

## PRESSEINFORMATION

### **Schneesicheres Panorama-Langlaufen im Paznaun**

**Gesundes Herz-Kreislauftraining mit Aussicht: Ob Anfänger oder Profi – im Paznaun sorgen besonders klare Luft, ein schneesicheres, abwechslungsreiches und mit Gütesiegel ausgezeichnetes Loipennetz sowie eine komfortable Infrastruktur für perfekte Langlaufbedingungen. Atemberaubende Bergkulisse inklusive.**

Im Paznaun werden Maßstäbe für regenerativen Wintersport gesetzt: Wer langläuft, beansprucht 90 Prozent seiner Muskeln, schont gleichzeitig die Gelenke und stärkt das Herz-Kreislauf-System. Dabei atmen Langläufer im Paznaun dank besonders klarer Luft und gesundheitsförderndem Klima rund um den Luftkurort Galtür bei der Ausübung des Sportes auch noch richtig gesund durch. Beste Voraussetzungen also, um sich hier beim Langlaufen zu erholen und in der kalten Jahreszeit gesund zu bleiben. Dabei sorgt das Training auf den Höhenloipen rund um Galtür für einen leistungssteigernden Effekt. Damit im Paznaun jeder Langläufer die idealen Trainingsvoraussetzungen nutzen kann, wurde das 73 Kilometer zusammenhängende, mit Gütesiegel ausgezeichnete Loipennetz mit abwechslungsreichen Strecken für alle Schwierigkeitsgrade konzipiert. Und das ist von Dezember bis in den April schneesicher, dank einer Lage von 1.377 bis auf über 2.036 Höhenmeter. Eine komfortable Infrastruktur, Langlaufkurse für alle Erfahrungsstufen und ausgezeichneter Service inklusive. Das Beste: Die Loipennutzung ist im Paznaun kostenlos. Alle Strecken können als GPS-Tracks heruntergeladen werden.

#### **Loipentipp für Anfänger: Ischgl-Loipe mit Bergblick**

Egal ob auf der klassischen Doppelspur oder Skating-Strecke, auf der Ischgl-Loipe kann jeder gemütlich ins Langlaufen einsteigen. Fünf Kilometer verteilen sich auf milde vierzig Höhenmeter und sind vor allem bei Anfängern sehr beliebt. Hier ziehen Langläufer in Ischgl ihre ersten Spuren und genießen eindrucksvolle Blicke auf die umliegende Bergwelt.

#### **Loipentipp für Fortgeschrittene: Natürlicher Wetterschutz auf der Wald-Loipe**

Klassische Langläufer und Skater, die etwas mehr Herausforderung suchen und ihre Kondition auf die Probe stellen wollen, sind auf der Wald-Loipenrunde mit Start/Ziel in Galtür (Ortsteil Tschaffain) bestens aufgehoben. Auf einer Länge von knapp fünf Kilometern mit über 135 Metern Höhenunterschied durch den Wald kann man sich ordentlich auspowern und das wetterunabhängig. Denn die Bäume am Loipenrand schützen auf der gesamten Strecke optimal gegen Wind und sorgen auch bei schlechter Sicht für genügend Kontrast.

## **Loipentipp für Profis: Aussichtsreiche Langlaufrouen ins Vermunt bzw. auf die Silvretta-Bielerhöhe**

Anspruchsvoller Panorama-Langlauf: Ob Klassisch oder Skating – mit insgesamt 19 Kilometern Länge und über 400 Metern Höhenunterschied sorgen die Langlaufrouen ins Vermunt und weiter auf die Silvretta-Bielerhöhe bei sportlichen Langläufern für aussichtsreiches Herz-Kreislauf-Training. Denn: Der erste Teil führt in einer Runde von 9,7 Kilometer und 146 Höhenmeter mit Start/Ziel in Galtür (Ortsteil Wirl) vor der beeindruckenden Bergkulisse der blauen Silvretta, für die schon Hemingway schwärmte, durch das unberührte Seitental Vermunt. Wer eine Herausforderung sucht, ist auf dem zweiten Teil mit zusätzlichen 9,3 Kilometern und 255 Höhenmetern zur sonnenverwöhnten Bielerhöhe mit dem Silvretta-Stausee auf rund 2.040 Metern Höhe genau richtig.

## **Loipentipp für Nachtschwärmer: Beleuchtete Galtür-Wirl-Loipe**

Die Dämmerung taucht die Hochgebirgslandschaft rund um Galtür in ein ganz besonderes Licht. Wer dieses Naturspektakel erleben möchte und vom Langlaufen am Tag immer noch nicht genug hat, findet auf der 2,2 Kilometer langen Nachtloipe von Galtür bis nach Wirl beste Bedingungen. Langläufer können hier täglich bis 22 Uhr bei Flutlicht ihre nächtlichen Spuren ziehen.

Informationen zum Langlaufen und allen Orten: [www.ischgl.com](http://www.ischgl.com), [www.galtuer.com](http://www.galtuer.com), [www.kappl.com](http://www.kappl.com) und [www.see.at](http://www.see.at).

(3.891 Zeichen mit Leerzeichen)

Dezember 2020

Hier zum direkten Bilder-Download: [Langlaufen 2021](#)

### Bildunterschriften:

Langlaufen\_2021\_1: Schneesicheres Panorama-Langlaufen im Paznaun © TVB Paznaun – Ischgl

Langlaufen\_2021\_2: Natürlicher Wetterschutz auf der Wald-Loipe © TVB Paznaun – Ischgl

Langlaufen\_2021\_3: Aussichtsreiche Langlaufrouen im Paznaun © TVB Paznaun – Ischgl

Langlaufen\_2021\_4: Gesundes Herz-Kreislauftraining im Paznaun mit Aussicht © TVB Paznaun – Ischgl

Langlaufen\_2021\_5: Im Paznaun sorgen besonders klare Luft, ein schneesicheres, abwechslungsreiches und mit Gütesiegel ausgezeichnetes Loipennetz für perfekte Langlaufbedingungen © TVB Paznaun – Ischgl

Alle Texte und Bilder stehen unter [www.ischgl.com/presse](http://www.ischgl.com/presse) zum kostenlosen Download bereit.