

# BIKERTOUREN

## Inhalt

Sattental Runde.....	2
Mitterbergrunde.....	3
Sölk Runde .....	4
Weißbach Runde.....	5
Lengdorf Runde.....	6
Pirkl-Alm Runde .....	7
Storn Alm + Kufstein (Hike & Bike).....	8
Galsterberg Runde .....	9
Bodensee Pirkl-Alm Runde.....	10
Assacher Scharte Runde.....	11

# Sattental Runde

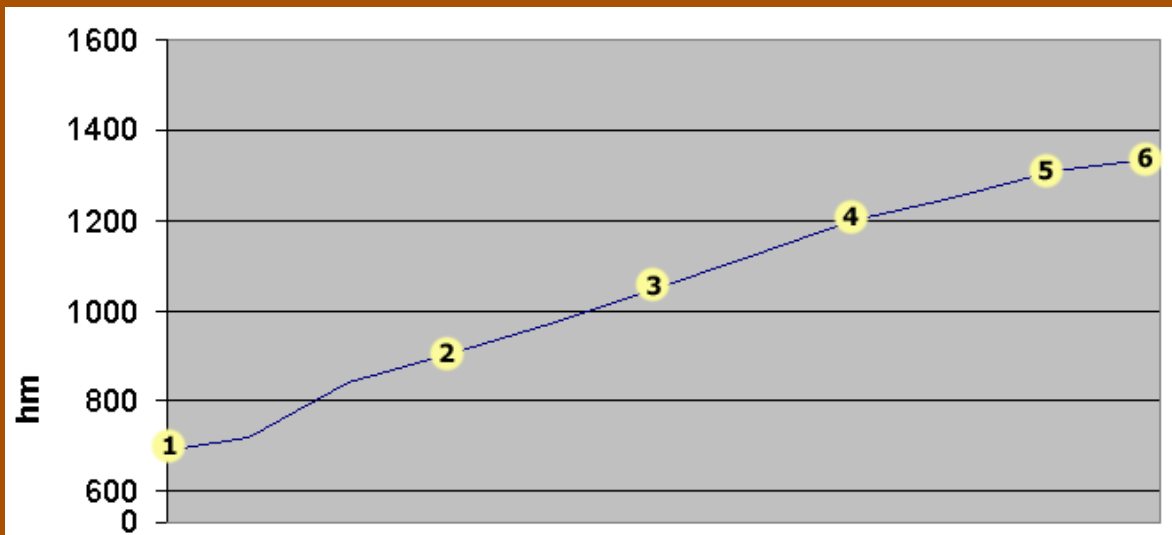
Höhenmeter	Länge	Schwierigkeit	Freeride	Dauer
660 m	21 km	● ● ●	●	2:00 h

## Streckenbeschreibung

Ausgangspunkt: Pruggern (1)

- den asphaltierten Straße entlang auf den Galsterberg
- bei der Abzweigung ins Sattental (2) links abbiegen
- dem Straßenverlauf folgen
- bei der Jausenstation Winkler (3) weiter geradeaus
- nach ca. 300 m endet die Asphaltstraße und es geht weiter auf einer Schotterstraße
- von nun an immer auf diesem Weg bleiben
- es geht vorbei am Leonhardkreuz (4), der Jausenstation Perneralm (5), bis sie schließlich die Jausenstation Tagalm (6) und somit das Ende des Sattentals erreichen.
- zurück zum Ausgangspunkt nach Pruggern ist die gleiche Route zu nehmen.

## Höhenprofil & Streckenkarte



# Mitterbergrunde

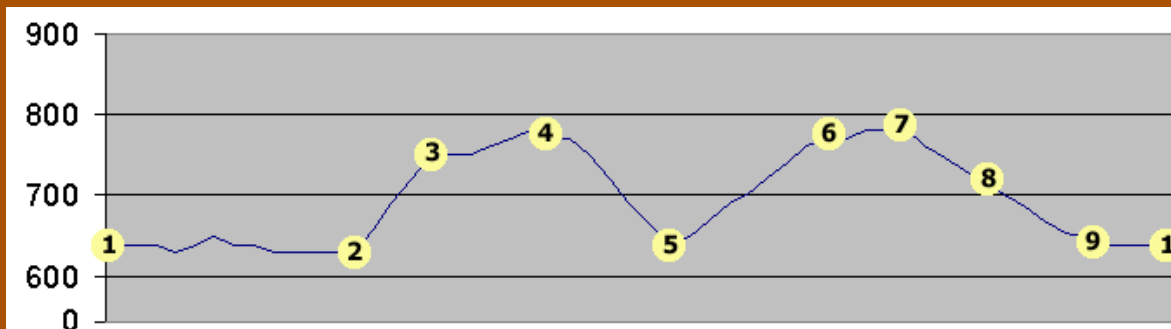
Höhenmeter	Länge	Schwierigkeit	Freeride	Dauer
400 m	26,5 km	●	●	1,30 h

