

Osttirol
Dein Berg Tirol.

www.osttirol.com

RAELDORADO OSTTIROL zwischen Großglockner und Dolomiten





Schloss Bruck

Osttirol

Radkönige zwischen Glockner und Dolomiten.

Radfahren muss wohl in Osttirol erfunden worden sein: Nirgendwo sonst sind auf engstem Raum die Möglichkeiten für Pedalritter so vielfältig wie hier. Und nicht umsonst sind die Top-Radsportveranstaltungen regelmäßig zu Besuch in der sagenhaften Bergwelt: der Giro d'Italia macht ebenso Station wie die Königsetappe der internationalen Österreich Radrundfahrt in Mauterndorf in Osttirol, mitten im Herz des Nationalparks Hohe Tauern. Auch die beliebteste Touristikfahrt Österreichs - die Dolomitenradrundfahrt findet in Osttirol statt.

Aber auch das gemütliche Familienradeln kommt in Osttirol nicht zur kurz. Die Startetappe des Drauradwegs führt von Toblach über Sillian bis Lienz. Immer leicht bergab wird so Radfahren entlang der wilden Drau zum Genuss. Die Drauradweg-Wirte laden zwischendrin immer wieder zu einer gemütlichen Rast. Und auch manches Ausflugsziel wie die Galitzenklamm, die Lienzener Altstadt oder Schloss Bruck sollte bei der Familientour eingeplant werden.

Stramme Wadeln sind heiß auf Osttiroler Berge! Mountainbiken in Osttirol ist ein Erlebnis der besonderen Art. Über 1000 km MTB-Routen der verschiedensten Schwierigkeitsgrade, gute Beschilderung, eine traumhafte Bergwelt, gesunde Naturlandschaft und das sonnige Wetter auf der Alpensüdseite sprechen unbedingt für das Land zwischen Großglockner und Dolomiten. Eine Tour, die sich „gesalzen“ hat, startet vom

höchst gelegenen Erholungsdorf Österreichs - St. Jakob im Defereggental. Richtig krachen die Wadeln dann beim Anstieg aufs Klammlioch in 2.288 m Höhe. Danach gehts bergab ins Südtirolerische über Kematen bis Toblach.

900 Höhenmeter in 30 Minuten mit Blick auf Österreichs höchsten Berg, den Großglockner. Auch das gibts in Osttirol, etwa in der Nationalparkgemeinde Kals bei der Fahrt auf die Lucknerhütte.

Weitere Informationen zu Rad und Bike, Reservierung & Buchung unter:

Osttirol Information

Tel. +43 (0)50 212 212, info@osttirol.com, www.osttirol.com

Wichtige Informationen

| | | |
|-------------------------------|-------|---|
| Alpin Notruf | ☎ 140 | Alpines Notsignal Ruf: In 1 min. 6 gleiche Zeichen |
| Rettung | ☎ 144 | Antwort: In 1 min. 3 gleiche Zeichen in gleichen Abständen |
| Euro Notruf | ☎ 112 | |
| Wetterinfo | | |
| Gesamtes Alpenwetter | | +43 (0)900 911566-80 (kostenpflichtig) |
| Regionales Alpenwetter | | +43 (0)900 911566-81 (kostenpflichtig) |
| Ostalpenwetter | | +43 (0)900 911566-82 (kostenpflichtig) |
| Alpenverein | | +43 (0)512 291600 |
| Wetterinfo Online | | www.zamg.ac.at |



Impressum: Herausgeber: Osttirol Werbung GmbH
Kartographie: DIZNigemeiner Neurnay Rudolf, Thomas Kranzblitter
Fotos: Tourismusverband Osttirol, Vauderfontico, Bodo, Künre, Böhm, Lauen, Profer, Partner, Nationalpark Hohe Tauern, Medialounge, Red Bull
Für Fehler, Auslassungen oder unvollständige Angaben wird nicht gehaftet.
Änderungen vorbehalten.

Bücher und Prospekte über Radsport in Osttirol

„**Bike tour Manual**“, südliches Osttirol, Lienz, Pustertal, Villgraten-tal, Lesach von Hansjörg Scherer, Verlag Tyrolia, EUR 10,00

„**Drauradweg**“ - Bruneck - Lienz - Spittal - Villach - Völkermarkt - Eibswald, Radwegkarte 1:50.000, Verlag Schubert & Franzke, EUR 8,00

„**Radatlas Osttirol**“ - Radwandern rund um Lienz - Routenbeschreibung & Kartenmaterial 1:75.000, Verlag Bikeline, EUR 11,90

„**Radkarte Drauradweg**“ - www.drauradweg.com

„**Radweg Lienz Venedig**“ - www.ciclodolomiti.eu

„**E-Bike-Folder Osttirol**“ - www.osttirol.com

Weitere Radrouten finden Sie auf www.osttirol.com

Verleihstationen

Bike Erlebnis Osttirol OG

Verleih von Mountainbikes, Schuhen, Rucksäcken, Tourentools.

Zettlersfeldbahn – Talstation, 9900 Lienz, Tel. +43 (0)4852 68541
info@bike-erlebnis-osttirol.at, www.bike-erlebnis-osttirol.at

Amlacherhof-Sportcenter

Verleih von Kinder-Fahrrädern, Kinderanhängern, Freebikes, Mountainbikes, Tandems, Familienkutschen, VW-Buggies

Amlach 4, 9900 Amlach, Tel. +43 (0)4852 62317
info@amlacherhof.at, www.amlacherhof.at

Pro Bike Lienz

Verleih von Fahrrädern und MTBs.

Amlacherstraße 1a, 9900 Lienz, Tel. +43 (0)4852 73536
office@probike-lienz.at, www.probike-lienz.at

Rent a Bike – Papin Sport

Verleih am Bahnhofsgelände in Lienz in den Monaten Juli & August. Restliche Zeit Verleih nur in Innichen. Sprachen: Deutsch, Englisch, Italienisch.

Bahnhofsgelände, 9900 Lienz
Tel. +43 (0)650 3371494, Tel. +39 0474 913450
info@papinsport.com, www.papinsport.com

Trend Sport Wibmer

Schillerstraße 5, 9900 Lienz, Tel. +43 (0)4875 6581

Sunny Sport 2000

Das Sportgeschäft Sunny Sport 2000 befindet sich direkt an der Talstation der Seilbahn Thurntaler! Sprachen: Deutsch, Englisch.

Talstation 49 d, 9920 Sillian, Tel. +43 (0)4842 6919
office@sunny-2000.com, www.sunny-2000.com

Zweiradcenter Bodner

Das Zweirad-Center Bodner befindet sich direkt an der Bundesstraße in Sillian und verfügt über einen Radverleih und eine Servicestation.

Nr. 80, 9920 Sillian, Tel. +43 (0)4842 6709, a.bodner@direkt.at

Bikeguides

Bike Erlebnis Osttirol OG

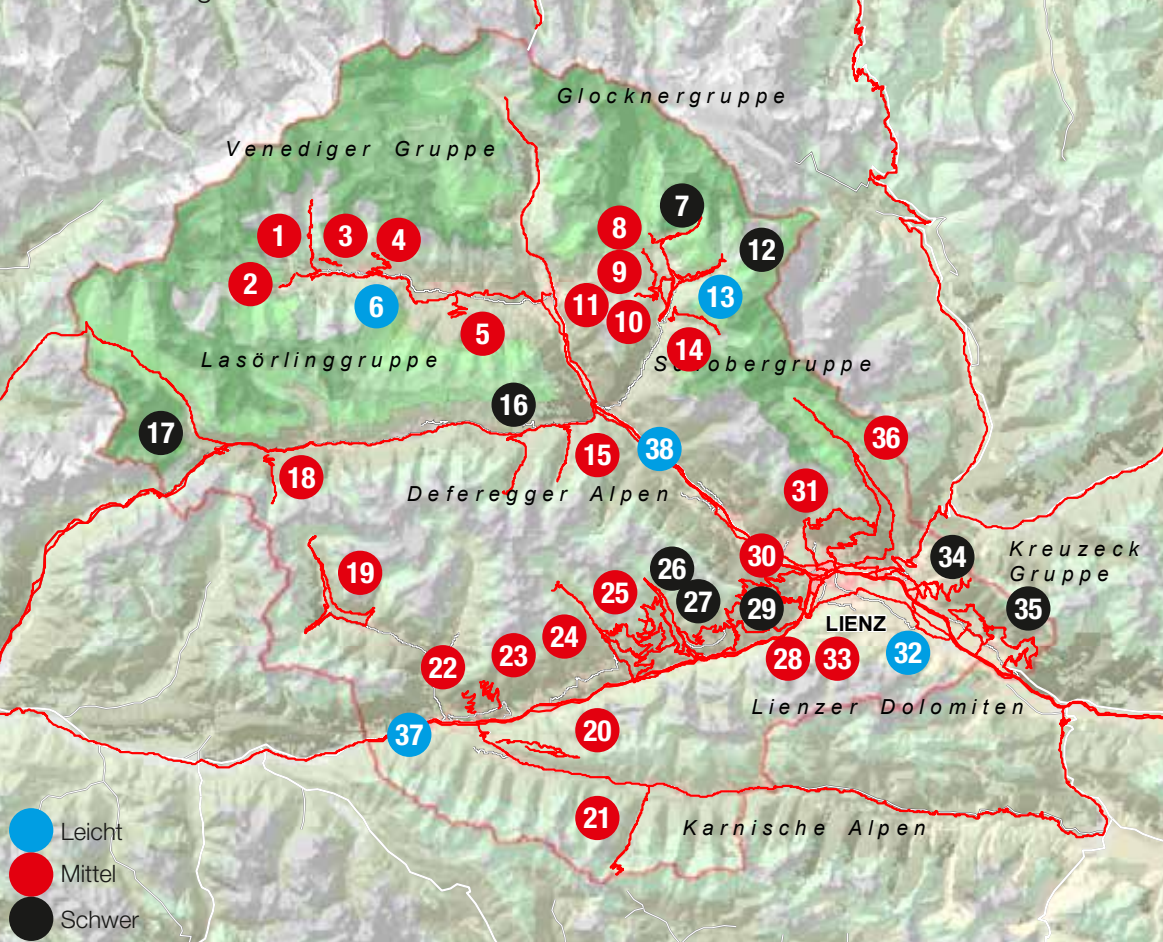
Zettlersfeldbahn – Talstation, 9900 Lienz, Tel. +43 (0)4852 68541
info@bike-erlebnis-osttirol.at, www.bike-erlebnis-osttirol.at

Georg Peintner

Dorfstraße 20/9, 9905 Gaimberg, Tel. +43 (0)681 20428256
georg.peintner@gmail.com, www.bergwaerts.net

RAELDORADO OSTTIROL

zwischen Großglockner und Dolomiten



- Leicht
- Mittel
- Schwer

Radrouten im Virgental

- 1: Dorferalmweg
- 2: Pebellalm
- 3: Katinweg - Stabanthütte
- 4: Bodenalm
- 5: Würfelehütte
- 6: Radweg Virgental

Radrouten im Kalsertal

- 7: Teilschnitztal
- 8: Moaalmstraße
- 9: Kerer Alm
- 10: Gornerbergweg
- 11: Lana - Temblerrunde
- 12: Lucknerhausrunde
- 13: Talrunde Kaiserbach
- 14: Lesach-Alm-Weg

Radrouten im Defereggental

- 15: Grünalmtal
- 16: Zwenewald
- 17: Rieserfernerrunde
- 18: Hintere Alpe Stalle

Radrouten im Villgratental

- 19: Berg Radl Weg Innervillgraten

Radrouten Tiroler Gail-/Lesachtal

- 20: Dorfberg
- 21: Tilliacher Joch

Radrouten im Pustertal

- 22: Tessenberger Alm
- 23: Fronstadlmweg
- 24: Kristeintal

Radrouten Lienzer Talboden

- 25: Kleine Compedalrunde
- 26: Große Compedalrunde
- 27: Wilfernertalrunde
- 28: Klausenbergrunde
- 29: Hochsteinrunde
- 30: Schlossbergrunde
- 31: Zettlersfeldrunde
- 32: Radroute Lienzer Talboden
- 33: Horniss
- 34: Ederplan
- 35: Nikolsdorfer Runde
- 36: Faschingalm
- 37: Drauradweg
- 38: Iselradweg



REGION NATIONALPARK HOHE TAUERN

Im Einklang mit unberührter Natur.

Mountainbiken in der NationalparkRegion Hohe Tauern Osttirol ist ein Erlebnis der besonderen Art. MTB-Routen der verschiedensten Schwierigkeitsgrade, gute Beschilderung, eine traumhafte Bergwelt, gesunde Naturlandschaft und das sonnige Wetter sprechen für sich. Eine spannende Herausforderung bietet die Auffahrt zum Fuß des höchsten Berges Österreichs, dem Großglockner, über die alte Glocknerstraße ausgehend von Kals. Familien starten in Matri am Iselradweg, welcher sie entweder bis nach Lienz führt – oder ein wenig anspruchsvoller über die „Sonnenterrasse“ Zedlach über Virgen bis nach Prägraten/Ströden zu den Umbalfällen.

