

# Renaissance auf der Loipe

**Der Langlauf hat sein verstaubtes Image abgelegt. Die Sportart erlebt dank innovativer Technik, anspruchsvollem Design und modernen Angebotskonzepten einen Aufschwung.**

TEXT//ANN-MARIE STARK

Loslos gleiten die Skier durch den glitzernden Schnee. Die Muskulatur arbeitet, der Geist ist hellwach, die Alltagsorgen verfliegen. Beim Langlaufen lässt sich das Landschaftserlebnis an der frischen Winterluft mit körperlicher Aktivität verbinden – eine Kombination, die bei den Gästen gut ankommt. Besonders für gesundheitsbewusste Urlauber gibt es viele Gründe, sich die Ski anzuschlappen: Langlaufen zählt zu den gesündesten Sportarten, bei der bis zu 95 Prozent der Muskulatur beansprucht werden. Es gilt als ideales Training für das Herz-Kreislauf-System und soll zudem effektiv Fett verbrennen und gleichzeitig gelenkschonend sein.

Die nordische Sportart habe einen festen Platz auf der Hitliste der Winterurlauber eingenommen, sagt Philipp Walcher, Geschäftsführer des Tourismusverbands Ramsau am Dachstein. „Die Bewegung in der Natur ist das Hauptmotiv für Langläufer“, schildert Walcher. Dabei findet jeder sein eigenes Tempo: Die Skater sind auf der Suche nach intensiver sportlicher Betätigung, während für die Liebhaber des klassischen Langlaufstils das genussvolle Gleiten durch die Winterwelt an erster Stelle steht. Die Ramsau zählt mit ihren 220 Kilometer umfassenden Loipennetz zu den führenden Langlaufdestinationen Österreichs.

**FIT DURCH LANGLAUF** 256 Kilometer Loipen hat die Region Seefeld zu bieten – darunter auch Schlittenlanglauf-Loipen für Rollstuhlfahrer und eine Hundeloipe. Und den Reiz, dass hier sogar die Weltmeister trainieren. Die Sportart Langlaufen erlebe eine Renaissance, berichtet auch Elias Walser, Geschäftsführer des Tourismusverbands Seefeld: „Langlaufen hat sein verstaubtes Image abgelegt, was am allgemeinen Trend zu Fitness und Gesundheit sowie an den niedrigen Einstiegsbarrieren in die Sportart liegt.“ Denn Langlaufen gelte als sehr einfach zu erlernen, was viele Gäste dazu motiviere, sich auf der Loipe zu versuchen.

Durch seine positiven gesundheitlichen Effekte ist Langlaufen bei Jung und Alt beliebt. Die Ferienregion Böhmerwald im Dreiländereck Österreich-Deutschland-Tschechien verzeichnet einen Aufschwung rund um das Langlaufen in allen Altersgruppen. Bei den jüngeren Gästen sei aber vor allem Skating beliebt, erzählt Reinhold List, Geschäftsführer des Tourismusverbands Böhmerwald. Sie würden die körperliche Anstrengung suchen und sich auspowern wollen. Doch auch der Nachwuchs macht sich im nordischen Zentrum im Böhmerwald auf den Spiel-Loipen mit Schanzen und Wellenbahnen mit dem Gleiten im Schnee vertraut. Das Langlaufen stelle meist nicht das Hauptmotiv für eine Reise in den Böhmerwald dar, sei aber als unkomplizierte Urlaubsaktivität bei den Gästen sehr beliebt, erläutert List.

