

# Unbezwungen. *Lungau.*



**INTERSPORT**  
FRÜHSTÜCKL



**IHR BIKE- & OUTDOOR-  
SPEZIALIST IM LUNGAU**

**SHOP | VERLEIH/RENTAL | SERVICE**

**INTERSPORT FRÜHSTÜCKL  
FLAGSHIP STORE | TAMSWEG**

Kirchengasse 7  
5580 Tamsweg  
+43 6474 6655

**INTERSPORT FRÜHSTÜCKL  
SHOP DAS ALPENHAUS | KATSCHBERG**

Katschberghöhe 333  
5582 St. Michael im Lungau  
+43 4734 83500

[WWW.FRUEHSTUECKL.AT](http://WWW.FRUEHSTUECKL.AT)



# Unvergesslich. Lungau.

## Herzlich willkommen im Salzburger Lungau

Der Salzburger Lungau ist eine der sonnenreichsten Regionen Österreichs und bietet eine faszinierende Vielfalt an Radwegen. Genussradler, Mountainbiker und Gravelbiker kommen hier gleichermaßen auf ihre Kosten. Die Landschaft eröffnet unzählige Möglichkeiten: Sanfte Hügel, herausfordernde Anstiege, unverwechselbare Täler und vor allem die gut ausgebauten Radwege machen den Salzburger Lungau zu einem Eldorado für alle, die das Radfahren lieben.

*The Salzburg Lungau region is one of the sunniest regions in Austria and offers a fascinating variety of cycle tracks. Whether you are a leisure cyclist, mountain biker, or gravel biker, you will find plenty of choice here. The landscape presents countless possibilities: gentle hills, challenging climbs, secluded valleys, and particularly well-developed bike paths make the Salzburg Lungau region a cycling paradise for everyone who loves biking.*



### Fakten / Facts

- 19 beschilderte MTB Routen sowie 2 Natur-Singletrails und die Täler verbindende Lungau Bike-Runde
- 22 Radservicestationen
- 550 km MTB Strecke
- 70 bewirtschaftete Almhütten
- 60 kristallklare Bergseen
  
- 19 signposted MTB tours, 2 nature single trails, and the valley-connecting tour "Lungau Bike"
- 22 bike service stations
- 550 km of MTB trails
- 70 serviced alpine huts
- 60 crystal-clear mountain lakes








Scan me!







# Unvergleichbar. Lungau.







## Die Beschilderung / *The Signposting*







### Legende / *Legend*

|  |  |
|--|--|
|  | Streckenlänge<br><i>Total Distance</i>                 |
|  | Höchster Punkt<br><i>Highest Point</i>                 |
|  | Summe aller Anstiege<br><i>Total Ascents</i>           |
|  | Schwierigkeit<br><i>Level of Difficulty</i>            |
|  | Asphaltstraße<br><i>Asphalt Road</i>                   |
|  | Forst- / Naturweg<br><i>Forest Road / Nature Trail</i> |
|  | Gravelbike   |

### Legende / *Legend*

|   |   |
|---|---|
|  | Autobahn<br><i>Highway</i>                |
|  | Bundesstraße<br><i>Main Road</i>          |
|  | Nebenstraße<br><i>Secondary Road</i>      |
|  | Forst- und Feldweg<br><i>Country Road</i> |
|  | Naturweg<br><i>Unpaved Road</i>           |
|  | Fußweg / Steig<br><i>Trail</i>            |

|   |   |
|---|---|
|  | Bundeslandsgrenze<br><i>Provincial Boundary</i> |
|  | Eisenbahnstrecke<br><i>Railway Line</i>         |
|  | Fluß / Bach<br><i>River / Creek</i>             |
|  | Kapelle<br><i>Chapel</i>                        |
|  | Pfarrkirche<br><i>Church</i>                    |
|  | Bildstock<br><i>Shrine</i>                      |

|   |   |
|---|---|
|  | Wegkreuz<br><i>Wayside Shrine</i>                   |
|  | Bergspitze<br><i>Peak</i>                           |
|  | Mountainbikestrecken<br><i>Mountain Bike Trails</i> |
|  | Benachbarte Strecken<br><i>Neighbouring Trails</i>  |
|  | Startpunkt<br><i>Starting Point</i>                 |
|  | Hütte<br><i>Hut</i>                                 |

Achtung: Die angeführten Entfernungsangaben sind gerundete Richtwerte!  
*The indications of distance are rounded guiding values!*

**Respektiere**

**deine Grenzen**



Respektiere deine Grenzen  
*Respect your limits*

### Zu Gast im „Freizeitpark Natur“

Biken in der ursprünglichen Naturlandschaft des Salzburger Lungaus bietet perfekte Möglichkeiten, Kraft und Energie zu tanken. Damit zukünftigen Gästen dieses unvergleichliche Erlebnis auf zwei Rädern erhalten bleibt, aber auch zum Schutz des Waldes und dessen Tiere, ist die Ausübung des Bikesports im Einklang mit der Natur Voraussetzung. Dabei wird das richtige Verhalten im Freizeitpark Natur, wie beispielsweise keine Spuren zu hinterlassen oder die Rücksichtnahme auf Tiere insbesondere während dem Einbruch der Dämmerung und der Nacht, groß geschrieben.

### *A Guest of Mother Nature*

*Biking through the pristine natural landscapes of the Salzburg Lungau region offers perfect opportunities to recharge your batteries. In order to preserve this incomparable experience on two wheels for future guests, and also to protect the forest and all the creatures living there, you should always practise bike sports in harmony with nature. This includes behaving appropriately, which means not leaving behind any traces and always being considerate of animals, especially at dawn and dusk.*

Impressum / *Credits:*

Herausgeber / *Publisher:* Salzburger Lungau GmbH, [www.lungau.at](http://www.lungau.at)

Fotos / *Photos:* Salzburger Lungau, TVB Tourismus Salzburger Land, TVB Tourismus Lungau Katschberg, [velontour.info](mailto:velontour.info), KWER, Steiermark Tourismus/pixelmaker.at, Granglerhütte

Grafik / *Design:* Die Medienwerkstatt GmbH, [www.diemedienwerkstatt.info](http://www.diemedienwerkstatt.info)

Druck / *Print:* Samson Druck, [www.samsondruck.at](http://www.samsondruck.at)

Auflage 2025 | Irrtümer, Änderungen und Fehler vorbehalten. Änderungen jederzeit möglich. *Edition 2025 | Not liable for errors or inaccuracies. Information subject to change at any time.*

Nachdruck in Wort und Bild, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Herausgebers. *Reprinting in words and pictures, also in part, only with written permission of the publisher.*

# Bikervereinbarung / *The Biker Agreement*

Hinweis für Forststraßen: Die Benützungszeiten sind online unter [maps.lungau.at](http://maps.lungau.at) bei den jeweiligen Touren angegeben, die Benützung ist auf eigene Gefahr gestattet.

- Benutze ausschließlich die freigegebenen, markierten Strecken.
- Forststraßen sind Betriebsflächen. Rechne mit Holz auf der Fahrbahn, Weidevieh und Kraftfahrzeugverkehr und rechne auch mit Wildwechsel.
- Auf Kraftfahrzeuge, Fußgänger, Weidevieh und Wild ist besonders zu achten, diesen ist der Vorrang einzuräumen.
- Verringere deine Fahrgeschwindigkeit oder steig vor unübersichtlichen oder gefährlichen Stellen (z.B. scharfe Kurven, Tunnel, Brücken, Weideroste) ab.
- Es ist nur das Radfahren mit entsprechend ausgerüsteten (Fahrraddefinition nach der StVO) und für die jeweilige Strecke geeigneten Rädern gestattet. Radfahrende Kinder bis 12 Jahre müssen gemäß der Radhelmpflicht nach der StVO eine entsprechende Schutzausrüstung tragen.
- Bei Schnee und Eis ist die MTB-Strecke gesperrt.

*Notice regarding forestry roads: The times of usage are specified in our respective tour descriptions ([maps.lungau.at](http://maps.lungau.at)), the use is permitted at your own risk.*

- *Only ride on permitted, marked routes.*
- *Forestry roads are used commercially. Expect to encounter lumber on the road, grazing cattle, motor vehicles, and even deer crossing.*
- *Keep your eyes open for vehicles, pedestrians, grazing cattle, and deer.*
- *Reduce your speed or dismount at hazardous spots and wherever visibility is restricted (e. g. sharp turns, tunnels, bridges, cattle grids).*
- *Biking is only permitted on bicycles that are adequately equipped (as defined in the Austrian Rules of the Road StVO) and suited for the route in question. Children up to 12 years of age must wear appropriate protective equipment when biking, including a helmet as specified in the StVO.*
- *During snow and ice the mountain bike route is closed.*



## PICHLER

Mariapfarr | Mauterndorf | Fanningberg

**Hauptgeschäft Mariapfarr**

Bruckdorf 609

5571 Mariapfarr

Tel.: +43 (0)6473 8206

**Standort Mauterndorf**

Markt 54

5570 Mauterndorf

Tel.: +43 (0)6472 73 63

[www.sport-pichler.at](http://www.sport-pichler.at)



*zu den Verleihpreisen* →



# Unentdeckt. *Lungau.*



Entdecke die schönsten Routen & Touren im Salzburger Lungau mit [maps.lungau.at](https://maps.lungau.at) – dem digitalen Kartenportal! Von Infrastrukturen und

Attraktionen bis zu Veranstaltungen, hier findest du alle Wege und Informationen in einer Karte.

# Undiscovered. *Lungau.*



*Discover the most beautiful routes & tours in the Salzburg Lungau region with [maps.lungau.at](http://maps.lungau.at) – your digital map portal! Diverse infrastructure and*

*attractions, events – you will find all paths, trails and information in one map.*

# Alle Routen All Routes

|    |                                  |   |          |
|----|----------------------------------|---|----------|
| 01 | Gontal Runde<br>+ Varianten      | ● | 32,3 km  |
| 02 | Hollerberg Runde<br>+ Variante   | ● | 13 km    |
| 03 | Muritzen Route                   | ● | 14,4 km  |
| 04 | Rieding Route<br>+ Varianten     | ● | 16,1 km  |
| 05 | Trogalm Runde<br>+ Varianten     | ● | 19,1 km  |
| 06 | Neuseß Runde                     | ● | 14,7 km  |
| 07 | Lantschfeld Route<br>+ Variante  | ● | 17,8 km  |
| 08 | Fanningberg Runde                | ● | 17,7 km  |
| 09 | Longa Route                      | ● | 11,8 km  |
| 10 | Lignitz Route<br>+ Variante      | ● | 10,6 km  |
| 11 | Mitterberg Plus<br>Runde         | ● | 24,1 km  |
| 12 | Göriach Runde<br>+ Variante      | ● | 14,3 km  |
| 13 | Lessach Runde                    | ● | 14,7 km  |
| 14 | Preber Runde<br>+ Variante       | ● | 38,2 km  |
| 15 | Leißnitz Route<br>+ Variante     | ● | 6,9 km   |
| 16 | Göriacher<br>Hüttendorf Route    | ● | 8,6 km   |
| 17 | Laßhoferalm Route<br>+ Varianten | ● | 6,6 km   |
| 18 | Schönfeld Route                  | ● | 18,4 km  |
| 19 | 19 Walteberg<br>Runde            | ● | 11,5 km  |
|    | Moarberg-Trail                   | ● | 4,7 km   |
|    | Plareit-Trail                    | ● | 4,8 km   |
|    | Lungau Bike                      |   | 166,8 km |



🏠 Bewirtschaftete Hütten & Berggasthöfe / Serviced Huts & Alpine Inns

|  |                                 |                           |
|--|---------------------------------|---------------------------|
| 01 Wastalalm   | 36 Bonner Hütte                 | 72 Müllnerbaueralm        |
| 02 Bartlalm  | 41 Peterbauer Almstüb'n         | 73 Twenger Alm            |
| 03 Muhreralm   | 42 Speiereck-Halterhütte        | 82 Südwienner Hütte       |
| 04 Rothenwändleralm  | 44 Jausenstation Neuhauserstadl | 101 S'Rucksackl           |
| 05 Almgasthof Schliereralm   | 45 Alpengasthof Bacher          | 102 Kräuthütte            |
| 06 Gruberalm   | 46 Gamskogelhütte               | 103 Sauschneideralm       |
| 07 Hoisalm   | 47 Pritzhütte                   | 104 Zirnbär               |
| 08 Franz-Fischer-Hütte   | 48 Stöcklalm                    | 105 Gamsstadl             |
| 09 Ilgalm  | 51 Berggasthof Schlögelberger   | 106 Diktlerhütte          |
| 10 Moosalm   | 52 Brantweineralm               | 107 Raderhütte            |
| 11 Königalm  | 53 Kößlbacheralm                | 108 Granglerhütte         |
| 12 Zaunerhütte   | 54 Gipfelrestaurant Adlerhorst  | 109 Tonimörthütte         |
| 13 Örgenhiasalm  | 61 Almstüberl Fanningberg       | 121 Hansalhütte           |
| 14 Blasialm  | 62 Hainererhof                  | 131 Laßhoferalm           |
| 21 Altwirtsalm<br>(derzeit nicht bewirtschaftet /<br>no service at the moment) | 63 Jacklbauer                   | 132 Wildbachhütte         |
| 22 Rotgüldenesehütte   | 64 Schi Alm                     | 142 Ludlalm               |
| 23 Stickerhütte  | 65 Panorama Alm                 | 143 Preber-Halterhütte    |
| 24 Lippbaueralm  | 66 Trogalm                      | 156 Grazer Hütte          |
|  | 67 Speiereckhütte               | 171 Dr. Josef-Mehrl-Hütte |
|  | 71 Genossenschaftsalm           |                           |