Besonderheiten der Region

- Großglockner und Großvenediger
- nahezu 200 Dreitausender
- Wassererlebnis Umbalfälle
- 14 Natur und Kulturlehrwege

Sommer-Highlights der Region

- Almbblasen in Virgen
- Fest der Blasmusik in Kals a. Gen.
- Oper: Gruß an Schloss Weissenstein

Details & Termine unter www.osttirol-nationalpark.at

MTB-ROUTEN IM VIRGENTAL



Dorfertal - Johannishütte

1

Start: Prägraten-Hinterbichl

Starthöhe: 1.335 m

Ziel: Johannishütte

Zielhöhe: 2.130 m

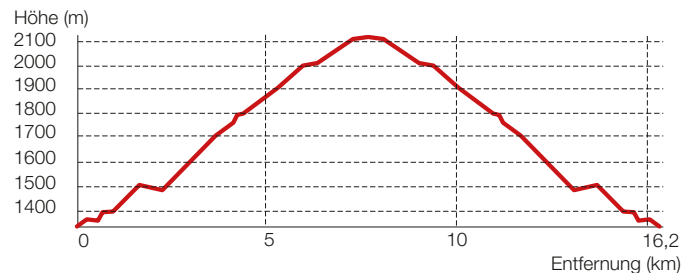
Länge: 8,1 km

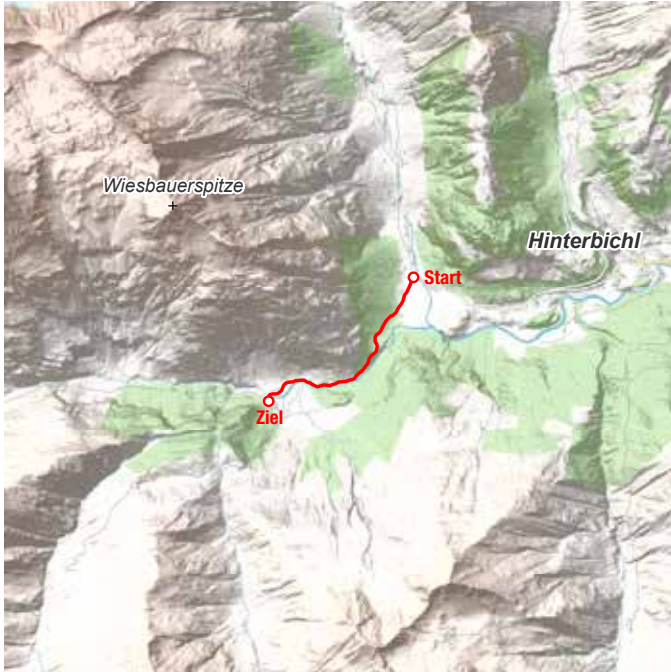
mittlere Fahrzeit: 1 h 30 min

Höhenunterschied: 848 m

Schwierigkeit: mittel

Die Route führt vom Gasthof Islitzer über die Fahrstraße Richtung Groderhof, in der letzten Linkskurve geradeaus weiter, und dann über die Brücke Richtung Wiesenkreuz (Schranken), von dort weiter über die Venedigerbrücke und in steilen Kurven zum Gumpachkreuz. Von dort geht es in geringer Steigung an der Ochsenhütte vorbei, zum Zielpunkt Johannishütte (bewirtschaftet von Mitte Juni bis Anfang Oktober).





Pebellalm

2

Start: Ströden

Starthöhe: 1.411 m

Ziel: Pebellalm

Zielhöhe: 1.526 m

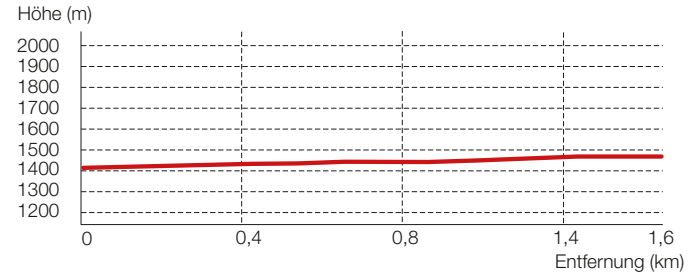
Länge: 1,6 km

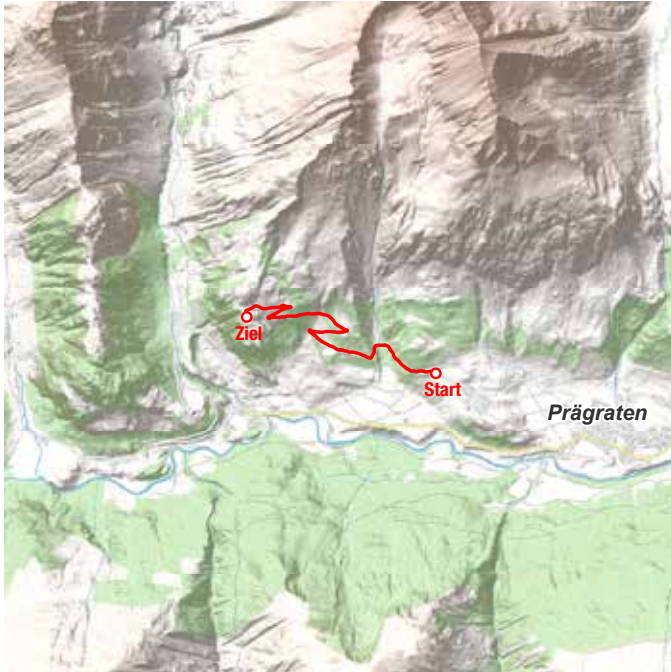
mittlere Fahrzeit: 20 min

Höhenunterschied: 159 m

Schwierigkeit: mittel

Vom Parkplatz Ströden führt die Strecke über den geschotterten Fahrweg bis zur Pebellalm am Fuße der Iselkatarakte („Umbalfälle“). Der Höhenunterschied beträgt 159 m, die Länge 1,6 km.





Katinweg - Stabanthütte

3

Start: Prägraten-Bichl

Starthöhe: 1.502 m

Ziel: Stabanthütte

Zielhöhe: 1.786 m

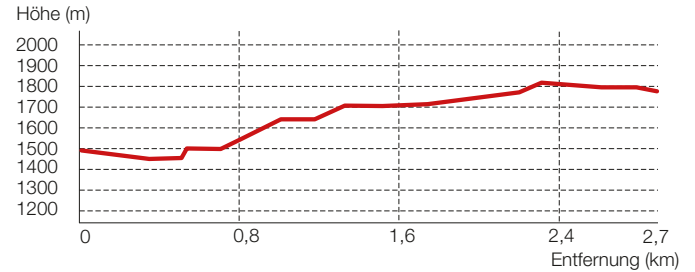
Länge: 2,7 km

mittlere Fahrzeit: 45 min

Höhenunterschied: 359 m

Schwierigkeit: mittel

Von Bichl (Weiler in Prägraten) in westlicher Richtung bis zur Oberbichler Reide, dort geradeaus bis kurz vor die Talstation der Sajathüttenseilbahn, dort rechts abzweigend auf den neuen Katinweg bis zur Stabanthütte.





Bodenalm

4

Start: Prägraten a.Gr.

Starthöhe: 1.330 m

Ziel: Bodenalm

Zielhöhe: 1.949 m

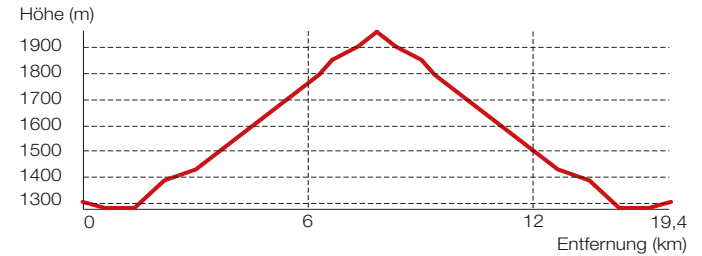
Länge: 9,7 km

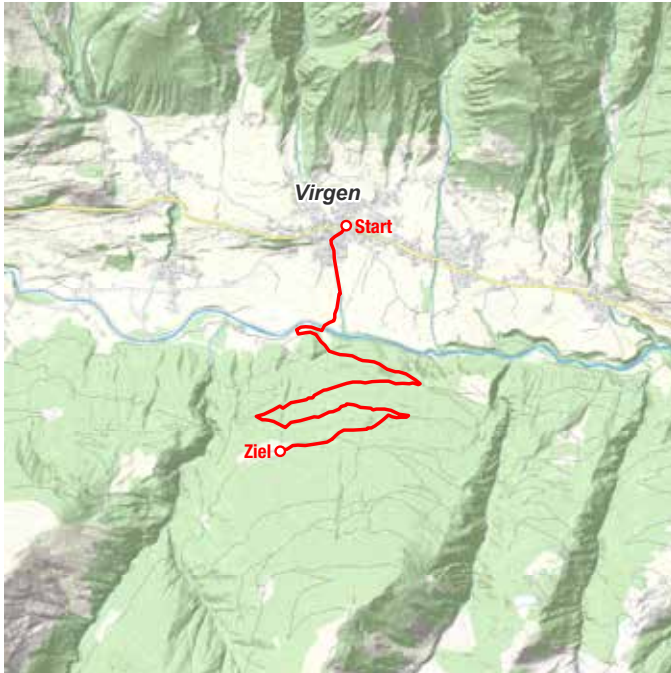
mittlere Fahrzeit: 1 h 30 min

Höhenunterschied: 755 m

Schwierigkeit: mittel

Die Route führt vom Gemeindeamt in nordöstlicher Richtung über Wallhorn bis zum letzten Bauernhof. Von dort in Kehren weiter bis zur Abzweigung „Zuchetal“. Durch den Wald an 2 Viehgattern vorbei bis zu einer Rastbank (Ende des Fahrweges). Von dort auf dem Wanderweg in westlicher Richtung über den „Zuchetalgraben“ ca. 300 m weiter (Schiebestrecke) auf den Güterweg (Ranzenebene) und von dort hinunter auf den Bodenalmfahweg, und weiters bis zum Zielpunkt Bodenalm.





Würfelehütte

5

Start: Virgen (Tratte)

Starthöhe: 1.100 m

Ziel: Würfelehütte

Zielhöhe: 1.380 m

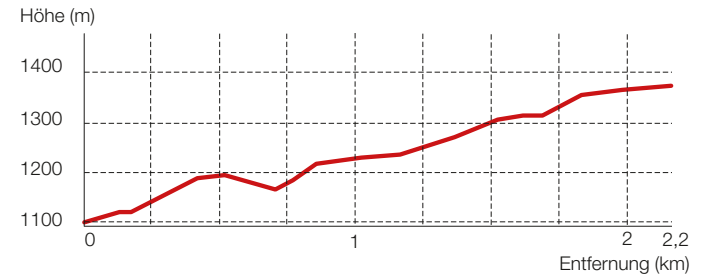
Länge: 2,1 km

mittlere Fahrzeit: 25 min

Höhenunterschied: 280 m

Schwierigkeit: mittel

Die MTB-Strecke Würfelehütte führt über eine Länge von 2,1 km hinauf zur Würfelehütte. Sie weist ein Gefälle von durchschnittlich 13 % mit 4 Kehren auf. Achtung: Würfelehütte ist im Sommer nicht bewirtschaftet!





Radweg Virgental

6

Start: Matrei / Ströden

Starthöhe: 975 / 1.420 m

Ziel: Ströden / Matrei

Zielhöhe: 1.420 / 975 m

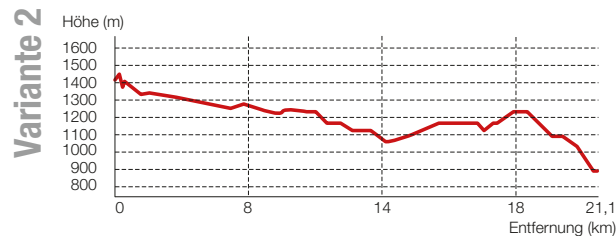
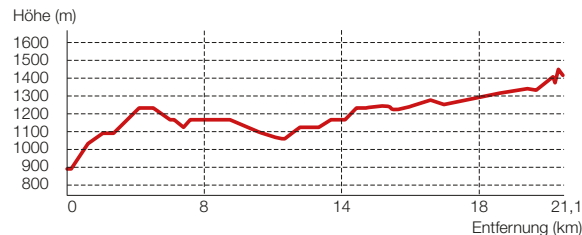
Länge: 21,1 km

mittlere Fahrzeit: 2 h

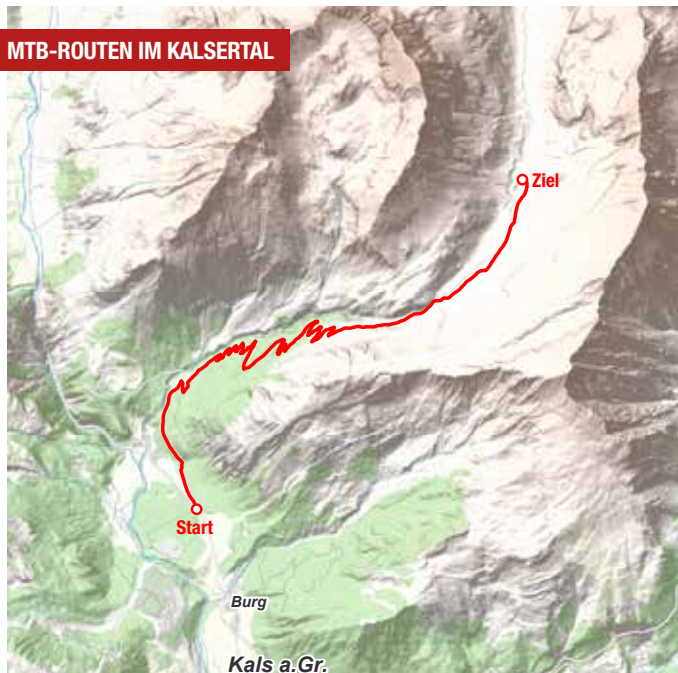
Höhenunterschied: 659 m

Schwierigkeit: leicht

Der Radweg Virgental stellt ein besonderes Radwegerlebnis für den Bike - Touristen dar. In Kombination mit der MTB-Strecke Pebellalm ist eine durchgehende Verbindung von Matrei bis zu den Umbalfällen abseits von verkehrreichen Straßen vorhanden (Variante 1). Empfohlen wird ausgehend vom Parkplatz Ströden (1.420 m) die Befahrung talauswärts über Prägraten, Virgen und Zedlach nach Matrei (975 m - Variante 2). Es geht bis auf wenige Gegensteigungen entlang der Isel immer bergab. Die Strecke ist vor allem im Bereich Prägraten nicht asphaltiert. Der sichere Umgang mit einem Mountainbike ist daher Voraussetzung. Die gesamte Länge beträgt 21 km. Als Highlight gilt die Mountainbikestrecke vom Parkplatz Ströden (1.420 m) - bis hierher kann man mit dem Auto fahren - bis zum Ausgangspunkt der bekannten Umbalfälle - Iselkatarakte (1.500 m). Auf 1,5 km werden 100 Höhenmeter überwunden.



