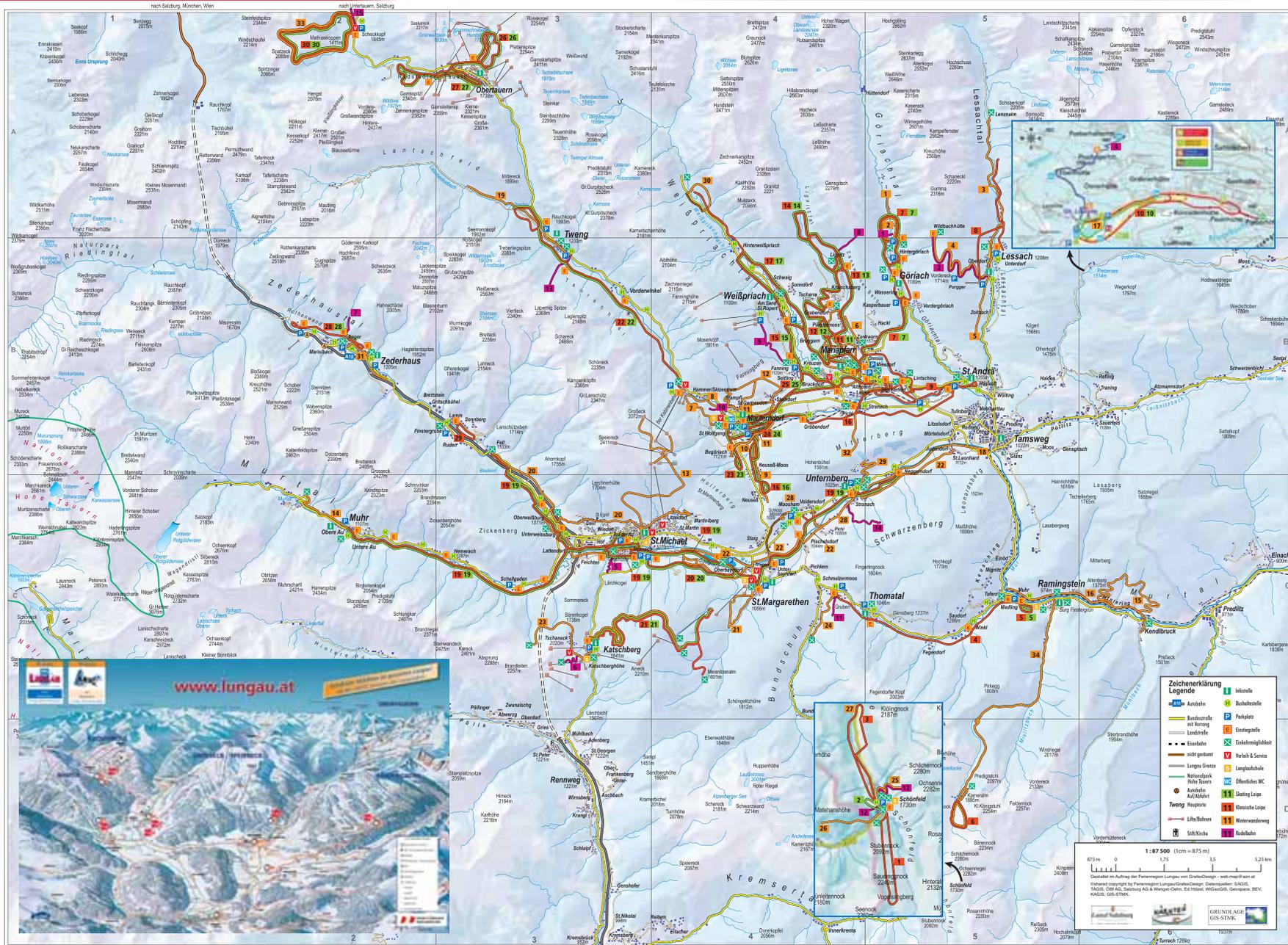
13 Rodelbahn Zwargenberg - Untermberg Länge: 5 km / Start: Stranzach, Haas Nr. 130 Höhenunterschied: 200 m Hinweis: Nur bei guter Schneelage und auf eigene Gefahr

