

Das Grüne Herz



Langlaufen in der Steiermark

Langlaufen in Bestform

Regelmäßiges Langlaufen hält fit und gesund. Außerdem eignet es sich optimal dazu, Stress abzubauen, zu trainieren oder einfach mal wieder dem Alltag zu entfliehen. Die ideale Sportart also für alle, die in ihrer Freizeit auf ihr Wohlbefinden achten wollen, Kraft tanken möchten und gerne in der winterlichen Natur unterwegs sind. Als Belohnung warten in der Steiermark entspannende Massagen, Heilbäder oder Wellnessanwendungen. Perfekt für ein Wochenende mit Freunden oder der ganzen Familie.



Von Anfang an die richtige Technik

Damit Körper, Geist und Seele gleichermaßen vom Langlaufen profitieren, braucht es die richtige Technik. Daher bieten zahlreiche Langlaufregionen in der Steiermark Schnupperkurse an, bei denen man bereits in wenigen Stunden die wichtigsten Grundlagen erlernen kann. So werden gleich von Anfang an die richtigen Bewegungsabläufe eingeübt und man trägt einen wichtigen Teil dazu bei, um Muskulatur und Gelenke zu schonen. Auch für Kinder und Jugendliche ist das eine ideale Gelegenheit, um diesen vielseitigen Sport besser kennenzulernen.



1 Schlading-Dachstein Ramsau am Dachstein

Mit Leichtigkeit auf den Loipen in der Region Schlading-Dachstein. Egal, ob beim Langlaufen durch weitläufige Schneeflächen, verschneite Wälder oder vorbei an urigen Hütten und Almen – Hier kommen wahre Glücksmomente auf. Ganz besonders: die Höhenlage mit 900 bis 2700 Metern Seehöhe.

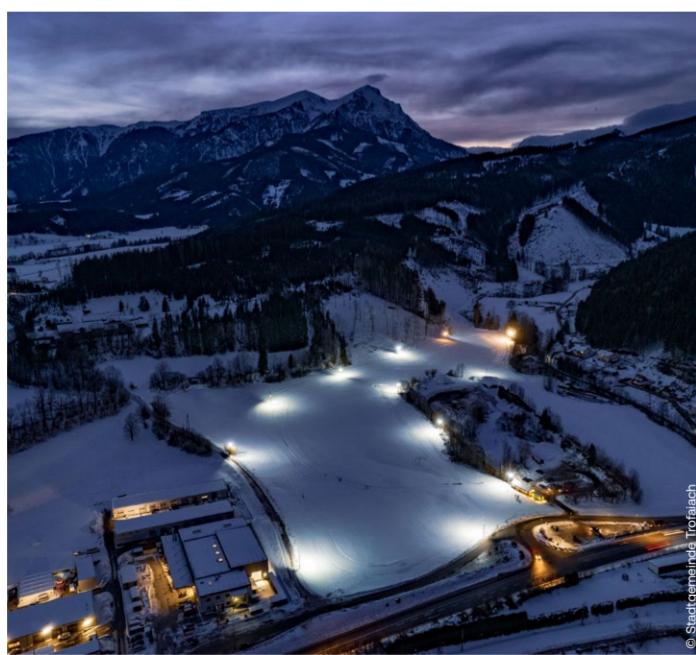
Völlig losgelöst dem Alltag entfliehen am Sonnenplateau Ramsau am Dachstein, dem Langlauf-Zentrum der Region Schlading-Dachstein. Hier sind aber nicht nur Urlaubsgäste gerne gesehen, auch die internationale Langlauf-Elite trifft sich dort. Von einer Langlaufrunde am Ramsauer Plateau nicht wegzudenken ist der mächtige Dachstein. So bieten die meisten Loipen einen herrlichen Blick auf die gewaltigen Südwände des steirischen Bergkönigs. Neben der Möglichkeit im Biathlon-Stadion von Ramsau am Dachstein dem faszinierenden Sport näherzukommen, gibt es die Option die Nachtloipe im Zuge eines Vollmond-Langlauflebnisses zu erkunden. Vier Langlaufschulen haben stets das perfekte Kursangebot parat, um die Grundlagen des Langlaufens spielend leicht zu erlernen, oder um der eigenen Technik mit Experten-Tipps den letzten Schliff zu verleihen.