MTB-ROUTEN IM KALSERTAL



Teischnitztal

7

Start: Kals/Parkplatz Dorfertal

Starthöhe: 1.500 m

Ziel: Pifangalm

Zielhöhe: 2.250 m

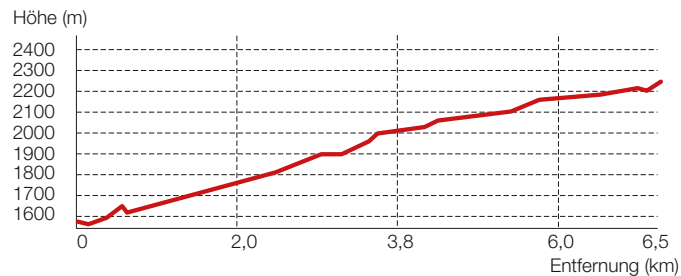
Länge: 6,5 km

mittlere Fahrzeit: 1 h 45 min

Höhenunterschied: 750 m

Schwierigkeit: schwierig

Start beim Parkplatz Dorfertal, von dort Richtung Moaalm, 50 m vor der Moaalmbrücke rechts abbiegen, ca. 2 km vor der Pifangalm Schiebestrecke; Ziel: Pifangalm (nicht bewirtschaftet), besonders schöner Blick zum gewaltigen Glocknermassiv.





Moaalmstraße

8

Start: Kals / Ködnitz

Starthöhe: 1.325 m

Ziel: Moaalm Aussichtspl.

Zielhöhe: 1.810 m

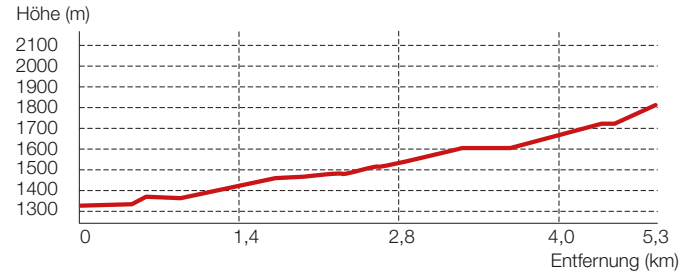
Länge: 5,3 km

mittlere Fahrzeit: 2 h

Höhenunterschied: 485 m

Schwierigkeit: mittel

Start in Kals/Ködnitz beim Glocknerhaus, weiter Richtung Burg; bei der Kreuzung Dorfertal - Moaalm rechts über kurvenreiche, asphaltierte Strecke gute 2 km hinauf. Moaalm im Sommer bewirtschaftet. 10 min weiterfahren bis zum großen Parkplatz, von dort zu Fuß rechts hinauf zur Aussichtsplattform ins Dorfertal.



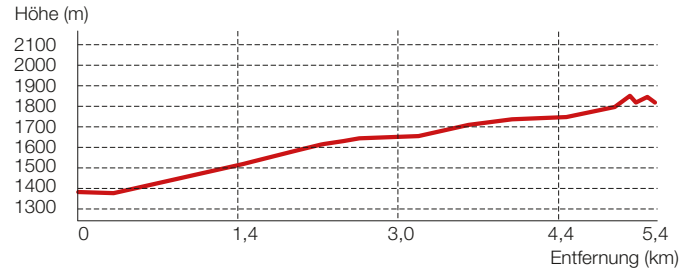


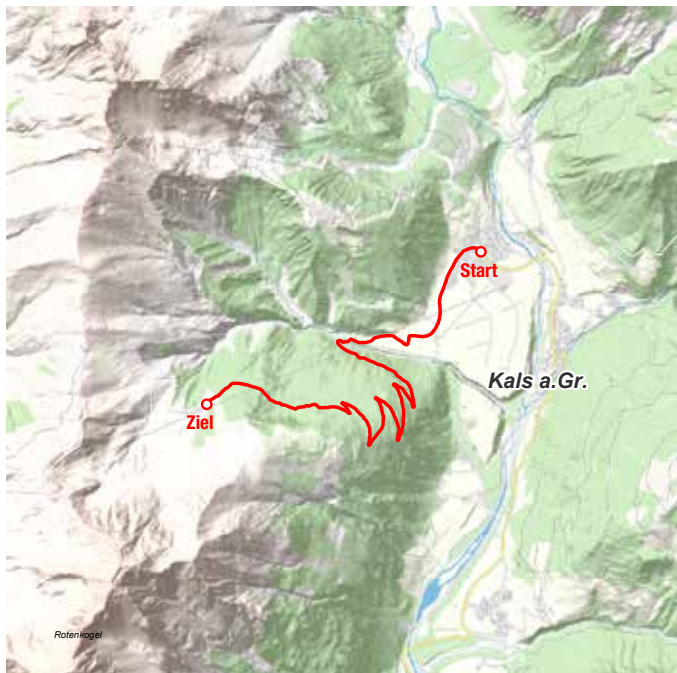
Kerer Alm

9

Start: Kals/Großdorf Parkplatz **Starthöhe:** 1.350 m
Ziel: Kerer Alm **Zielhöhe:** 1.843 m
Länge: 5,4 km **mittlere Fahrzeit:** 1 h 30 min
Höhenunterschied: 493 m **Schwierigkeit:** mittel

Start beim Parkplatz Großdorf, von dort Richtung Temblerhof und weiter bei Ausstiegsstelle Temblerlift, rechts weiter cirka 5 km Forstweg bis zur Kereralm. Ziel: Kerer Alm (nicht bewirtschaftet), besonders schöner Blick zum Glocknermassiv!





Gornertbergweg

10

Start: Kals / Großdorf

Starthöhe: 1.350 m

Ziel: Gornal

Zielhöhe: 1.930 m

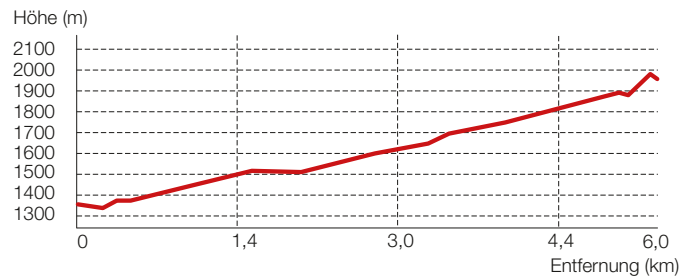
Länge: 6 km

mittlere Fahrzeit: 1 h 30 min

Höhenunterschied: 580 m

Schwierigkeit: mittel

Von Großdorf am Parkplatz weiter bis zum Temblerhof, bei der Ausstiegstelle Temblerlift links abzweigen, den Forstweg weiter bergauf zum Gornertberg. Ziel ist die Schuster- bzw. Gliberalalm (nicht bewirtschaftet).





Lana-Temblerrunde

11

Start: Kals / Brücke Lana

Starthöhe: 1.240 m

Ziel: Tembler / Brücke Lana

Zielhöhe: 1.320 m

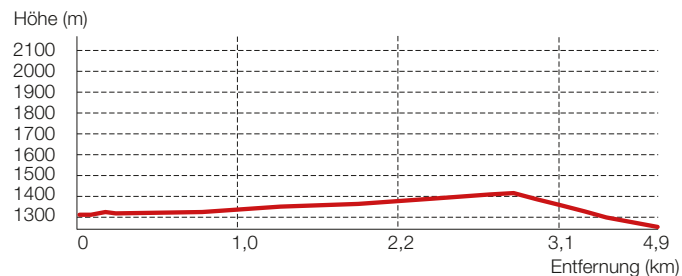
Länge: 4,9 km

mittlere Fahrzeit: 35 min

Höhenunterschied: 180 m

Schwierigkeit: mittel

Start bei Kaiserbachbrücke Richtung Lana, von dort hinauf nach Lana, weiter über Forstweg zum Temblerhof (bewirtschaftet), über Asphaltstraße hinunter nach Großdorf, bei Brücke in Unterburg rechts immer den Bach entlang zum Sportplatz (Sportheim bewirtschaftet) und untere Ködnitz zurück zum Ausgangspunkt.





Lucknerhausrunde

12

Start: Kals / Ködnitz

Starthöhe: 1.325 m

Ziel: Lucknerhaus / Kals

Zielhöhe: 1.325 m

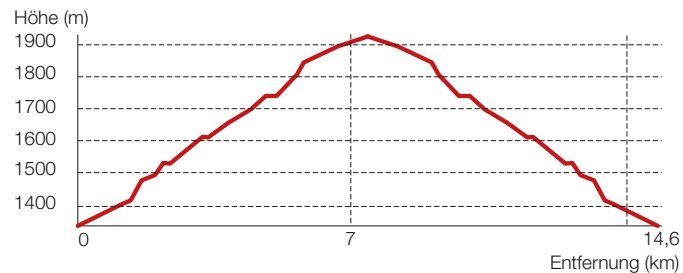
Länge: 14,6 km

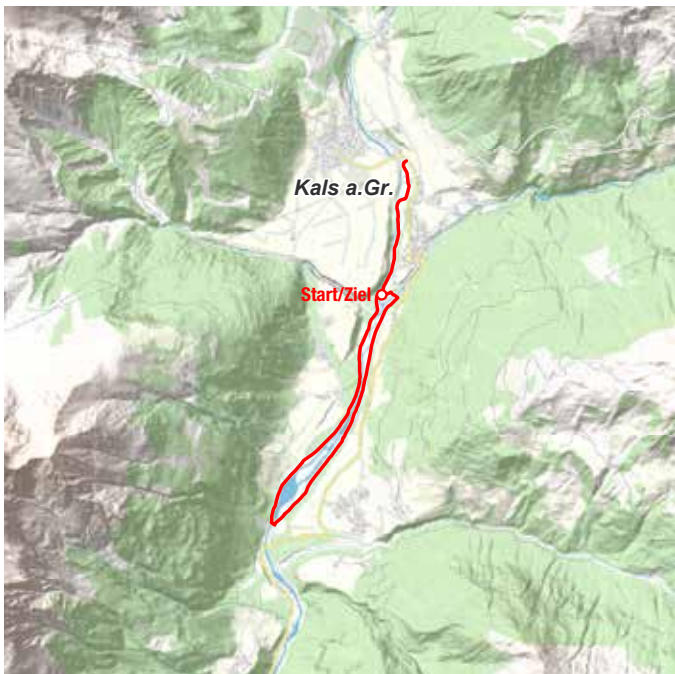
mittlere Fahrzeit: 2 h

Höhenunterschied: 600 m

Schwierigkeit: schwierig

Von Kals Glocknerhaus nach Osten Richtung Glor, weiter alte Lucknerhausstraße (Forstweg) bis zur Einmündung neue Kaiser Glocknerstraße (Variante Groder - Mauthaus); ca. 1 km weiter bis zum Lucknerhaus (bewirtschaftet). Rückfahrt über die Kaiser Glocknerstraße (asphaltiert) bis Burg und weiter nach Kals/Ködnitz.





Talrunde Kaiserbach

13

Start: Kals / Sportplatz

Starthöhe: 1.320 m

Ziel: Sportplatz Kals

Zielhöhe: 1.320 m

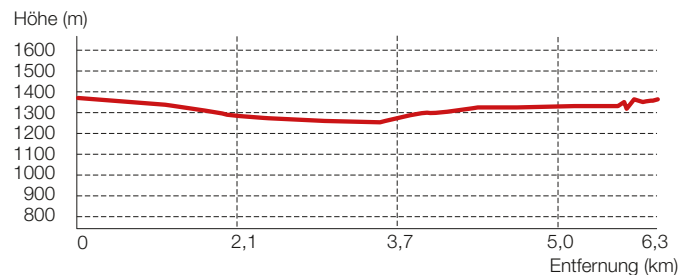
Länge: 6,3 km

mittlere Fahrzeit: 35 min

Höhenunterschied: 130 m

Schwierigkeit: leicht

Start in Unterburg beim Sportplatz und Sportheim (bewirtschaftet), weiter geht es bachabwärts, vorbei an den Schotterfluren, dem Aussichtsturm und dem Grillplatz. Nach ca. 3 km quert man den Kaiserbach über eine überdachte Holzbrücke. Bachaufwärts bis zur Straßenbrücke, dort Variante nach Lana bzw. Gornbergerg möglich. Ansonsten bachaufwärts, Querung des Dorferbaches und unterhalb der Pfarrkirche zurück zum Sportplatz. Verlängerung um 2 km bei Knopfbrücke nach Arnig zum Gasthof Glocknerblick (bewirtschaftet).