Salzburger  
**Lungau**



09 Longa Route

10 Lignitz Route

17 Laßhoferalm Route

Tweng

13 Lessach Runde

19 Walteberg Runde

Moarberg-Trail

Lessach

14 Preber Runde

Weißpriach

12 Göriach Runde

Göriach

08 Fanningberg Runde

Fanning

St. Andrä

Mariapfarr

05 Trogalm Runde

Mauterndorf

Tamsweg

11 Mitterberg Plus Runde

02 Hollerberg Runde

06 Neuseß Runde

St. Michael

St. Margarethen

Thomatal

Alle Strecken als  
GPS zum Download  
Download all routes  
as GPS files



Katschberg

15 Leißnitz Route

18 Schönfeld Route

Plareit-Trail

Rennweg





**01**  
**Gontal Runde**  
Unendlich, Lungau, Müllapfel

**01 Gontal Runde**

**05 Trogalm Runde**

**Var. Stöcklalm**

**Var. Klausgraben**

**Var. Sandrieser**

**15 Leiβnitz Route**

**Var. Gamskogel**



| Gontal Runde | Variante Sandrieser | Variante Stöcklalm | Variante Gamskogel | Variante Klausgraben |
|--------------|---------------------|--------------------|--------------------|----------------------|
| 32,3 km      | 36,2 km             | 34,7 km            | 35,3 km            | 22,6 km              |
| 1.823 m      | 1.823 m             | 1.848 m            | 1.823 m            | 1.824 m              |
| 1.099 hm     | 1.218 hm            | 1.253 hm           | 914 hm             | 924 hm               |
|              |                     |                    |                    |                      |
| 9,9 km       | 9,9 km              | 10,0 km            | 12,0 km            | 5,9 km               |
| 22,4 km      | 26,3 km             | 24,8 km            | 23,3 km            | 16,7 km              |

Scan me!  
Infos & GPX



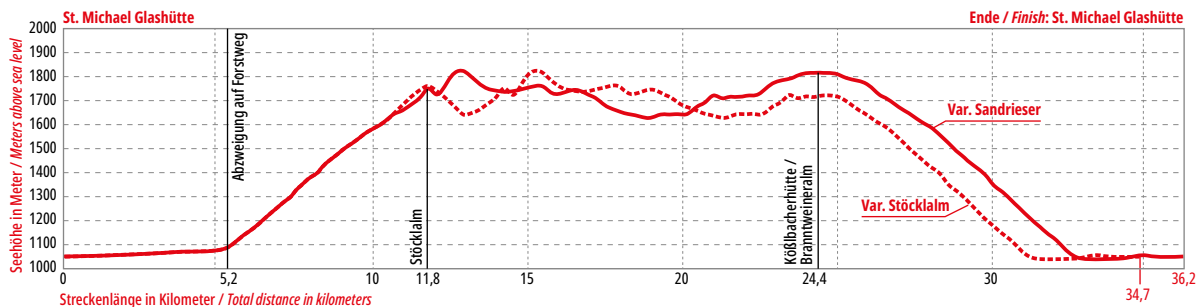
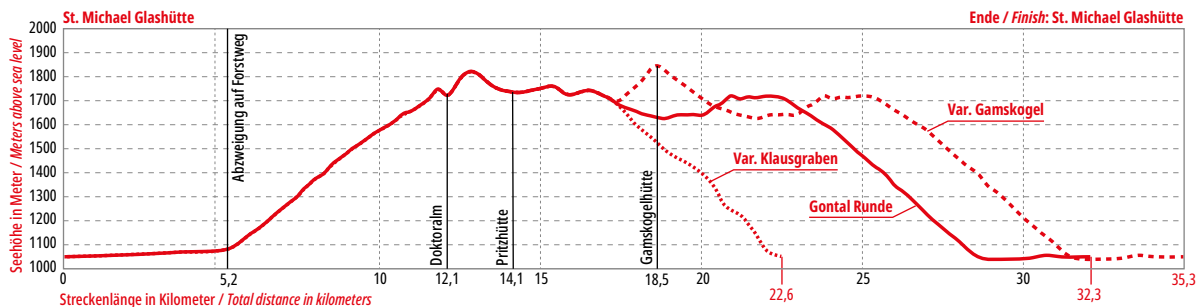
# 01 Gontal Runde

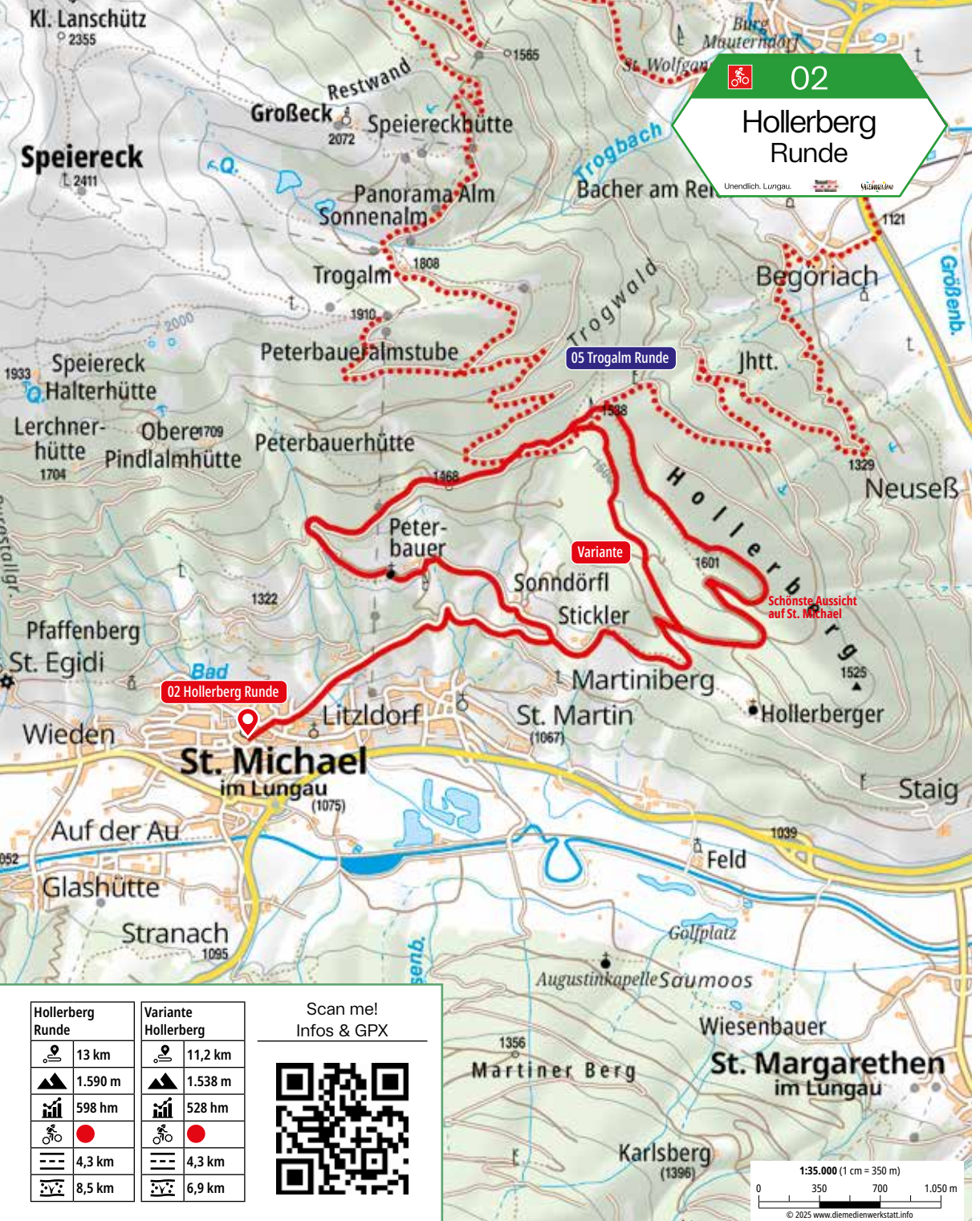
Die Gontal Runde ist eine abwechslungsreiche Mountainbiketour mit verschiedenen Varianten. Von St. Michael aus führt die Strecke entlang der Mur, bevor ein Forstweg bergauf ins Gontal führt. Unterwegs genießt du atemberaubende Ausblicke ins Murtal. Je nach Lust und Kondition kannst du zur Stöcklalm, über die Rodelbahn zur Gamskogelhütte oder über den Klausgraben nach Glashütte abzweigen. Eine weitere Option führt dich über die Variante Sandrieser zur Brantweinerhütte und zur Kößlbacheralm und anschließend zurück ins Tal. Am Ende gelangst du über den Murradweg wieder zum Ausgangspunkt.



*The Gontal route is a diversified mountain bike tour with several options. Starting from St. Michael, the trail follows the Mur river before ascending on a forest road into the Gontal valley. On your way, you can enjoy breathtaking views over the valley. Depending on your preferences and fitness level, you can take a side trip to the Stöcklalm hut, or follow the toboggan trail to the Gamskogelhütte*

*hut, or ride through the Klausgraben down into the valley. Another option leads you via the huts Sandrieserhütte and Brantweinerhütte to the Kößlbacheralm hut and back down into the valley. In the end, you return to the starting point via the Murradweg cycle track.*





**02**  
**Hollerberg Runde**  
 Unendlich. Lungau.

**02 Hollerberg Runde**

**05 Trogalm Runde**

**Variante**

**Schönste Aussicht auf St. Michael**

| Hollerberg Runde | Variante Hollerberg |
|------------------|---------------------|
| 13 km            | 11,2 km             |
| 1.590 m          | 1.538 m             |
| 598 hm           | 528 hm              |
|                  |                     |
| 4,3 km           | 4,3 km              |
| 8,5 km           | 6,9 km              |

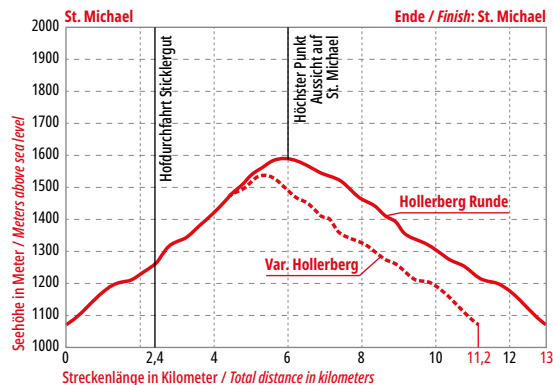
Scan me!  
 Infos & GPX

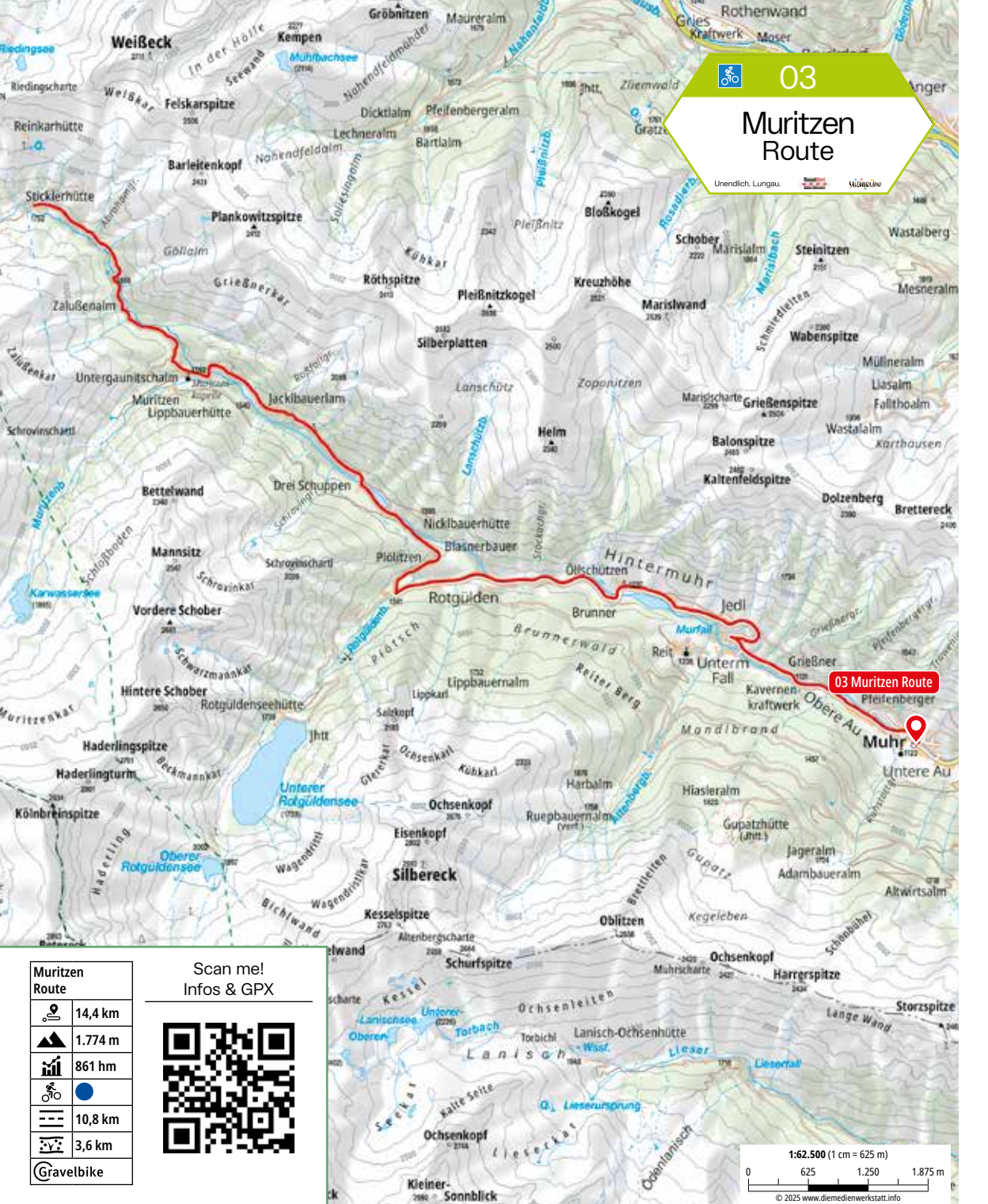
1:35.000 (1 cm = 350 m)  
 0 350 700 1.050 m  
 © 2025 www.diemedienwerkstatt.info

## 02 Hollerberg Runde

Diese aussichtsreiche Tour beginnt im Zentrum von St. Michael und führt über die leicht ansteigende Schulstraße Richtung Hollerberg. Am Rastplatz Sonndörfel zweigt die Route auf einen Forstweg ab, der dich zum höchsten Punkt der Strecke mit herrlichem Panorama über St. Michael bringt. Eine etwas leichtere Variante führt über einen sanfter ansteigenden Forstweg, der später wieder in die Hauptstrecke mündet. Eine schöne Tour für eine kurze, aber lohnende Ausfahrt.

