

Ein »Servus« von der Alm

SALZBURGER SPORTWELT – EIN PARADIES FÜR SIE UND IHR RENNRAD

Nicht nur Mozart wusste, dass Salzburg und seine Umgebung immer eine Reise wert sind; auch heute noch zieht es begeisterte Radsportler in die Salzburger Sportwelt. In der einzigartigen Bergwelt finden sich unzählige Radtouren aller Schwierigkeitsgrade – eine radsportliche Herausforderung für den ehrgeizigen Rennradler.

Entscheidet sich der sportliche Radler für einen Urlaub in der Salzburger Sportwelt, so wird er Radtouren der besonderen Art vorfinden. Denn die Routen bieten ein breites Angebot für Mountainbiker, Rennradler und Freizeitsportler, so dass auch Einsteiger eine Chance haben und jeder seine ideale Tour finden wird. Doch für den kernigen Rennradler, der auch allzu gern seine Grenzen ausloten will, sind die Strecken durch das Salzburger Land Genuss und Herausforderung. Landschaftlich bietet die Region bunte Abwechslung, eine Kombination aus massiven Bergrücken, Bergseen und dicht bewachsenen Wäldern, so dass auch neben dem Rennradsport ein breites Angebot an sportlichen Möglichkeiten gegeben ist. Neben dem regen Sportbetrieb während des ganzen Jahres bietet die Region Salzburg auch kulturell einige interessante »Schmankerl«. So kann man beispielsweise nach drei Tagen Rennrad-Aktivurlaub einen Erholungstag einschieben und ein kleines Stück der spannenden Salzburger Geschichte kennen lernen.

Wussten Sie, dass Salzburg viele Jahrhunderte ein eigenständiges geistliches Reichsfürstentum und einige Jahre »hin- und hergerissen« zwischen Bayern und Österreich war? Erst ab 1816 wurde das Land Salzburg zu allergrößten Teilen dem Kaisertum Österreich einverleibt. Ein interessantes geographisches Detail: Salzburg grenzt ganz im Südwesten mit einem kleinen Stück an Italien – und ganz bestimmt an dieser Stelle fließt ein großes Stück »Dolce Vita« in das Bundesland.

Salzburger Sportwelt

Nach zähen Winterwochen und eisigen Frühjahrstemperaturen entflohen wir für einen Mädelurlaub dem Alltagsstress und planten einen

Radurlaub der besonderen Art. Ziel war die Salzburger Sportwelt mit ihren unzähligen Radsportangeboten. Im Hotel angekommen wurde schnell klar, dass neben uns auch zahlreiche andere Radsportler das gleiche Ziel hatten. Nach einem erstem Beschnuppern fand sich so schnell eine nette Gruppe zusammen.

Da wir insgesamt zwei traumhafte Wochen im Salzburger Land verbrachten, entdeckten wir unzählige Routen – von leichtem bis schwerem Fahrniveau. Im Folgenden will ich Ihnen meine zwei »Lieblingstouren« vorstellen, die nach mehrmaligem Fahrspaß klare Favoriten und Sieger unseres Aktivurlaubes waren.

Nach leichten Einsteigerrunden für die ersten Tage, so etwa die Flachauwinkl- oder die Untertauern-Tour, entscheiden wir uns am dritten Urlaubstag für eine mittlere Route, die Hofalmen Tour. Sie führt von Wagrain hinauf zu den Hofalmen und auf dem gleichen Weg wieder zurück. Verfahren ist also fast ausgeschlossen!

Mittelschwere Hofalmen-Tour

Die verschwitzten Haare wehen im Wind, die Beine sind schwer und mit jedem zurückgelegten Meter verlangt mein knurrender Magen sein wohlverdientes Abendessen. Der ganze Körper sehnt sich nach einer heißen Dusche und einem weichen Bett.

Doch alles auf Anfang – bevor wir die Heimfahrt antreten durften, mussten wir ja erst hinauf! Unsere Etappe am dritten Tag war die Hofalmen-Tour; eine Strecke, die unsere Karte vom Hotel als »mittelschwer« angibt. Da jedoch der lange Winter die üblichen Trainingseinheiten deutlich reduziert hatte, hatten einzelne unserer Gruppe auf einigen Abschnitten ordentlich zu kämpfen. Nach einem ausgiebigen Frühstück werden die Trinkflaschen gefüllt, Wegzehrung bereitet und schon versammelt sich unsere Fünfergruppe vor dem Haupteingang. Abfahrt und somit Startpunkt der heutigen Tour ist unser Hotel Alpina in Wagrain, von hier aus soll es auf die Hofalmen gehen.