Lesach-Alm-Weg

14

Start: Kals / Unterlesach

Starthöhe: 1.340 m

Ziel: Lesachalm

Zielhöhe: 1.830 m

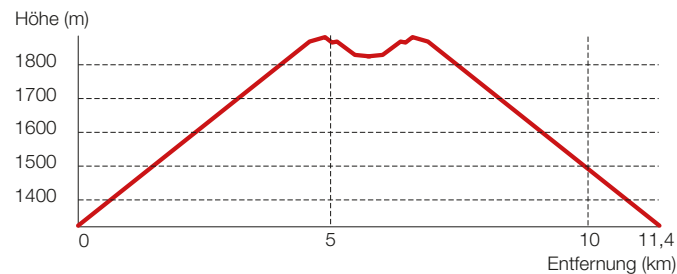
Länge: 5,7 km

mittlere Fahrzeit: 1 h 30 min

Höhenunterschied: 540 m

Schwierigkeit: mittel

Start beim Parkplatz Lesacherhof (bewirtschaftet), über Asphaltstraße hinauf nach Oberlesach. Von dort über Forstweg weiter bis zum Schranken, dann geradeaus bis zur Abzweigung Rieglhütte - Lesachalm (nicht bewirtschaftet), rechts weiter Richtung Lesachalm. Ziel: Lesachalm (nicht bewirtschaftet).



ELEKTROBIKES - ENTSPANNT UND UMWELT- BEWUSST DURCH OSTTIROL

Ideal für Radausflüge in den Nationalpark Hohe Tauern. Erkunden Sie mit dem Elektrobike den Nationalpark Hohe Tauern und die wildromantischen Osttiroler Täler. Naturhighlights, wie die Jagdhausalmen, das Zedlacher Paradies oder der einzigartige Blick auf Österreichs Höchsten, den Großglockner. In Zusammenarbeit mit dem Nationalpark Hohe Tauern und Osttiroler Sportgeschäften werden nicht nur der Verleih der E-Bikes, sondern auch professionelle Elektrobike-Tourentipps angeboten. Mit diesen geht es zum Radausflug mit entspannten und erlebnisreichen Naturgenuss.

OSTTIROL INFORMATION, ALBIN EGGER STR. 17, 9900 LIENZ
TEL. +43 (0)50 212 212, INFO@OSTTIROL.COM, WWW.OSTTIROL.COM



E-BIKES VERLEIHSTATIONEN

Probike Lienz: Tel. +43 (0)4852 73536

Sport 2000 Wibmer Lienz: Tel. +43 (0)4875 6581 111

Sport 2000 Defereggental: Tel. +43 (0)4873 5203 60

Passler's Sportsworld St. Jakob: Tel. +43 (0)4873 5203 33

Sport-Mode Passler St. Jakob: Tel. +43 (0)4873 5203

Sport 2000 Wibmer Matrei: Tel. +43 (0)4875 6581 121

Sport Michl Kals a. Gr.: Tel. +43 (0)4876 8434

Spar Markt Prägraten: Tel. +43 (0)4877 5208

Preis pro Bike/Tag **EUR 25,00**





URLAUBSREGION DEFEREGGENTAL

Hier bin ich Mensch, hier kann ich's sein!

Eine Tour, die sich „gesalzen“ hat, startet vom Erholungsdorf St. Jakob im Defereggental. Richtig krachen die Wadeln dann beim Anstieg aufs Klammljoch in 2.288 m Höhe. Sie verläuft auf einem gut befestigtem Almweg 17 km lang durch einen der landschaftlich großartigsten Teile des Nationalparks Hohe Tauern, mit vier ausgedehnten Almten, darunter die so genannte „Jagdhausalm“, die bereits im Jahre 1212 erstmals urkundlich erwähnt wurde und damit als älteste Alm Österreichs gilt. Danach geht's bergab ins Südtirolerische über Kematen bis Toblach.

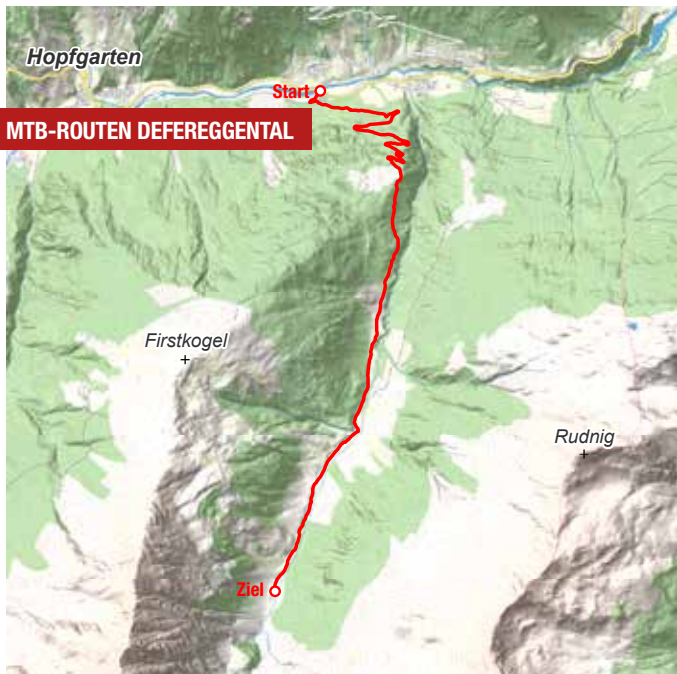
Besonderheiten der Region

- Viele Gipfelrouten über 3.000 m
- Größter zusammenhängender Zirbenwald der Ostalpen
- Jagdhausalm, die ältesten Almten Österreichs
- Natur- und Kulturpfade
- Deferegger Heilwasser

Sommer-Highlights der Region

- Deferegger Almrosenfest
- Drachenbootrennen am Obersee/Staller Sattel

Details & Termine unter www.defereggental.com



Grünalmtal

15

Start: Hopfgarten/Wasserhalle

Starthöhe: 998 m

Ziel: Parkplatz Gumpalm

Zielhöhe: 1.660 m

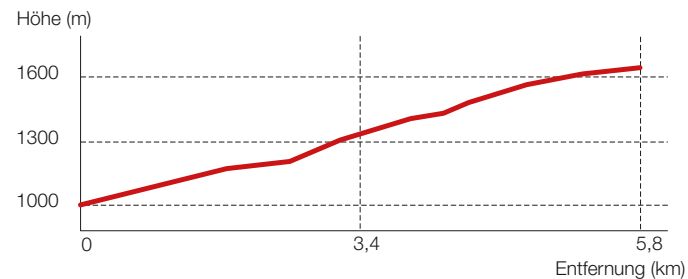
Länge: 5,8 km

mittlere Fahrzeit: 1 h 30 min

Höhenunterschied: 662 m

Schwierigkeit: mittel

Vom Parkplatz bei der Wasserhalle („Deferegger Tafelwasser“) entlang des Grünalmtalweges über 8 Kehren zur Moosigalm und von dort weiter leicht ansteigend bis zum Parkplatz der Gumpalm (Wegende).





Zwenewaldweg

16

Start: Hopfgarten/Blosbrücke

Starthöhe: 1.102 m

Ziel: Blosbrücke

Zielhöhe: 1.795 m

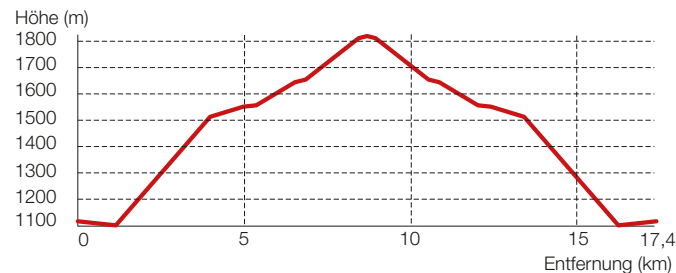
Länge: 7,6 km

mittlere Fahrzeit: 1 h 15 min

Höhenunterschied: 713 m

Schwierigkeit: schwierig

Dörfliche Idylle pur! Hopfgarten ist ein kleines, stilles Dorf am Anfang des Defereggentals. Von dort hinauf führt die beim örtlichen Mountainbike-Club gerne für schwere Bergrennen genutzte Strecke durch das idyllische Zwenewaldtal mit Ausblicken auf das Deferegger Gebirge und die Lasörllinggruppe. Zugleich rollt man auch auf geschichtsträchtigem Boden: Um 1500 wurde im Bereich der Zwenewaldalm sogar noch nach Kupfer- und Silbererzen geschürft. Ausgangspunkt der Route 108 ist die Blosbrücke. Zu Beginn der Strecke wartet ein auf Serpentina verteilt, mittelsteiler Anstieg, der dann nach rund 2,5 km in ein ebenso langes, flaches Teilstück übergeht, das den Biker durch das idyllische Zwenewaldtal führt. Unmittelbar vor dem Ziel, der Blosbrücke, wartet dann ein nochmals mittelsteiler Anstieg darauf, unter die Stollen genommen zu werden. Bike & Hike Fans streuen nochmals rund 700 Höhenmeter drauf, und erliegen dem Zauber des Pumpersees (2486 m) oder des Geigensees (2.409 m).





Rund um den Riesenferner

17

Start: St. Jakob

Starthöhe: 1.550 m

Ziel: Klammljoch / St. Jakob

Zielhöhe: 2.290 m

Länge: 16,2 km (Klammljoch)

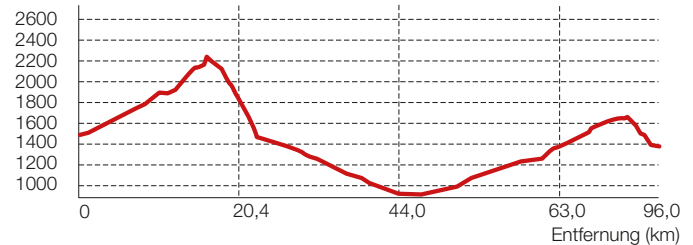
mittlere Fahrzeit: 2 h 30 min

Höhenunterschied: 740 m

Schwierigkeit: schwierig

Der Rundroutenhammer im Osttirol! Die 104,2 km und 888 Höhenmeter schwere, sehr lange Strecke führt den Biker vom im Nationalpark Hohe Tauern gelegenen St. Jakob über das 2.288 m hohe Klammljoch ins Südtirol (hinein in den Naturpark Rieserferner - Ahrn), weiter durch das Pustertal, Antholzertal und über den Staller Sattel wieder retour. Im Detail: Von St. Jakob im Defereggental geht es zunächst einmal über die asphaltierte Straße mäßig ansteigend hoch durch das Patschertal, weiter auf Almstraßen an den Almen Patsch (Alpengasthof Patsch, bewirtschaftet), Oberhaus (Alpengasthaus Oberhaus, bewirtschaftet), Seebach, Jagdhaus vorbei. Die 400 Höhenmeter Karrenweg ab Jagdhaus zum Grenzübergang Klammljoch sind für Konditionsbären die richtige Herausforderung, der Rest schiebt. Nach dem Grenzübergang Klammljoch geht es dann deftig bergab (wieder eine Schiebestrecke für weniger geübte Biker), an dem in einer vom Gletscher ausgegrabenen Senke liegenden Klammljochsee vorbei, und weiter zur Knuttental, dann durch das romantische Knuttental über Rein bis nach Sand in Taufers. Von dort führt die Route weiter in Richtung Bruneck, durch das Pustertal bis nach Olang und durch das Antholzertal. Der letzte Anstieg auf den 2.050 m hoch gelegenen Staller Sattel zieht sich nochmals ein wenig. Von dort sind es noch 15 km bis zum Ausgangspunkt St. Jakob. Alles in allem ein grandioser Rundkurs mit vielen lohnenden Plätzchen und Sehenswürdigkeiten entlang der Strecke, die aber eine Top-Kondition abverlangt. Wer die Strecke nur zum Klammljoch fährt, reduziert die Strecke auf erträgliche 16,1 km und 740 Höhenmeter.

Höhe (m)





Hinterer Alpe Stalle

18

Start: St. Jakob/„Maria Hilf“

Starthöhe: 1.422 m

Ziel: Hinterer Alpe Stalle

Zielhöhe: 2.046 m

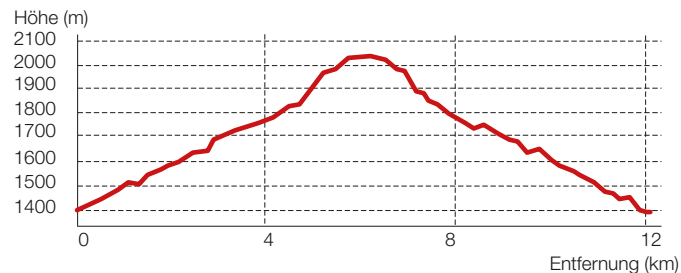
Länge: 6,1 km

mittlere Fahrzeit: 1 h 15 min

Höhenunterschied: 624 m

Schwierigkeit: mittel

Ausgangspunkt Kirchl „Maria Hilf“: Zuerst ca. 800 m mittelschwieriger Anstieg bis Pötsch (Asphalt). Von dort geht es der Forststraße (Schotter) leicht ansteigend in Serpentinaen entlang bis zur Jausenstation Alpe Stalle (1.714 m), wo die Route rechts zur hinteren Alpe Stalle (2.046 m) abzweigt.





HOCHPUSTERTAL

Im Garten der Dolomiten.

Radfahren ist im Hochpustertal ein besonderes Erlebnis. Der Drauradweg zählt unter den Hobbyradfahrern zu einem der schönsten Radwege Österreichs. Egal ob Sie vom Drauursprung der noch jungen Drau talabwärts eine Tagesetappe bis Lienz unternehmen oder vom Ausgangsort Sillian den gesamten Radweg bis nach Marburg durchradeln, eine imposante Naturlandschaft begleitet Sie auf Ihrem Wege. Für Biker verfügt das Hochpustertal über zahlreiche ausgebaute und gut beschilderte Mountainbikestrecken aller Schwierigkeitsgrade.