*This scenic tour starts in the center of St. Michael and follows the gently ascending road Schulstraße towards Hollerberg. At the resting place Sonndörfel, the route turns onto a forest road leading you to the highest point of the trail, where you can enjoy a stunning panorama view down on St. Michael. A slightly easier variant follows a less steep forest road that a little later merges back onto the main route. A beautiful tour for a short but rewarding ride.*





**03**  
**Muritzen Route**  
 Unendlich, Lungau, Österreich, Mühlviertel

**03 Muritzen Route**

|                |            |
|----------------|------------|
| Muritzen Route |            |
|                | 14,4 km    |
|                | 1.774 m    |
|                | 861 hm     |
|                |            |
|                | 10,8 km    |
|                | 3,6 km     |
|                | Gravelbike |

Scan me!  
 Infos & GPX



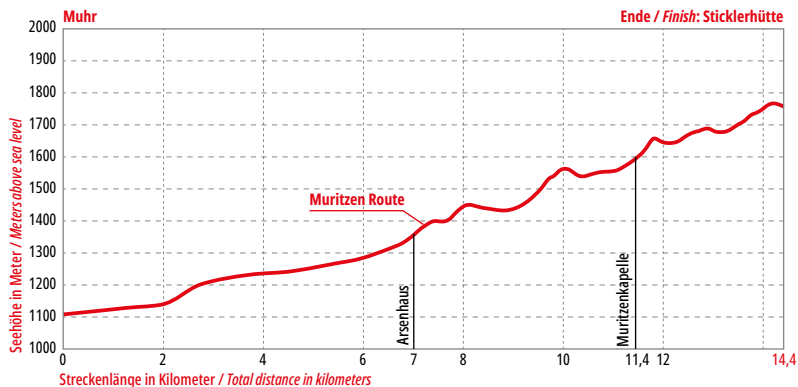
## 03 Muritzen Route

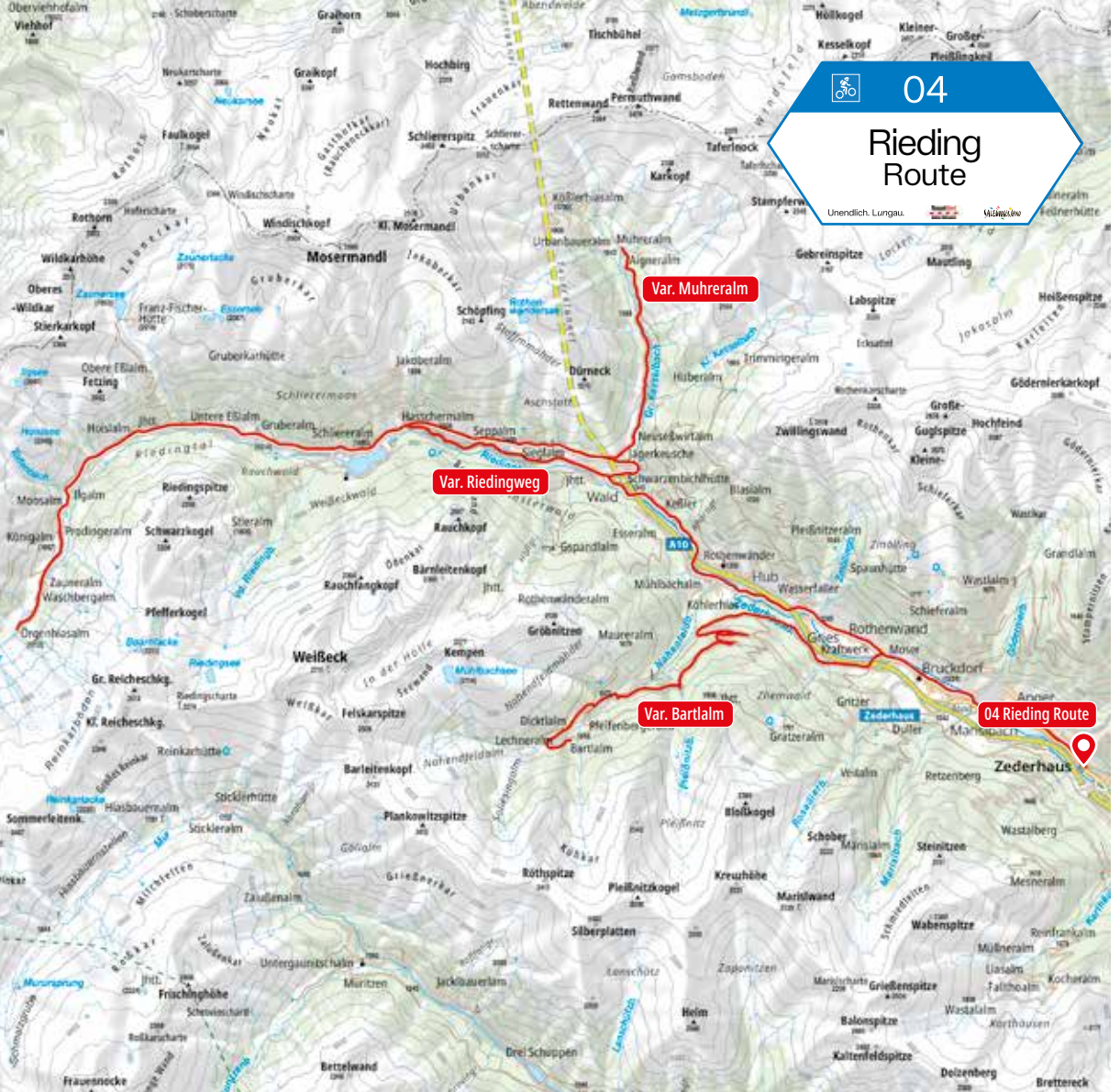
Diese Mountainbiketour führt dich von Muhr aus ins Hintere Murtal. Der Start erfolgt bei der Kirche, von wo aus du Richtung Hintermuhr und Jedl fährst. Nach der Mautstelle führt ein Forstweg in angenehmer Steigung zur Muritzenkapelle. Weiter geht es durch eine idyllische Landschaft, bis du schließlich die bewirtschaftete Sticklerhütte erreichst – ein perfekter Ort für eine Rast mit Blick auf die beeindruckende Bergwelt. Die Rückfahrt erfolgt auf derselben Strecke.

**Bike & Hike Tipp:** Von der Sticklerhütte bietet sich noch eine Wanderung zum Murursprung an. Die Gehzeit beträgt ca. 1:15 h.

*This mountain bike tour takes you from Muhr into the rear of the Murtal valley. Starting at the church, you ride towards the districts Hintermuhr and Jedl. After passing the toll station, a slightly sloping forest road leads you to the Muritzen Chapel. The route continues through a picturesque alpine landscape until you reach the serviced alpine hut Sticklerhütte – a perfect spot for a break with breathtaking views on the surrounding mountains. The return follows the same route.*

**Bike & Hike Tip:** The Sticklerhütte hut offers a good starting point for a hike up to the source of the Mur river. The hiking time is approx. 1h15.





**04**  
**Rieding Route**

| Rieding Route | Variante Riedingweg | Variante Bartlalm | Variante Muhreralm |
|---------------|---------------------|-------------------|--------------------|
| 16,1 km       | 15,5 km             | 30,2 km           | 22,1 km            |
| 1.715 m       | 1.716 m             | 1.715 m           | 1.716 m            |
| 579 hm        | 667 hm              | 1.093 hm          | 852 hm             |
|               |                     |                   |                    |
| 12,1 km       | 9,8 km              | 15,9 km           | 14,3 km            |
| 4 km          | 5,7 km              | 14,3 km           | 7,8 km             |
|               |                     |                   |                    |

Scan me!  
 Infos & GPX



# 04 Rieding Route

Von Zederhaus aus folgst du dem Radweg in Richtung Naturpark Riedingtal. Die klassische Route führt dich vorbei an vielen verschiedenen Almhütten, von der Schliereralm bis hin zur Örgenhiasalm, dem Wendepunkt der Route. Alternativ kannst du zur Bartlalm abzuweichen und über einen Forstweg bergauf radeln. Oder du wählst den Riedingweg, der vor der Schliereralm wieder in die Hauptroute mündet. Eine weitere Möglichkeit ist die Muhreralm, die du über eine Abzweigung bei der Mautstelle erreichst. Egal für welche Variante du dich entscheidest – traumhafte Aussichten und urige Almhütten begleiten dich auf jeder Strecke.

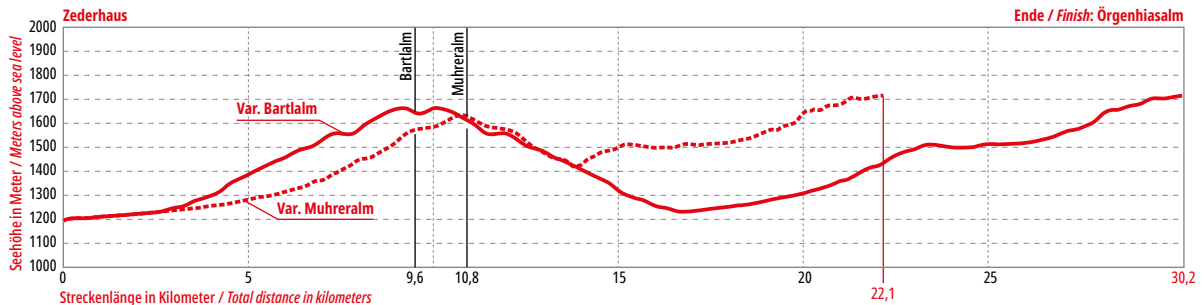
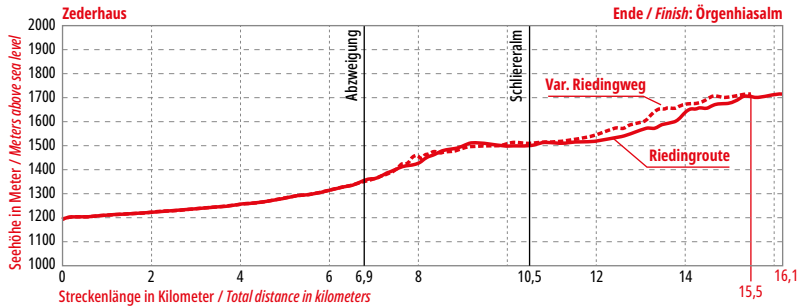


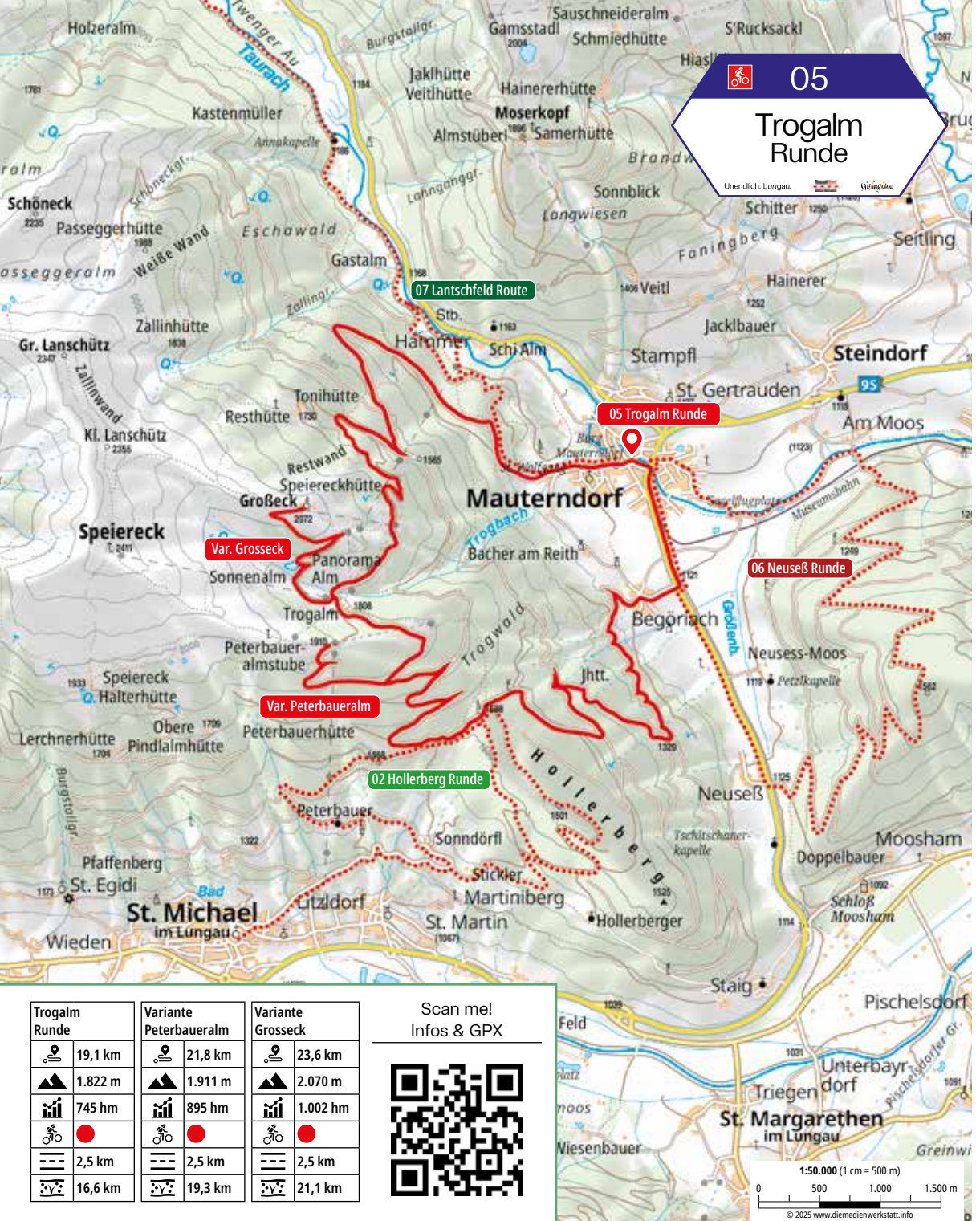
Starting from Zederhaus, you follow the cycle track towards the Nature Park Riedingtal. The classic route takes you past many different serviced huts, from the Schliereralm hut to the Örgenhiasalm hut, the turning point of the tour.