## Streckenbeschreibung

Ausgangspunkt: Pruggern (1)

- auf dem R7 bis Stein/Enns (2)
- an der Ennsbrücke die Straße queren und den Russenweg nach Gersdorf (Wegweiser) hinauf fahren
- bei der Kapelle (3) rechts abbiegen und dem Straßenverlauf folgen
- vorbei am ehemaligen Gasthof Lemmerer und nach ein paar hundert Metern bei der Abzweigung (4) nach Tipschern (vor der 1. Kehre) links halten
- vorbei an der handvoll Häuser und hinunter nach Tipschern (5)
- hier wieder links abbiegen (rechts Bundesstraße) und entlang der Straße hinauf zum ‚Häuserl im Wald‘ (6) und weiter nach Kaindorf (7)
- von hier geht es hinunter nach Gröbming (8) und von da nach Moosheim (9),
- wo es auf dem R7 zurück zum Ausgangspunkt nach Pruggern (1) geht.

## Höhenprofil & Streckenkarte



# Sölk Runde

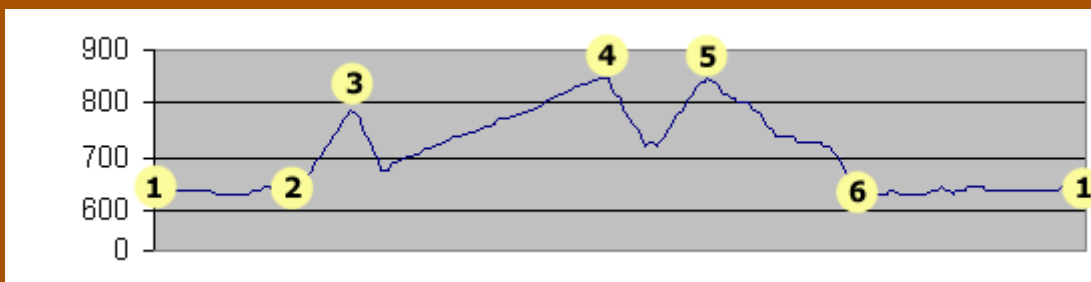
Höhenmeter	Länge	Schwierigkeit	Freeride	Dauer
580 m	31 km	● ● ●	● ●	1:30 h

## Streckenbeschreibung

Ausgangspunkt: Pruggern (1)

- auf dem R7 bis Tunzendorf (2)
- bei der Schranke rechts abbiegen, dem Weg auf den Gelsenberg folgen
- nach ca. 2 km links abbiegen (Panoramaweg 100) (3) und diesem bergab folgen
- Unten auf der asphaltierten Straße rechts in die Kleinsölk halten
- nach ca. 5 km geht's links in den Downhill (4) (den gelben Alpentourschildern folgen) – auf dem Weg nach unten sind fahrtechnisches Können und gute Bereifung wichtig
- von der Talsenke hinauf in die Großsölk wird man wohl kaum darum herum kommen, sein Bike zu schieben
- oben angekommen (5) mündet der Weg auf die asphaltierte Straße - hier links hinaus nach Stein/Enns (6)
- von hier aus fahren sie wieder auf dem R7 zurück zum Ausgangspunkt nach Pruggern (1).