Besonderheiten der Region

- Karnischer Höhenweg mit 11 Hütten und 30 Gipfeln
- Grenzüberschreitende Touren nach Südtirol
- Aigner Badl - letztes Tiroler Bauernbad
- Wichtelpark und Hochseilgarten

Sommer-Highlights der Region

- Herz Ass Wanderopening
- Hochpustertal Run
- TT-Wandercup am Thurmtaler
- Jeden Mittwoch: Wichtel-Action-Night mit Konzert

Details & Termine unter www.hochpustertal.com



Stoneman Trail

Mountainbike Erlebnis der Spitzenklasse! Der Trail ist 120 Kilometer lang und beinhaltet 4.000 Höhenmeter. Das Besondere daran ist, dass mit einem Stempelarmband innerhalb von 3 Tagen 5 Stellen zwischen 1.362 und 2.545 Meter Höhe angefahren werden. Dabei gilt es anspruchsvolle Anstiege und Singletrails zu überwinden oder die berühmte „Demut-Passage“ auf 2.400 Meter zu meistern. Die Streckenführung ist mit steinernen „Männchen“ optimal gekennzeichnet. Startpaket mit Armband, Karte, Höhenprofil sowie Giveaway für EUR 39,00 Euro

Gesundheitswelt Sillian Tel. +43 (0)664 75003786, www.stoneman.it

Start: Gesundheitswelt Sillian

Ziel: Gesundheitswelt Sillian

Länge: 120,0 km

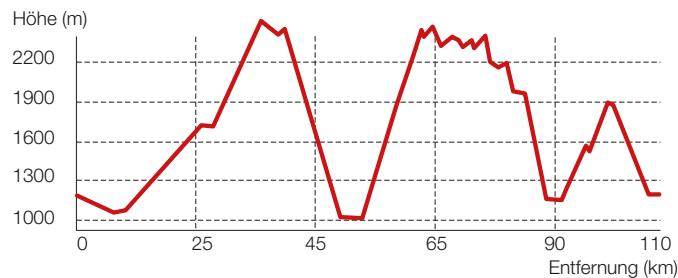
Höhenunterschied: 4.000 Meter

Starthöhe: 1.103 m

Starthöhe: 1.103 m

Mittlere Fahrzeit: ca. 1-3 Tage

Schwierigkeitsgrad: sehr schwierig





MTB-ROUTEN VILLGRATENTAL

Berg Radl Weg Innervillgraten

19

Start: Innervillgraten

Starthöhe: 1.380 m

Ziel: Innervillgraten

Zielhöhe: 1.380 m

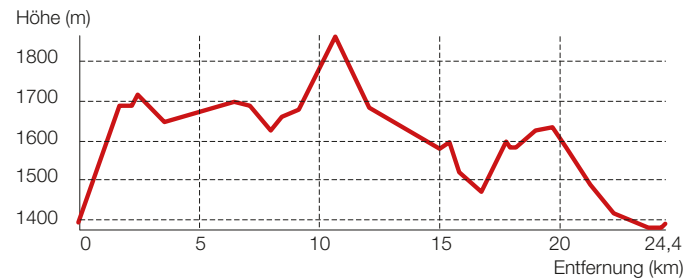
Länge: 24,4 km

mittlere Fahrzeit: 2 h 30min

Höhenunterschied: 480 m

Schwierigkeit: mittel

Wer in Ruhe in einem natürlich erhaltenen Bergtal biken will, ist im Villgratental auf dem „Berg-Radl-Weg Innervillgraten“ wirklich bestens aufgehoben. Denn weite Almen und eine herrliche, unberührte Bergwelt machen das Tal zu einem echten Paradies. Nachstehend die reizvolle Befahrung der Route in anderer Richtung: Direkt im Dorf, auf 1.402 m beginnend, zieht sich der Radlweg vorerst nördlich in Richtung Taletalm hinauf. Weit davor zweigt links der Waldweg zu den Berglet Höfen auf 1.700 m ab. Von diesen geht es über die wenig befahrene Straße vom Hochberg zur Jausenstation Unterstalleralm, und weiter zur malerisch gelegenen Oberstalleralm. Danach führt die Tour wieder retour über die Unterstalleralm den Arntalweg entlang bis zur „Klamme“. Nach der Bodemair-Brücke führt der Weg an den Bodemair-Höfen vorbei. Bald danach bietet der Schönegghof dann fast die schönste Aussicht über das Villgratental. Nun wartet der letzte Anstieg, der mit 200 Höhenmeter aber moderat ausfällt: Am Peststeig entlang bis zur Wallfahrtskirche Maria Schnee in Kalkstein. Am Kalksteiner Bach und Schmugglersteig entlang führt die Route bergab zum Alpengasthof Bad Kalkstein, bevor sie den Biker über die Landesstraße (ca. 2 km) und auf dem Uferbegleitweg wieder in das Dorfzentrum von Innervillgraten führt.





Dorfberg

20

Start: St. Oswald (Kartitsch)

Starthöhe: 1.358 m

Ziel: Dorfberg

Zielhöhe: 1.965 m

Länge: 10,6 km

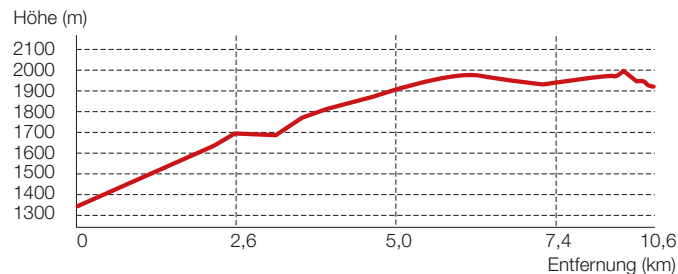
mittlere Fahrzeit: 1 h 30 min

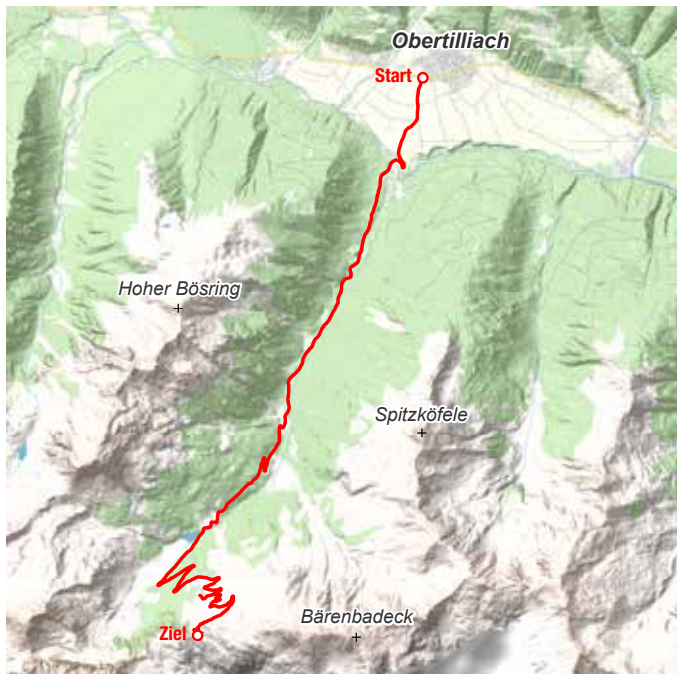
Höhenunterschied: 608 m

Schwierigkeit: mittel

Der Dorfberg ist der westlichste Gipfel der Gailtaler Alpen und bietet einen herrlichen Ausblick ins Pustertal. Obwohl die letzten hundert Höhenmeter bis zum Kreuz nicht mehr fahrbar sind, lohnt sich der Aufstieg auf jeden Fall.

Von Kartitsch rollt man nach St. Oswald und von dort fährt man hinauf bis zu den Ochsenwiesen unterhalb des Dorfberges. Etwas Geschick und gute Bremsen erfordert der Weg zurück von den Breitwiesen Richtung St. Oswald zur Talstation vom Dorfbergliitt und zum Gasthaus Dorfberg.





Tilliacher Joch

21

Start: Obertilliach-Bundesstr.

Starthöhe: 1.440 m

Ziel: Tilliacher Joch

Zielhöhe: 2.094 m

Länge: 10,6 km

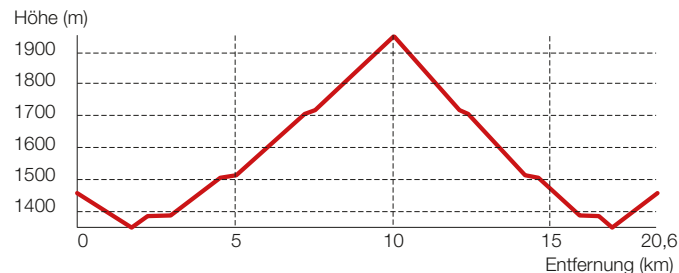
mittlere Fahrzeit: 1 h 40 min

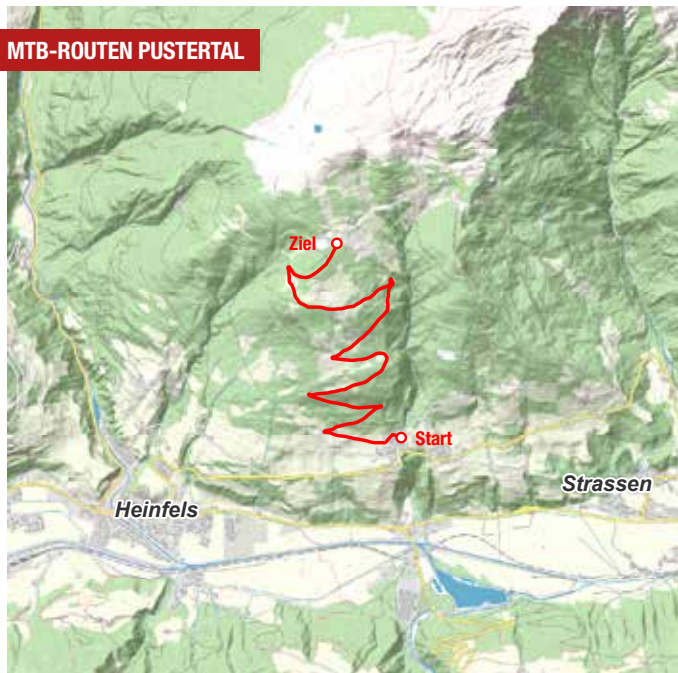
Höhenunterschied: 752 m

Schwierigkeit: mittel

Eine mittelschwerige Bike Tour, die ab der Porzehütte Möglichkeiten bietet, ausgedehnte Wanderungen auf dem Karnischen Höhenweg zu unternehmen. Tourstart: Ab Obertilliach ca. 1 km Abfahrt zum Mühlboden. Die Forststraße führt dann unter dem hohen Börsing (2.324 m) und dem Spitzköfele (2.314 m) durch das Dorfertal bis auf einen kurzen steilen Anstieg mäßig schwer zur Weggabelung im Pfaffenboden, dann am Klapfsee vorbei. Ab dem Wegschränken sind noch ca. 2,5 km und knapp 300 Höhenmeter zur Porzehütte zu bewältigen. Von dort bietet sich als „Hike“-Möglichkeit der zweistündige Aufstieg zur Porze (2.599 m), der Aufstieg zur Porzescharte (1 h Gehzeit, 1 h Klettersteig, nur für Geübte) oder die Wanderung zur Bärenbadegg (2.430 m, Gehzeit: 1,5 h) an.

Kurz vor der Porzehütte führt der ehemalige Säumerweg, der vor ein paar Jahren für die Biker adaptiert wurde, etwas steiler auf das Tilliacher Joch. Viele Biker nützen diesen Grenzübergang nach Italien auch bei ihren Alpenüberquerungen!





Tessenberger Alm

22
Start: Heinfels-Tessenberg

Starthöhe: 1.320 m

Ziel: Tessenberger Alm

Zielhöhe: 1.950 m

Länge: 5,3 km

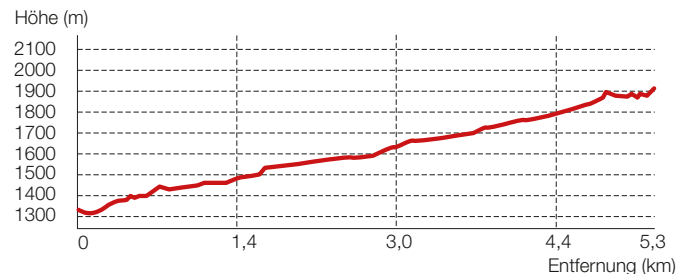
mittlere Fahrzeit: 45 min

Höhenunterschied: 630 m

Schwierigkeit: mittel

Ausgangspunkt dieser mittelschweren Tour ist die malerische Ortschaft Tessenberg (1.320 m). Von ihr aus führt die gewundene Straße den Biker in vielen kleinen Anstiegen zuerst auf geteertem Untergrund und bald über den geschotterten, landschaftlich schönen Waldweg hin zur Tessenberger Alm auf 1.950 m. Der herrliche Panoramablick auf den Karnischen Hauptkamm und die Lienzer- und Sextener Dolomiten entschädigt für die Mühen des Aufstiegs. Bike & Hike Fans nehmen noch den Aufstieg zum romantisch gelegenen „Tessenberger See“ in Angriff, wo sie mit schönen Ausblicken auf Außervillgraten und die umliegende Bergwelt belohnt werden.

Auf der Tessenberger Alm hoch über dem Pustertal hat man einen traumhaften Panoramaausblick. Im Südosten sieht man die Gailtaler Alpen wie einen Keil zwischen dem Pustertal und dem Tiroler Gailtal. Der Karnische Hauptkamm, an dessen Graten und Gipfeln die Grenze zu Italien verläuft, bildet ganz im Süden den optischen Abschluss. Auf den Almwiesen im Westen befindet sich der Thurntaler.