Alternatively, you can take a detour to the Bartlalm hut and ride uphill along a forest road. Another option is the

Riedingweg trail, which reconnects with the main route before arriving at the Schliereralm hut. You can also reach the Muhreralm hut via a turnoff at the toll gate.

Whatever variant you choose, you will always come across stunning views and charming alpine huts along your route.





**05**  
**Trogalm Runde**

| Trogalm Runde | Variante Peterbaueralm | Variante Grosseck |
|---------------|------------------------|-------------------|
| 19,1 km       | 21,8 km                | 23,6 km           |
| 1.822 m       | 1.911 m                | 2.070 m           |
| 745 hm        | 895 hm                 | 1.002 hm          |
|               |                        |                   |
| 2,5 km        | 2,5 km                 | 2,5 km            |
| 16,6 km       | 19,3 km                | 21,1 km           |

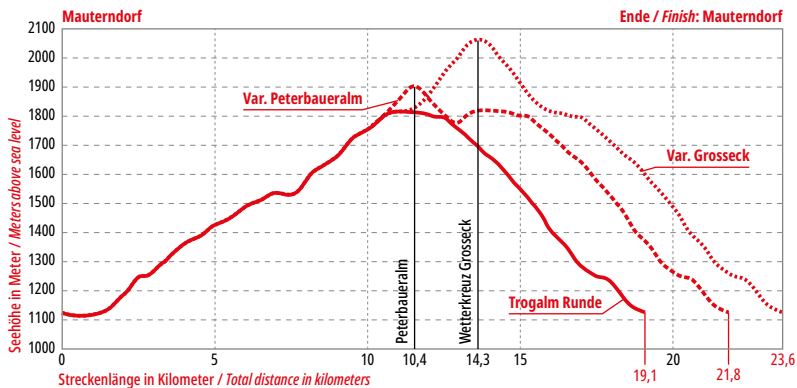
Scan me!  
Infos & GPX

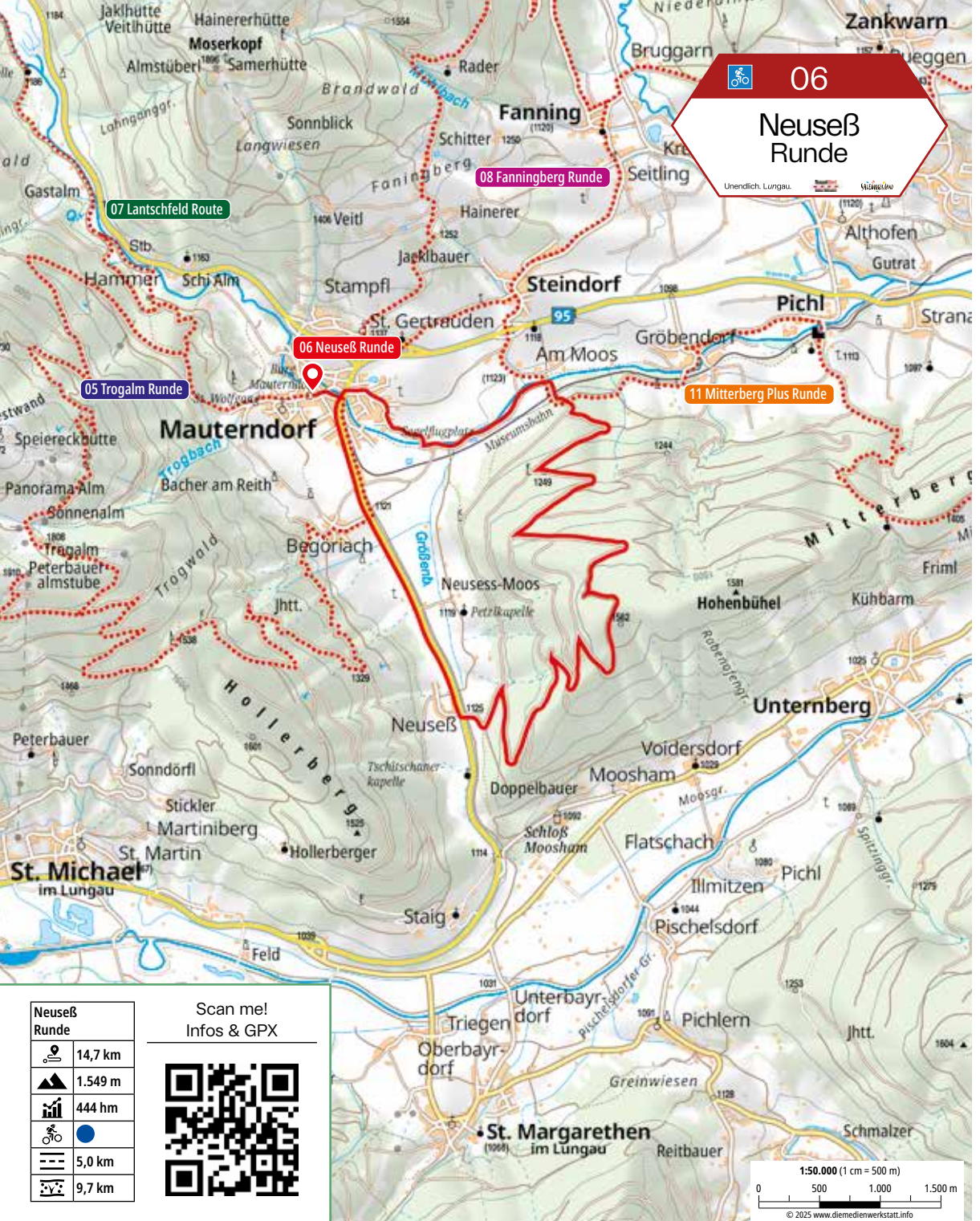


# 05 Trogalm Runde

Von Mauterndorf aus folgst du dem Radweg nach Begöriach, wo ein Forstweg in mehreren Kehren bergauf führt. Am höchsten Punkt angekommen, kannst du zwischen zwei Varianten wählen: Die Peterbaueralm-Variante führt dich weiter zur Peterbaueralm hinauf und die Grosseck-Variante bringt dich über die Trogalmseen zur Panorama Alm und zum Wetterkreuz Grosseck. Zurück auf der Hauptstrecke fährst du weiter zur Sonnalm, bevor dich eine herrliche Abfahrt wieder nach Mauterndorf zurückbringt.

*Starting from Mauterndorf, you follow the cycle track to Begöriach, where a forest road winds its way up via multiple switchbacks. Once you have reached the highest point, you can choose between two options: The Peterbaueralm variant takes you further to the alpine inn Peterbaueralm, while the Grosseck variant leads you past the Trogalm lakes to the alpine inn Panorama Alm and the summit Grosseck. Back on the main route, you continue to the Sonnalm hut before a superb descent takes you back to the village.*





**06**  
**Neuseß Runde**  
 Unendlich, Lungau,

**06 Neuseß Runde**

**07 Lantschfeld Route**

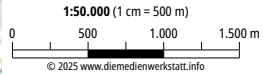
**08 Fanningberg Runde**

**05 Trogalm Runde**

**11 Mitterberg Plus Runde**

|                     |         |
|---------------------|---------|
| <b>Neuseß Runde</b> |         |
|                     | 14,7 km |
|                     | 1.549 m |
|                     | 444 hm  |
|                     |         |
|                     | 5,0 km  |
|                     | 9,7 km  |

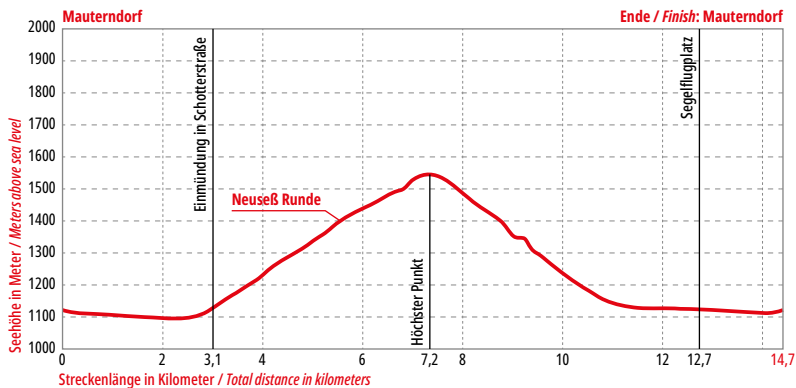
Scan me!  
 Infos & GPX



# 06 Neuseß Runde

Vom Zentrum Mauterndorf führt die Route entlang der Taurach und weiter über eine Forststraße mit moderater Steigung bergauf. Oben angekommen, erwartet dich ein traumhafter Ausblick. Die Strecke führt weiter Richtung Neuseß, bevor es bergab zurück auf den Radweg geht, der dich wieder zum Ausgangspunkt bringt. Die Kombination aus sanften Anstiegen und einer entspannten Abfahrt macht diese Runde besonders angenehm. Eine ideale Tour für Biker, die die schöne Landschaft des Salzburger Lungaus entdecken möchten.

*Starting from the center of Mauterndorf, the route follows the Taurach river before ascending on a slightly sloping forest road. At the top, a spectacular panorama unfolds. The trail continues towards Neuseß before leading back to the cycle path which takes you to your starting point. The combination of gentle ascents and a relaxed downhill part makes this tour especially enjoyable. An ideal tour for bikers looking to explore the beautiful landscape of the Salzburg Lungau region.*





# Unentdeckt. *Lungau.*

Im Salzburger Lungau findest du deine perfekte Wanderung – ob als Familie, mit Freunden oder ganz für dich allein. Sanfte Wege führen zu kristallklaren Bergseen, urige Almhütten laden zum Verweilen ein, und aussichtsreiche Gipfel beloh-

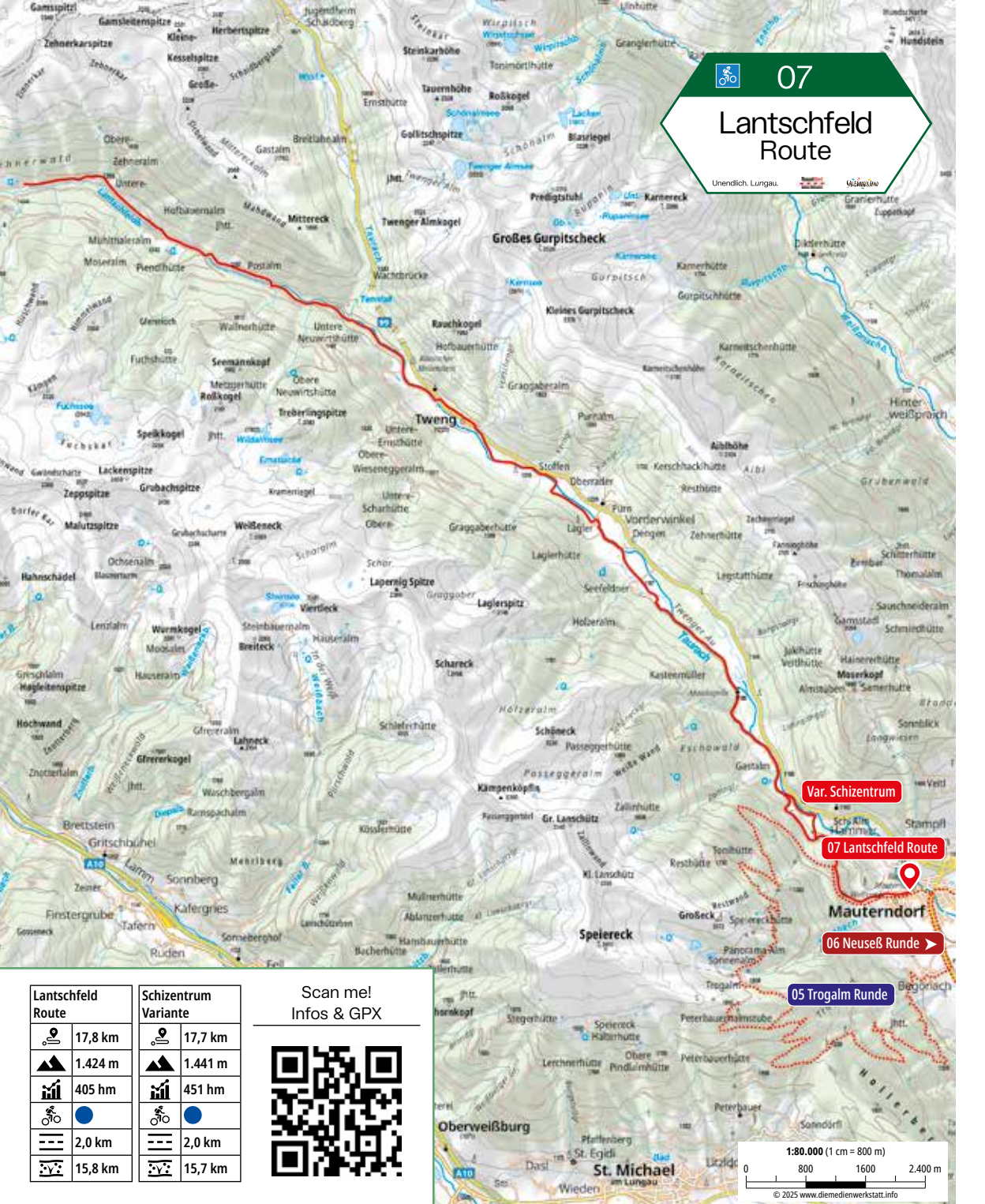
nen mit Weitblick und Ruhe. Mal ist es der gemeinsame Ausflug zu einem der 60 Bergseen, mal das bewusste Innehalten in der Stille der Berge – im Salzburger Lungau werden aus Schritten Erinnerungen.