6 Ausseerland Salzkammergut Tauplitzalm

Besonders abwechslungsreich geht es auf den Höhenloipen der Tauplitzalm zu. Hier kann man die herrliche Aussicht auf die umliegenden Berge und die schneesicheren Langlaufloipen auf rund 1600 Höhenmetern genießen.

Nicht umsonst gilt die Region als besonderes Schmankef für Langlaufers. So trainieren auf der Höhenloipe regelmäßig auch die Profis der nordischen Disziplinen. Die besondere Höhenlage sorgt für winterlich natürliche Schneesicherheit. Dazu gibt es einen herrlichen Ausblick auf Dachstein, Grimming und das Tote Gebirge. Und nach einer Langlaufrunde kommt ein entspannter Nachmittag in der Grimming-Therme gerade recht!



12 Erzberg Leoben Trofaiach

Ein einzigartiges Bergpanorama und perfekte Langlaufbedingungen zeichnen die malerisch gelegene Krumpenloipe aus. Ganz gleich ob klassischer Langlauf- oder Skating-Stil; hier kommen alle in die richtige Spur.

Entlang des Krumpenbachs geht es in Trofaiach durch zauberhafte Waldpassagen in den Krumpengraben. Die Anstrengung macht sich bezahlt: Am Ziel entzückende Ausblicke und die Ruhe in dieser idyllischen Landschaft. Die Nachtloipe mit Flutlicht ist täglich geöffnet und sorgt für eine ganz besondere Atmosphäre. Eine Langlaufschule vor Ort sorgt dafür, dass auch Anfänger hier sicher und unter professioneller Aufsicht ihre ersten Runden ziehen können.



2 Schlading-Dachstein Untertal bei Schlading

Nicht nur am Ramsauer Hochplateau, sondern auch in den Tälern der Region Schlading-Dachstein gibt es viele Langlauf-Angebote zu entdecken. Auf den sogenannten „Tälerloipen“ spielt der landschaftliche Genuss die Hauptrolle.

Ein absoluter Geheimtipp ist das 23 Kilometer lange Loipenangebot im Rohrmooser Untertal, welches mit dem steirischen Loipengütesiegel ausgezeichnet ist. Zu den lohnendsten und eindrucksvollsten Vertretern zählt die Kristalloipe, die mit 13 Kilometern Länge am Untertalbach entlangführt. Die kurzen Anstiege zwischendurch und die umliegende Bergwelt sorgen für einmalige Erlebnisse. Am kalten Wintermorgen offenbart sich, woher die Loipe ihren Namen hat.



8 Erlebnisregion Murtal Hohentauern

Der Geheimtipp für die ganze Familie. Die Winter-sportregion Murtal setzt auf beste Qualität, wenn es um Wohlfühlen, Sport und Individualität geht. So lässt die Loipe hier auch das Langläuferherz nicht kalt. Mehr als 20 Zweitausender rahmen das sonnige Hochplateau am Tauern ein.

26 km Loipennetz sind hier bestens präpariert, mit Klassik und Skatingspur. Die Zentralloipe ist auf 25 km ständig beschneit. Hier gibt es vier attraktiv gestaltete Einstiege, die Langlaufsportler bestens mit allen erforderlichen Informationen versorgen. Ebenso freuen sich Langläufer über Abschnitte aller Schwierigkeitsstufen. Eine Besonderheit der Region: Die Loipenlegung wurde mit Hilfe von sportmedizinischer Beratung gestaltet.



14 Oststeiermark Jogllandloipe St. Jakob im Walde

Mitten in der Region Joglland-Waldheimat liegt die Jogllandloipe auf 1.200 m Seehöhe. Perfekt präparierte Loipen mit traumhafter Aussicht auf rund 60 Kilometer bieten genügend Platz für puren Langlaufspaß im Garten Österreichs.

