

Langlaufloipen in den Ammergauer Alpen

„Mein Spurwechsel“

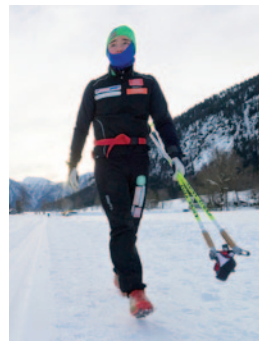
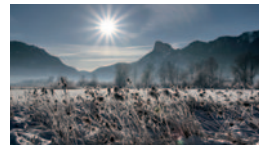
Königlich Langlaufen in den Ammergauer Alpen

Sie haben die Wahl: Egal, ob Sie auf einer Pulverschnee-loipe zum Schloss Linderhof gleiten, in schneller Skatingbahn den Spuren des König-Ludwig-Laufs folgen oder genussvoll die Stille und Schönheit der Ammergauer Alpen auf Langlaufskiern genießen – Loipenspaß in traumhafter Landschaft ist auf jeden Fall garantiert.



Auf Grund der Höhenlage sind die Loipen in den Ammergauer Alpen sehr schneesicher. Über 100 km Langlaufloipen führen im Winter durch die bayerischen Ammergauer Alpen – ein Großteil davon sind sowohl klassisch als auch für Skater gespurt. Die Nutzung aller Loipen ist natürlich kostenfrei. Sonnige Rundkurse mit Einstiegen direkt im Ort lassen das Langlauf-Vergnügen vor Ihrer Haustür beginnen.

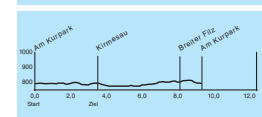
Loipenbericht
www.ammergauer-alpen.de



1 Kirmesauer Runde

Schwierigkeit: mittel
Länge: 9,3 km
Start: Bad Bayersoiern Kurhaus
Typ: Klassisch / Skating
Höhenmeter: 50
Laufrichtung: Gegen Uhrzeigersinn
Parkmöglichkeiten: Am Kurhaus, Kirmesauer Straße, am Soier See, am Trahweg

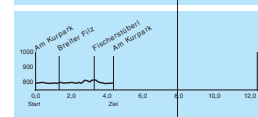
Strecke: Kurpark Bad Bayersoiern – Kirmesau – Breiter Filz – Kurpark



2 Seerunde

Schwierigkeit: leicht
Länge: 4,4 km
Start: Bad Bayersoiern Kurhaus
Typ: Klassisch / Skating
Höhenmeter: 40
Laufrichtung: Im Uhrzeigersinn
Parkmöglichkeiten: Am Kurhaus, Kirmesauer Straße, am Soier See, am Trahweg

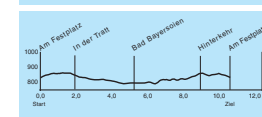
Strecke: Kurpark Bad Bayersoiern – Breiter Filz – Fischerstüberl – Kurpark



3 Große Rochusrunde

Schwierigkeit: mittel
Länge: 10,7 km
Start: Bad Kohlgrub Festplatz
Typ: Klassisch / Skating
Höhenmeter: 130
Laufrichtung: Im Uhrzeigersinn
Parkmöglichkeiten: Festplatz an der Kehrer Straße, am Bahnhof

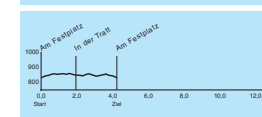
Strecke: Festplatz Bad Kohlgrub – In der Tratt – Bad Bayersoiern – Hinterkehr – Festplatz Bad Kohlgrub



4 Kleine Rochusrunde

Schwierigkeit: mittel
Länge: 4,3 km
Start: Bad Kohlgrub Festplatz
Typ: Klassisch / Skating
Höhenmeter: 50
Laufrichtung: Im Uhrzeigersinn
Parkmöglichkeiten: Festplatz an der Kehrer Straße (kostenfrei)