14 Rodelbahn Gnadenalm (auch Nachrodeln) Länge: 1,5 km / ca. 4 km nördlich von Obertraun am Gnadenalm Höhenunterschied: ca. 50 m Einker: Gnadenalm ... Hinweis: Bei der Söldenwanderung beginnt eine Naturrodelbahn (5 km, planierter Fußweg, Saison- und wetterabhängig), Rodeln auf Anfrage, Tel: +43 (0)646/343 542

15 Rodelbahn Gnadenalm (auch Nachrodeln) Länge: 1,5 km / ca. 4 km nördlich von Obertraun am Gnadenalm Höhenunterschied: ca. 50 m Einker: Gnadenalm ... Hinweis: Bei der Söldenwanderung beginnt eine Naturrodelbahn (5 km, planierter Fußweg, Saison- und wetterabhängig), Rodeln auf Anfrage, Tel: +43 (0)646/343 542

16 Rodelbahn Gnadenalm (auch Nachrodeln) Länge: 1,5 km / ca. 4 km nördlich von Obertraun am Gnadenalm Höhenunterschied: ca. 50 m Einker: Gnadenalm ... Hinweis: Bei der Söldenwanderung beginnt eine Naturrodelbahn (5 km, planierter Fußweg, Saison- und wetterabhängig), Rodeln auf Anfrage, Tel: +43 (0)646/343 542

17 Rodelbahn Gnadenalm (auch Nachrodeln) Länge: 1,5 km / ca. 4 km nördlich von Obertraun am Gnadenalm Höhenunterschied: ca. 50 m Einker: Gnadenalm ... Hinweis: Bei der Söldenwanderung beginnt eine Naturrodelbahn (5 km, planierter Fußweg, Saison- und wetterabhängig), Rodeln auf Anfrage, Tel: +43 (0)646/343 542



**Notrufnummern**  
 Notrufdienst: 112  
 Feuerwehr: 132  
 Polizei: 133  
 Rotes Kreuz/Bettung: 144  
 Lawenwacht: +43 (0)662/1588 (Tonband)  
 Lawenwachtendienst: +43 (0)662/8042-2170

**Lopenregeln**  
 • Jeder Langläufer hat sich so zu verhalten, dass er keinen anderen gefährdet oder schädigt!  
 • Markierungen beachten und die vorgeschriebene Laufrichtung einhalten!  
 • Jede Doppelspur ist eine Lopeneinheit! Es gilt die Rechtenregel (auch wenn mehrere Lopen Läufe nebeneinander verlaufen!)  
 • Links überholen! Der vordere Läufer muss nicht die Spur freigeben!  
 • Bei Begegnungen sind die Stöcke am Körper zu führen!  
 • Bei Gruppen: Hintereinander in der rechten Spur laufen!  
 • 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 Stehen bleiben und Sturz - Spur sofort freimachen!  
 • Bei Unfällen ist jeder zur Hilfeleistung verpflichtet!  
 • Unfallberichte sind zur Auswertung verpflichtend.  
 • Verlassen Sie nicht die vorgegebenen Lopen!

**Warnhinweise**  
 • Lawinentafel beachten!  
 • Das Belaufen der Lopen mit Hunden ist grundsätzlich untersagt! Erkundigen Sie sich beim örtlichen Tourismusverband, auf welchen Lopen die Mithunne von Hunden gestattet ist!  
 • Betreten der Lopen ohne Langlaufski ist nicht gestattet!  
 • Links überholen! Der vordere Läufer muss nicht die Spur freigeben!  
 • Beachten Sie, dass die Lopengerüste die Lopen nach Bedarf und je nach Wetterlage sperrt!  
 • Straßen-, Weg- und Pistenkreuzungen sind mit aller Vorsicht zu befahren!  
 • Für Unfälle jeglicher Art kann keine Haftung übernommen werden!  
 • Achten Sie bitte auf unsere Umwelt!

