



LANGLAUFEN IM DEFEREGGENTAL

Für Nordic-Fans bieten sich rund 70 km Loipen in den verschiedensten Ausführungen an: Hoch hinauf auf der Höhen- und Panoramaloipe am Staller Sattel (2.000 Meter), Sonnenanbeter kommen auf den „Sonnenloipen“ im Defereggental ganz sicher auf ihre Kosten. Wem der Tag nicht lang genug ist, der kann in den Abendstunden auf der drei Kilometer langen, beleuchteten Deferegger Loipe von St. Jakob noch ein wenig an seiner Technik feilen. Das auch Profis diese Qualitäten zu schätzen wissen, beweist das jährliche internationale Deferegger Schwarzach-Langlaufrennen.

**Weitere Informationen: Tourismusinformation Defereggental, Tel. +43 (0)50 212 600
defereggental@osttirol.com, www.defereggental.com**



GRATISSKIBUS

von Hopfgarten i.Def.
bis zum Staller Sattel

Ski uns Snowboardschule St.
Jakob im Defereggental
Tel. +43 (0)4873 5264
www.skischule-stjakob.at

Intersport Troger
Tel. +43 (0)4873 5290
www.sporthaus-troger.at

LANGLAUFSCHULEN

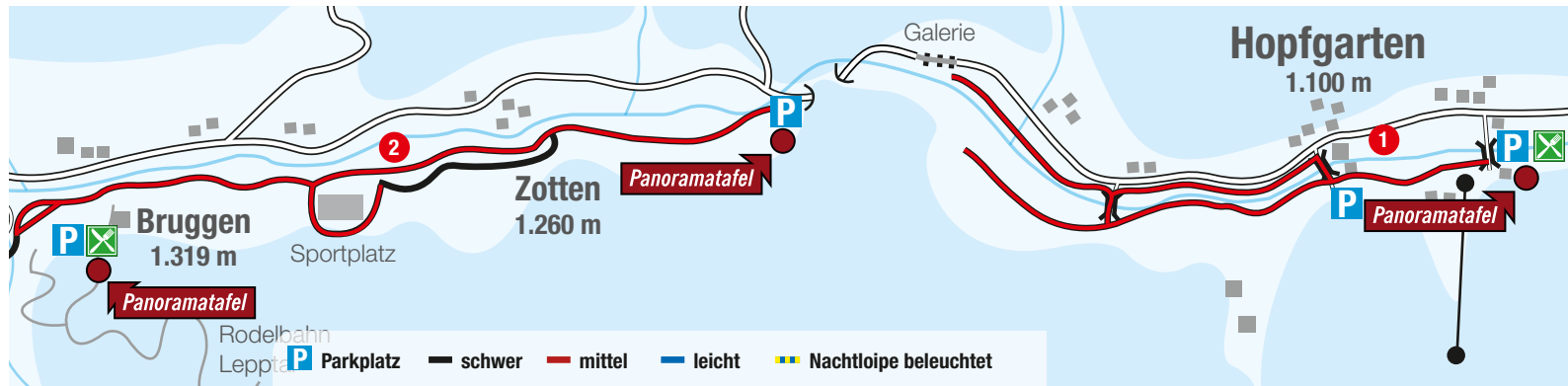
Schneesportschule
Defereggental St. Jakob
Tel. +43 (0)4873 2003140
www.schneesportschule-stjakob.at

VERLEIH & SERVICE

Sport 2000 Passler
Tel. +43 (0)4873 520333
www.sport-passler.at

www.defereggental.com





1 SCHWARZACHLOIPE 7,2 km

Schwierigkeit: Mittel

Stil: classic/skating

Der Haupteinstieg ins Hopfgartner Loipennetz befindet sich im östlichen Teil Hopfgartens bei der Volksschule, direkt an der Flussverbauung. Richtung Westen erreicht man die Blos-Brücke, die überquert werden

muss. Weiter geht's an beiden Ufern der Schwarzach. Der westliche Wendepunkt der nördlichen Schwarzach-Spur befindet sich knapp vor der Lawinen-Galerie. Die Klassik- und Skatingloipe in Hopfgarten ist besonders für Anfänger und leicht Fortgeschrittene zu empfehlen. Einstiegsmöglichkeiten: Volksschule, Blos-Brücke, Plon-Brücke, östlich der Lawinen-Galerie.

