

Betreff: Radsportland Osttirol: Österreichs Trainingshochburg für Profis und Amateure
Preheader: Nichts für schwache Beine

Osttirol, Österreich: Pässe, Berge, Ruhe, Natur **Radfahren, wo die Elite trainiert**



Immer mehr Rennradfahrer entdecken Osttirol für sich. Das Angebot südlich des Alpenhauptkamms ist groß, das Terrain abwechslungsreich und die Region selten hoch frequentiert. © Jürgen Amann_Bike Media

Hochalpine Pässe, abwechslungsreiche Panoramastraßen und internationale Radrennen wie die Tour of the Alps oder der SuperGiroDolomiti – Osttirol genießt in der nationalen wie internationalen Radsportszene längst Kultstatus. Die Auswahl an Trainingsmöglichkeiten zieht Profis und Amateure gleichermaßen an. Dabei bleibt die Region authentisch und entspannt, denn das Angebot ist so groß, dass selbst Streckenklassiker nie überlaufen sind. Auch Mountainbiker finden auf zertifizierten Trails und in Bikeparks optimale Bedingungen. Ob Grundlagenausdauer, Höhen- oder Techniktraining – Osttirol hält für Aktive mehr als 600 Kilometer offizielle Radrouten bereit. www.osttirol.com

Von Tempofahrten bis Höhenttraining

Eingebettet in die Bergwelt südlich des Alpenhauptkamms bietet Osttirol mit seinen verkehrsarmen Seitentälern, fordernden Hochalpenstraßen und schweißtreibenden Passrouten sämtliche Zutaten für ein Zweirad-Eldorado. Nicht zuletzt deshalb nutzen ambitionierte Amateure ebenso wie Profis die

Pressekontakt

AHM Kommunikation www.ahm-agentur.de

Ariane Husung +49 8807 21490-16 ariane@ahm-agentur.de

Lisa Mang +49 8807 21490-12 lisa@ahm-agentur.de



AGENTUR FÜR
KOMMUNIKATION

Bildmaterial sowie weitere Informationen unter
www.ahm-agentur.de / Kunden / Osttirol



Kombination aus langen Anstiegen, technischen Abfahrten und flachen Strecken durch naturbelassene Täler als Trainingslager. Auch könnten Osttirols klimatische Bedingungen für Radsportler kaum besser sein: Der mediterrane Mittelmeer-Einfluss sorgt bereits ab Frühsommer für wärmere Temperaturen als in vergleichbaren Berggebieten. Mit legendären Touren wie der [Glocknerrunde](#) mit 180 Kilometern und 4.700 Metern bergauf, der [Staller-Sattel-Runde](#) (150 Kilometer/1.840 Höhenmeter) oder den panoramareichen Auffahrten der [Pustertaler Höhenstrasse](#) (30 Kilometer/1.300 Höhenmeter) arbeiten Radsportler an ihrer Ausdauer ebenso wie an ihrer Kletterstärke – ein weiterer Pluspunkt für die Region. Denn Höhenttraining wirkt sich nachweislich positiv auf die körperliche Leistungsfähigkeit aus. Da der Sauerstoffgehalt in der Luft ab ungefähr 1.500 Metern sinkt, muss der Körper mehr rote Blutkörperchen produzieren, um die O₂-Aufnahme zu verbessern, was langfristig zu einer besseren Ausdauerleistung führt. Gleichzeitig werden durch die physische Mehrbelastung Muskulatur und Herz-Kreislauf-System stärker angeregt.

Kaderschmiede Osttirol

Den positiven Effekt nutzen neben ambitionierten Radsportlern auch immer wieder internationale Teams wie Red Bull-Bora-hansgrohe oder im heurigen Frühjahr das XDS Astana Team. Auch hat die Alpenregion selbst in den letzten Jahren bemerkenswerte Radsporttalente hervorgebracht, die auf internationaler Bühne beeindruckende Erfolge erzielen. Der aus Nußdorf-Debant stammende Felix Gall sorgte zum Beispiel bei der Tour de France 2023 für Aufsehen. Als Mitglied des Teams AG2R Citroën gewann er die anspruchsvolle 17. Etappe, die über mehrere Hochgebirgspässe führte. Zudem sicherte er sich den dritten Platz in der Bergwertung.

Gipfeltreffen der Weltelite



Die fünfte und letzte Etappe der Tour of the Alps 2025 startet und endet in der Osttiroler Bezirkshauptstadt Lienz. Das Rennen über insgesamt 739 Kilometer bringt die besten Radsportprofis der Welt immer wieder aufs Neue an ihre Grenzen. © Daniele Mosna

Der Startschuss für eine Reihe an hochkarätigen Radveranstaltungen in 2025 fällt am 21. April mit der [Tour of the Alps](#). Die 48. Ausgabe der grenzüberschreitenden Route verläuft über fünf Etappen von San