**Lopenpaß Lungau**  
 Tageskarte: € 2,-  
 Lopenpaß: gültig für die gesamte Winter Saison ab 08./09. € 10,-  
 Erhältlich bei den örtlichen Tourismusverbänden, an den Lopen und bei den Vermietern.  
**Lopenkombikarte**  
 7-Tagekarte: € 25,-  
 Für die Benutzung aller Lungauer/Langlaufloipen einschließlich den Linienbusknoten Erhältlich in den Linienbussen beim Chauffeur!  
 Info: Postbusverkehrsstelle Tamsweg, Tel.: +43 (0)6474/2121 oder www.postbus.at  
 In jedem Tourismusverband und in der Ferienregion Lungau.  
 Tel.: +43 (0)6477/8988 und www.lungau.at

**Langlauf-Pauschalen**  
 • 7 Tage Halbpension im 3-Sterne Landgasthof, 3 Gang Abendmahl, Zimmer mit Dusche/WC, Sauna, Wellness, Welcome-Cocktail  
 • Langlauf-Kombikarte  
 • Lungauer Schanzenkassen ab € 330,- / Person im Doppelzimmer  
 • 7 Nüchtlungen mit Frühstück im gemieteten Privathaus oder am Bauernhof, Zimmer mit Dusche/WC  
 • Wellness  
 • Langlauf-Kombikarte  
 • Lungauer Schanzenkassen ab € 179,- / Person im Doppelzimmer

**Langlaufschulen**  
**St. Michael/Katschberg:**  
 Otto's Schi- und Snowboardschule  
 Mainstrasse 3/ Hotel Alpina,  
 Tel.: +43 (0)662/393 00 20  
 otto@schischul.info  
 www.schischul.info  
 Fresh:30,  
 Tablaton Aeneck, Tel.: +43 (0)6476/20 34  
 sport@fresh30.at, www.fresh30.at  
**Marilapp:**  
 Albert's Schischule, Albert Ertl  
 Fanningberg, Tel.: +43 (0)6450/350 01 35  
 linschlag 23, Tel.: +43 (0)6473/7997  
 alberts.schischule@gmx.at,  
 www.alberts.schischule.at  
**Tamsweg:**  
 InterSport Föhnbad  
 Kirchengasse 130  
 Tel.: +43 (0)6474/6655 21  
 inter@schischule.at,  
 www.fruhsueckel.at  
**Mautendorf:**  
 Sport Haradl, Harald Ernst  
 Markt 54, Tel.: +43 (0)6472/7363  
 haradl@aon.at, www.haradl.at  
**Obertauern:**  
 CSA - Langlauf und Outdoorstation  
 Grillhäusl & Partner  
 Gnadental, Tel.: +43 (0)646/7662

**Freizeitaktivitäten**  
**Wit & Wellnesscenter „Samsam“ - Marilapp**  
 Samsamweg 60a, Tel.: +43 (0)647/200 20-0, info@samsam.at, www.samsam.at  
**Die BadenISEL - Tamsweg**  
 Sportzentrum 2, Tel.: +43 (0)6474/2312-0, info@badenisel.at, www.badenisel.at  
**Erlebnisburg Mautendorf**  
 Mautendorf, Tel.: +43 (0)647/7426, www.salzburg-burgen.at  
**Schloss Moosham - Untertauern**  
 Moosham 12, Tel.: +43 (0)6476/205 27, office@schloss-moosham.info  
 www.schloss-moosham.info

**Impressum**  
 FDV & Herausgeber: Ferienregion Lungau, Ratkauzgassee 100, A-5582 St. Michael, Tel.: +43 (0)6477/8988, Fax: +43 (0)6477/8988-20, info@lungau.at, www.lungau.at  
 Druck: Samsam Druck GmbH, 5582 St. Margarethen, www.samsamdruck.at  
 Design: Druckerei Schönlitner, 5431 Kuchl, www.schoenlitnerdruck.at  
 Fotoarchiv: Titelfeld: Fischer Sports GmbH; Panorama: Tarifverband Lungau Katschberg - Obertauern, Alle Presse inkl. MoSt.  
 Newsveröffentlichungen, sowie Speicherung in elektronischen Datenverarbeitungsanlagen bedürfen der ausdrücklichen Genehmigung des Herausgebers. Für Fehler, Irrtümer und Änderungen und deren Folgen kann keine Haftung übernommen werden.  
 ©2008 Ferienregion Lungau