Fronstadlalmweg

23

Start: Tessenberg/Fronstadl

Starthöhe: 1.340 m

Ziel: Fronstadlalm

Zielhöhe: 2.030 m

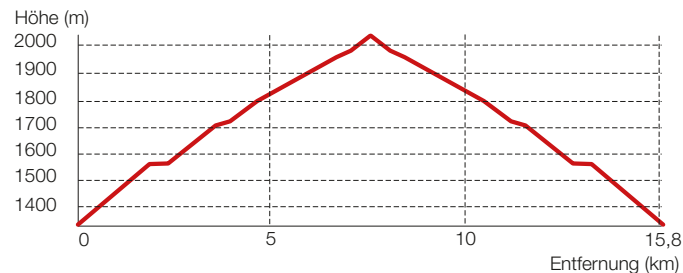
Länge: 7,9 km

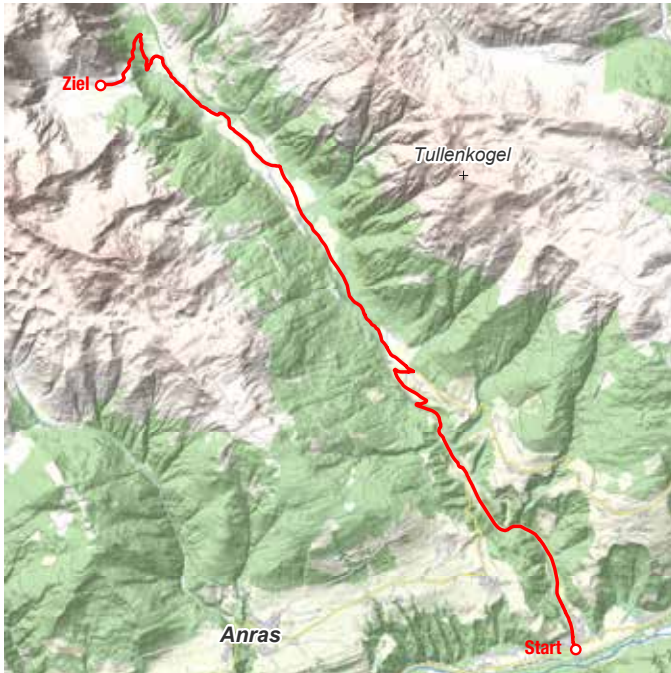
mittlere Fahrzeit: 1 h 30 min

Höhenunterschied: 690 m

Schwierigkeit: mittel

Ausgangspunkt der Biketour „Fronstadl Alm“ ist der Ortsteil Fronstadl (1.350 m) in der Gemeinde Strassen. Von hier aus geht es zuerst ca. 400 m steil bergauf (asphaltiert). Es folgt ein landschaftlich schön gewundener Forstweg Richtung Fronstadl Alm. Die Abfahrt bietet bei Kilometer 10,7 eine Variante (Rundkurs), vorbei auf „rotem Schotter“ aus einem aufgelassenen alten Bergwerk und man mündet bei km 11,9 auf den ursprünglichen Weg.





Krasteinertal

24

Start: Feuerwehrhaus Mittewald

Starthöhe: 900 m

Ziel: Linderkaser

Zielhöhe: 1.750 m

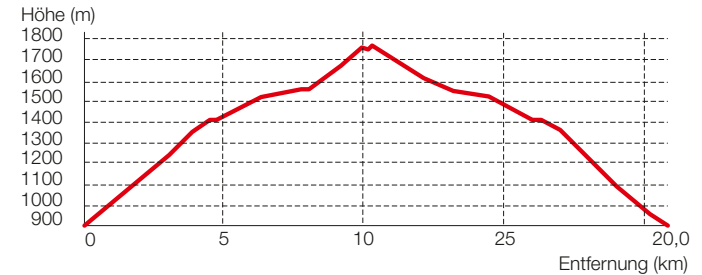
Länge: 10 km

mittlere Fahrzeit: 2 h

Höhenunterschied: 820 m

Schwierigkeit: schwierig

Die Route führt vom Feuerwehrhaus in Mittewald über die Landesstraße bis Vergein. Von dort ins Krasteinertal bis zur Linderkaser (nicht bewirtschaftet) und vorbei an den Anlagen der bekannten Bienezucht der Carnica. Nach einem ziemlich steilen Anstieg erreicht man das Ziel der Route, die bewirtschaftete Gölbnerblickhütte mit der Celarkappelle. Nach einer Stärkung auf den idyllischen und paradisischen Celarwiesen auf 1.750 m erfolgt die Rückfahrt über dieselbe Strecke.





LIENZER DOLOMITEN

Wildromantisch: Dolomiten und Nationalpark.

Wer sich selbst beweisen will, dem sei die Dolomitenradrundfahrt wärmstens empfohlen. Bei der Umrundung der wildromantischen Lienzer Dolomiten fährt man nicht nur durch die umweltfreundlichste Region Europas, sondern erlebt Radstunden, die unvergesslich bleiben. Perfekte Organisation und die Begeisterung der gesamten Bevölkerung machen die Dolomiten-Radrundfahrt zur beliebtesten Touristikfahrt Österreichs. Mit dem Osttiroler erlebt man die einzigartige Taleinfahrt direkt in die Stadt Lienz. Auf einer sensationellen Länge von 2,7 km kann man Sommer wie Winter von der Moosalm sicher auf Schienen durch den Wald direkt in die Stadt flitzen.

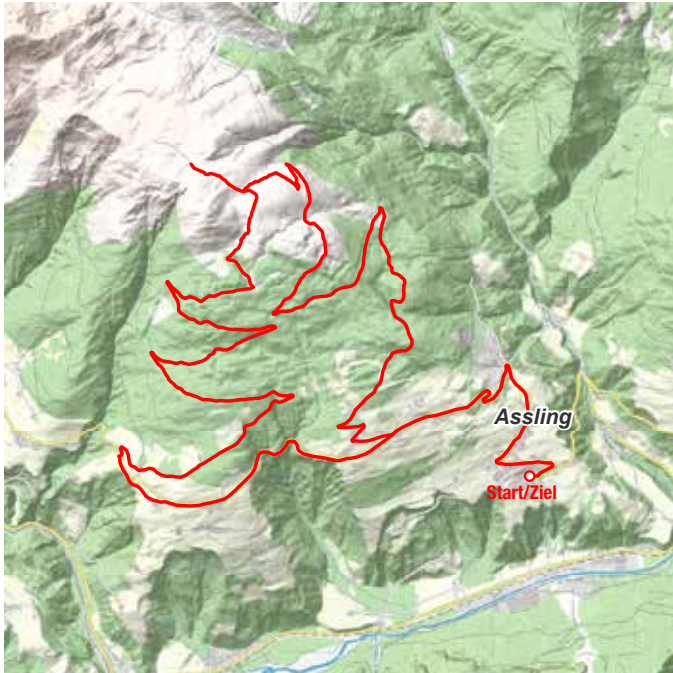
Besonderheiten der Region

- Unzählige Klettermöglichkeiten
- Sonnengarantie bei herrlichen Wanderungen am Zettlersfeld
- Tristachersee
- Osttiroler

Sommer-Highlights der Region

- Dolomiten Radrundfahrt
- Olala Straßentheater Festival

Details & Termine unter www.LienzerDolomiten.info



Kleine Compedalrunde

25

Start: Assling-Dorfplatz

Starthöhe: 1.125 m

Ziel: Dorfplatz Assling

Zielhöhe: 1.125 m

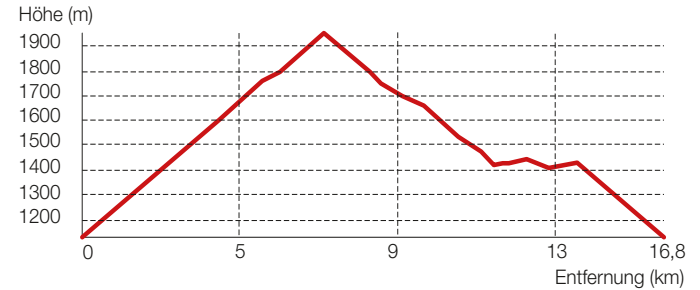
Länge: 16,8 km

mittlere Fahrzeit: 2 h 30 min

Höhenunterschied: 835 m

Schwierigkeit: mittel

Die Route führt vom Dorfplatz Assling über die Höhenstraße nach Bichl, von dort bergauf Richtung Skihütte (Anschluss Große Compedalrunde), wieder bergab Richtung Linderhöfe und zurück über die Pustertaler Höhenstraße zum Dorfplatz in Assling.





Große Compedalrunde

26

Start: Sportzentrum Thal

Starthöhe: 800 m

Ziel: Sportzentrum Thal

Zielhöhe: 800 m

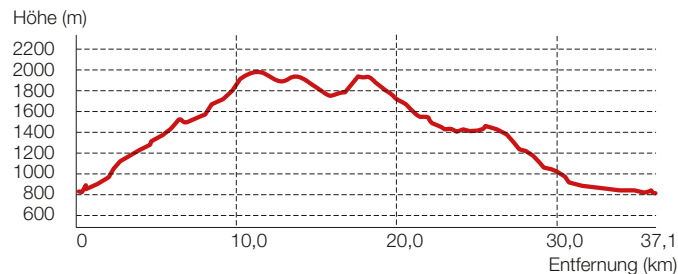
Länge: 37,1 km

mittlere Fahrzeit: 5 h

Höhenunterschied: 1.640 m

Schwierigkeit: schwierig

Vom Sportzentrum in Thal führt die Route über den Drauradweg bis Mittewald, von dort zu den Herolerhöfen und Unterkosten und weiter entlang der Pustertaler Höhenstraße ins Kristeinertal mit einem ca. 400 m langen Anstieg nach Schönkosten. Von dort talauswärts zur Schihütte (Anschluss Kleine Compedalrunde), weiter zur Kontrinerkaser und Soldererkaser und bergab über einen Almweg bis Talweg, talauswärts bis Assling und von dort über den alten Weg zur Kirche St. Korbinian und zum Sportzentrum.





Wilferntalrunde

27

Start: Assling-Dorfplatz

Starthöhe: 1.125 m

Ziel: Dorfplatz Assling

Zielhöhe: 1.125 m

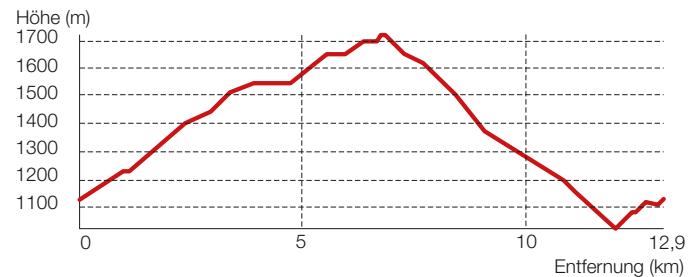
Länge: 12,9 km

mittlere Fahrzeit: 2 h

Höhenunterschied: 645 m

Schwierigkeit: schwierig

Die Route führt vom Dorfplatz Assling über den Wildpark Richtung Wilferntal, nach Bachüberquerung im Talschluss talauswärts bis Oberthal und von dort zurück nach Assling.





Klausenberggrunde

28

Start: Sportzentrum Thal

Starthöhe: 800 m

Ziel: Sportzentrum Thal

Zielhöhe: 800 m

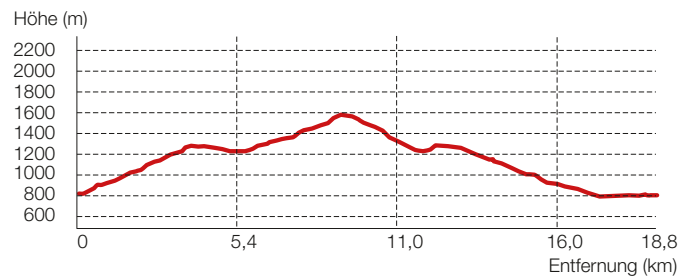
Länge: 18,8 km

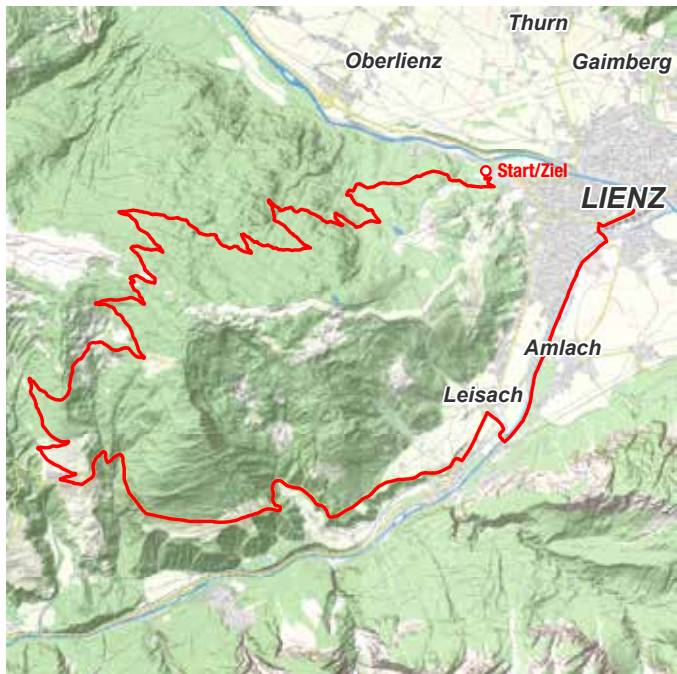
mittlere Fahrzeit: 2 h

Höhenunterschied: 850 m

Schwierigkeit: mittel

Die Route führt vom Sportzentrum in Thal über die Landesstraße ins Wilfernertal bis Weiße Mühle, von dort Richtung Penzendorf und bergauf zu den Holzwiesen. Die Abfahrt führt über Schrotten-dorf und Bannberg, mit Anschluss an die Hochsteinrunde, bis zur Bundesstraße und über den Radweg zurück zum Sportplatz Thal.