Die Jogllandloipe bietet durch modernste Beschneigungsanlagen, Snowfarming und Flutlichtloipen hervorragende Langlaufbedingungen. Die Loipe in St. Jakob im Walde überzeugt aber auch mit einer idyllischen Winterlandschaft soweit das Auge reicht. So schätzen nicht nur Profisportler die ausgezeichneten Trainingsbedingungen, sondern vor allem auch Genusslangläufer und Hobbysportler. Eine echte Besonderheit der Loipe ist die Beleuchtung mit Flutlicht.



3 Ausseerland Salzkammergut Altaussee

Als eines der vier Langlaufzentren im Ausseerland Salzkammergut begeistern die Loipen in Altaussee mit ihrem ganz eigenen Winterzauber. Entlang der idyllischen Loipen durch die malerischen Orte bis hinauf in die schneesicheren Berge führt der Langlauf-tag.

Das verschneite Dachstein-Massiv und das Tote Gebirge bilden eine zauberhafte Kulisse. Der tiefblaue Altaussee See, der Loser mit seiner einzigartigen Panoramastraße und die romantisch verschneite Berglandschaft ziehen Jahr für Jahr zahlreiche Langläufer nach Altaussee. Durch die Höhenlage rund um die Blaau Alm herrscht eine hohe Schneesicherheit. So lässt sich ein Winterurlaub wie anno dazumal erleben, Schneeflocken inklusive.



9 Erzberg Leoben Wald am Schoberpass

Zwischen Enns- und Murtal herrschen optimale Bedingungen für eine Runde auf Langlaufskiern. Zehn Skating und zehn klassische Kilometer sorgen für die perfekte Balance der beiden Techniken – probieren Sie selbst!

Raus aus dem Trubel und ab auf die Loipe: So lautet das Motto in Wald am Schoberpass. Das kleine, feine Loipennetz erfreut sich nicht nur bei Insidern großer Beliebtheit. Zwei Routen führen durch das Gebiet von Wald bis nach Unterval und können nach Lust und Laune miteinander kombiniert werden. Durch verschiedene Einstiegsmöglichkeiten entlang der Strecke kann man selbst entscheiden, ob man nur einen kurzen Rundkurs oder die vollen 10 km laufen möchte.



15 16 Erlebnisregion Murau Krakau und Weirerteichloipe

Langlaufski anschnallen und den Alltag hinter sich lassen: Das ist das Motto in der Langlaufregion Murau. Mit zahlreichen Loipen und rund 160 Kilometern Wegenetz hat man dabei auch eine riesige Auswahl für die perfekte Strecke. Mit ihrer zauberhaften Winterlandschaft und ihrem breiten Angebot lässt die Erlebnisregion Murau jeden Urlaub zu einem besonderen Erlebnis werden.

Langlaufers kommen in der Erlebnisregion Murau voll auf ihre Kosten: Schneesicherheit, perfekt präparierte Loipen und im Hintergrund glitzert der romantisch-verträumte See. An der Südseite der Schladminger Tauern darf man außerdem mit besonders vielen Sonnenstunden und einer unverfälschten Natur rechnen. Die abwechslungsreichen Loipen sind sowohl für Anfänger als auch für sportlich-ambitionierte Langläufer gut und sicher zu bewältigen. Dabei spielt es überhaupt keine Rolle, für welchen Stil man sich entscheidet. Ob klassisch oder Skating – hier fühlen sich alle gleichermaßen wohl. Abendliches Langlaufen bei Flutlicht, auf Erkundungstour im Naturpark Zirbitzkogel-Grebenzen oder auf der schneesicheren Höhenloipe am Kreischberg: Die Region Murau zählt zu den vielseitigsten Langlaufregionen in der ganzen Steiermark. Schnupperkurse, Privatstunden und gemütliche Einkehrmöglichkeiten bei den Startpunkten der Strecken sorgen dabei für jede Menge Langlauf-Spaß.



4 Ausseerland Salzkammergut Bad Aussee

Eingebettet zwischen Loser und Dachstein führen gleich mehrere Loipen durch die winterlich-verschneite Gegend von Bad Aussee. Inmitten von Bergkulissen und Seenlandschaft langläuft es sich besonders atmosphärisch.