2 SCHWARZACHLOIPE ST. VEIT 11 km

Schwierigkeit: Mittel/Schwierig

Stil: classic/skating

Diese Strecke – auf der Schattseite – eignet sich hervorragend für Anfänger aber auch für Rennläufer. In Bruggen (beim Hotel Defereggental) überqueren Sie talauswärts die Feistriz-Straße und laufen immer links am Ufer der

Schwarzach bis zum Wendepunkt der Stanzbrücke (knapp vor dem Tunnel). Diese Loipenführung ist besonders für Anfänger reizvoll, die an den Blicken der zugefrorenen Schwarzach sowie der tiefverschneiten Wälder und Sträucher die Natur-Wellness fühlen und erleben. Die Retour-Route von der Stanzbrücke - ebenfalls wieder links haltend - führt ab Zotten über einen steilen, kräfteaubenden Anstieg empor, wobei die darauffolgende Abfahrt zum Fußballplatz wieder die „Einfach-Route“ trifft. Einstiegsmöglichkeiten: Hotel Defereggental, Schnallbrücke, Osinger-Brücke, Zotten, Stanzbrücke (Östlicher Wendepunkt), Gasthof Alzenbrunn.



3 BRUGGENLOIPE 1,5 km
Schwierigkeit: Mittel
Stil: classic/skating

Rundloipe beim Hotel Defereggental, geht über die Felder taleinwärts und zurück. Zum Wendepunkt hin leichte Steigung mit anschließender Abfahrt über eine Geländekante. Beim Hotel auch für Anfänger geeignet!

4 FEISTRITZLOIPE 2,2 km
Schwierigkeit: Schwer
Stil: classic/skating

Anspruchsvolle Loipe taleinwärts mit Anschluss an das St. Jakober Loipennetz. Beim Einstieg Hotel Defereggental geht es in Serpentina den Hang hinauf Richtung Feistritz. Nach ca. 1 km geht es leicht abwärts zur Tal-

station des Feistritzliftes – anschließend wieder eine Steigung bis zur Rodelbahn Oberweissen Hittl – mit einer Abfahrt geht's zum Anschluss der St. Leonhard Loipe.
 Einstiege: Hotel Defereggental, Gasthaus Oberweissen Hittl, Talstation Feistritz Lift.

5 ST. LEONHARD LOIPE 2,4 km
Schwierigkeit: Mittel
Stil: classic/skating

Rundkurs über die Felder von St. Leonhard. Einstieg bei der Lackbrücke – mit mäßiger Steigung geht es bis zur Kirche St. Leonhard – in einem Bogen geht es wieder zurück Richtung Skizentrum St. Jakob.

Nach Überquerung der Straße geht es mit einer Abfahrt wieder zur Lackbrücke zurück (Schwefelbrunnloipe). Einstiege: Lackbrücke, Straße Liftstation und Straße St. Leonhard

6 SCHWEFELBRUNNLOIPE 2,8 km

Schwierigkeit: Mittel
Stil: classic/skating

Rundkurs für Jedermann geeignet – beim Langlaufstadion Handelsbrücke (Schule) geht es über die Brücke links talauswärts. Gemütlich verläuft die Loipe neben der Schwarzach entlang bis zur Schleife bei der Lackbrücke. Weiter geht es Richtung Schwefelbrunn – ein kurzer Anstieg mit Abfahrt bringt Sie wieder zum Ausgangspunkt zurück. Einstieg: Lackbrücke, Tankstelle.

7 ÜBUNGSLOIPE 0,7 km

Schwierigkeit: Leicht
Stil: classic/skating

Langlaufstadion: Rundkurs im Bereich der Volks- und neuen Mittelschule in St. Jakob. Ideale Übungsrunde für Anfänger in vollkommen ebenem Gelände.

8 SONNENLOIPE 1,2 km

Schwierigkeit: Leicht
Stil: classic/skating

Rundkurs im Bereich Hotel Alpenhof.

9 MARIA HILF LOIPE 5,6 km

Schwierigkeit: Mittel
Stil: classic/skating

Loipe ohne besondere Schwierigkeit durch landschaftlich reizvolle Gegend taleinwärts, mit zwei

leichten Anstiegen bei Bad Grünmoos und vor der Forstmeile. Direkt vom Langlaufstadion über die Wiesen taleinwärts, nach Überqueren der Sander Brücke rechts der Loipe folgen, vorbei an Bad Grünmoos bis zur Forstmeile, immer direkt neben der Schwarzach und größtenteils im Wald, weiter bis zum Wendepunkt beim Kirchl Maria Hilf, retour auf derselben Loipe bis Bad Grünmoos, dort gleich nach dem Gasthof rechts abbiegen und entlang des Waldrandes und der Zufahrtsstraße nach Sander Eben, vorbei am Fernheizwerk und über die Handelbrücke zurück ins Langlaufstadion. Achtung: Gegenverkehr und abschnittsweise gleichzeitig Wanderweg von Bad Grünmoos bis Kirchl Maria Hilf. Beleuchtete Loipe: Langlaufstadion – Sander Eben – Bad Grünmoos. Einstiegsmöglichkeiten: Sand, Weiden, Sander Brücke, Bad Grünmoos und Kirchl Maria Hilf.