**NACH DER LOIPE AUF DIE YOGA-MATTE** Die Steiermark hat die Frauen als Zielgruppe für sich entdeckt. „Das Langlaufen spricht den gesamten Körper an, darunter besonders jene Partien, bei denen viele Frauen eine wenig ausgeprägte Muskulatur aufweisen, wie etwa die Oberarme“, erklärt Ute Hödl, Presseverantwortliche von Steiermark Tourismus. „Dieses ganzheitliche Training kommt bei Frauen sehr gut an“, so Hödl. Im Vordergrund stehe dabei nicht das schweißtreibende Aktivprogramm, sondern ein sanfter Einstieg in den Sport, der auch in der Gruppe Spaß macht. Auch innovative Kombinationsmöglichkeiten mit anderen Aktivitäten stehen im Angebot: Im Murtal etwa lässt sich das nordische Skivergnügen mit der Trendsportart Yoga verbinden. Solche Kombinationsangebote sind laut Hödl sehr gefragt: Vor allem Entspannung im Spa komme als Ausgleich zur körperlichen Betätigung gut an.

**INNOVATIVES MATERIAL** Auch ohne eigene Ausrüstung starten Besucher auf Österreichs Loipen durch: Eine moderne Leihhausrüstung zählt heute zum Standardangebot der Wintersport-



gebiete. Das Equipment selbst wurde in den letzten Jahren weiterentwickelt und die Wartung vereinfacht: „Früher war das aufwendige Wachsen der Skier für viele Interessierte abschreckend. Heute werden Felle unter die Skier eingesetzt, die das Wachs ersetzen“, schildert Marco Pointner, Geschäftsführer von Saalfelden Leogang Tourismus. Zusätzlich wird die Ausrüstung durch ansprechende Designs attraktiver.

Neben der hochwertigen Ausrüstung legen die Gäste auch Wert auf eine ausreichende Beschilderung der Routen und auf Informationsmaterial. Saalfelden Leogang setzt auf analoges wie digitales Kartenmaterial; Auf den digitalen Karten sind laufend aktuelle Statusberichte von den Loipen abrufbar. So kann der Gast vorab sehen, ob eine Loipe geöffnet oder eine Skatingspur vorhanden ist. Damit die Loipen möglichst durchgehend befahrbar sind, sind Innovationen und

Investitionen etwa in die Beschneigung notwendig. Um den Bedarf an Schnee zu decken, setzen viele Regionen auf Snowfarming. Dabei wird Schnee im Jänner bei minus acht bis minus 15 Grad unter Hackschnitzeln und einer Plane konserviert, sodass er in der darauffolgenden Saison je nach Bedarf eingesetzt werden kann.

**GESUNDE VERPFLEGUNG** Wer nach dem Gleiten durch die Winterlandschaft eine Stärkung sucht, wird entlang der Loipen fündig. Die Ansprüche der Gäste an die Gastronomie entlang der Route sind hoch. Wert gelegt wird dabei auf eine warme, authentische Atmosphäre in den Betrieben. In der Ramsau setzt man daher nicht auf klassische Skihütten, sondern auf ursprüngliche Bauernhöfe, die ein gemütliches Ambiente aufweisen.

Georg Berger, Hausherr des Ramsauer Biobauernhofs Frienerhof weiß,

wonach Langläufern kulinarisch der Sinn steht: „Nicht das Schnitzel ist gefragt, sondern eine gesunde und oft auch vegetarische Küche.“ Je jünger die Gäste sind, desto häufiger würden sie sich eine gesunde Verpflegung wünschen. Diese Erfahrung teilt auch Margret Orthofer von der gleichnamigen Pension im steirischen Joglland. Außerdem seien den Langläufern Qualität und umfassender Service wichtig, erzählt die Gastgeberin: „Die Gäste möchten alles an einem Ort haben – eine ausgezeichnete Loipe, den Verleih-Service und einen gemütlichen Gasthof zum Ausruhen.“ Nicht nur Urlauber nutzen das umfassende Angebot, sondern auch bei Betriebs- und Vereinsausflügen liegt Langlaufen im Trend. Denn die gemeinsame Aktivität fördert den Teamgeist und die Bewegung schafft einen körperlichen Ausgleich zum Arbeitsalltag. //