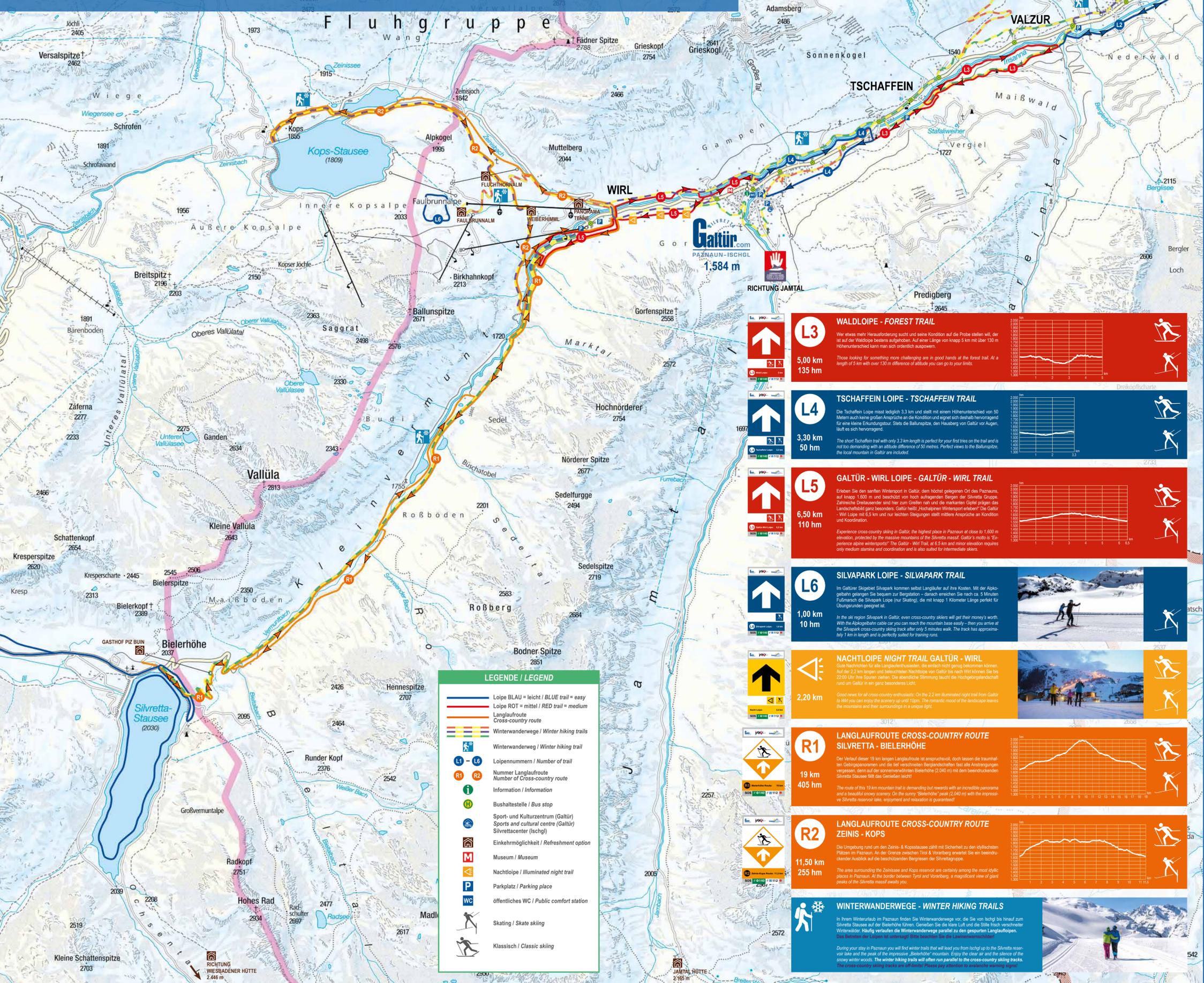


LANGLAUFEN & WINTERWANDERN

Cross country skiing & winter walking

1.377 - 2.040 m



LEGENDE / LEGEND

- Loipe BLAU = leicht / BLUE trail = easy
- Loipe ROT = mittel / RED trail = medium
- Langlaufroute
- Cross-country route
- Winterwanderwege / Winter hiking trails
- Winterwanderweg / Winter hiking trail
- Loipennummern / Number of trail
- Nummer Langlaufroute / Number of Cross-country route
- Information / Information
- Bushaltestelle / Bus stop
- Sport- und Kulturzentrum (Galtür) / Sports and cultural centre (Galtür)
- Silvrettcener (Ischgl)
- Einkehrmöglichkeit / Refreshment option
- Museum / Museum
- Nachtloupe / Illuminated night trail
- Parkplatz / Parking place
- öffentliches WC / Public comfort station
- Skating / Skate skiing
- Klassisch / Classic skiing

L3 WALDLOIPE - FOREST TRAIL

Wer etwas mehr Herausforderung sucht und seine Kondition auf die Probe stellen will, der ist auf der Waldloipe bestens aufgehoben. Auf einer Länge von knapp 5 km mit über 130 m Höhenunterschied kann man sich ordentlich auspowern.