Hochsteinrunde

29

Start: Parkplatz Hochstein

Starthöhe: 680 m

Ziel: Parkplatz Hochstein

Zielhöhe: 680 m

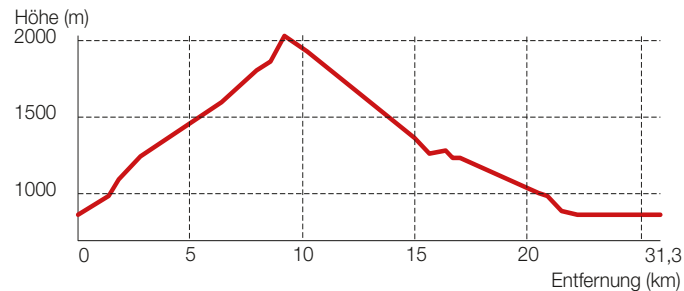
Länge: 31,3 km

mittlere Fahrzeit: 6 h

Höhenunterschied: 1.345 m

Schwierigkeit: schwierig

Vom Parkplatz Hochstein, vorbei am Schloss Bruck führt die Route über die original „Dolomitenmannstrecke“ bis zur Hochsteinhütte. Die Abfahrt erfolgt über die Hochsteinstraße nach Bannberg und weiter über den Drauradweg.





Schlossbergrunde

30

Start: Leisach-Schloß Bruck

Starthöhe: 725 m

Ziel: Leisach

Zielhöhe: 712 m

Länge: 12,2 km

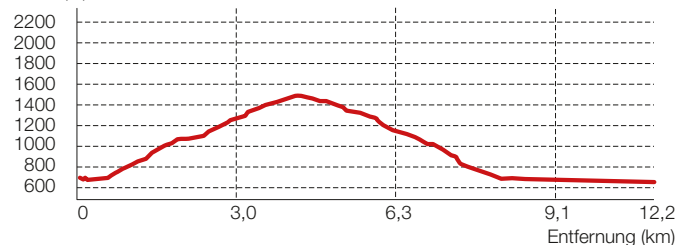
mittlere Fahrzeit: 2 h 15 min

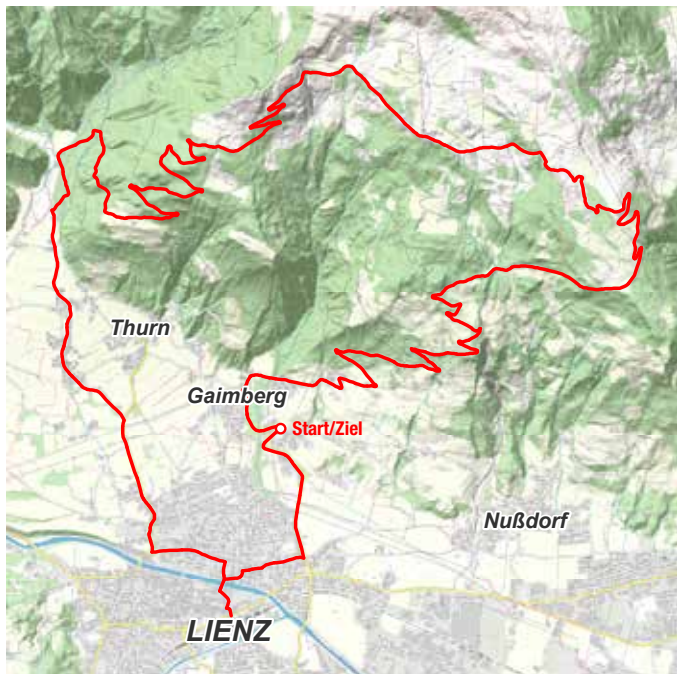
Höhenunterschied: 795 m

Schwierigkeit: mittel

Eine mit rund 800 Höhenmetern und 12,25 km gar nicht so leichte Route am Lienzer Hausberg, die mit Panoramaansichten der Lienzer Dolomiten und der Schobergruppe punktet. Startpunkt der Tour ist das altherwürdige Schloss Bruck, der ehemalige Sitz der Görzer Grafen. Anfang des 13. Jahrhunderts erbaut, überblickt man von der mittelalterlichen Burg im Westen der Stadt Lienz den Lienzer Talboden, aber auch das Iseltal. Vom Schloss weiter führt die Tour durch den Wald stetig bergan, an der Abzweigung Taxer Moos vorbei, dann später unter der Liftrasse durch bis zur Sternalm, einem beliebten Ausflugsziel und Einkehrgasthaus der Lienzer. Wer jetzt schon erschöpft ist, gönnt sich eine Auszeit auf der großen Sternalm-Sonnenterrasse und Liegewiese. Die Abfahrt nach Leisach ist auch über „Horniss“ möglich. Von Leisach aus rollt man schließlich über den Pustertalradweg nach Lienz zurück. Kulturtyp: Schloss Bruck beherbergt das Museum der Stadt Lienz und die Albin Egger-Lienz Galerie.

Höhe (m)





Zettersfeldrunde

31

Start: Zettersfeldtalstation

Starthöhe: 725 m

Ziel: Zettersfeldtalstation

Zielhöhe: 725 m

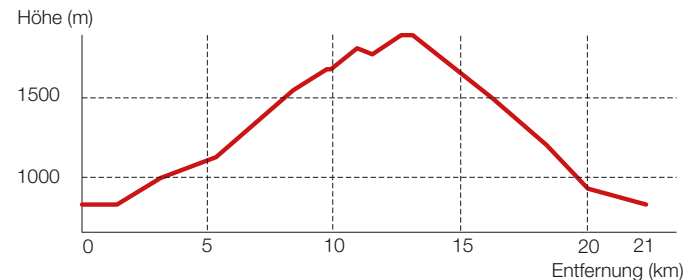
Länge: 20,9 km

mittlere Fahrzeit: 3 h

Höhenunterschied: 1.185 m

Schwierigkeit: mittel

Vom Parkplatz der Zettersfeldtalstation führt der Weg in Richtung Thurn und über Oberdorf und in Serpentinaen bis zum Zettersfeld-Hoch-Lienz. Von dort vorbei am Gasthof Bidner zur Faschingalm und über die Faschingalmstraße zurück zum Ausgangsort. Die Route ist weitgehend asphaltiert, nur eine kurze Wegstrecke ist Schotterweg. Anschlussmöglichkeit: Faschingalm - Debanttal - Lienzer Hütte; Variante: Mit der Seilbahn auf das Zettersfeld und von dort zur Lienzer Hütte.





Radroute Lienzner Talboden

32

Start: Lienz, Schloss Bruck

Starthöhe: 682 m

Ziel: Lienz, Schloss Bruck

Zielhöhe: 682 m

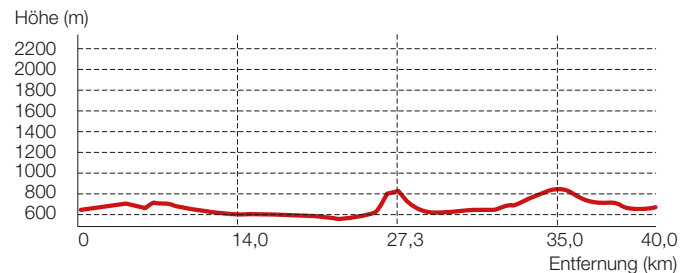
Länge: 39,9 km

mittlere Fahrzeit: 3 h

Höhenunterschied: 212 m

Schwierigkeit: leicht

Im Lienzner Talboden führt die Radstrecke rund um die Bezirkshauptstadt durch die umliegenden Dörfer. Die Route weist eine Länge von 40 km auf und ist damit für Familien Tagesausflüge bestens geeignet. Einsteigen kann man beispielsweise an der Talstation der Hochstein-Seilbahn, wo genügend Parkplätze vorhanden sind.





Horniss

33

Start: Leisach

Starthöhe: 712 m

Ziel: Sternalm

Zielhöhe: 1.505 m

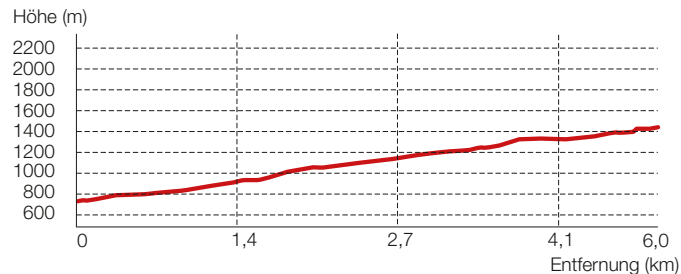
Länge: 5,5 km

mittlere Fahrzeit: 2 h

Höhenunterschied: 790 m

Schwierigkeit: mittel

Ausgehend vom Ortszentrum Leisach führt der Weg bergan, beim letzten Bauernhof zweigt man rechts ab, vorbei am Tschwabelehof und an der Reiterfichte in Richtung Sternwirt. Man kann über die Schloßberggrunde entweder nach Lienz oder Leisach abfahren. Von Lienz aus kann man über den Pustertalweg zurück nach Leisach fahren.





Ederplan

34

Start: Dölsach-Schwimmbad

Starthöhe: 650 m

Ziel: Ederplan

Zielhöhe: 1.190 m

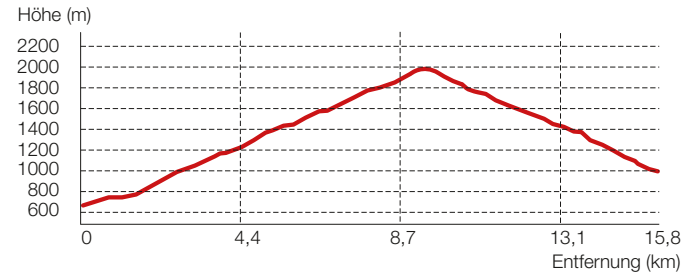
Länge: 15,8 km

mittlere Fahrzeit: 3 h

Höhenunterschied: 1.350 m

Schwierigkeit: schwierig

Vom Schwimmbad Dölsach zur Kirche St. Georg und über Gödnach und Görtschach bergauf zum Ederplan. Zum Teil steiler Forstweg. Schutzhütte Ederplan mit überwältigendem Ausblick ist bewirtschaftet. Auf halber Strecke ist der Anschluss zur Nikolsdorfer Runde möglich.





Nikolsdorfer Runde

35

Start: Nikolsdorf-Bahnhof

Starthöhe: 640 m

Ziel: Bahnhof Nikolsdorf

Zielhöhe: 640 m

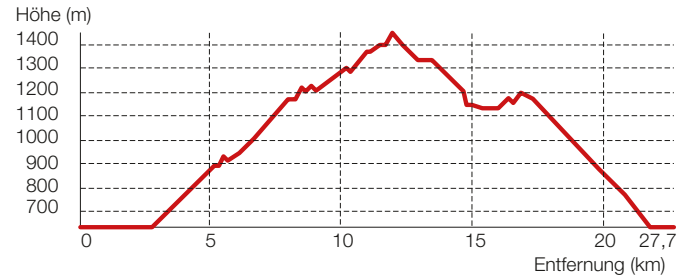
Länge: 27,7 km

mittlere Fahrzeit: 4 h

Höhenunterschied: 1.050 m

Schwierigkeit: schwierig

Vom Bahnhof Nikolsdorf entlang des Drautalradweges R1 über den Stichradweg Nikolsdorf nach Nörsach, von dort bergauf zur Rabantalm (bewirtschaftet) und von dort weiter bergauf bis zur Angerbodenhütte, von dort nach Damer, Plone und Michelsberg (kurze Schiebestrecke im Gantschenbachgraben), weiter Richtung Lindsberg und Trattenberg. Von dort nach Westen zum Anschluss Ederplan oder bergab nach Lengberg. Von Lengberg über den asphaltierten Feldweg Richtung Süden zur Lengberger Brücke und von dort über den Drautalradweg zurück zum Bahnhof.





Faschingalm-Debanttal-Lienzer Hütte

36

Start: Faschingalmparkplatz

Starthöhe: 620 m

Ziel: Lienzer Hütte

Zielhöhe: 620 m

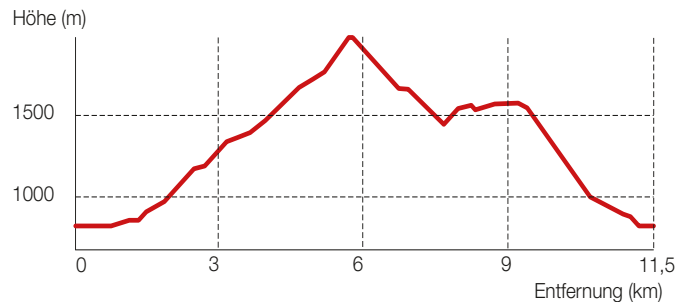
Länge: 11,5 km

mittlere Fahrzeit: 1 h 30 min

Höhenunterschied: 600 m

Schwierigkeit: mittel

Abseits der geschäftigen Hauptstadt Osttirols liegt am Ende des inneren Debanttals mit der Lienzer Hütte ein echtes Kleinod inmitten einer vielfältigen Landschaft mit einer außergewöhnlichen Flora und Fauna. Während der Biker auf dieser Tour immer die reizvolle Landschaft um den Hochschober vor Augen hat, eröffnen sich ihm auch sonst neue Erkenntnisse, z.B. die über seinen Konditionsstand. Zum Routenverlauf: Vom Ausgangspunkt unterhalb des Faschingalmparkplatzes führt die Tour zunächst flach bis leicht fallend zur Weggabelung bei der Nußdorfer Brücke, und von dort weg dann stetig steigend, beim Parkplatz Seichenbrunn die Grenze des Nationalparks Hohe Tauern überschreitend, bis zur Lienzer-Hütte, auf deren Sonnenterasse dann die wohlverdiente Einkehr genossen werden kann! Und wer dann noch nicht genug hat, dem bietet die Lienzer Hütte weitergehende Bike & Bike Tourenmöglichkeiten zur Hochschoberhütte, Elberfelderhütte, Noßbergerhütte und Wangenitzseehütte. So ist für Abwechslung gesorgt!