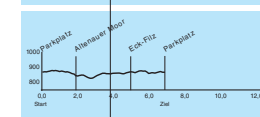
Strecke: Festplatz Bad Kohlgrub – In der Tratt – Festplatz Bad Kohlgrub



5 Saulgruber Runde

Schwierigkeit: mittel
Länge: 6,9 km
Start: Saulgrub Parkplatz Achelestraße
Typ: Klassisch / Skating
Höhenmeter: 70
Laufrichtung: Im Uhrzeigersinn
Parkmöglichkeiten: Parkplatz Achelestraße (kostenfrei), am Bahnhof (kostenfrei)

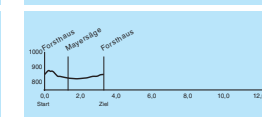
Strecke: Parkplatz Saulgrub – Altenauer Moor – Eck Filz – Parkplatz Saulgrub



6 Buchwaldrunde

Schwierigkeit: mittel
Länge: 3,4 km
Start: Forsthaus Unternogg
Typ: Klassisch / Skating
Höhenmeter: 55
Laufrichtung: Gegen Uhrzeigersinn
Parkmöglichkeiten: Forsthaus Unternogg (kostenfrei)

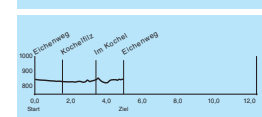
Strecke: Forsthaus Unternogg – Mayersäge – Forsthaus Unternogg



7 Kochelfilzrunde

Schwierigkeit: leicht
Länge: 4,8 km
Start: Altenau Eichenweg
Typ: Klassisch / Skating
Höhenmeter: 50
Laufrichtung: Im Uhrzeigersinn
Parkmöglichkeiten: Trachtenheim, Schule, Kirche, Dorfweihen, Forsthaus Unternogg (kostenfrei)

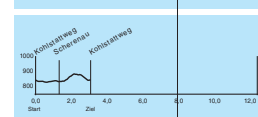
Strecke: Eichenweg Altenau – Kochelfilz – Im Kochel – Eichenweg Altenau



8 Scherenauer Runde

Schwierigkeit: leicht
Länge: 3,2 km
Start: Unterammergau Lachenbach
Typ: Klassisch / Skating
Höhenmeter: 60
Laufrichtung: Gegen Uhrzeigersinn
Parkmöglichkeiten: Steckenberglift, Pürschlingparkplatz

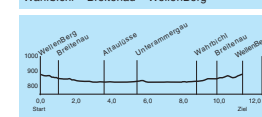
Strecke: Kohlstattweg Unterammergau – Scherenau – Kohlstattweg Unterammergau



9 Sonnenrunde

Schwierigkeit: leicht
Länge: 11,5 km
Start: Oberammergau Wellenberg
Typ: Klassisch / Skating
Höhenmeter: 60
Laufrichtung: Im Uhrzeigersinn
Parkmöglichkeiten: Erlebnisbad Wellenberg (kostenfrei), Laber Bergbahn

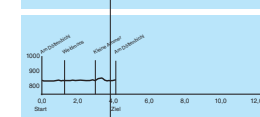
Strecke: Wellenberg Oberammergau – Breitenau – Altalulüsse – Unterammergau – Wahrtrichl – Breitenau – Wellenberg



10 Weidmoosrunde

Schwierigkeit: leicht
Länge: 4,2 km
Start: Oberammergau Friedhof
Typ: Skating
Höhenmeter: 30
Laufrichtung: Im Uhrzeigersinn
Parkmöglichkeiten: Friedhof, Tennisanlage/ Malensteinweg (kostenfrei), Kolbenseilbahn, Kolbengasse

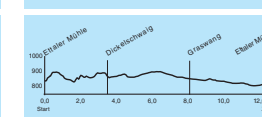
Strecke: Friedhof Oberammergau / Döttenbühl – Weidmoos – Kleine Ammer – Döttenbühl