## Höhenprofil & Streckenkarte



# Weißbach Runde

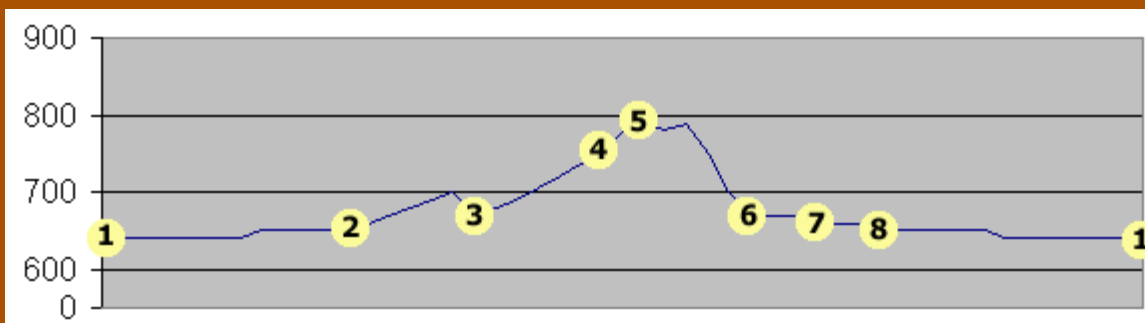
Höhenmeter	Länge	Schwierigkeit	Freeride	Dauer
230 m	24 km	●	●	1:20 h

## Streckenbeschreibung

Ausgangspunkt: Pruggern (1)

- auf dem R7 über Aich (2) bis Weißbach (3)
- hier rechts Richtung „Rössing“ halten
- nach 3 km links abbiegen (4) (grünem Schild Haus-Weißbach folgen)
- nach ca. 300 Meter wieder links abbiegen (5) (grünem Schild Weißbach folgen)
- auf dem Forstweg bleiben, bis Sie wieder in Weißbach (6) auf die Straße gelangen
- bei der Kapelle rechts Richtung Bundesstraße halten
- nach ca. 1,3 km bei den Teichen (7) links abbiegen
- in Aich (8) auf dem R7 wieder zurück zum Ausgangspunkt Pruggern

## Höhenprofil & Streckenkarte



# Lengdorf Runde

Höhenmeter	Länge	Schwierigkeit	Freeride	Dauer
410 m	24 km	●	●	1:30 h

## Streckenbeschreibung

Ausgangspunkt: Pruggern (1)

– auf dem R7 bis Stein/Enns (2)

- an der Ennsbrücke die Straße queren und den Russenweg nach Gersdorf (Wegweiser) hinauf fahren

- durch Gersdorf immer gerade aus durch, bis zur Kreuzung Häuserl im Wald (3)

- hier rechts abbiegen und dem Straßenverlauf bis zur Bundesstraße (4) folgen

- diese überqueren hinauf auf die Prenten

- Bevor es in den Wald hinein geht, bei den Häusern links abbiegen (grüner Wegweiser ‚Lengdorf‘)

- hat man den 2. Anstieg der Runde überwunden (5), geht's über Wiesen-, Wald- und

Schotterwege nach Lengdorf und von dort weiter nach Kranzbach (6)

- hier muss man wieder die Bundesstraße queren, bevor es wieder auf den Mitterberg hinauf geht

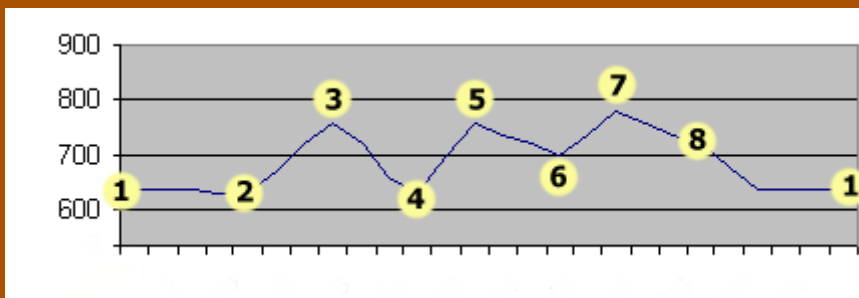
- in Zirting (7) endet der Schotterweg und auf der asphaltierten Straße geht es über Kaindorf nach

Gröbming (8) und dann hinunter nach Moosheim, wo man wieder auf den R7 zurück nach

Pruggern (1) gelangt.

Für die etwas Sattelfesteren empfiehlt sich der Spitalgraben, der beim Kreisverkehr in Gröbming links neben der Ausfahrt ‚Moosheim‘ beginnt.