Those looking for something more challenging are in good hands at the forest trail. At a length of 5 km with over 130 m difference of altitude you can go to your limits.

5,00 km / 135 hm

L4 TSCHAFFAIN LOIPE - TSCHAFFAIN TRAIL

Die Tschaffain Loipe misst lediglich 3,3 km und stellt mit einem Höhenunterschied von 50 Metern auch keine großen Ansprüche an die Kondition und eignet sich deshalb hervorragend für eine kleine Erkundungstour. Steils die Balunsplatte, den Heuberg von Galtür vor Augen, läuft es sich hervorragend.

The short Tschaffain trail with only 3.3 km length is perfect for your first time on the trail and is not too demanding with an altitude difference of 50 meters. Perfect views to the Balunsplatte the local mountain in Galtür are included.

3,30 km / 50 hm

L5 GALTÜR - WIRL LOIPE - GALTÜR - WIRL TRAIL

Erleben Sie den sanften Winterpark in Galtür, dem höchst gelegenen Ort des Paznauns. Zahlreiche Details sind hier zum Greifen nah und die markanten Gipfel prägen das Landschaftsbild ganz besonders. Galtür heißt „hochalpinen Wintersport erleben“. Die Galtür - Wirl Loipe mit 6,5 km und nur leichten Steigungen stellt mittlere Ansprüche an Kondition und Koordination.

Experience cross-country skiing in Galtür, the highest place in Paznaun at close to 1.600 m elevation, protected by the massive mountains of the Silvretta massif. Galtür's motto is "Experience alpine winter sports!" The Galtür - Wirl Trail at 6.5 km and minor elevation requires only medium stamina and coordination and is also suited for intermediate skiers.

6,50 km / 110 hm

L6 SILVAPARK LOIPE - SILVAPARK TRAIL

Im Galtürer Skigebiet Silvapark können selbst Langläufer auf ihre Kosten. Mit der Alpkogelbahn gelangen Sie bequem zur Bergstation – danach erreichen Sie nach ca. 3 Minuten Fußmarsch die Silvapark Loipe (nur Skating), die mit knapp 1 Kilometer Länge perfekt für Übungsstunden geeignet ist.

In the ski region Silvapark in Galtür, even cross-country skiers will get their money's worth. With the Alpkogelbahn cable car you can reach the mountain base easily – then you arrive at the Silvapark cross-country skiing trail after only 5 minutes walk. The track has approximately 1 km in length and is perfectly suited for training runs.

1,00 km / 10 hm

NACHTLOIPE NIGHT TRAIL GALTÜR - WIRL

Gute Nachrichten für alle Langläuferenthusiasten, die einfach nicht genug bekommen können. Auf der 2,2 km langen und beleuchteten Nachtloupe können Sie bis 22:00 Uhr Ihre Spuren ziehen. Die abendliche Stimmung leuchtet die Hochgebirgslandschaft rund um Galtür in ein ganz besonderes Licht.

Good news for all cross-country enthusiasts: On the 2.2 km illuminated night trail from Galtür to Wirl you can enjoy the scenery up until 10pm. The romantic mood of the landscape leaves the mountains and their surroundings in a unique light.

2,20 km

R1 LANGLAUFROUTE CROSS-COUNTRY ROUTE SILVRETТА - BIELERHÖHE

Der Verlauf dieser 19 km langen Langlaufroute ist anspruchsvoll, doch lassen die traumatischen Gebirgsparaden und die tief verschneiten Berglandschaften fast alle Anstrengungen vergessen, denn auf der sonnenwärtigen Bielerhöhe (2.040 m) mit dem beeindruckenden Silvretta Stausee fällt das Gesehen leicht.

The route of this 19 km mountain trail is demanding but rewards with an incredible panorama and a beautiful snowy scenery. On the sunny "Bielerhöhe" peak (2.040 m) with the impressive Silvretta reservoir lake, enjoyment and relaxation is guaranteed!