Die Sonnen- und Panorama-loipen locken Langläufer von überall her ins Ausseerland. Dass die Loipen rund um Bad Aussee ihren Attributen alle Ehre machen, versteht sich da schon fast von selbst. Und weil man hier auch noch gelebte Traditionen und charmante Gastgeber hautnah erleben kann, sollte man sich das Langlaufvergnügen keinesfalls entgehen lassen. Seine Runden inmitten des herrlichen Bergpanoramas drehen: Genau so stellt man sich den perfekten Langlauftag vor.



10 Erzberg Leoben Eisenerz

Das wunderschöne Gebiet am Fuße des Kaiserschilds, mit Blick auf das „steirische Wahrzeichen“ den Erzberg, überzeugt mit seinem außergewöhnlichen Panorama. Vom Familienausflug bis zum Leistungssport wird alles geboten.

Die drei Loipen-Rundkurse verlaufen vorbei an der imposanten Skisprung- und Biathlonanlage der Erzbergarena, wo sowohl Nachwuchsathleten des NAZ Eisenerz, als auch internationale Top-Athleten ihre Trainingseinheiten absolvieren. Schneesicherheit, beste Loipenqualität und das bekannte Nordische Ausbildungszentrum haben der Eisenerzer Ramsau zu ihrem Image als eines der erfolgreichsten und schönsten Langlaufgebiete in der Steiermark verholfen.



5 Ausseerland Salzkammergut Bad Mitterndorf/Tauplitz

Rein in die Bindung und ab auf die Loipe heißt es in Bad Mitterndorf. Damit man hier alle Strecken erkunden kann, sollte man schon ein bisschen Zeit mitbringen. Ganz egal, ob man es lieber sportlich-aktiv oder gemütlich-entspannt angeht.

Mitten im Ausseerland Salzkammergut befindet sich das Loipennetz mit dem Zentrum Bad Mitterndorf, das bis nach Tauplitz und Pichl/Kainisch reicht. Vom Kalm bis zum Ödensee erstreckt sich eine der größten Langlaufregionen im Alpenraum. Das breite Becken bietet ein ideales Gelände mit einem zusammenhängenden Langlaufloipennetz von rund 125 km klassisch und Skating gespurten Loipen. Dabei kommen Langläufer aller Leistungsstufen auf ihre Kosten. Langlauftag vor.



11 Erzberg Leoben Tragöb - Grüner See

Tragöb mit seinem Grünen See liegt eingebettet in einen Talschluss am Fuße des Hochschwabs. Ausgezeichnet als Österreichs Schönster Platz, zählt der Grüne See zu den beliebtesten Ausflugszielen in der Steiermark. Hier lässt sich wunderbar das eigene Wintermärchen träumen.

Die Wiesen-, Wald- und Panorama-loipe führen durch eine nahezu unberührte Winterlandschaft und die drei bestens gespurten Loipen sind für jeden Schwierigkeitsanspruch geeignet. Eine Beschneigungsanlage garantiert auch dann beste Verhältnisse, wenn der Himmel einmal nicht so mitspielen sollte und der Aus-rüstungsverleih bei der Loipenkassa bietet ein umfangreiches Angebot für Langlaufbegeisterte.



17 Erlebnisregion Graz Hebaln

Auf der ganz neu ausgezeichneten Loipe rund um den Hebaln-See ist Schneesicherheit selbstverständlich. Die wunderschöne Winterlandschaft entlang der Loipen macht es leicht, den Alltag hinter sich zu lassen und entspannt über den Schnee zu gleiten!

Die bestens präparierten Loipen auf der Hebaln werden zum Teil künstlich beschneit und sind mit Flutlichtern ausgestattet. Direkt beim Loipeneinstieg befindet sich ein Verleih für Langlaufausrüstungen. Neulinge können somit sofort losflitzen, oder eine Kurseinheit bei der örtlichen Langlaufschule buchen. Streckenabschnitte in allen drei Schwierigkeitsgraden sorgen für ein ausgewogenes Loipenerlebnis für alle.