11 Graswangrunde

Schwierigkeit: leicht
Länge: 12,5 km
Start: Ettaler Mühle
Typ: Klassisch / Skating
Höhenmeter: 180
Laufrichtung: Im Uhrzeigersinn
Parkmöglichkeiten: Ettaler Mühle, Zieglerhof an der B 23, Armesee-lensstraße

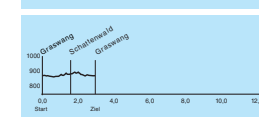
Strecke: Ettaler Mühle – Dickelschwaig – Graswang – Ettaler Mühle



12 Dickelschwaigrunde

Schwierigkeit: leicht
Länge: 3 km
Start: Graswang
Typ: Klassisch / Skating
Höhenmeter: 55
Laufrichtung: Im Uhrzeigersinn
Parkmöglichkeiten: Parkplatz beim Gasthof Fischerwirt (kostenfrei), Parkplatz Schattenwald/ Wildfütterung (kostenfrei)

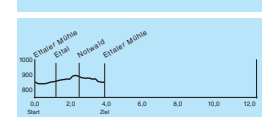
Strecke: Graswang – Schattenwald (Teilstück der König-Ludwig-Loipe) – Graswang



13 Ettaler Runde

Schwierigkeit: leicht
Länge: 3,9 km
Start: Graswang
Typ: Klassisch / Skating
Höhenmeter: 70
Laufrichtung: Im Uhrzeigersinn
Parkmöglichkeiten: Ettaler Mühle (kostenfrei), Zieglerhof (an der B 23, kostenfrei), Hotel "Ludwig der Bayer"

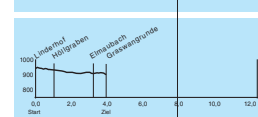
Strecke: Ettaler Mühle – Ettal – Notwald – Ettaler Mühle



VL Linderhof - Graswang

Schwierigkeit: leicht
Länge: 4,0 km
Start: Linderhof
Typ: Klassisch / Skating
Höhenmeter: 25
Laufrichtung: Osten
Parkmöglichkeiten: Schloss Linderhof

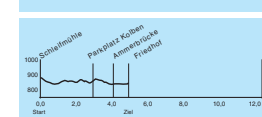
Strecke: Linderhof – Höllgraben – Elmaubach – Anschluss Graswangrunde



VL Unterammergau-Oberammergau

Schwierigkeit: mittel
Länge: 5,6 km
Start: Schleifmühle Unterammergau
Typ: Klassisch / Skating
Höhenmeter: 160
Laufrichtung: Südosten
Parkmöglichkeiten: Steckenberglift, Parkplatz Kolben

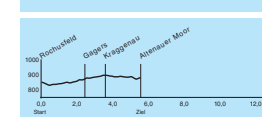
Strecke: Schleifmühle – Parkplatz Kolben – Ammerbrücke – Friedhof Oberammergau



VL Bad Kohlgrub - Saulgrub

Schwierigkeit: mittel
Länge: 5,6 km
Start: Bad Kohlgrub Rochusfeld
Typ: Klassisch / Skating
Höhenmeter: 130
Laufrichtung: Südwesten
Parkmöglichkeiten: Festplatz an der Kehrer Straße (kostenfrei), Sonnenstraße