## Höhenprofil & Streckenkarte



# Pirkl-Alm Runde

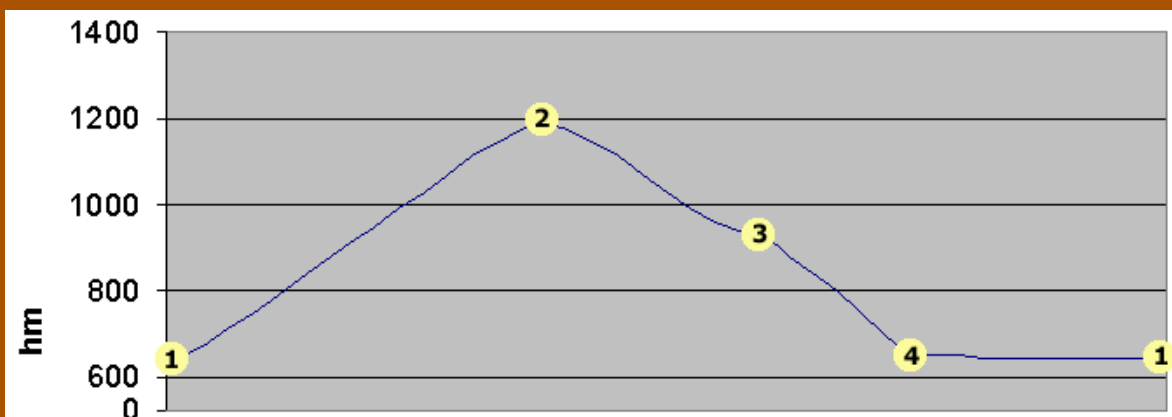
Höhenmeter	Länge	Schwierigkeit	Freeride	Dauer
560 m	20 km	● ●	●	1:30 h

## Streckenbeschreibung

Ausgangspunkt: Pruggern (1)

- der asphaltierten Straße entlang auf den Galsterberg
- bei der Abzweigung ins Sattental geradeaus weiterfahren
- die Abzweigung bei der Seilbahn wieder links nehmen
- vorbei an der Pirkl Alm (2) links auf den steinigen Feldweg abzweigen und den gelben Alpentour Schildern folgen
- nach ca. 4,5 km kommen Sie zu einer Kreuzung (3)
- hier rechts ins Tal fahren, links ginge die Alpentour weiter
- nach weiteren 3 km kommen Sie unten in Aich (4) an
- es geht durch die Unterführung, über den Bahnübergang und auf dem R7 zurück zum Ausgangspunkt nach Pruggern (1)

## Höhenprofil & Streckenkarte



# Storn Alm + Kufstein (Hike & Bike)

Höhenmeter	Länge	Schwierigkeit	Freeride	Dauer
970 m	25 km	● ● ● ●	● ● ● ● ●	3:00 h

## Streckenbeschreibung

Diese Tour bietet für alle Biker etwas - Höhenmeter für den Konditionsbolzer, Wahnsinn-Panorama für den Genießer und einen der besten Downhills für die Freerider. Und das Beste: Sie können die Tour ganz nach Ihren Wünschen gestalten!

PS: die Höhenmeter- und Zeitangabe angegabe ist die Variante bis zum Parkplatz vor der Storn Alm. Für die Erweiterung der Tour zum Kufstein kalkulieren Sie +2 Stunden!

Ausgangspunkt: Pruggern (1)

– auf dem R7 Richtung Weißenbach

– ca. 200 Meter nach der Kreuzung Sonnberg (2) rechts abbiegen (Alpentour Schild)

– vor den Teichen des Gasthof Burgstaller (3) rechts abbiegen hinauf auf die Storn Alm

– auf 1600 Meter Seehöhe (4) endet der Weg; Wer ganz hinauf zur Storn Alm will (leider nicht bewirtschaftet), muss sein Bike am Parkplatz zurücklassen und die letzten 15 min zu Fuß bewältigen. Die Aussicht ist die paar Minuten allemal wert. An diesem Punkt können Sie sich entscheiden, ob Sie den Aufstieg zum Kufstein (2049 m) noch in Angriff nehmen (rosa punktierte Linie); Von der Storn Alm erreichen Sie in einer gemütlichen Stunde den Gipfel und werden mit einem Wahnsinn-Panorama belohnt!