Von Wagrain aus führt unsere Strecke an den Ortschaften Moos und Schwaighof vorbei, in Richtung Feuersang. Hier biegen wir am Ortseingang von Feuersang links ab nach Reitdorf und so führt die Straße weiter durch die Bauerndörfer von Reitdorf und Höch bis nach Eben. Diese Route ist bei Einsteigern durchweg beliebt und wird häufig in den ersten Tagen gefahren. Auch wenn mittendrin ein Straßenwechsel über die A10 erfolgt, so gelingt das ohne Probleme, da die durchgehende Beschilderung dafür sorgt, dass der Rennradler auf dem richtigen Weg bleibt. Wie der Name schon verrät, so verläuft die Strecke bis Eben im Pongau durchgehend, von leichten »Bodenwellen« und einem kurzem Anstieg



Schönes Wetter, autofreie Straßen, das verführt zu Attacken!

Willkommene Pause auf der Edelweiß-Alm.



Traumhafte Ausblicke auf die Alpen, im Tal liegt Wagrain.



abgesehen, eben. Mit flottem Tritt können wir so besonders das traumhafte Umland genießen: Grüne Weiden, saftige Wiesen und romantisches Almenflair zeigen den traumhaften Charakter der Salzburger Sportwelt.

Über Schattbach folgen wir der Bundesstraße, der Filzmooserstraße, weiter bis zur namensgleichen Ortschaft. Der kommende Anstieg von ca. fünf Kilometern, bei dem wir rund 200 Höhenmeter überwinden, treibt nun doch den ein oder anderen Schweißtropfen auf die Stirn. Da heute bereits am Vormittag die Sonne hoch am Himmel steht, ist die Gruppe froh, als wir Filzmoos in einer kleinen Hochebene erreichen. Hier lohnt es sich, eine erste Rast einzulegen und so steigen auch wir ab und erkunden das Berg- und Wanderdorf Filzmoos und sein markantes Wahrzeichen, die Bischofsmütze. Sie ist der höchste und wohl auch schönste Berg im Gosaukamm. Die markante Gestalt birgt eine starke Wiedererkennung und bringt so Kletterfreunden ein unvergessliches Erlebnis. Im Zentrum von Filzmoos finden wir den bekannten Fiakerwirt auf der rechten Seite, wo wir uns mit einer deftigen Brotzeit stärken. Hinter dem Ortszentrum führt eine Mautstraße (mautfrei für Rennradler) weiter auf die publikumsträchtigen Ausflugsalmen am Fuße der Bischofsmütze.

Von Filzmoos folgen die letzten Kilometer weiter in Richtung der Hofalmen. Wir lassen erneut in steilerem Gelände 150 Höhenmeter unter uns. Durch dichten Nadelwald und steinige Bergszenerie erklimmen wir den Weg bis zum Zielpunkt. Da die Hofalmen, Unterhofalm und Oberhofalm, besonders als Einkehr zu empfehlen sind, nutzen auch wir diese Gelegenheit: Nach 31 Kilometern entspannen wir uns bei einer frischen Buttermilch und genießen einen traumhaften Ausblick, bevor eine entspannte Abfahrt ins Tal erfolgt, retour auf derselben Strecke.

Superschwere Dachsteinumrundung

Während der gestrigen Rast auf den Hochalmen haben wir ein sportliches Radler-Pärchen kennen gelernt. Beide fahren seit Jahren zum Rennradeln in die Salzburger Sportwelt und haben uns eine Tour besonders ans Herz gelegt: Will der abenteuerlustige Rennradler eine Route der besonderen Art erleben, so wählt er die Dach-

steinumrundung. Gesagt, getan – am nächsten Morgen sollte es losgehen.

Bevor unsere heutige anspruchsvolle Tour zur Dachsteinumrundung starten kann, fahren wir kurz über Flachau und holen die neuen Freunde von gestern in ihrem Hotel Tauernhof ab.