Dolomiten Radrundfahrt

Die Runde um die wildromantischen Lienzener Dolomiten führt durch die umweltfreundlichste Region Europas und ist eine der beliebtesten Marathonveranstaltungen auf unserem Kontinent. Das besondere Flair, die große Begeisterung der Bevölkerung und die perfekte Organisation verleiht jedem Teilnehmer immer wieder einen Hauch vom großen „Giro“. Die Variante „SuperGiroDolomiti“ führt über Kötschach-Mauthen, den Nassfeld und Plöckenpass und das Tiroler Gailtal nach Lienz.

Jährliche Veranstaltung, Mitte Juni.
www.dolomiten sport.at



Red Bull Dolomitenmann - Lienz

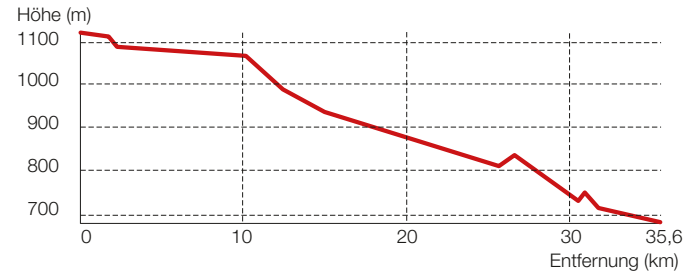
Dieser Bewerb in den Lienzener Dolomiten zählt nach Meinung vieler wohl zu den härtesten Abenteuern, die die heutige Zeit noch zu bieten hat. Ein Team, bestehend aus einem Bergläufer, einem Paragleiter, einem Kanuten und einem Mountainbiker, kämpft dabei als Staffelmansschaft gegen steile Berge, unberechenbare Winde, alpines Wildwasser und halsbrecherische Downhillstrecken. Als Kulisse dienen die mächtigen Lienzener Dolomiten, die Wildwasser führenden Flüsse und die berühmt-berüchtigte H2000-Skiweltcup Abfahrtspiste. **Jährliche Veranstaltung, Anfang September.**
www.redbulldolomitenmann.com

FAMILIENRADWEGE & STRASSENTOUREN IN OSTTIROL





Schöne familienfreundliche Radwanderroute leicht abschüssig entlang der Drau durchs Pustertal, durch die Orte Sillian und Abfalterbach, mit Blick rechts auf die Lienzer Dolomiten, durch die Galitzen Klamm in den Bezirkshauptort Lienz, weiter entlang der schönen Drau-Aulandschaft bis zur Landesgrenze Kärnten.



Drauradweg

37

Start: Sillian - Staatsgrenze

Starthöhe: 1.120 m

Ziel: Nikolsdorf

Zielhöhe: 640 m

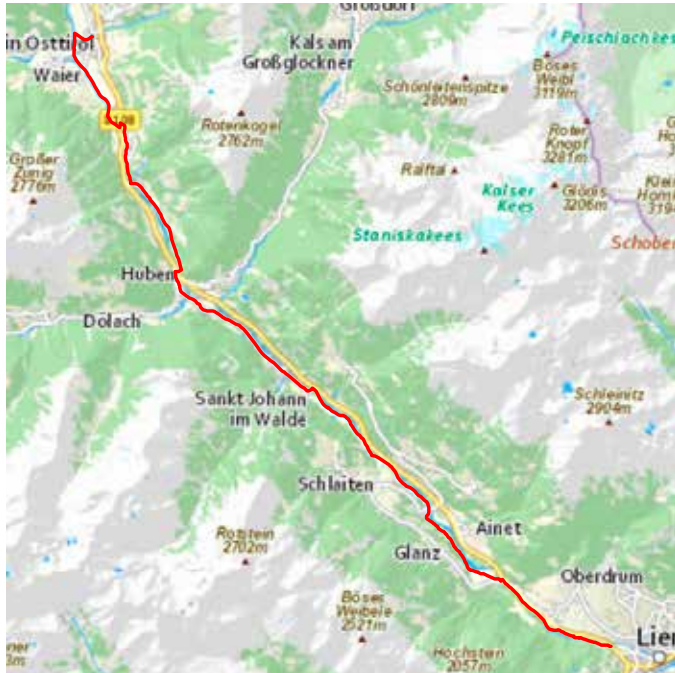
Länge: 35,6 km

mittlere Fahrzeit: 3 h 30 min

Höhenunterschied: 30 m

Schwierigkeit: leicht





Iselradweg

38

Start: Lienz

Starthöhe: 675 m

Ziel: Matrei

Zielhöhe: 980 m

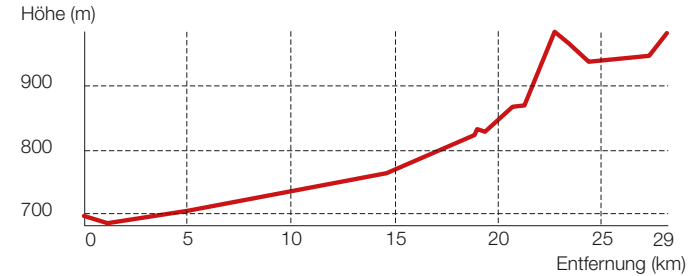
Länge: 29 km

mittlere Fahrzeit: 2 h 20 min

Höhenunterschied: 300 m

Schwierigkeit: leicht

Erholsame, leichte Streckenführung, kaum Anstiege; von Lienz dem Ufer der Isel folgend nach St. Johann im Walde, vorbei an der Ruine Kienburg nach Huben und weiter über Felder und Wiesen nach Matrei i.O.. Anschluß an den RWW Pustertal.



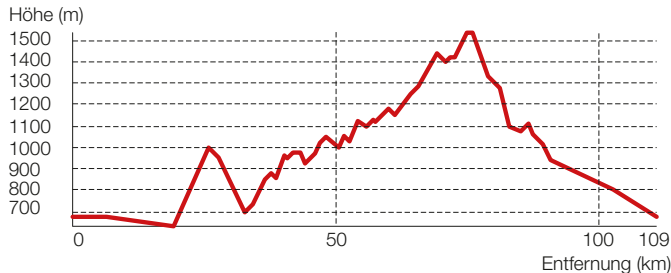


Große Rundtouren auf asphaltierten Straßen

Dolomitenradrundfahrt

Die Tour führt über eine wenig befahrene Alpenstraße durch die umweltfreundlichste Region Europas. Die erste Steigung führt auf den Gailberg, dann fährt man nach Kötschach Mauthen ab. Im Lesachtal steigt die Straße dann stetig an und erreicht am Kartitschersattel den höchsten Punkt. Nun geht es nur noch abwärts, zuerst bis Tassenbach und dann der Drau entlang bis nach Lienz.

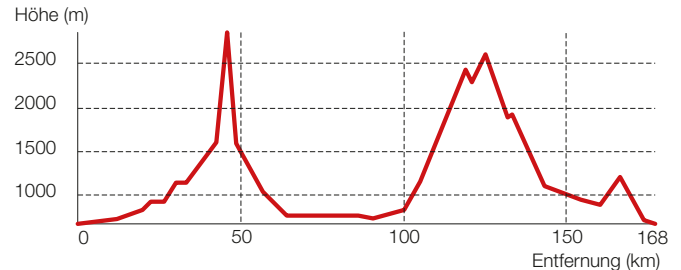
Start/Ziel: Lienz | **Starthöhe:** 670 m | **Höchster Punkt:** Kartitscher Sattel, 1.526 m | **Schwierigkeit:** mittel | **Länge:** 109 km | **mittlere Fahrzeit:** 5 Std. | **Bodenbeschaffenheit:** Asphalt



Glockner-Runde

Diese Rundfahrt erfordert vorher etwas Training. Nach dem Anstieg über Mauterhorn zum Felbertauerntunnel (Shuttleservice durch den Tunnel) führt eine kurvenreiche Abfahrt hinunter nach Mittersill. Weiter bis Zell am See und Bruck. Dort beginnt der Anstieg zum Hochtor, der auch den Besten alles abverlangt. Die Abfahrt nach Heiligenblut und die gemütliche Strecke durch das Mölltal dienen der Erholung, bevor der letzte Anstieg auf den Iselsberg beginnt, doch der herrliche Panoramablick entschädigt für alle Strapazen.

Start/Ziel: Lienz | **Starthöhe:** 670 m | **Höchster Punkt:** Hochtor, 2.505 m | **Schwierigkeit:** schwer | **Länge:** 168 km | **mittlere Fahrzeit:** 8 Std. 30 min | **Bodenbeschaffenheit:** Asphalt

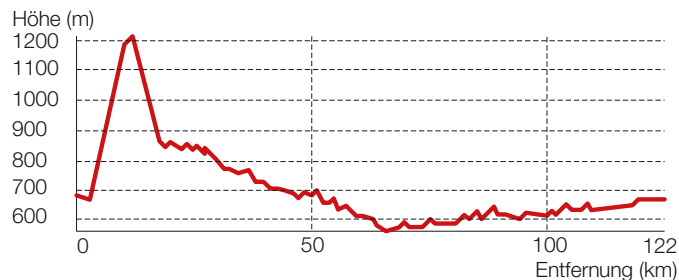




Nr. 3 - Mölltal-Drautal-Runde

Die Tour beginnt mit dem Anstieg auf den Iselsberg, womit man auch schon den höchsten Punkt der Strecke erreicht. Von nun geht es zuerst in Serpentinaen hinunter nach Winklern und dann weiter über das Mölltal bis nach Möllbrücke. Dort beginnt dann der Rückweg über das Drautal nach Lienz. Man kann dabei entweder die Bundesstraße 100 benutzen oder den Drauradweg.

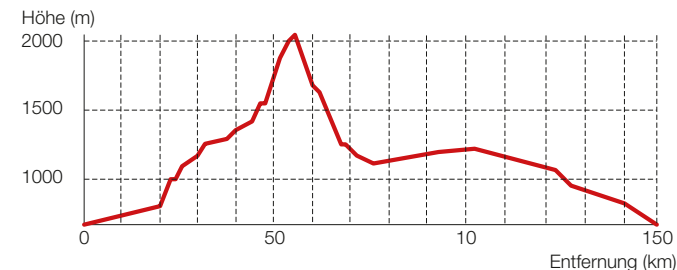
Start/Ziel: Lienz | **Starthöhe:** 670 m | **Höchster Punkt:** Iselsberg, 1.204 m | **Schwierigkeit:** leicht | **Länge:** 122 km | **mittlere Fahrzeit:** 5 Std. 30 min | **Bodenbeschaffenheit:** Asphalt



Nr. 4 - Staller Sattel Runde

Die Strecke führt zunächst entlang des Iseltalradweges bis nach Huben und dann durch das Defereggental bis zum Staller Sattel, dem höchsten Punkt der Tour. Dort beginnt dann die Abfahrt durch das Südtiroler Antholzertal bis nach Niederrasen und Olang. Von dort geht es durch das Pustertal bis nach Toblach und weiter nach Innichen und dann über den Drauradweg zurück nach Lienz.

Start/Ziel: Lienz | **Starthöhe:** 670 m | **Höchster Punkt:** Staller Sattel, 2.052 m | **Schwierigkeit:** mittel | **Länge:** 150 km | **mittlere Fahrzeit:** 7 Std. | **Bodenbeschaffenheit:** Asphalt



ÖBB Bike Info

Sie planen einen größeren Ausflug - vielleicht für ein Wochenende - oder einen Urlaub? Mit den Zügen der ÖBB ist jedes Ziel leicht erreichbar - auch mit dem Fahrrad.

Intercity-Biking

Mit „Intercity-Biking“ ist Ihr Rad und Sonderfahrrad auf langen Strecken schnellstens unterwegs: In den meisten IC und EC-Zügen sowie in vielen EN- und D-Zügen kann über mittlere und längere Entfernungen ein Fahrrad mitgenommen werden. In bestimmten Zügen ist auch eine grenzüberschreitende Beförderung möglich.

Regio-Biking

Für alle, die nicht weit weg wollen, sondern ihr Glück in der Nähe suchen, gibt's „Regio-Biking“, das Rad-Nahverkehrsangebot der ÖBB. „Regio-Biking“ steht für die Mitnahme von Rädern in folgenden Zügen: Regionalzug (R), RegionalExpress (REX), S-Bahn, Regio S-Bahn (RSB).

Einfach-Raus-Radticket

Mit dem Einfach-Raus-Radticket können Sie in Gruppen von jeweils zwei bis fünf Personen (vom Alter unabhängig) inklusive Fahrradmitnahme Ihren Radausflug in Regional- und RegionalExpress-Zügen starten. **Gültigkeitszeitraum:** Montag bis Freitag von 9.00 bis 3.00 Uhr des Folgetages. Samstag, Sonntag, Feiertag ganztägig (bis 3.00 Uhr des Folgetages).

Tipp: Zwischen Lienz und Innichen gilt ein gesonderter Tarif.

Weitere Informationen zu Strecken, Fahrzeiten und Preise für Biker:
www.oebb.at





Rundfahrt Großglockner- Felbertauernstraße



Das ermäßigte FELBERTAUERN-RUNDFAHRT-TICKET führt Sie rund um den höchsten Berg Österreichs durch die schönsten Nationalparkregionen der Hohen Tauern.

INFOS: Felbertauernstraße AG, 9900 Lienz/Osttirol
Albin Egger-Strasse 17, Tel. 0043 4852 / 63330
Mail: info@felbertauernstrasse.at
www.felbertauernstrasse.at

Osttirol
1 km - über 1000 m

Felbertauernstraße



nach Osttirol

Der beste Weg

www.felbertauern.mobi