

Langlaufen in Tirol

12 Regionen, die sich ganz dem Langlauf verschrieben haben, ein dichtes, geprüftes Loipennetz für Einsteiger und Profis, grenzüberschreitende Langlaufstrecken und dazu die alpine, winterliche Landschaft, die den Sport zum Genuss für Körper und Seele macht: Langläufer finden in Tirol optimale Voraussetzungen für ihren Lieblingssport.

Längst ist Langlaufen viel mehr als ein Nischensport. Die schonende Bewegung in der Natur findet immer mehr begeisterte Anhänger. Dabei ist der nordische Wintersport nicht nur Ausdauertraining, sondern durchaus auch erholsam: Das liegt an der beeindruckenden Landschaft, durch die sich die Loipen schlängeln.

In Tirol spannen sich 4.000 Kilometer präparierte Langlaufloipen wie ein feines Netz über das ganze Land. Darunter sind einsteigerfreundliche Strecken im Tal ebenso wie anspruchsvolle Routen mit steilen Anstiegen oder Höhen- und Gletscherloipen, die bis in die hochalpine Landschaft auf 2.500 Meter Seehöhe führen. Quer durch Tirol finden sich in allen Regionen Langlaufschulen und Verleihmöglichkeiten. 12 Regionen zeigen als ausgezeichnete Tiroler Langlauf-Spezialisten besonders auf: Sie haben ihr Angebot speziell auf Langlaufgäste ausgerichtet und bieten vor allem auch Einsteigern in diesen Sport eine ideale Basis.

Schonendes Ausdauertraining, ideal für den sportlichen Wiedereinstieg

Apropos Einsteiger: Einer der wesentlichen Vorteile am Langlaufsport ist, dass er sich auch für all jene eignet, die länger nicht sportlich aktiv waren und sich jetzt wieder nach Bewegung sehnen. Zudem kennt Langlaufen keine Altersgrenze, ganz im Gegenteil: „Langlaufen ist ein ideales Herz-Kreislauftraining, stärkt die Knochen und Muskeln und kann sogar gezielt Osteoporose vorbeugen“, erklärt Professor Dr. Walter Schobersberger, Direktor des Instituts für Sport-, Alpinmedizin und Gesundheitstourismus in Innsbruck.

Mit regelmäßigem Langlauftraining steigen Ausdauer und Kondition, die eigenen sportlichen Grenzen verschieben sich stetig nach oben. Gleichzeitig tut der Sport in der freien Natur und der winterlichen Kälte auch der Seele gut: Die Langlaufrouuten in Tirol führen fernab von geschäftigem Trubel durch die winterliche Stille, entlang von Bachläufen und zwischen verschneiten Bäumen und Sträuchern mit Eiskronen hindurch. Und vielleicht ist das die eigentliche Herausforderung: Hier kann man sich ganz auf sich selbst besinnen, kann Gedanken schweifen lassen.

Geprüfte Loipen & Tiroler Langlauf-Spezialisten

Basis für dieses positive Langläuferlebnis sind optimal präparierte Loipen – und dafür garantiert in Tirol das Tiroler Loipengütesiegel. Es wird von der Tiroler Landesregierung verliehen, wenn die Loipengebiete nicht nur eine Mindestausstattung an Loipen bieten, sondern auch bei Präparierung, Markierung und Sicherheit einen ausgezeichneten Standard aufweisen.

Insgesamt 12 Regionen haben sich darüber hinaus speziell auf Langlaufangebote fokussiert: Sie sind die Tiroler Langlauf-Spezialisten. Dazu zählen neben den Kitzbüheler Alpen mit den Regionen

Hohe Salve, St. Johann in Tirol und dem PillerseeTal auch Paznaun-Ischgl, die Regionen Achensee und Ötztal, die Olympiaregion Seefeld, das Tannheimer Tal, die Region Kaiserwinkl, Osttirol, das Wipptal und das Tiroler Oberland Nauders-Kaunertal. Sie alle haben sich strengen Qualitätskriterien verpflichtet und bieten unter anderem mindestens 50 Kilometer Langlaufloipennetz, Langlaufkurse in der Region für Anfänger bis zum Profi und Fachgeschäfte für Verleih, Service und Verkauf von Langlaufausrüstung. Wichtiger Punkt sind auch die mehr als 100 qualitätsgeprüften Langlaufunterkünfte in ganz Tirol: Sie zeichnen sich unter anderem dadurch aus, dass sie maximal drei Kilometer von der nächsten Loipe entfernt liegen, einen absperrbaren Skiraum mit Wachselegenheit sowie einen Wasch- und Trockenraum bieten.

Neue Highlights: Grenzenlos langlaufen

Zu den neuen Highlights für Langläufer zählt mit Sicherheit auch das grenzüberschreitende Langlaufen, das sowohl in Osttirol als auch in der Region Nauders möglich ist: Mit seinem Loipennetz zählt Osttirol zum Dolomiti Nordic Skigebiet und ist damit Teil des größten Langlaufgebiets in Europa. Insgesamt 1.300 Loipenkilometer von Alta Badia in Italien bis nach Prägraten am Großvenediger warten auf passionierte Langläufer.

Auch Nauders ist Teil eines neuen Langlaufverbundes, dem Venosta Nordic. Hier sind sechs Langlaufgebiete – von Nauders bis ins Südtiroler Vinschgau – verbunden und bieten 90 Loipenkilometer mit nur einem Ticket.

Biathlonluft schnuppern

Für Abwechslung sorgt in Tirol außerdem das Angebot für Gästebiathlon: Dabei können Interessierte Biathlonluft schnuppern und sich in der herausfordernden Kombination aus Langlaufen und Schießen versuchen. In einem Schnellkurs erhalten die Teilnehmer eine Einführung und ein Techniktraining, bevor sie Schnelligkeit und Präzision beim Biathlon beweisen müssen. Ausprobieren kann man den Gästebiathlon in der Cross Country Academy Seefeld, im Langlauf- und Biathlonzentrum Obertilliach, im Biathloncenter Kirchdorf, in der „Sinus“ Langlaufschule in St. Ulrich im Pillerseetal und im Nordic Center in Kössen. Optimale Voraussetzungen also, um Tirol langlaufend und in allen Facetten kennenzulernen!

Mehr Informationen finden Sie unter www.tirol.at/langlaufen.

Sichere Gastfreundschaft: Einen Überblick über die aktuellen Covid-19-bedingten Sicherheitsbestimmungen und Empfehlungen in Tirol finden Sie unter www.willkommen.tirol.

6.289 Zeichen

rb

Tirol zählt mit seinen 34 Regionalverbänden zu den führenden Urlaubsdestinationen der Alpen. Der Tiroler Tourismus ist von einer fast 200jährigen Geschichte und zahlreichen Pionierleistungen geprägt. Gäste schätzen im

Sommer wie im Winter die alpine Berglandschaft und Natur, die hohe Qualität in Service und Infrastruktur sowie die Gastfreundschaft. Die Tirol Werbung GmbH mit Sitz in Innsbruck ist Teil der Lebensraum Tirol Holding GmbH und fungiert als Tourismusmarketing-Organisation des Landes. Ihr wichtigster Auftrag ist es, Tirol als den begehrtesten Kraftplatz der alpinen Welt zu positionieren.

DANIEL GEHRING
Presse

Tirol Werbung GmbH
Maria-Theresien-Straße 55
6020 Innsbruck
Österreich
+43.512.5320-366 *t*
daniel.gehring@tirolwerbung.at *e*