Knackige 195 Kilometer warten heute auf uns – eine Strecke, die schon jetzt so manchem in der Gruppe Respekt einflößt. Doch neben der gewaltigen Länge der Strecke, bietet diese Route auch geographisch einzigartige Momente: Die Tour wird uns durch die drei Bundesländer Salzburg, Steiermark und Oberösterreich führen.

Nach einem ersten kurzen Anstieg gleich nach Wagrain fährt die komplette Gruppe ab Feuerstang wie am Tag zuvor über Reitdorf nach Pongau. Weiter geht es auf der Salzburgerstraße bis

nach Radstadt und nach der Durchquerung des gemütlichen Ortes in südlicher Richtung weiter. Entlang der Tauernstraße (später Katschbergstraße) kommt der erste Anstieg. Innerhalb von drei Kilometern überwinden wir die ersten 200 Höhenmeter durch den kühlen Tannenwald nach Osten bis nach Löbenau. Eisern klettern wir bergan, die Kräfte sind noch frisch und so ist diese erste Hürde gut überstanden; doch allen wird klar, dass dies erst der Anfang einer wahrlich anspruchsvollen Runde war.

Eine erholsame Abfahrt über Forstau weiter in Richtung Pichl lässt die Kräfte schnell regenerieren. Weiter geht es für uns auf der Ennstaler Bundesstraße bis nach Schladming. Von da an verläuft unsere Fahrt bis Pruggern sehr abwechslungsreich: Es folgen zwei kleinere, aber dennoch knackige Anstiege, die zu einem kleinen Wettren-



Bild oben: Das Fahren in der Gruppe sorgt für Spaß und Motivation.

Von Wagrain aus kämpfen wir uns eine Serpentinstraße bergan.



nen einladen. Die Kraftreserven sind voll und so gibt es kleine Fights in der Gruppe, die alle richtig anspornen. Nach der Durchquerung von Pruggern folgen 25 Kilometer voller Entspannung, bei denen man das Ennstal mit seinen beschaulichen Orten und die umliegende Berglandschaft richtig genießen kann. Leicht bergab durchfliegen wir so mit sanftem Rückenwind die Landschaft. So geht es über die Bauerndörfer im unteren Ennstal entlang der Hauptstraße über Falkenburg und Irding weiter bis Schloss Trautenfels. Gleich hinter Trautenfels wartet die zweite große Herausforderung für die heißgefahrenen Beine: Es geht den Großen Grimmling steil bergauf. Wie emsige Bergziegen klettert unser Grüppchen Meter für Meter vorwärts, bis wir eine wellige Hochebene erreichen, die mit einer sagenhafte Aussicht auf das tiefer liegende Umland belohnt. Entlang der Salzkammergut-Bundesstraße radeln wir hier weiter über Bad Mitterndorf bis Gschlößl.

Über Bad Aussee geht es für uns weiter zum heutigen Tiefpunkt (541 Höhenmeter) in Obertraun nach Hallstatt. Hier gönnen wir uns endlich, nach 128 Kilometern, am traumhaften Hallstättersee eine wohlverdiente längere Pause. Nach einem deftigen Mittagessen werden kurz die Füße im See erfrischt, bis es dann weiter geht: Die nächste Herausforderung wartet schon.

Am Fuße des Hallstättersees beginnt einer der letzten steilen Aufstiege der heutigen Dachsteinumrundung. Umringt von den Palassen und dem Hoch Kalmberg zieht sich unsere Schlange hinauf bis nach Glosau. Steil ragt zur Linken der Hornspitz empor und auf uns warten auf den kommenden drei Kilometern erneut 200 Höhenmeter bis zur Landesgrenze. Keuchend verlassen wir so Oberösterreich über den Pass Gschütt. Im Wiegetritt liegen wir eng am Hang bis endlich jenseits der Kuppe die bildschöne Abfahrt über Russbach ins Lammertal bis nach Abtenau wartet – immer mit Blick auf das Dachsteingebirge.

Vor Abtenau fahren wir geradewegs in südlicher Richtung. Nach einem ersten kleinen Anstieg vorbei am Kleinen Donnerkegel, folgt ein faszinierender und kräftezehrender Anstieg auf 970 Meter, hoch auf St. Martin am Tennengebirge. Nun machen sich die bereits 160 zurückgelegten Kilometer extrem bemerkbar: Die Beine wer-



Bild oben: Unsere Heimat, das Hotel Alpina.