# Undiscovered. *Lungau.*



*In the Salzburg Lungau region, you will find your perfect hike – whether with family, friends, or just by yourself. Gentle trails lead to crystal-clear mountain lakes, rustic alpine huts invite you to pause, and impressive peaks reward you with panoramic views*

*and peaceful solitude. Sometimes it is a shared adventure to head for one of the 60 mountain lakes, sometimes it is a moment of stillness in the heart of the mountains – in the Salzburg Lungau region every step becomes a memory.*

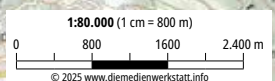


07  
Lantschfeld  
Route

Unendlich. Lungau.

| Lantschfeld Route | Schizentrum Variante |
|-------------------|----------------------|
| 17,8 km           | 17,7 km              |
| 1.424 m           | 1.441 m              |
| 405 hm            | 451 hm               |
|                   |                      |
| 2,0 km            | 2,0 km               |
| 15,8 km           | 15,7 km              |

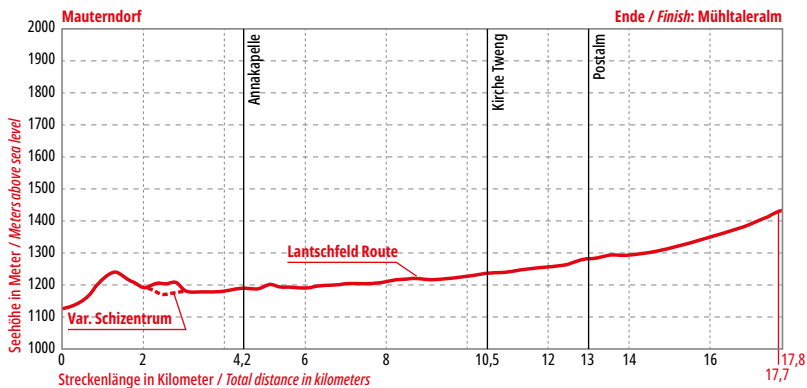
Scan me!  
Infos & GPX

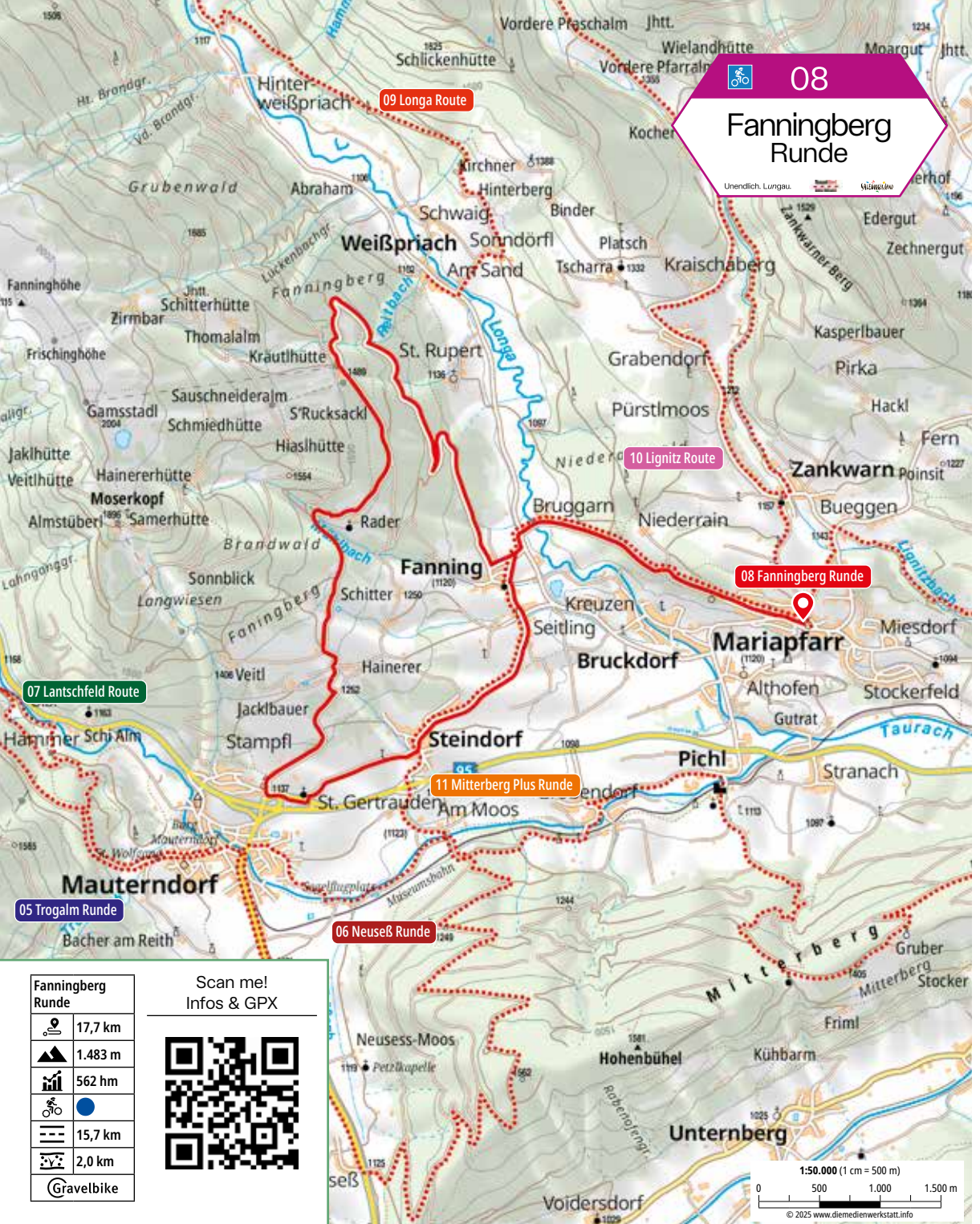


# 07 Lantschfeld Route

Diese idyllische Tour führt dich von Mauterndorf nach Tweng und weiter ins Twenger Lantschfeld. Alternativ kannst du die Variante über das Schizentrum wählen. Du radelst entlang der Taurach, vorbei an der Postalm, und folgst der Schotterstraße bis zur Mühltaleralm. Die Strecke verläuft durch ein ruhiges, naturbelassenes Tal und bietet traumhafte Ausblicke auf die umliegenden Berge. Bei der Mühltaleralm (unbewirtschaftet) kannst du dich setzen und die Ruhe genießen. Anschließend geht es auf demselben Weg zurück nach Mauterndorf.

*This idyllic tour takes you from the center of Mauterndorf to Tweng and further into the Lantschfeld valley. Alternatively, you can choose the route via the ski center in Mauterndorf. You ride along the Taurach river, pass the Postalm hut, and follow the gravel road to the Mühltaleralm hut. Take a break at the Mühltaleralm hut (not staffed) and soak in the tranquility. The trail winds through a peaceful valley, offering breathtaking views on the surrounding mountains. The same route takes you back to your starting point in Mauterndorf.*





**08**  
**Fanningberg Runde**

Unendlich. Lungau.

**07 Lantsfeld Route**

**10 Lignitz Route**

**08 Fanningberg Runde**

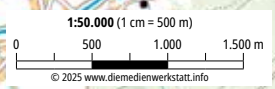
**11 Mitterberg Plus Runde**

**05 Trogalm Runde**

**06 Neuseß Runde**

|                          |         |
|--------------------------|---------|
| <b>Fanningberg Runde</b> |         |
|                          | 17,7 km |
|                          | 1.483 m |
|                          | 562 hm  |
|                          |         |
|                          | 15,7 km |
|                          | 2,0 km  |
|                          |         |

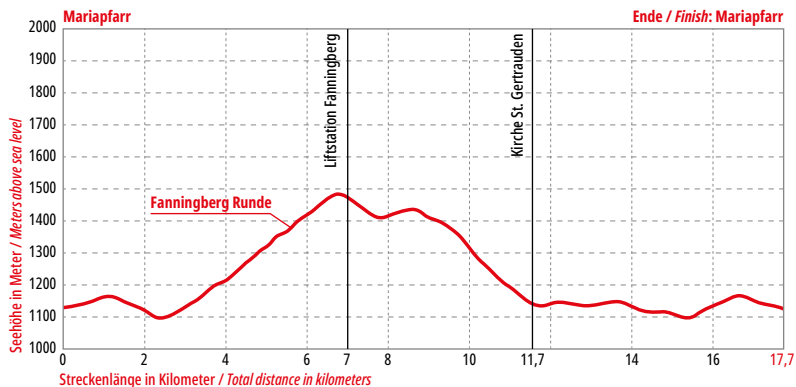
Scan me!  
 Infos & GPX

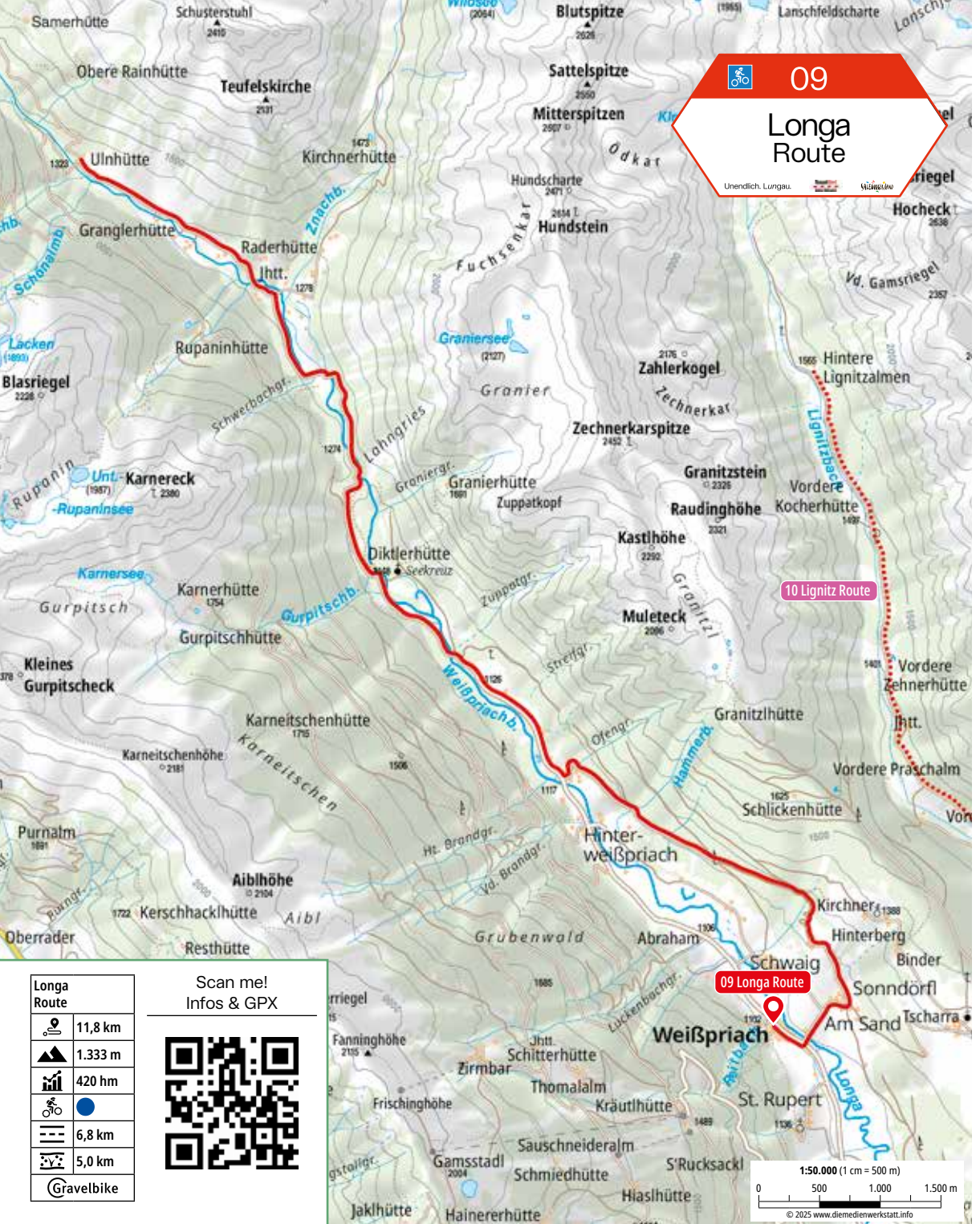


## 08 Fanningberg Runde

Die abwechslungsreiche Tour auf den Fanningberg startet in Mariapfarr. Über Bruggarn und Fanning geht es bergauf zur Talstation des Fanningberges. Vom unteren Parkplatz radelst du auf dem Forstweg nach St. Gertrauden und über Steindorf weiter nach Seitling/Fanning. Die Strecke führt dich schließlich zurück nach Mariapfarr. Diese Tour kombiniert sportliche Herausforderungen mit entspannten Passagen und bietet einen tollen Mix aus Natur, Panorama und Fahrspaß.