Biathlon zum „Reinschnuppern“

Zielgenauigkeit und Konzentration stehen beim Biathlon auf alle Fälle im Vordergrund. Während der Adrenalinspiegel steigt, die Muskeln langsam müde werden und das Herz laut pocht, heißt es Ruhe bewahren, sowohl beim Schießen als auch beim Gleiten auf der Langlaufstrecke. Starke Nerven, gute Ausdauer und ruhige Hände: Wer sich dieser spannenden Herausforderung annehmen möchte, lernt bei Schnupperkursen in den Langlaufregionen der gesamten Steiermark den faszinierenden Sport von Profis ihres Gebiets grundlegend kennen.



Das Steirische Loipengütesiegel

- ♥ Mindestlänge 5km, Mindestbreite 4 - 6 m
- ♥ Mindestens eine klassische und eine Skating Spur
- ♥ Beschilderung mit KM-Angabe, Laufrichtung, Markierung (leicht - mittel - schwer).
- ♥ Abfahrten bzw. gefährliche Stellen müssen genügend abgesichert sein
- ♥ Beständige und vor allem bei Wetterumschwung rechtzeitige Präparierung
- ♥ Schneesicherheit mindestens 60 Tage pro Saison oder Beschneigungsanlage
- ♥ Loipengerät muss mit Fräse ausgestattet sein
- ♥ Ein oder mehrere Ausgangspunkte / Einstiegstellen mit folgender Ausstattung:

- Parkplätze
- Info über in der Nähe befindliche WC-Anlagen
- Verbandskasten
- Panoramatafeln mit folgenden Informationen:

- Loipen müssen eingezeichnet und nach Schwierigkeitsgrad gekennzeichnet sein
- Loipenprofil (Höhenprofil)
- Temperaturanzeige
- Information über nicht gespurte oder gesperrte Loipen
- Information über Skiverleih an der Strecke oder im Ort



Steirische Tourismus und Standortmarketing GmbH- STG
GF Michael Feiertag
St.-Peter-Hauptstraße 243, 8042 Graz
+43 316 4003
info@steiermark.com

steiermark.com



Für mehr Informationen über die Regionen QR-Code scannen

	Seehöhe	Loipen	Gesamtlänge (km)	Skating (km)	Klassisch (km)	Leicht (km)	Mittel (km)	Schwer (km)	Skischulen	Skiverleihe	Flutlichtloipen	Winterwanderwege (km)		Seehöhe	Loipen	Gesamtlänge (km)	Skating (km)	Klassisch (km)	Leicht (km)	Mittel (km)	Schwer (km)	Skischulen	Skiverleihe	Flutlichtloipen	Winterwanderwege (km)		
1	Ramsau am Dachstein	900 - 2.700m	20	220	95	125	53	133	34	5	5	4	70	10	Eisenerz	1.015 - 1.060m	3	42	21	21	8	16	18	Anfr.	0	0	2
2	Untertal bei Schladming	995 - 1.105m	3	23	9	13	20	3	0	2	2	0	40	11	Tragöß - Grüner See	750 - 850m	3	36	18	18	15	8	13	Anfr.	1	0	0
3	Altaussee	730 - 910m	2	13	6,5	6,5	9	4	0	2	2	0	4,6	12	Trofaiach	695 - 845m	1	20	10	10	0	20	0	1	1	2,5	9
4	Bad Aussee	660 - 700m	3	34,6	17,3	17,3	14,6	20	0	0	1	0	13	13	Naturpark Almenland	1.170 - 1.300m	3	29	16	13	26	0	3	2	1	0	0
5	Bad Mitterndorf/Tauplitz	800 - 900m	12	126,2	63,1	63,1	66,4	49,6	10,2	3	5	0	22,2	14	Joglandloipe St. Jakob im Walde	1.134 - 1.360m	7	60	20	40	40	40	10	1	1	4	2
6	Tauplitzalm	1.650 - 1.950m	2	22,2	11,1	11,1	10,2	12	0	3	3	0	7,9	15	Region Murau	820 - 1.800m	20	168,6	72	96,6	47,7	115,7	5,2	5	4	86,3	
7	Gesäuse	690 - 1.140m	7	42	42	42	26	16	16	0	1	0	5	16	Hebalm	1.380 - 1.466	6	11,8	11,8	11,8	4,6	6,9	0,3	1	1	1,6	0
8	Hohentauern	1.100 - 1.250m	3	26	13	13	14	5	7	Anfr.	1	0	15														
9	Wald am Schoberpass	810 - 875m	2	20	10	10	10	10	0	0	0	0	20														