Strecke: Rochusfeld – Gagers – Kraggenau – Altenauer Moor



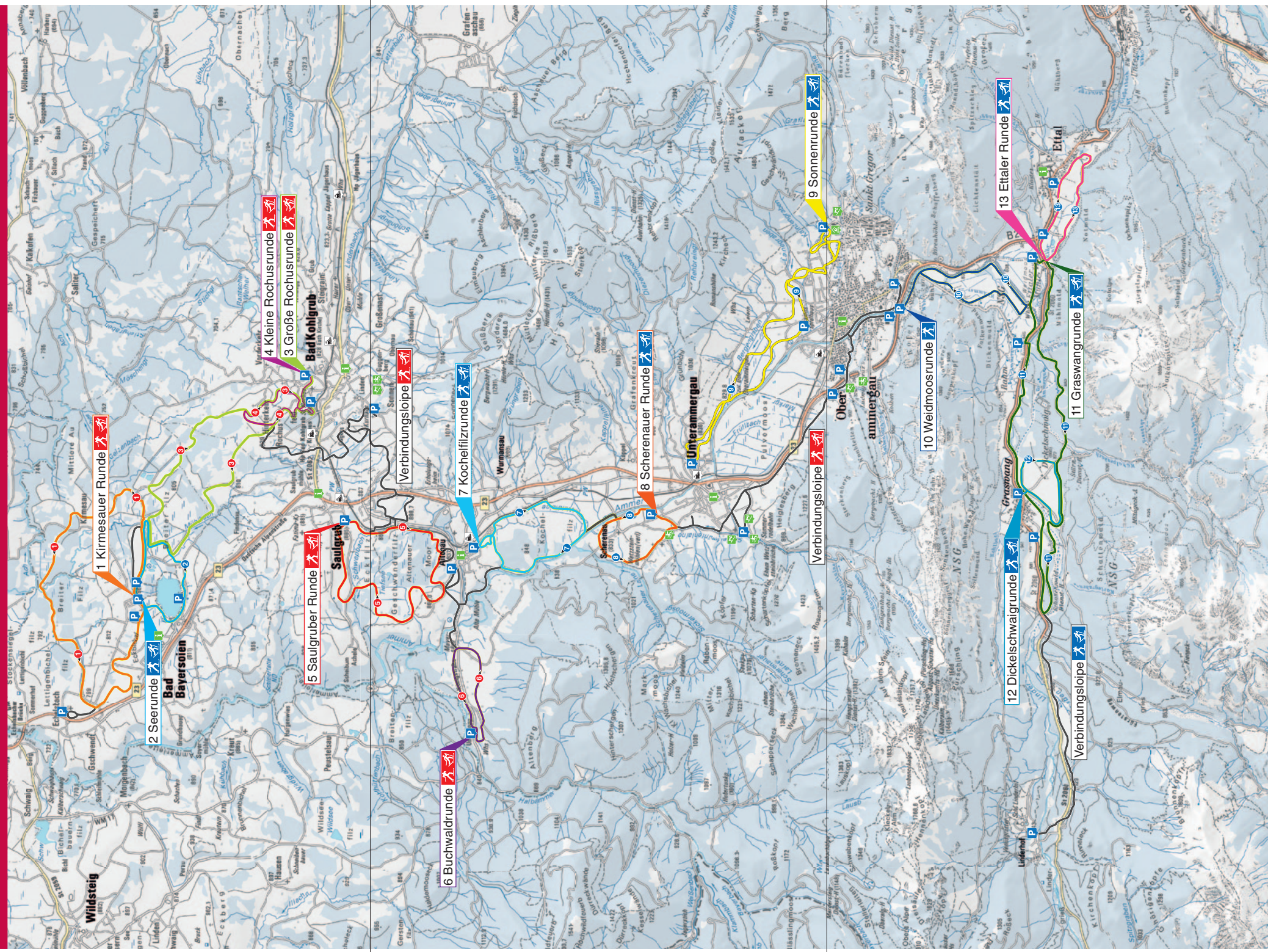
FIS-Regeln für Langläufer

- Rücksichtnahme auf die anderen:** Jeder Langläufer muss sich so verhalten, dass er keinen anderen gefährdet oder schädigt.
- Signalsituation, Laufrichtung und Lauftechnik:** Markierungen und Signale (Hinweisschilder) sind zu beachten. In Loipen ist in der angegebenen Richtung und Lauftechnik zu laufen.
- Wahl der Spur:** Auf Doppel- und Mehrfachspuren muss in der rechten Spur gelaufen werden. Langläufer in Gruppen müssen in der rechten Spur hintereinander laufen. In freier Technik ist rechts zu laufen.
- Überholen:** Überholt werden darf rechts oder links. Der vordere Läufer braucht nicht auszuweichen. Er sollte aber ausweichen, wenn er es gefahrlos kann.
- Gegenverkehr:** Bei Begegnung hat jeder nach rechts auszuweichen. Der abfahrende Langläufer hat Vorrang.