Bild links: Die Flachau ist nicht ganz so flach wie der Name es vermuten lässt.

Eventipp in der Salzburger Sportwelt

Amadé Radmarathon am 16. Mai 2010

Der Amadé Radmarathon ist das Highlight der Saison für alle erfahrenen Radsportler sowie auch für Marathon-Einsteiger und lockt Jahr für Jahr 1 700 Teilnehmer an. Mit einer Streckenlänge von 176 Kilometern kann der ambitionierte Rennradler hier schon mal ins Schwitzen geraten, doch wird er mit einem herrlichen Panorama belohnt. Für den Marathoneinsteiger bietet sich die 98 Kilometer-Strecke an.

Zudem ist die Veranstaltung in der zweiten Maihälfte traditionell der sportlicher Höhepunkt der Radsaison in der Salzburger Sportwelt für alle Radsportler, die eine besondere Herausforderung suchen.

Bild unten: Entlang der Salzburger Bergseen fährt es sich entspannt in der Gruppe.



den schwer, die Muskeln brennen, die Luft wird knapp. Alle wuchten sich im Wiegetritt bergan, werden eins mit dem Berg. Oben angekommen ringen wir nach Luft, die ersten steigen ab, einer legt sich in Gras.

Aber nur kurz, schließlich sind wir fast zuhause: Mit frischer Luft in den Lungen radeln wir bergab ins Fritztal nach Eben und erreichen – mit einigen kleineren Hügeln – nach 195 Kilometern wieder unseren Ausgangspunkt in Wagrain.

Fazit

Auch wenn sich die Salzburger Sportwelt für die unterschiedlichsten Radsportler eignet, so ist ge-

rade diese Landschaft für Rennradler zu empfehlen, die den besonderen Kick suchen.

Sie ist besonders als Trainingsprogramm zur Vorbereitung auf einen anspruchsvollen Marathon sehr zu empfehlen, da die Bergwelt zahlreiche Touren mit verschiedenen Niveaustufen bietet. Ein geographisches Extra ist zudem der ständige Begleiter, die herrliche Bergwelt rund um den Dachstein und die hoch aufragenden Tauern. Und wird auch mancher heiße Tropfen Schweiß vergossen, so besteht der Lohn doch aus unvergesslichen Eindrücken.

Daniela Höllein

Rennradsaison

Die Saison für alle Biker ist von April bis Oktober. In dieser Zeit kommen Mountainbiker, Freizeitsportler und besonders Rennradler voll auf ihre Kosten und können die Routen rund um die Salzburger Sportwelt (www.salzburgersportwelt.com) genießen.

Spezielle Roadbike Hotels

Aktiv und Wellness Hotel Alpina ****

Kirchboden 97
A-5602 Wagrain
Telefon: +43-(0)6413-83 37
www.hotelalpina.at

FunSport- und Bikehotel Tauernhof ****

Flachauer Straße 163
A-5542 Flachau
Telefon: +43-(0)6457-2311
www.tauernhof.at

Weitere Roadbike Holidays-Regionen & -Hotels finden Sie unter: www.roadbike-holidays.com

Sportliche Alternativen zum Radeln

Neben den Radsportangeboten mit zahlreichen Routen bietet die Salzburger Sportwelt auch eine Vielzahl anderer Sportangebote: Von Klettern über Wandern bis Golf findet sich eine bunte Palette an Freizeitsportangeboten; besonders zu empfehlen ist eine Fahrt in einer der Sommerbergbahnen, um die traumhafte Landschaft einmal aus der Vogelperspektive zu betrachten.

An kühleren Tagen lohnt es sich, eines der zahlreichen Alternativ-Sportprogramme zu nutzen oder einen Wellness- oder Kulturtag einzulegen. So wird der Radsporturlaub in der Salzburger Sportwelt zum unvergesslichen Erlebnis.

Tipp

Salzburger-Land-Card

Einmal erworben bietet die Karte freien Eintritt zu über 190 Sehenswürdigkeiten und Attraktionen im ganzen Salzburger Land.