Schladming-Dachstein

Hotel Berghof
UN mit Frühstück ab € 124,-
HP ab € 140,-
Ramsau 192, 8972 Ramsau am Dachstein
+43 3687 81 848 | office@hotel-berghof.at
www.hotel-berghof.at

Aktivhotel Pehab
UN mit Frühstück ab € 132,-
Ramsau 62, 8972 Ramsau am Dachstein
+43 3687 81 732 | hotel@pehab.at
www.pehab.at

Hotel Timmelbauerhof
Apartment für 2 Pers. € 144,-/Tag
Leiten 78, 8972 Ramsau am Dachstein
+43 3687 81 425 | info@timmelbauerhof.at
www.timmelbauerhof.at

Ausseeerland Salzkammergut

ALDIANA Club Salzkammergut
UN ab € 117,- p.P. HP Plus
Neuhofen 183, 8983 Bad Mitterndorf
+43 800 100 388
reservation.austria@aldiana.com
www.aldiana-salzkammergut.at

Hotel Seebacherhof *superior**
UN mit Frühstück ab € 78,- p.P.
UN mit HP ab € 99,- p.P.
Tauplitz 188, 8982 Bad Mitterndorf
+43 3623 2324 | hotel@seebacherhof.at
www.seebacherhof.at

Hotel Kogler
UN mit Frühstück oder HP €99,- p.P.
(je nach Zimmerkategorie)
Bad Mitterndorf 129, 8983 Bad Mitterndorf
+43 3623 23250 | info@hotelkogler.at
www.hotelkogler.at

MONDI Resort am Grundsee
UN mit Frühstück ab € 67,- p.P.
Archkogel 31, 8993 Grundsee
+43 36 22 84 77-0
grundsee@mondihotels.com
www.grundsee.mondihotels.com

Camping & Appartement Grimmingsicht
Apartment bis 8 Personen ab € 130,-/Nacht
Bad Mitterndorf 338, 8983 Bad Mitterndorf
+43 664 214 8361 | camping@grimmingsicht.at
www.grimmingsicht.at

SCHÖNIS-Landhotel
UN mit Frühstück € 70,- p.P.
Bad Mitterndorf 291, 8983 Bad Mitterndorf
+43 3623 255 30 | info@schoenis.at
www.schoenis.at

AlpenParks Hagan Lodge Altaussee
Lodge-Preis: ab € 164,-/Nacht für 2 Personen
in der Winternebensaison
Lichtersberg 84, 8992 Altaussee
+43 3622 72 323 | hagan-lodge@alpenparks.at
www.hagan-lodge.at

Erzberg Leoben

Landhotel Reitgingblick
UN ab (Frühstück/p.P.) € 60,-
Scharldorf 44, 8793 Trofaiach
+43 3847 2272 | info@stegmueller.at
www.stegmueller.at

Oststeiermark

Landgasthaus Orthofer
UN mit Frühstück ab € 65,- p.P.
HP ab € 80,- p.P., VP ab € 86,- p.P.
Filzmoos 12, 8255 St. Jakob im Walde
+43 3336 8237 | office@orthofer.at
www.orthofer.at

Pension-Camping Holzmeister
UN ab € 43,-
Holzmeister 100, 8171 St. Kathrein am Offenegg
+43 3179 7170
office@camping-pension-holzmeister.at
www.camping-pension-holzmeister.at

Mein Hotel Fast
UN mit Frühstück ab € 95,-
(Standard Doppelzimmer)
Pittermann 3, 8254 Wenigzell
+43 3336 2202 | office@hotel-fast.at
www.hotel-fast.at