*This multifaceted tour to Fanningberg starts in Mariapfarr. The route gently climbs via Bruggarn and Fanning to the valley station of Fanningberg. At this highest point, you can take a deep breath and enjoy the view before descending on a forest road towards St. Gertrauden. Via Steindorf and Seitling/Fanning you finally get back to your starting point Mariapfarr. This tour combines quite challenging sporty parts with relaxed sections, offering a perfect mix of nature, panoramic views, and riding fun.*

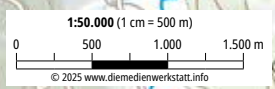




09  
Longa Route  
Unendlich. Lungau.

|             |         |
|-------------|---------|
| Longa Route |         |
|             | 11,8 km |
|             | 1.333 m |
|             | 420 hm  |
|             |         |
|             | 6,8 km  |
|             | 5,0 km  |
|             |         |

Scan me!  
Infos & GPX

# 09 Longa Route

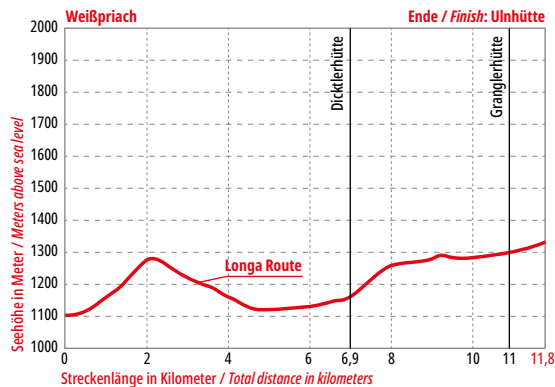
Die Tour startet in Weißpriach, direkt beim Gemeindeamt. Von dort aus fährst du vorerst talauswärts und biegst links Richtung Sonndörfel ab. Der Weg führt dich bergauf, und an der nächsten Kreuzung hältst du dich links. Nach mehreren Kilometern auf Asphalt setzt der Weg fort als Schotterstraße. Du folgst dem Schotterweg bergauf, vorbei an der Diktlerhütte. Nach einigen Kilometern erreichst du die Granglerhütte – perfekt für eine Pause mit herrlichem Bergblick. Anschließend fährst du weiter zur Ulnhütte, dem Wendepunkt der Strecke. Zurück geht es auf dem gleichen Weg.

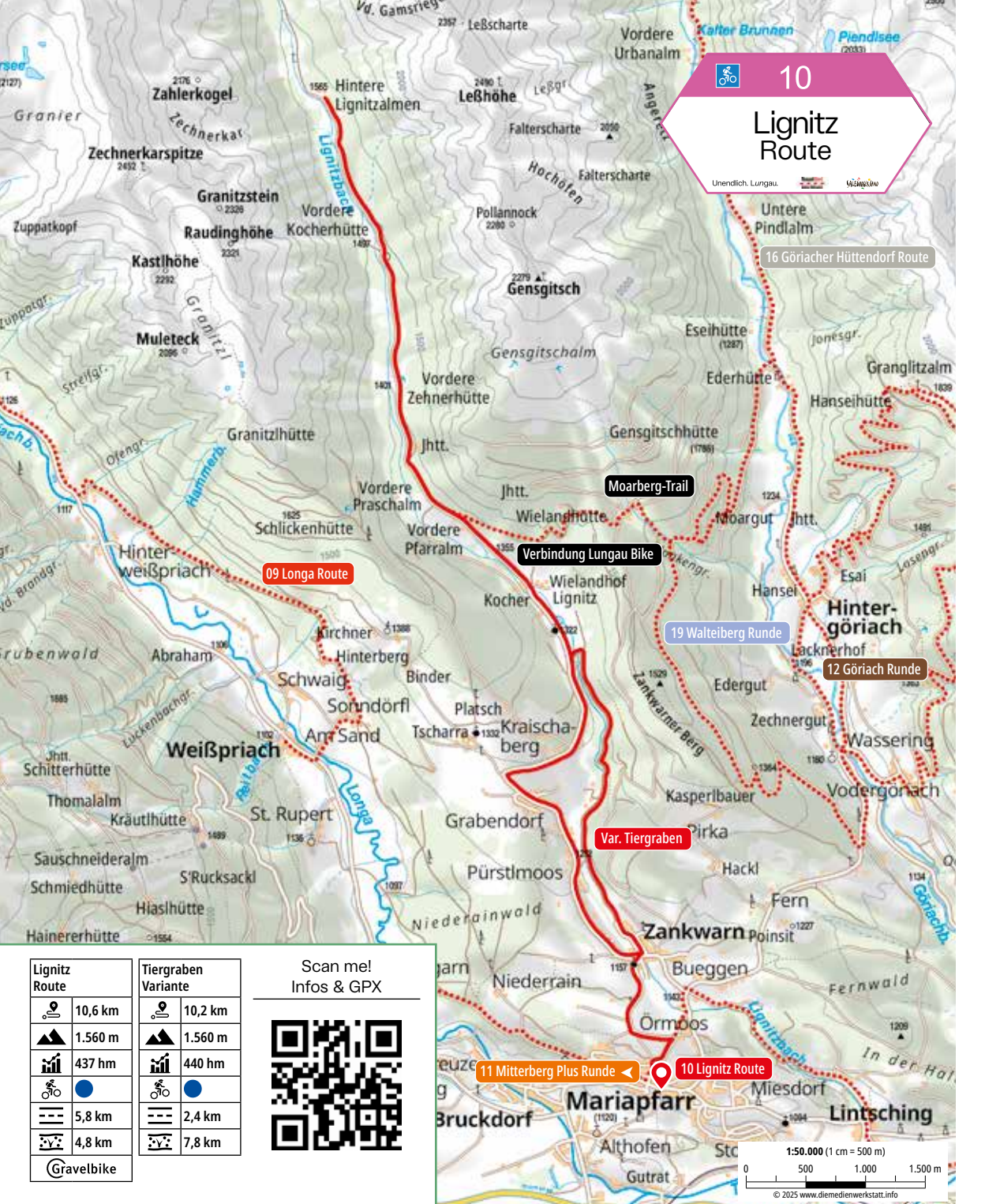
**Bike & Hike Tipp:** Du kannst von der Ulnhütte noch zum Wirpitschsee und zum Oberen Schönalmsee wandern. Die Wanderzeit beträgt ca. 1:30 h.

*This tour starts in the center of Weißpriach. From there, you ride for a short distance down the valley before you turn left towards Sonndörfel. The path leads uphill, and at the next junction, you have to keep left. You follow the asphalt road for several kilometers until it turns into a forest path. You continue uphill along the forest road, passing the Diktlerhütte hut. After a few more kilometers, you reach the Granglerhütte hut – a perfect spot for a break with stunning mountain views. The tour then continues to the Ulnhütte hut, the turnaround point of the route. You return the way you came.*



**Bike & Hike Tip:** You can hike from the Ulnhütte hut to the Wirpitschsee lake and further to the Oberer Schönalmsee lake. The hiking time is approx. 1h30.





**10**  
**Lignitz Route**  
 Unendlich, Lungau,

09 Longa Route

Moarberg-Trail

Verbindung Lungau Bike

19 Walteberg Runde

12 Göriach Runde

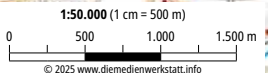
Var. Tiergraben

11 Mitterberg Plus Runde

10 Lignitz Route

| Lignitz Route | Tiergraben Variante |
|---------------|---------------------|
| 10,6 km       | 10,2 km             |
| 1.560 m       | 1.560 m             |
| 437 hm        | 440 hm              |
|               |                     |
| 5,8 km        | 2,4 km              |
| 4,8 km        | 7,8 km              |
| Gravelbike    |                     |

Scan me!  
 Infos & GPX



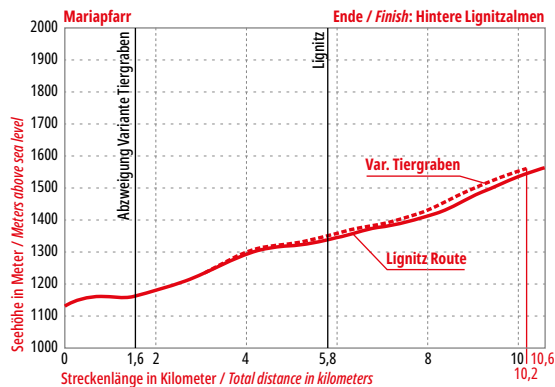
# 10 Lignitz Route

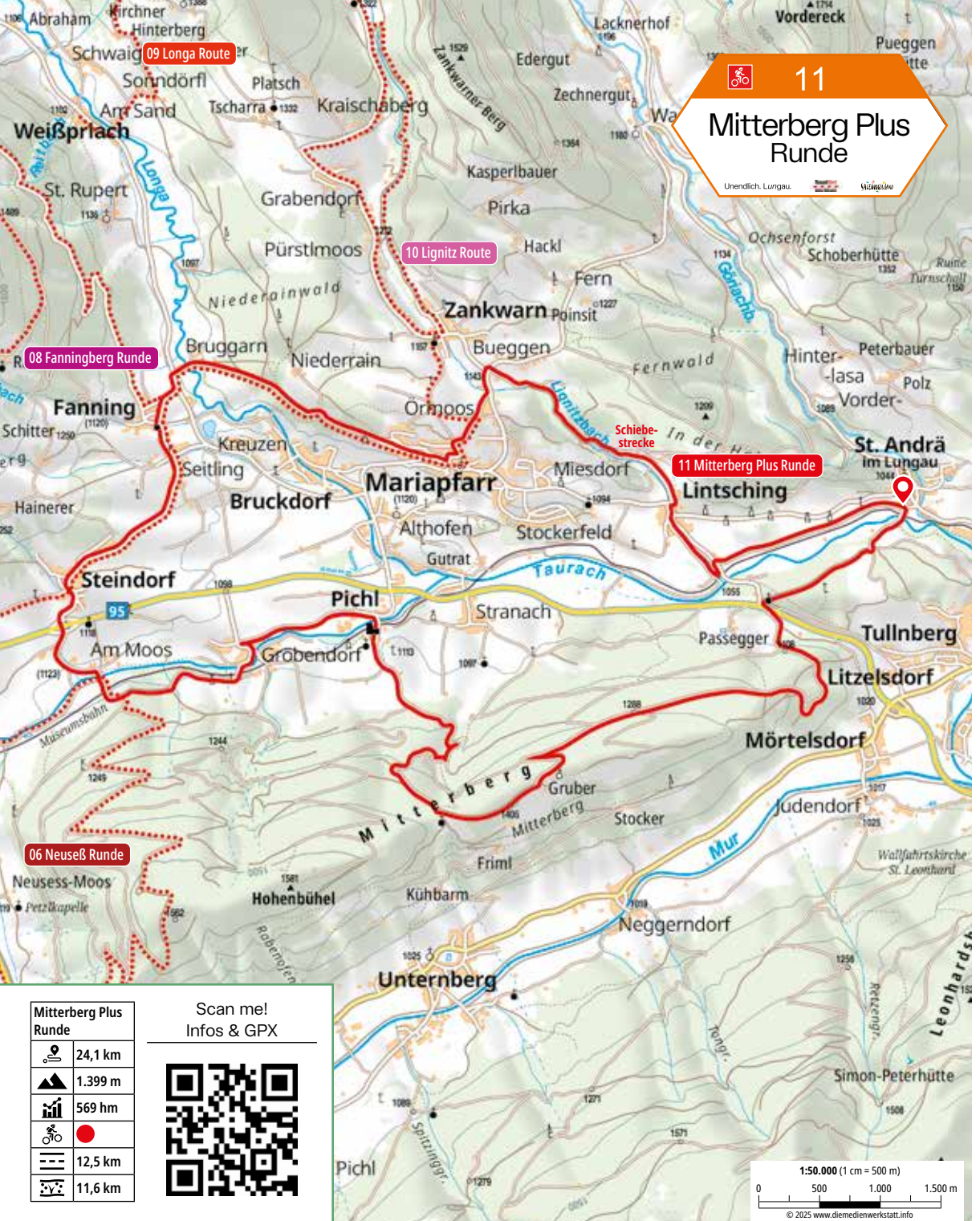
Von Mariapfarr radelst du durch Zankwarn und Grabendorf ins ruhige Lignitztal. Die Route führt entlang des Lignitzbaches bis zu den Hinteren Lignitzalmen. Alternativ kannst du ab Zankwarn über den Tiergraben fahren, der später wieder in die Hauptroute mündet. Im Hochtal angekommen genießt du die unberührte Berglandschaft, bevor du entspannt auf demselben Weg nach Mariapfarr zurückkehrst.

