

GLEITZEIT IN TIROL LANGLAUFEN MIT QUALITÄT, SCHNEESICHERHEIT UND (NATUR-)GENUSS

Wenn der Winter in Tirol Einzug hält, beginnt sie wieder: die vielleicht regenerativste Form der Gleitzeit. Kilometerlanges Dahingleiten inmitten unberührter Natur, rhythmische Bewegungen, die Körper und Geist in Einklang bringen und dieses besondere Gefühl, mit jedem Schritt neue Energie zu tanken – Langlaufen in Tirol vereint Naturerlebnis, Gesundheit und sportliche Abwechslung wie kaum eine andere Aktivität.

Langlaufen gilt als eine der gesündesten Wintersportarten. Es stärkt das Herz-Kreislauf-System, kräftigt die Muskulatur, wirkt präventiv – und fördert nachweislich das psychische Wohlbefinden. Da man auf der Loipe selten den ganzen Tag verbringt, lässt sich der Sport hervorragend mit Wellness, Kultur, Kulinarik oder Winterspaziergängen verbinden. Perfekte Bedingungen also für einen ausgewogenen Winterurlaub.

Mit 4.000 Loipenkilometern zählt Tirol zu den führenden nordischen Destinationen im Alpenraum. Klassisch oder Skating, gemütlich oder sportlich: In den zwölf Tiroler Langlaufspezialisten und insgesamt 16 Regionen mit Loipengütesiegel trifft hochwertige Infrastruktur auf ein tief verankertes nordisches Lebensgefühl. Das Tiroler Loipengütesiegel garantiert dabei bestens präparierte Loipen, klare Beschilderung, Komfort von der Anreise bis zur Infrastruktur entlang der Strecke – und vor allem beste Bedingungen für alle Leistungsstufen. Für Gäste bedeutet das: maximale Qualität auf allen Ebenen. Dazu kommen spannende Langlaufveranstaltungen, die jedes Jahr Sportler:innen aus aller Welt anziehen.

Schneesicherheit und früher Saisonstart dank Innovation

Während viele Regionen in Mitteleuropa im Winter zunehmend mit Schneemangel konfrontiert sind, setzt Tirol auf ein durchdachtes Konzept, das auch in Zukunft verlässliches Langlaufen ermöglicht. Rund 85 technisch beschneite Loipenkilometer garantieren derzeit bereits zu Saisonbeginn beste Bedingungen. Dazu kommen zahlreiche Höhenloipen, die aufgrund ihrer Lage ohnehin als sehr schneesicher gelten.

Moderne Technologien wie Snowfarming – das gezielte Einlagern von Schnee aus dem Vorwinter – sorgen dafür, dass die Saison nicht nur zuverlässig startet, sondern auch

ressourcenschonend. Dabei wird im Vorwinter bei kalten Temperaturen Schnee produziert und über den Sommer mit einer dicken Schicht aus nachhaltigem Material, meist Hack-schnitzeln, abgedeckt. So bleibt der Schnee ohne Energieverbrauch zur Kühlung konserviert, und rund 70 bis 80 Prozent des Volumens aus der Vorsaison können wiederverwendet werden. Das schont Ressourcen und ermöglicht zugleich einen verlässlichen Saisonstart schon im Oktober oder November – selbst dann, wenn in anderen Regionen noch kein Schnee liegt.

- **Obertilliach** in Osttirol startet traditionell besonders früh in die Saison. Im Biathlonzentrum Obertilliach stehen ab Anfang November 2025 [Wettkampf- und Trainingsloipen](#) zur Verfügung – offen für ambitionierte Sportler:innen und Hobbyläufer gleichermaßen.
- In **Paznaun-Ischgl** öffnet am 14. November 2025 die [Opening-Loipe](#), eine rund drei Kilometer lange, beschneite Höhenloipe, die perfekte Startbedingungen in der Vorweihnachtszeit bietet.
- Auch in **Leutasch** in der Region Seefeld, seit jeher eine Hochburg des nordischen Sports, setzt man auf konservierte Schneedepots: Die 2,8 Kilometer lange [Snowfarmingloipe](#) geht – abhängig von Temperatur und Witterung – ab 14. November 2025 in Betrieb. Neu ist zudem die vollständig beschneibare [Waldloipe B14 – Alpenbad](#), deren innovative Zentralluftanlage Schneeproduktion selbst bei Grenztemperaturen um -3 °C ermöglicht. Insgesamt sind in Leutasch nun vier Kilometer Loipe technisch beschneibar.
- Im **Pitztal** wiederum öffnete die ein Kilometer lange [Trainingsloipe Mandarfen](#) bereits am 18. Oktober 2025 – ein besonders früher Start in die Langlaufsaison dank sinnhaftem Schneemanagement.

Hoch hinaus: Höhenloipen in Tirol

Wer auf Nummer sicher gehen möchte, findet in Tirol eine große Auswahl an Höhenloipen. Sie bieten nicht nur Schneegarantie und spektakuläre Ausblicke, sondern auch einen kleinen Trainingsvorteil: die Höhenlage wirkt positiv auf Herz und Lunge.