Dorfhof Fasching****
UN ab € 136,-
Badgasse 5, 8654 Fischbach
+43 3170 262 | info@dorfhof-fasching.at
www.dorfhof-fasching.at

Almwellness Hotel Pierer****
UN ab € 178,-
Teichalm 7, 8163 Fladnitz an der Teichalm
+43 3179 7172 | hotel.pierer@almurlaub.at
www.almurlaub.at

Hotel Mönichwalderhof***
UN ab € 83,- p.P. HP Plus
Karnerviertel 10, 8252 Mönichwald
+43 3336 4481 | moenichwalderhof@aon.at
www.moenichwalderhof.at

Joglland Hotel Prettenhofer
UN mit Frühstück ab € 80,- | HP ab € 95,-
Pittermann 14, 8254 Wenigzell
+43 3336 2206 | info@jogllandhotel.at
www.jogllandhotel.at

Das Leitner Home & Horse
UN ab (Frühstück / PP) € 65,-
Steinhof 23, 8255 St. Jakob im Walde
+43 3336 8238 | info@namhofervirt.at
www.dasleitner.at

Erlebnisregion Murau

Edelsteinhotel* Guniwirt**
UN mit Frühstück ab € 49,-
Krakaudorf 44, 8854 Krakau
+43 3535 8239 | info@guniwirt.at
www.guniwirt.at

Hotel Gasthof Lercher***
UN mit Frühstück ab € 59,- (****) | € 63,50 (****)
Schwarzenbergstraße 10, 8850 Murau
+43 3532 2431 | office@hotel-lercher.at
www.hotel-restaurant-lercher.at

Landgasthof Jagawirt***
UN mit Frühstück ab € 51,-
Krakauschatten 34, 8854 Krakau
+43 3535 8280 | info@jagawirt.com
www.jagawirt.com

Pension Lambrecht
UN mit Frühstück ab € 45,-
Vogelstern 2, 8813 St. Lambrecht
+43 684 4360782
welcome@pensionlambrecht.at
www.pensionlambrecht.at

Erlebnisregion Murtal

Alpenhotel Lanz
UN mit Frühstück ab € 69,- (DZ) | € 89,- (EZ)
Tauernstraße 9, 8785 Hohentauern
+43 3618 347 | alpenhotellanz@aon.at
www.lanz-hohentauern.at

Sloho Bergurlaub, Familie Slodnjak
UN mit Frühstück ab € 99,-
Feriensiedlung 189, 8785 Hohentauern
+43 676 964 48 28 | urlaub@sloho.at
www.sloho.at

Pyrbaumer Hütt'n
Selbstversorgerhütte für bis zu 6 Pers.
(Preis auf Anfrage)
Feriensiedlung 9, 8785 Hohentauern
info@pyrbaumerhuett.n.at
www.pyrbaumerhuett.n.at

Draxlerhaus
UN mit Frühstück ab € 45,- (DZ) | € 69,- (EZ)
Tauernstraße 43, 8785 Hohentauern
+43 684 1891082 | info@draxlerhaus.com
www.draxlerhaus.com

Erlebnisregion Graz

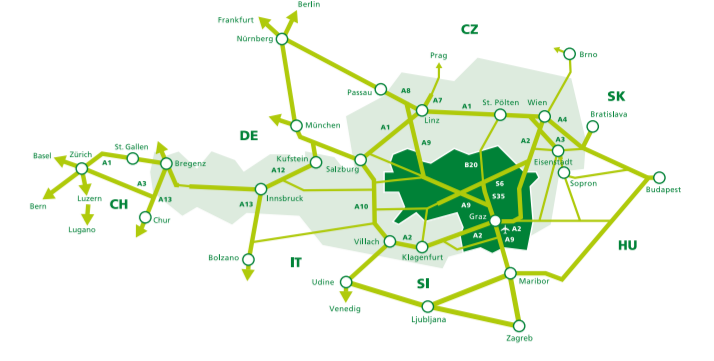
Gästehaus Hebalm
UN mit Frühstück ab € 30,- (Ferienwohnung) |
€ 20,- (Gruppenetage)
Pack 68, 9451 Hirschegg-Pack
+43 684 91 49 726
office@gastehaus-hebalm.at
www.gastehaus-hebalm.at