10 ERLSBACHLOIPE 7,4 km

Schwierigkeit: Mittel
Stil: classic/skating

Sehr anspruchsvolle Loipe zum letzten Ortsteil des Defereggentales, nach Erlsbach. Gleicher Loipenverlauf wie bis zum Wendepunkt der Maria Hilf Loipe, dann serpentinenförmiger mittlerer bis steiler Anstieg nach Pötsch, dort die Straße überqueren und nach der Brücke rechts abbiegen, danach flacher Verlauf mit lang gezogenen, teilweise steileren Anstiegen abwechselnd, durch einsames, idyllisches Waldgelände hoch über der Schwarzach bis zum Wendepunkt nach Erlsbach (Staller Sattel Straße), retour auf derselben Loipe. Wer sich die Strapazen des Anstieges ersparen will, benützt den kostenlosen Skibus bis Erlsbach und genießt die Abfahrt nach Maria Hilf und läuft zurück ins Langlaufstadion. Achtung: Gegenverkehr und gleichzeitig Wanderweg vom Kirchl Maria Hilf (ab Pötsch) nach Erlsbach. Einstiegsmöglichkeiten: Pötsch und Erlsbach (Staller Sattel Straße).

11 HÖHENLOIPE AM

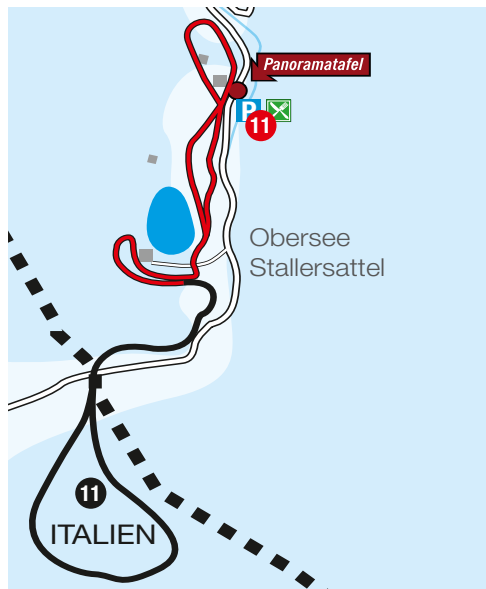
STALLER SATTEL 8,5 km

Schwierigkeit: Mittel/Schwer

Stil: classic/skating

Die Höhenloipe am Staller Sattel mit Rundkursen aller Schwierigkeitsgrade ermöglichen Langlaufreuden auf über 2.000 m Seehöhe. Ausgangspunkt ist die Jausenstation Lackenstüberl (1.950 m). Die Almloipe führt östlich vom Lackenstüberl leicht fallend bis zum Wendepunkt bei den Almen und wieder retour. Die Oberseeloipe beginnt am nordseitigen Talboden leicht steigend, führt dann kurz steil hinauf zum alten Zollhaus, umrundet südseitig den Obersee bis zur Oberseehütte und führt über einen steilen Anstieg zur Staatsgrenze (2.055 m). Geübte erreichen über einen sehr anspruchsvollen Anstieg ein ca. 50 m höher gelegenes Geländeplateau mit grandiosem Panoramablick (Wendepunkt der Hochgebirgsloupe). Über eine Abfahrt geht's wieder hinunter

zur Staatsgrenze und parallel zum Wanderweg zurück zum Ausgangspunkt.



PROGRAMM

- 16/01/2014
Romantiklauf in Lavant
- 17/01/2014
Eröffnungszeremonie
40. Dolomitenlauf
- 17/01/2014
Dolomiten Sprint in Lienz
- 18/01/2014
Dolomiten Classic Race in
Obertilliach 42 km/20 km CL
- 18/01/2014
Bambini Marathon Obertilliach
- 19/01/2014
40. Dolomitenlauf in Lienz
(60 km) FT
37th Kleine-Zeitung-Lauf
in Lienz (25 km) FT

Infos: www.dolomiten-sport.at