**Bike & Hike Tipp:** Von den Hinteren Lignitzalmen ausgehend kannst du noch zum wunderschönen Lignitzsee wandern. Die Wanderzeit beträgt ca. 1:30 h.

*Starting from Mariapfarr, you cycle through Zankwarn and Grabendorf into the peaceful Lignitztal valley. The route follows the Lignitzbach creek, leading you to the Hintere Lignitzalmen huts. Alternatively, you can take the Tiergraben route starting at Zankwarn, which returns back onto the main trail a little later. Once at the highest point, you can enjoy the untouched mountain scenery before starting a relaxed ride back to Mariapfarr along the same route.*

**Bike & Hike Tip:** From the alpine huts Hintere Lignitzalmen you can hike to the beautiful Lignitzsee lake. The hiking time is approx. 1h30.





**11**  
**Mitterberg Plus Runde**  
 Unendlich. Lungau.

|                       |         |
|-----------------------|---------|
| Mitterberg Plus Runde |         |
|                       | 24,1 km |
|                       | 1.399 m |
|                       | 569 hm  |
|                       |         |
|                       | 12,5 km |
|                       | 11,6 km |

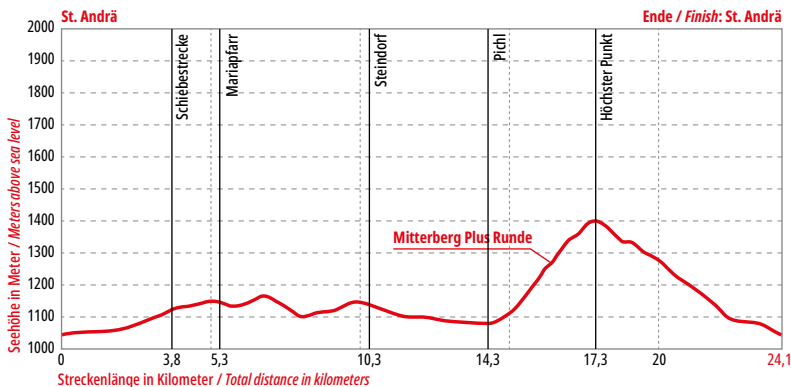
Scan me!  
 Infos & GPX



# 11 Mitterberg Plus Runde

Du startest in St. Andrä und fährst über Mariapfarr, Fanning, Steindorf und Gröbendorf nach Pichl. Von dort geht es bergauf zur Frimmlkapelle am Mitterberg. Dort genießt du das Panorama, bevor du über Wald- und Schotterwege zur Bundesstraße und weiter nach St. Andrä zurückkehrst. Die Route kombiniert sportliche Anstiege mit aussichtsreichen Passagen und einer genussvollen Abfahrt.

*Starting in St. Andrä, you ride through Mariapfarr, Fanning, Steindorf, Gröbendorf, and Pichl. From there it goes uphill to the small chapel Frimmlkapelle on Mitterberg. There, you can take in the panoramic scenery before descending via forest roads to the main road and back to St. Andrä. This route combines challenging climbs with scenic sections and a joyful descent.*

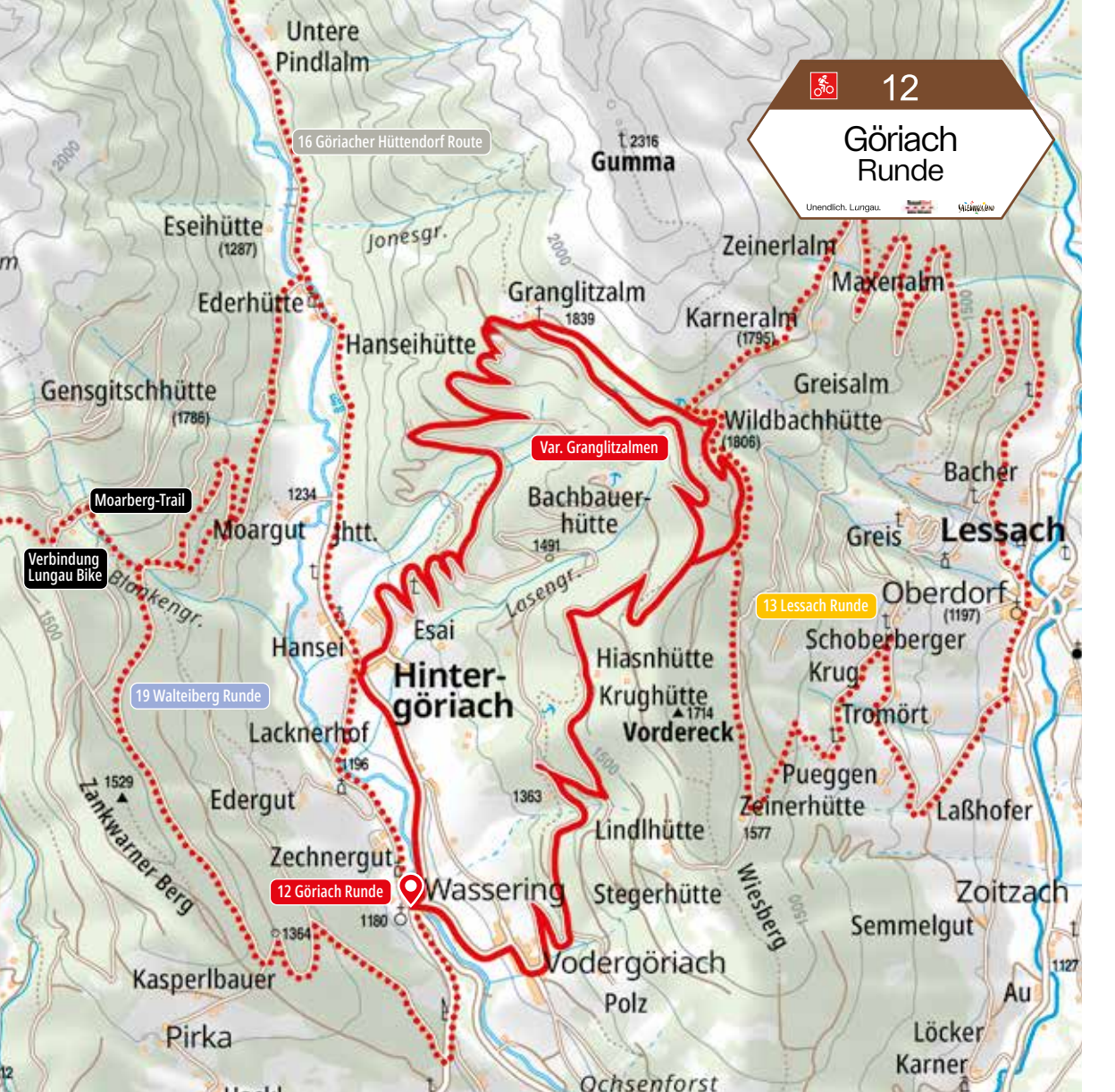




12

# Göriach Runde

Unendlich. Lungau.



| Göriach Runde | Granglitzalmen Variante |
|---------------|-------------------------|
| 14,3 km       | 13,9 km                 |
| 1.848 m       | 1.839 m                 |
| 724 hm        | 736 hm                  |
|               |                         |
| 5,2 km        | 5,2 km                  |
| 9,1 km        | 8,7 km                  |

Scan me!  
Infos & GPX



13 Lessach Runde

19 Walteiberg Runde

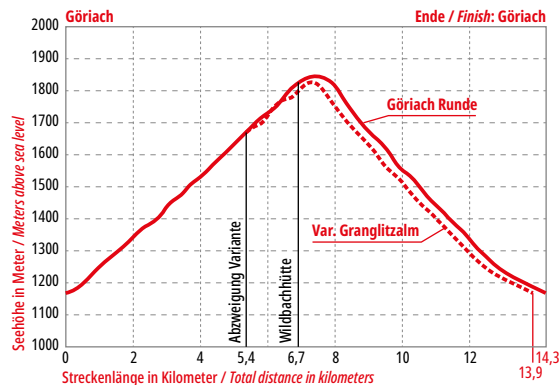
12 Göriach Runde

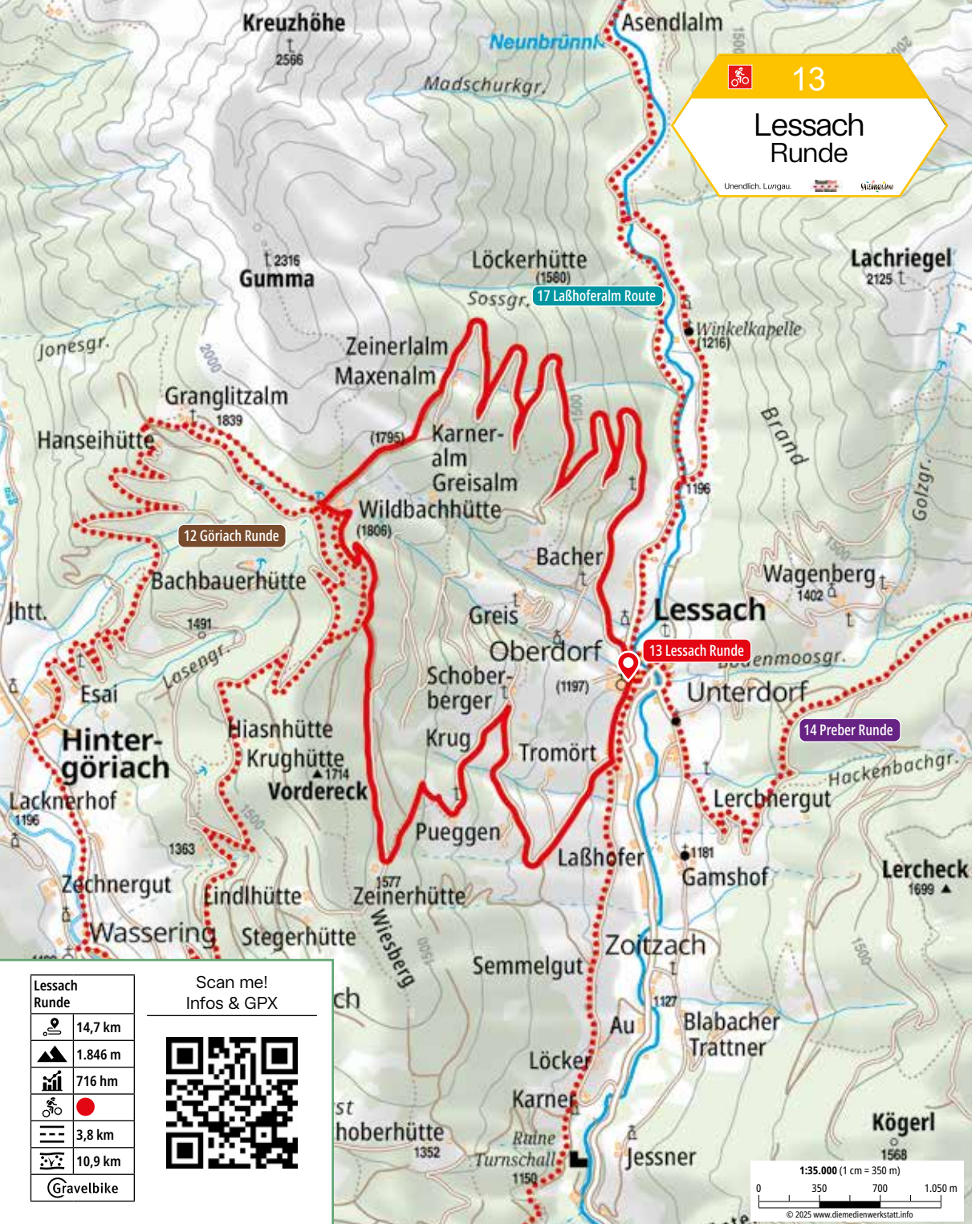


# 12 Göriach Runde

Von Wassering führt dich diese Route nach Vordergöriach und weiter zur Wildbachhütte auf 1.806 m. Oben angekommen, genießt du die Aussicht auf die Schladminger Tauern. Wer noch weiter möchte, kann zur Hansalhütte ins Hüttendorf Göriach fahren. Die Rückfahrt führt auf derselben Strecke sicher zurück nach Wassering. Die Tour kann auch mit der Lessach Runde kombiniert werden.

*Starting from Wassering, this route takes you to Vordergöriach and continues up to the Wildbachhütte hut at 1,806 meters above sea level. Once at the top, you can enjoy breathtaking views of the Schladminger Tauern range. If you are looking for an extra challenge, you can extend the ride to the Hansalhütte hut in the alpine village of Göriach. The return follows the same route safely back to Wassering. This tour can also be combined with the Lessach route.*





**13**  
**Lessach**  
**Runde**  
 Unendlich, Lungau,

12 Göriach Runde

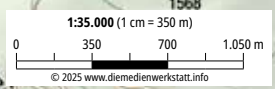
17 Laßhoferalm Route

13 Lessach Runde

14 Preber Runde

|               |            |
|---------------|------------|
| Lessach Runde |            |
|               | 14,7 km    |
|               | 1.846 m    |
|               | 716 hm     |
|               |            |
|               | 3,8 km     |
|               | 10,9 km    |
|               | Gravelbike |

Scan me!  
 Infos & GPX



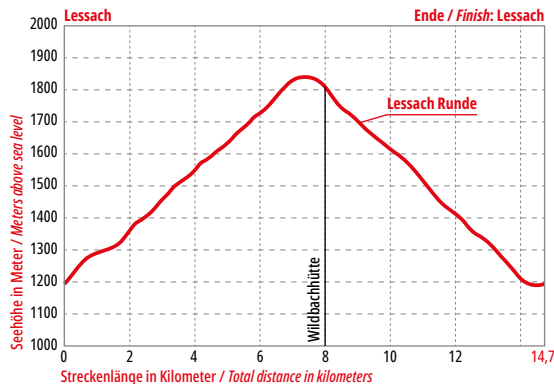
# 13 Lessach Runde

Von Lessach aus geht es vorbei an Bauernhöfen und über eine Forststraße zur Wildbachhütte auf 1.806 m. Oben genießt du die grandiose Aussicht, bevor es entspannt über den Forstweg zurück ins Tal geht. Diese Route lässt sich perfekt mit der Göriach Runde kombinieren.