19 km / 405 hm

R2 LANGLAUFROUTE CROSS-COUNTRY ROUTE ZEINIS - KOPS

Die Umgebung rund um den Zeinis- & Kopsstausee zählt mit Sicherheit zu den idyllischsten Plätzen im Paznaun. Aus der Ortschaft zwischen Tiroi & Vorderberg erwartet Sie ein beeindruckender Ausblick auf die beschneiten Berggipfel der Silvretta Gruppe.

The area surrounding the Zeinisee and Kops reservoir are certainly among the most idyllic places in Paznaun. At the border between Tiroi and Vorderberg, a magnificent view of the peaks of the Silvretta massif awaits you.

11,50 km / 255 hm

WINTERWANDERWEGE - WINTER HIKING TRAILS

In Ihrem Winterurlaub im Paznaun finden Sie Winterwanderwege vor, die Sie von Ischgl bis hinauf zum Silvretta Stausee auf der Bielerhöhe führen. Genießen Sie die klare Luft und die Stille frisch verschneiter Winterwälder. Häufig verlaufen die Winterwanderwege parallel zu den gespürten Langlaufloipen.

During your stay in Paznaun you will find winter trails that will lead you from Ischgl up to the Silvretta reservoir lake and the peak of the impressive "Bielerhöhe" mountain. Enjoy the clear air and the silence of the snowy winter woods. The winter hiking trails will often run parallel to the cross-country skiing tracks. The cross-country skiing tracks are off-limits! Please pay attention to avalanche warning signs!

- ### FIS - Verhaltensregeln für Langläufer / FIS - Rules of Conduct for Cross-Country Skiers
- Rücksichtnahme auf die anderen / Respect for others**
Jeder Langläufer muss sich so verhalten, dass er keinen anderen gefährdet oder schädigt.
A cross-country skier must ski in such a manner that he does not endanger or prejudice others.
 - Signalisation, Laufrichtung und Lauftechnik / Respect for signs, direction and running style**
Markierungen und Signale (Hinweisschilder) sind zu beachten. Auf Loipen und Pisten ist in der angegebenen Richtung und Lauftechnik zu laufen. In freier Lauftechnik ist auf der Piste rechts zu laufen.
On cross-country trails with more than one packed track, a skier should choose the right-hand track. Skiers in groups must keep to the right track behind each other. With free running style, skiers shall keep to their right-hand side of the trail.
Trail marking signs must be respected on any trail marked with an indicated direction. A skier shall proceed only in that indicated direction and ski in the indicated running style.
 - Wahl von Spur und Piste / Choice of trails and tracks**
Auf Doppel- und Mehrfachspuren muss in der rechten Spur gelaufen werden. Langläufer in Gruppen müssen in der rechten Spur hintereinander laufen. In freier Lauftechnik ist auf der Piste rechts zu laufen.
On cross-country trails with more than one packed track, a skier should choose the right-hand track. Skiers in groups must keep to the right track behind each other. With free running style, skiers shall keep to their right-hand side of the trail.
 - Überholen / Overtaking**
Überholt werden darf rechts oder links. Der vordere Läufer braucht nicht auszuweichen. Er sollte aber ausweichen, wenn er gefolgt kann.
A skier is permitted to overtake and pass another skier to the left or right. A skier ahead is not obliged to give way to an overtaking skier, but should allow a faster skier to pass whenever this is possible.
 - Gegenverkehr / Encounter**
Bei Begegnungen hat jeder nach rechts auszuweichen. Der abfahrende Langläufer hat Vorrang.
Cross-country skiers meeting while skiing opposite directions shall keep to their right. A descending skier has priority.
 - Stoßführung / Poles**
Beim Überholen, Überholt werden und bei Begegnungen sind die Stöcke eng am Körper zu führen.
A cross-country skier shall make the utmost effort to keep his poles close to his body whenever near another skier.
 - Anpassung der Geschwindigkeit an die Verhältnisse / Control of speed**
Jeder Langläufer muss, vor allem auf Gefällestrecken, Geschwindigkeit und Verhalten seinem Können, den Geländebedingungen, der Verkehrsdichte und der Sichtweite anpassen. Er muss einen genügenden Sicherheitsabstand zum vorderen Läufer einhalten. Notfalls muss er sich fallen lassen, um einen Zusammenstoß zu verhindern.
A cross-country skier, and especially going downhill, shall always adapt his personal ability and to the prevailing terrain and visibility and to the traffic on the course. Every skier should keep a safe distance from the skiers ahead. As a last resort, an intentional fall should be used to avoid collision.
 - Freihalten der Loipen und Pisten / Keeping trails and tracks clear**
Wer stehen bleibt, tritt aus der Loipe/Piste. Ein gestörter Langläufer hat die Loipe/Piste möglichst rasch frei zu machen.
A skier who stops must leave the trail. In case of a fall, he shall clear the trail without delay.
 - Hilfeleistung / Accident**
Bei Unfällen ist jeder zur Hilfeleistung verpflichtet.
In case of an accident, everyone should render assistance.
 - Ausweispflicht / Identification**
Jeder, ob Zeuge oder Beteiligter, ist verantwortlich oder nicht, muss im Falle eines Unfalls seine Personalia angeben.
Everybody at an accident, whether witness, responsible parties or not, must establish their identity.