- Stockführung:** Beim Überholen, Überholtwerden und bei Begegnungen sind die Stöcke eng am Körper zu führen.
- Anpassung der Geschwindigkeit an die Verhältnisse:** Jeder Langläufer muss, vor allem auf Gefällestrrecken, Geschwindigkeiten und Verhalten seinem Können, den Geländebedingungen, der Verkehrsichte und der Sichtweite anpassen. Er muss genügend Sicherheitsabstand zum vorderen Läufer einhalten. Notfalls muss er sich fallen lassen, um einen Zusammenstoß zu verhindern.
- Freiheit der Loipen:** Wer stehen bleibt, tritt aus der Loipe. Ein gestürzter Langläufer hat die Loipe möglichst rasch freizumachen.
- Hilfeleistung:** Bei Unfällen ist jeder zur Hilfeleistung verpflichtet.
- Ausweispflicht:** Jeder, ob Zeuge oder Beteiligter, ob verantwortlich oder nicht, muss im Falle eines Unfalles seine Personalien angeben.



Langlaufloipen in den Ammergauer Alpen



Loipenangebot:

Nr. Loipenname	Typ/Level	Länge	HM
1 Kirmesauer Runde		9,3 km	50 m
2 Seerunde		4,4 km	40 m
3 Große Rochusrunde		10,7 km	130 m
4 Kleine Rochusrunde		4,3 km	50 m
5 Saulgruber Runde		6,9 km	70 m
6 Buchwaldrunde		3,4 km	55 m
7 Kochelfilzrunde		4,8 km	50 m
8 Scherenauer Runde		3,2 km	60 m
9 Sonnerrunde		11,5 km	60 m
10 Weidmoosrunde		4,2 km	30 m
11 Graswangrunde		12,5 km	180 m
12 Dickelschwaigrunde		3,0 km	55 m
13 Ettaler Runde		3,9 km	70 m
Verbindungsloipe		5,6 km	160 m
Unterrammgau - Oberammergau		4,0 km	25 m
Verbindungsloipe		5,6 km	130 m
Linderhof - Graswang			
Verbindungsloipe			
Bad Kohlgrub - Saulgrub			

Legende:

- Skating Loipe
- Klassische Loipe
- Startpunkt der Rundloipe
- Parkmöglichkeit
- Bahnhof
- Tourist-Information
- Hallenbad
- Ski Alpin
- Schlittensport

Schwierigkeitsgrad der Loipen:

- leicht
- mittelschwer
- schwer

- Verbindungsloipe
- Loipennummer / Schwierigkeit und empfohlene Laufrichtung



Maßstab 1:50.000

Impressum:

Herausgeber: Ammergauer Alpen GmbH
 Grundlage: Topographische Karte 1:50.000
 © Bayer. Vermessungsverwaltung; 201-1/11
 Kartographie: Green Solutions
 Fotografien: Ammergauer Alpen GmbH,
 Eberhard Starosczik, Hans-Peter Schoene,
 Magnus Östh
 Trotz sorgfältiger Recherche können wir die
 Richtigkeit der Angaben nicht garantieren oder
 dafür haften.

Kontakt:

Ammergauer Alpen GmbH
 Eugen-Papst-Straße 9a
 82487 Oberammergau

Tel.: +49 (0) 8822 / 922 740
 Fax: +49 (0) 8822 / 922 745

info@ammergauer-alpen.de
 www.ammergauer-alpen.de