Gasthof Sprengewirt
UN mit Frühstück ab € 53,-
HP ab € 65,-
Hirschegg 276, 8584 Hirschegg
+43 3141 2230
offner@spengewirt.at
www.spengewirt.at

Camping & Chalets Hebalm
UN ab € 95,-
Pack 247, 9451 Pack
+43 681 20492696
info@hebalm-ferienwohnungen.at
www.hebalm-ferienwohnungen.at

Ins Grüne Herz reisen

Zahlreiche Zugverbindungen aus dem In- und Ausland bringen Sie günstig, schnell, entspannt und guten grünen Gewissens in die Steiermark. Sind Sie einmal hier, kommen Sie gut mit Zug, Bus oder E-Bike voran.



Für mehr Informationen QR-Code scannen



Langlaufgenuss garantiert

Das Langlaufen in winterlich-verschneiter Landschaft bietet das Bild der Idylle. Während man seine Spuren auf den Loipen zieht, erholt sich die Seele. Doch auch für den Körper bringt das Langlaufen zahlreiche Vorteile mit sich.

656 Muskeln hat der Mensch in seinem Körper – und rund 600 davon werden beim Langlaufen beansprucht. Somit bringt die Sportart beinahe die komplette Muskulatur in Bewegung, und das auf eine sanfte, gelenkschonende Weise. Während es also nach jeder Menge Anstrengung klingt, trainieren wir beim Langlaufen fast schon passiv, so tiefenentspannend ist es. Denn der immer gleichbleibende Rhythmus ermöglicht es einem, sich ganz auf sich selbst und das Hier und Jetzt zu konzentrieren. Die winterlichen Sonnenstrahlen sorgen für Bewegung an der frischen Luft und ausreichend Vitamin D in der kalten Jahreszeit. So genießt man die Stille und atmet auf, lässt Stress und Hektik hinter sich und stärkt ganz nebenbei die Vitalität und Ausdauer. Besonders gut geht das in der Steiermark, gleich 17 Langlaufregionen sind mit dem Loipengütesiegel ausgezeichnet. Dies ist ein wahres Qualitätszeugnis – die zertifizierten Loipen unterliegen strengen Vorschriften für Ausstattung und Sicherheit. So kann man ruhigen Gewissens seinen Fokus ganz auf die wunderschöne Natur und die eigenen Langlaufschwünge legen. Und wenn dann der Körper ausreichend beansprucht und der Kopf freigemacht wurde, ist es Zeit für eine kleine Belohnung. So genießen fließige Langlaufwaden das heimische Thermalwasser ganz besonders.

Dürfen wir für Sie einen (Langlauf-)Urlaub buchen?

Steirische Tourismus und Standortmarketing GmbH - STG
GF Michael Feiertag
St. Peter-Hauptstraße 243, 8042 Graz
T + 43 316 4003
info@steiermark.com
steiermark.com



Urlaubsland Österreich – Feedback geben und gewinnen auf tmoa.at/av91

IMPRESSUM: Herausgeber: Steirische Tourismus und Standortmarketing GmbH - STG, 8042 Graz, GF Michael Feiertag | Gestaltung: Kristina Göttenhova, BA | Kartographie und GIS-Aufbereitung: A77-Geoinformation, Amt der Steiermärkischen Landesregierung, Abteilung 17 Landes- und Regionalentwicklung, Referat Statistik und Geoinformation, www.gis.steiermark.com | Kartografie: Werbeagentur geografik | Text: Christian Klein, BA & Anja Leitner, BA | Druck: Seebacher GmbH, Projektleitung: Christian Klein, BA | Fotos: Archiv Steiermark Tourismus & Partner, Stand November 2023. Trotz sorgfältiger Bearbeitung wird keine Haftung für etwaige Fehler übernommen. Alle Angaben sind ohne Gewähr.