Pressekontakt

AHM Kommunikation www.ahm-agentur.de

Ariane Husung +49 8807 21490-16 ariane@ahm-agentur.de

Lisa Mang +49 8807 21490-12 lisa@ahm-agentur.de



AGENTUR FÜR
KOMMUNIKATION

Bildmaterial sowie weitere Informationen unter
www.ahm-agentur.de / Kunden / Osttirol



Lorenzo im Trentino bis nach Lienz. Die letzten beiden Tage der höchst fordernden Tour über 739 Kilometer und 14.700 Höhenmeter gehen auf Osttiroler Terrain über die Bühne. Dem erstklassigen Teilnehmerfeld wird aller Voraussicht nach auch Felix Gall angehören. Der Osttiroler plant nach 2022 sein Comeback in der Heimat als Kapitän seines französischen Teams AG2R. Eine besondere Herausforderung erwartet Extremsportler am 8. Juni 2025 beim 10. [SuperGiroDolomiti](#), der als einer der anspruchsvollsten Radmarathons im Alpenraum gilt. Nach dem Start am frühen Morgen beim Dolomitenstadion in Lienz führt die Rundtour über 228 Kilometer und kräftezehrende 5.450 Höhenmeter. Drei Stunden später treten Amateure und Profis bei einem der ältesten Radmarathons Österreichs, der [Dolomitenradrundfahrt](#) über 112 Kilometer und 1.870 Höhenmeter rund um Lienz, kräftig in die Pedale. Die Route beinhaltet Anstiege wie den Gailberg und den Kartitscher Sattel.

Trail-Vielfalt zwischen Hohen Tauern und Lienzer Dolomiten



Trailvergnügen in allen Schwierigkeitsstufen erwartet Mountainbiker im Bikerevier Kals-Matrei in Osttirol. Den Anstieg können Einsteiger und Profis ganz entspannt mit der Gondel meistern und sich anschließend voll und ganz auf die Downhill-Passagen konzentrieren. © TVB Osttirol/Andreas Meyer

In der Urlaubsregion zwischen Großglockner und Dolomiten freuen sich Mountainbiker auf 120 zertifizierte Routen verschiedenster Schwierigkeitsgrade und Höhenprofile. Besonders beliebt sind Touren in Seitentäler wie das Debant- oder das Timmeltal, die zwar einiges an Kondition erfordern, aber mit unberührter Natur entschädigen. Eine Extraportion Adrenalin versprechen hingegen die Bikeparks [Lienz](#) und [Großglockner Resort in Kals](#). Einige der angelegten Single Trails eignen sich vor allem als Übungsterrain für Anfänger und sogar Familien, die rot und schwarz eingestuften Strecken haben es dagegen in sich und sind nur etwas für Profis. Beide Bikeparks sind bequem per Bergbahn erreichbar. Nicht selten treffen dort Freizeitsportler auf die Weltelite der Biker wie Alban Lakata und [Gabriel Wibmer](#), die sich in ihrem Heimatrevier auf internationale Wettkämpfe vorbereiten.

Pressekontakt

AHM Kommunikation www.ahm-agentur.de
Ariane Husung +49 8807 21490-16 ariane@ahm-agentur.de
Lisa Mang +49 8807 21490-12 lisa@ahm-agentur.de



AGENTUR FÜR
KOMMUNIKATION

Bildmaterial sowie weitere Informationen unter
www.ahm-agentur.de / Kunden / Osttirol



Über Osttirol. „Osttirol ist natürlich anders. Natürlich, im Sinne von Natur“ – so lautet das Credo der Urlaubsregion südlich des Alpenhauptkamms. Zwischen dem Nationalpark Hohe Tauern, den Lienzer Dolomiten und dem Karnischen Grenzkamm gelegen, zeichnet sie sich besonders durch ihre Ursprünglichkeit, Echtheit und gelebte Tradition aus. Mit insgesamt 265 Dreitausendern und dem Großglockner, höchster Gipfel Österreichs, nennt sich Osttirol zu Recht „das Bergtirol“. Naturliebhaber finden dort unberührte Landschaft und jede Menge Freiraum. Aktive schätzen die idealen Bedingungen für Outdoor-Sport, in Bergsteiger- und Kletterkreisen genießt Osttirol längst Kultstatus. Genussurlauber schätzen den südlichen Teil Österreichs besonders für seine kulinarische Vielfalt mit bodenständiger Kochkunst auf höchstem Niveau: von urigen Jausenstationen bis hin zu raffinierten Hauben-Restaurants. Außerdem spielen bäuerliche Traditionen eine besondere Rolle: Jahrhundertealte Rituale, unverfälschtes Handwerk und eine sanft gewachsene, ehrliche Brauchtumskultur prägen das Leben der Menschen in Osttirol – einst wie heute. www.osttirol.com

Pressekontakt

AHM Kommunikation www.ahm-agentur.de

Ariane Husung +49 8807 21490-16 ariane@ahm-agentur.de

Lisa Mang +49 8807 21490-12 lisa@ahm-agentur.de



AGENTUR FÜR
KOMMUNIKATION

Bildmaterial sowie weitere Informationen unter
www.ahm-agentur.de / Kunden / Osttirol