– zurück ins Tal geht es vom Parkplatz entweder wieder zurück auf der Forststrasse bis zu den Teichen (3)

oder für Freerider:

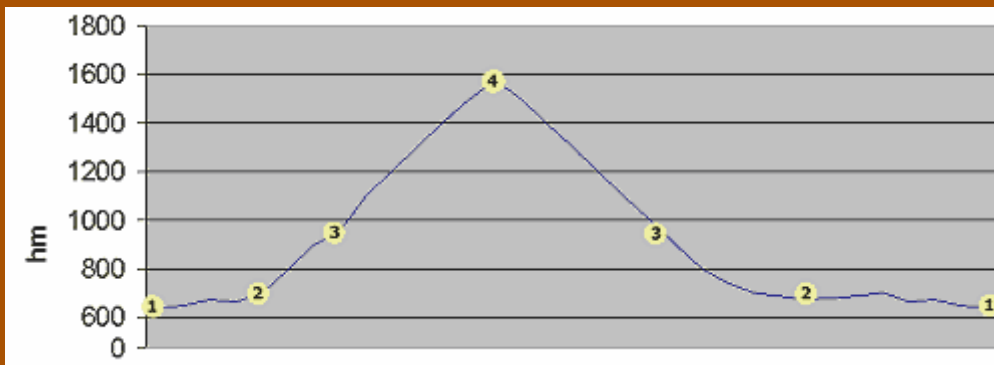
- den markierten Wanderweg entlang (dieser beginnt links am Ende des Parkplatzes). Immer dem Weg folgen, Sie treffen nach ca. 25 min Downhill vom Feinsten (blockig & steil) auf die Forststraße von der Sie gekommen sind. Hier halten Sie sich rechts und kommen wieder zu der Abzweigung zur Stornalm bei den Teichen (3).

- hier in Richtung der Teiche (3), dann gleich wieder bergauf

– rechts vorbei am Gasthof Burgstaller und nach der 1. Kehre geradeaus den Wanderweg auf der linken Seite nehmen (hier wieder ein kleiner Leckerbissen für Freerider ...). Wer nicht so sattelfest ist, sollte auf der Straße bleiben und bei der Lodenwalke links zurück nach Weißenbach treten - siehe strichlierte Linie auf der Karte)

– wieder auf der Straße angelangt geht es links nach Weißenbach zurück und auf dem R7 zum Ausgangspunkt nach Pruggern retour.

## Höhenprofil & Streckenkarte





# Galsterberg Runde

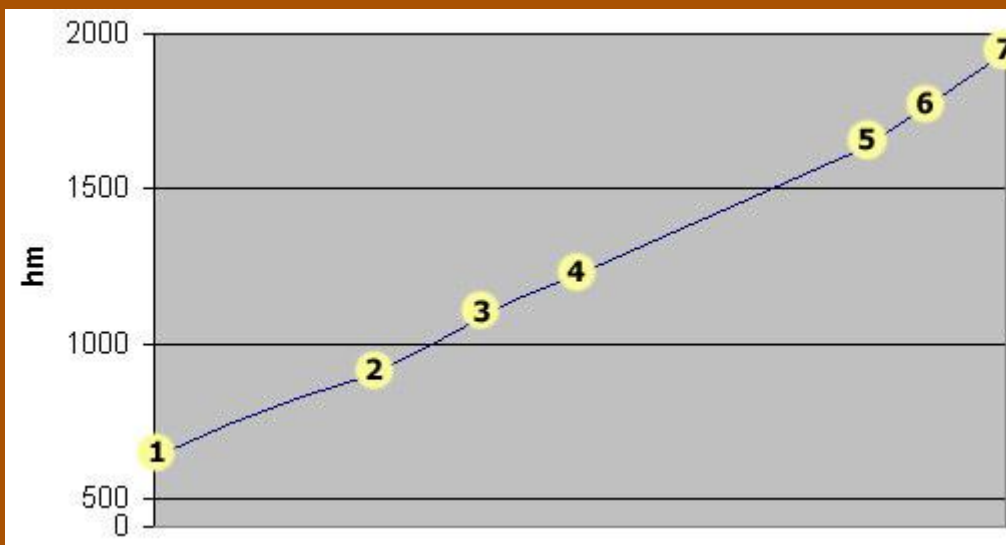
Höhenmeter	Länge	Schwierigkeit	Freeride	Dauer
1.260 m	25 km	● ● ● ●	● ● ●	3:30 h

## Streckenbeschreibung

Ausgangspunkt: Pruggern (1)

- der asphaltierten Straße entlang auf den Galsterberg
- bei der Abzweigung ins Sattental (2) geradeaus weiterfahren
- die Abzweigung bei der Seilbahn (3) wieder links nehmen
- bei der Abzweigung Pirkalm (4) endet die Asphaltstraße und es geht links auf dem Forstweg weiter
- beim Gasthaus Bottinghaus (5) auf der Forststraße vorbei an der Seilbahnstation
- nach ca. 100m geht's links auf die Schipiste der bis zur Galsterbergalmhütte (6) zu folgen ist
- von hier geht es dann zu Fuss auf einem Karrenweg hinauf zum höchsten Punkt der Tour, dem Kalteck (7) auf gut 1900 Meter Seehöhe. Zurück zum Ausgangspunkt nach Pruggern ist die gleiche Route zu nehmen.