Winterwandern / Winter hiking

Winterwandern verspricht Naturerlebnisse in reiner Form. Es ist die einsame Stille des frisch verschneiten Winterwaldes. Es ist die Art, wie Sie die erste Spur durch den frisch gefallenen Schnee ziehen...

Winter hiking promises nature experiences of the purest form. It's the way in which you draw the first trail through a fresh field of new snow...

Bitte beachten / Please note
Häufig verlaufen die Winterwanderwege parallel zu den gespürten Langlaufloipen – bitte nutzen Sie immer die ausgewiesenen Wege für Winterwanderer. Das Betreten der Loipen ist verboten! Bitte beachten Sie ebenfalls Lawnenwarnschilder und informieren Sie sich ggf. beim Tourismusverband über die aktuelle Schnee- & Lawnenlage.

The winter hiking trails will often run parallel to the cross-country skiing tracks – always use the marked paths for winter hikers. Keep off the cross-country trail! Please mind the avalanche warning signs and as the circumstances require inform yourself about the current snow and avalanche situation at the tourist office.

Winterwandern im Skigebiet / Winterwalk in the ski area
Die Silvretta Arena ist ein Paradies für Wintersportler aller Art – auch Winterwanderer können hier auf ihre Kosten. Folgende Aufstiegsstellen können von Fußgängern benutzt werden: A1, A2, A3 (berg- und talwärts), B2, B3 (berg- und talwärts), C1, C3 (bergwärts), N1, N6 (berg- und talwärts), L1, L2 (berg- und talwärts). Ticketpreise entnehmen Sie dem Tarifblätter der Bergbahnen.

The Silvretta arena is a paradise for all winter sport enthusiasts – winter hikers get their money's worth here. The following lifts can be used by pedestrians. A1, A2, A3 (up and down), B2, B3 (up and down), C1, C3 (up only), N1, N6 (up and down), L1, L2 (up and down). For prices please check the cable car folders.

Komfort auf ganzer Linie / Comfortable – Everywhere

Der Sibus verbindet die vier Orte des Paznauns Galtür, Ischgl, Kappl und See und ist für alle jene, die im Besitz eines gültigen Skippasses sind, kostenlos. So gelangen Sie bequem von Ihrer Unterkunft zu den Bergbahnen bzw. ins Dorfzentrum. Wenn die Beine nach einer anstrengenden Langlauf- oder Wandertour müde werden, so können Sie jederzeit an einer der zahlreichen Sibushaltestellen entlang der Loipen und Winterwanderwege den Rückweg bequem mit dem Bus zurücklegen.

The ski bus connects the four destinations in Paznaun – Galtür, Ischgl, Kappl and See – and is usable at no cost by anyone with a valid ski pass. This will get you to your accommodation or into town comfortably and safely. If your legs are tired after a lengthy skiing or hiking session, you can hop on the bus at any one of the numerous ski bus stops along the cross-country skiing tracks. Note – first/last stop of the ski bus is Galtür/Wirl!

Bleib sauber... / Stay clean...

Wir lieben Hunde – eine Hinterlassenschaft allerdings nicht. Deshalb haben wir Gassi-Systeme entlang der Loipen und Winterwanderwege eingerichtet um eine Verschmutzung der Wälderflächen zu vermeiden. Helfen Sie mit die Loipen und Wanderwege sauber zu halten und besorgen Sie die Hinterlassenschaften Ihres Hundes.

We love dogs – but not their dirt. We have installed waste systems along the cross country trails and walking paths in order to keep the meadows clean. Please help to keep the trails and paths clean and scoop the poop of your dog.