- **[Höhenloipe Dorfberg Kartitsch](#) • Osttirol**
Das Bergsteiger- und Winterwanderdorf Kartitsch überzeugt mit authentischem Charme. Ein Transfer oder der Schlepplift bringen Langläufer:innen direkt an den Start. Kulinarischer Tipp: Schlipfkrapfen im Gasthaus Dorfberg.
- **[Höhenloipe Leutasch-Wildmoos](#) • Region Seefeld – Tirols Hochplateau**
Neu ab Winter 2025/26 – und traditionsreich zugleich: Die Strecke verläuft teilweise über die Olympialoipe von 1976. Langläufer:innen können kostenlos mit dem Katzenkopplift zum Ausgangspunkt hinauffahren.
- **[Silvretta Höhenloipe Groß](#) • Paznaun-Ischgl**
Auf rund 2.000 Metern Seehöhe eröffnet sich ein Panorama über die Bielerhöhe, den Silvretta-Stausee und die Gletscherwelt der Silvretta-Gruppe. Perfekt kombinierbar mit weiteren Loipen.
- **[Höhenloipe Gries – Längenfeld](#) • Ötztal**
Mit ihrem alpinen Ambiente und der Höhenlage auf 1.600 Metern Höhe ist diese Tour vor allem für fortgeschrittene Läufer:innen empfehlenswert. Nach der sportlichen Aktivität folgt Entspannung deluxe: Ein Besuch im Aqua Dome ist fast Pflicht.

- **Höhenloipe Pfundser Tschey • Nauders – Tiroler Oberland - Kaunertal**
Ein landschaftliches Juwel mit urigen Holzstadeln und einem unvergleichlichen Panorama ist der rund drei bzw. sechs Kilometer lange Rundkurs durchs einzigartige Hochtal „Tschey“ im Tiroler Oberland.

Loipen mit Einkehr: Genussvolle Gleitzeit

Langlaufen ist ein Sport, der sich wunderbar mit Genuss verbinden lässt. Tirol bietet zahlreiche Loipen, die sportliche Aktivität und kulinarische Pause perfekt kombinieren.

- **Gschnitztalloipe • Wipptal**
Eine der stimmungsvollsten Strecken des Wipptals führt durch das Bergsteigerdorf im naturbelassenen Gschnitztal – alle Loipen sind hier kostenlos. Besonderes Highlight: die Einkehr im Gasthof Feuerstein, wo regionale Küche auf alpines Flair trifft.
- **Loipe Falzthurn–Gramai • Achensee**
390 Höhenmeter, beeindruckende Ausblicke ins Karwendel und der gemütliche Rückweg machen diese Tour zu einem besonderen Erlebnis in der Region Achensee. Einkehrmöglichkeiten bieten unter anderem die Gramai Alm und das Alpengasthaus Falzturn.
- **Rundloipe Vilsalpsee • Tannheimer Tal**
Der gefrorene See, das Natur- und Natura-2000-Schutzgebiet – die Rundloipe zum Vilsalpsee beeindruckt mit ihrer Kulisse ebenso wie mit der gemütlichen Einkehr in der Fischerstube oder im Restaurant Vilsalpsee.
- **Torfstich • Region Seefeld – Tirols Hochplateau**
Die leichte Streckenführung und die Möglichkeit zur Kombination mit weiteren Loipen machen diese einfache und aussichtsreiche Tour rund um das stille Wildmoosgebiet besonders beliebt. Dazu kommt die romantische Einkehr in der Wildmoosalm – ideal für Genussläufer:innen.
- **Wirl-Loipe in Galtür • Paznaun-Ischgl**
Entlang der Trisanna führt diese sportliche Loipe auf über 1.600 Meter Seehöhe. Abends sorgen beleuchtete Abschnitte für eine besondere Atmosphäre, eingekehrt wird direkt im Dorf Galtür.

Weitere Tipps für Loipen mit Einkehrmöglichkeiten: www.tirol.at/aktivitaeten/sport/langlaufen/langlaufloipen-mit-einkehr

Loipen mit dem besonderen Extra

Nicht jede Loipe ist wie die andere – einige überraschen mit außergewöhnlichen Erlebnissen.

Beleuchtete Nachtloipen

- **Hochfilzen • Pillerseetal**: täglich ab Dämmerung vier Stunden lang beleuchtet – komplett versorgt durch Photovoltaik
- **Region Seefeld – Tirols Hochplateau**: montags bis freitags von 17:00 bis 20:30 Uhr geöffnet; vorbei am Seekirchl in Seefeld und perfekt beschneit

- **Blusenrunde Prägraten · Osttirol**: beleuchtet, beschneit und damit bereits ab Mitte November geöffnet

Spezielle Loipenangebote

- **Hundeloipe Torfstich · Region Seefeld**: ideal für Langlaufen mit Hund
- **Schlittenloipen**: barrierefreie Sitzski-Loipen für jedes sportliche Niveau
- **Langlauf-Technikparcours · Pillerseetal**: perfektes Trainingsterrain für spielerisches Technikverbessern

Mehr Informationen zum Langlaufen in Tirol sind zu finden auf www.tirol.at/langlaufen.

7.886 Zeichen

MH

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.

Eva Walter
PR Manager

Tirol Werbung GmbH
Maria-Theresien-Straße 55
6020 Innsbruck
+43 512 5320 365 *t*
presse@tirol.at *e*
presse.tirol.at *w*

LEBENSRAUM TIROL
HOLDING