## Höhenprofil & Streckenkarte



# Bodensee Pirk-Alm Runde

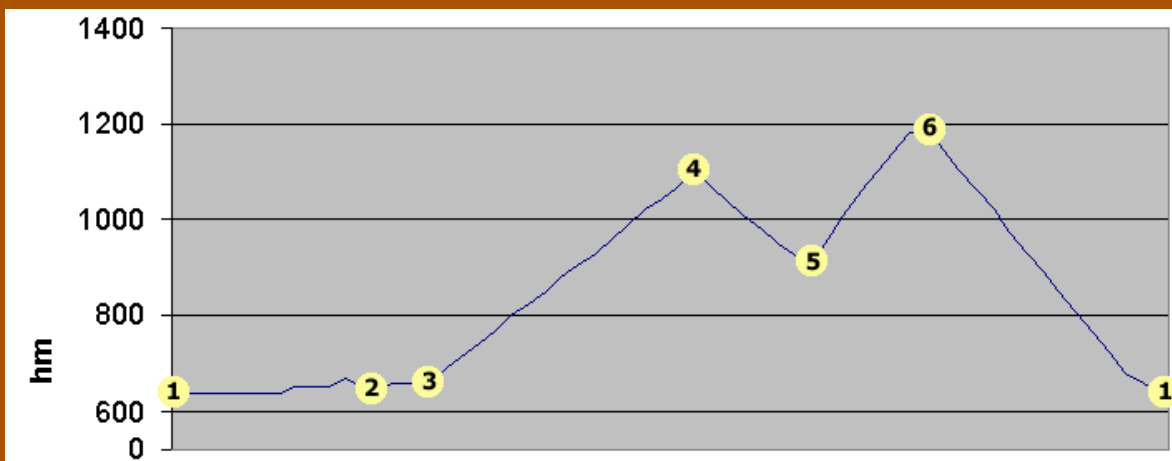
Höhenmeter	Länge	Schwierigkeit	Freeride	Dauer
740 m	30 km	● ● ●	●	2:15 h

## Streckenbeschreibung

Ausgangspunkt: Pruggern (1)

- auf dem R7 bis Aich
- ca. 300 m vor dem Aicher Ortsende links abbiegen (2)
- dem Straßenverlauf folgen bis Sie wieder auf die Asphaltstraße kommen
- hier zuerst links über die Ennsbrücke und gleich nach dem Bahnübergang rechts halten
- nach ein paar hundert Metern kommen Sie zur Höhenfelder Umfahrung (3)
- den Wegschildern ‚Bodenseestraße‘ / ‚Bodensee‘ / ‚Seewigtal‘ folgen
- beim Bodensee Parkplatz (4) angekommen, links halten
- es geht auf der anderen Seite des Tals wieder hinaus
- nach 3,5 km kommen Sie zu einer Kreuzung (5)
- hier rechts abbiegen (gelbes Alpentourschild!)
- immer auf dieser Straße bzw. diesem Weg bleiben bis Sie bei der Pirk Alm (6) herauskommen
- auf der Galsterbergalm Straße geht es zurück zum Ausgangspunkt nach Pruggern (1)

## Höhenprofil & Streckenkarte



# Assacher Scharte Runde

Höhenmeter	Länge	Schwierigkeit	Freeride	Dauer
650 m	21 km	● ●	● ● ●	1:45 h

## Streckenbeschreibung

Ausgangspunkt: Pruggern (1)

- auf dem R7 bis zur Kläranlage Assach (2)
- hier rechts abbiegen nach Assach
- vor dem Rüsthaus der Freiwillige Feuerwehr wieder rechts abbiegen (dem gelben Schild „Assacher Scharte“ folgen)
- ca. 20 m nach dem höchsten Punkt der Tour (3) gelangen Sie auf eine Asphaltstraße auf der es wieder talwärts geht
- vorbei an der Mautstelle Stoderzinken (4)
- erreichen Sie Gröbming (5) von wo es nach Moosheim (6) und auf dem R7 wieder zum Ausgangspunkt nach Pruggern geht.

## Höhenprofil & Streckenkarte