**Bike & Hike Tipp:** Von der Wildbachhütte kannst du noch weiter zu den Lawinenkegeln und auf den Gipfel des Gumma wandern. Die Wanderzeit beträgt ca. 1:30 h.

*Starting from Lessach, the route leads past traditional farms and follows a forest road up to the Wildbachhütte hut at 1,806 meters. At the top, you can enjoy breathtaking views before cruising back down the forest road into the valley. This route can be perfectly combined with the Göriach route.*

**Bike & Hike Tip:** From the Wildbachhütte hut you have the opportunity to hike to the avalanche cones and the summit Gumma. The hiking time is approx. 1h30.



# Unverkennbar. *Lungau.*



So klein der Salzburger Lungau flächenmäßig sein mag, so unübertrefflich groß ist die kulinarische Vielfalt in diesem UNESCO Biosphärenpark. Ob Bio-Bauern, Edelbrenner, Haubenköche oder ge-

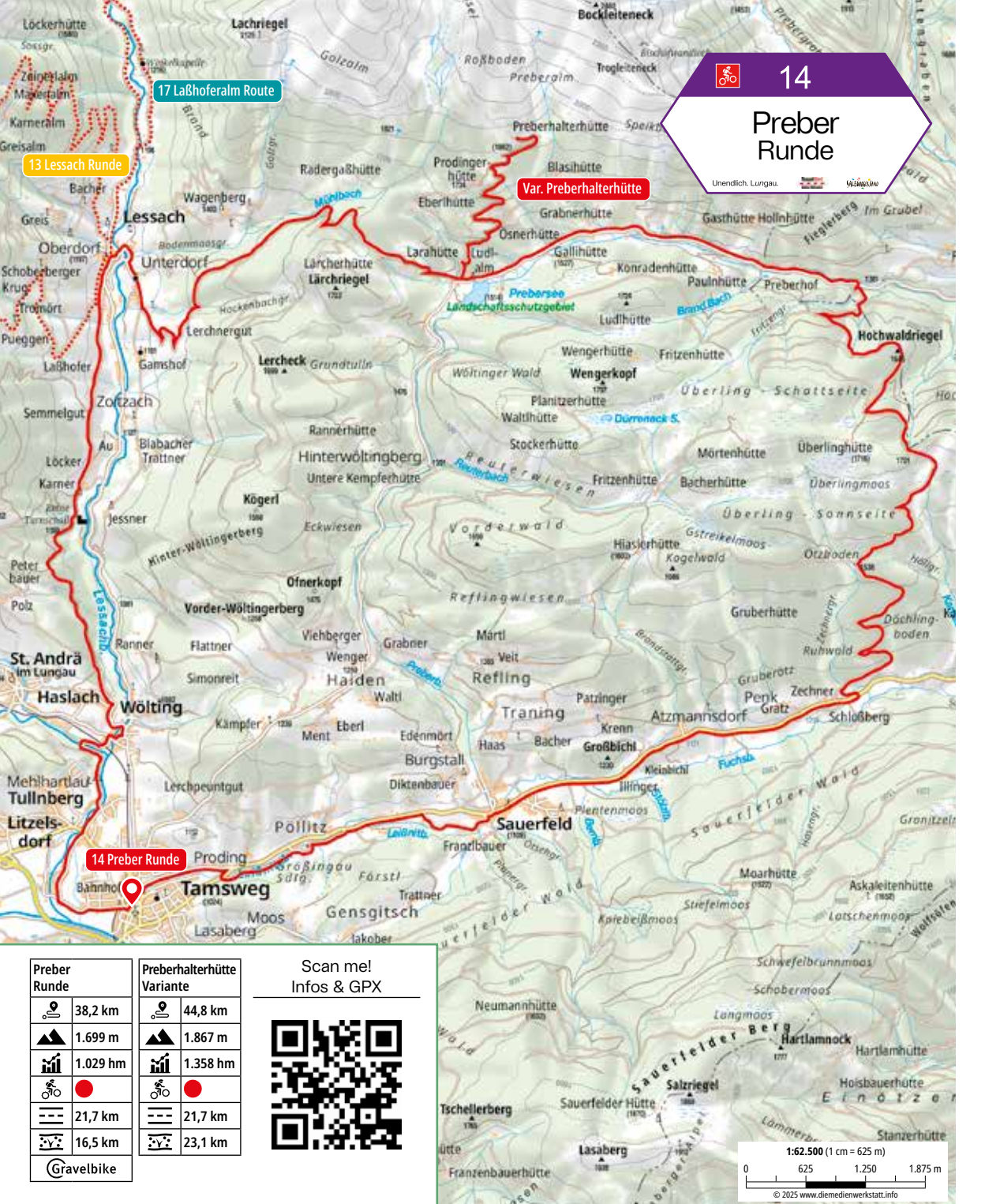
standene Wirtsleute – hier genießt man unvergleichliche alpine Küche, die mit viel Liebe und höchster Qualität zubereitet wird. Der Salzburger Lungau garantiert unvergessliche Gaumenfreuden.

# Unmistakable. *Lungau.*



*Although the Salzburg Lungau Region may be small in size, the culinary diversity in this UNESCO Biosphere Reserve is truly outstanding. Whether organic farmers, master distillers, award-winning*

*chefs, or traditional innkeepers – here, you can enjoy incomparable alpine cuisine prepared with love and passion. The Salzburg Lungau region guarantees unforgettable culinary delights.*



14  
Preber Runde

Var. Preberhalterhütte

13 Lessach Runde

17 Laßhoferalm Route

| Preber Runde | Preberhalterhütte Variante |
|--------------|----------------------------|
| 38,2 km      | 44,8 km                    |
| 1.699 m      | 1.867 m                    |
| 1.029 hm     | 1.358 hm                   |
|              |                            |
| 21,7 km      | 21,7 km                    |
| 16,5 km      | 23,1 km                    |
|              |                            |

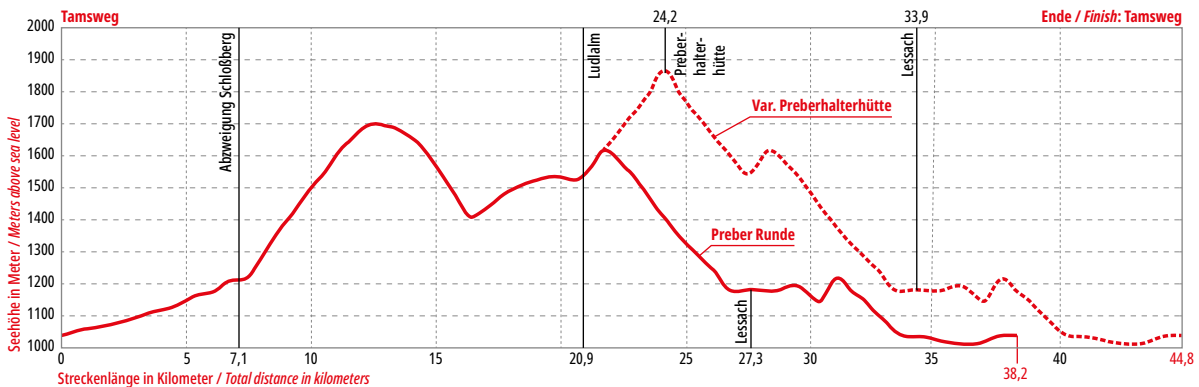
Scan me!  
Infos & GPX

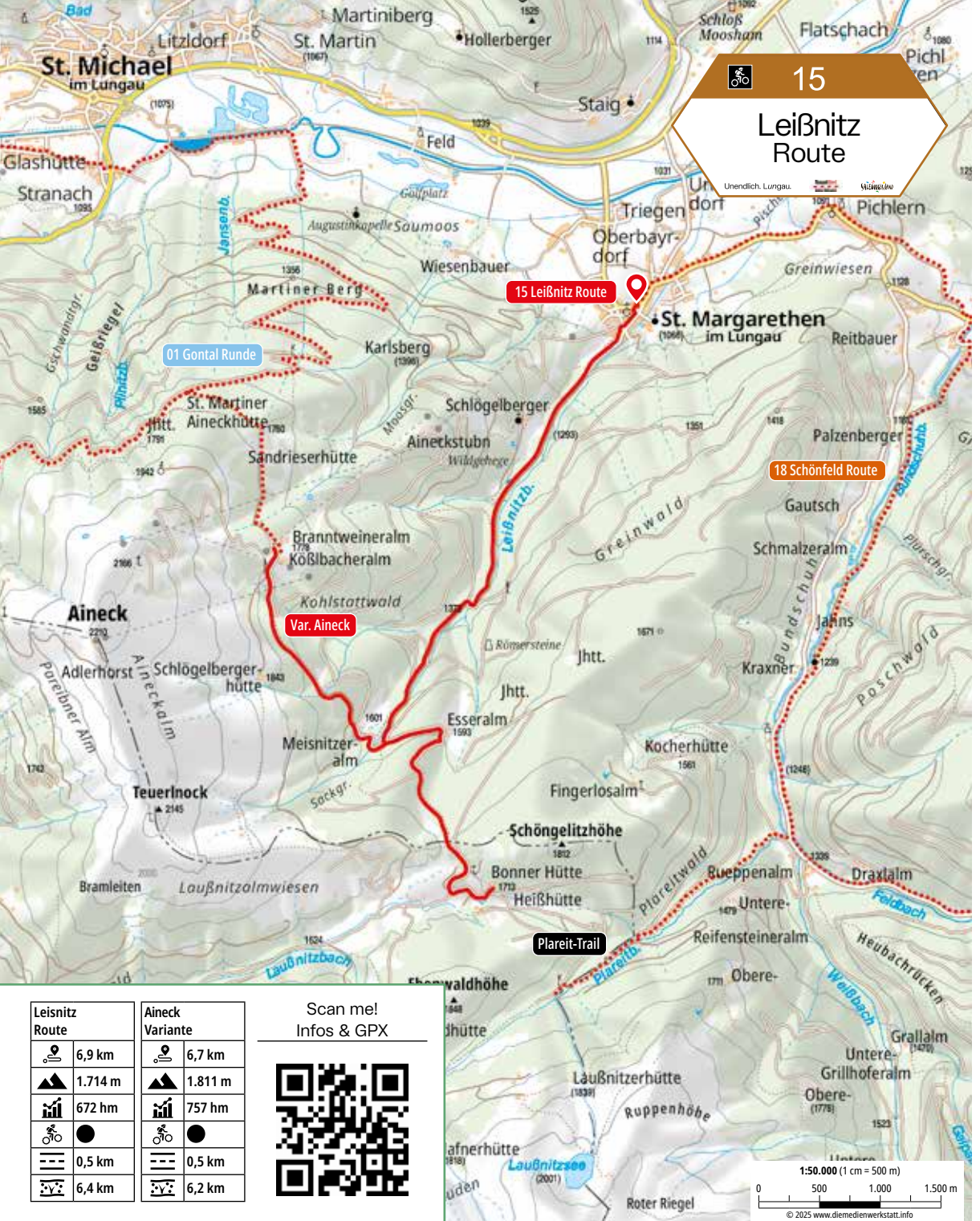


# 14 Preber Runde

Du startest in Tamsweg und fährst über Sauerfeld und Penk hinauf zum Ötzboden auf 1.700 m. Nach einer Abfahrt erreichst du den malerischen Prebersee und die Ludlalm. Wer noch höher hinaus will, kann bis zur Preberhalterhütte zu Fuß aufsteigen. Die klassische Route führt weiter über Lessach und Wölting zurück nach Tamsweg.

*An idyllic tour with stunning panoramas. Starting in Tamsweg, you ride through Sauerfeld and Penk, climbing up to Ötzboden at 1,700 meters. After a descent, you reach the picturesque Prebersee lake and the alpine inn Ludlalm. Those looking for an even more elevated perspective can add a short hike up to the Preberhalterhütte hut. The classic route leads through Lessach and Wölting back to Tamsweg.*





**15**  
Leißnitz Route

15 Leißnitz Route

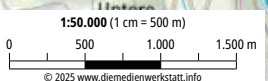
18 Schönfeld Route

Var. Aineck

Plareit-Trail

| Leisnitz Route | Aineck Variante |
|----------------|-----------------|
| 6,9 km         | 6,7 km          |
| 1.714 m        | 1.811 m         |
| 672 hm         | 757 hm          |
|                |                 |
| 0,5 km         | 0,5 km          |
| 6,4 km         | 6,2 km          |

Scan me!  
Infos & GPX



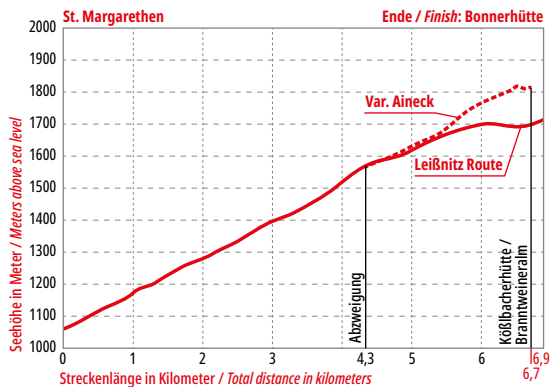
# 15 Leisnitz Route

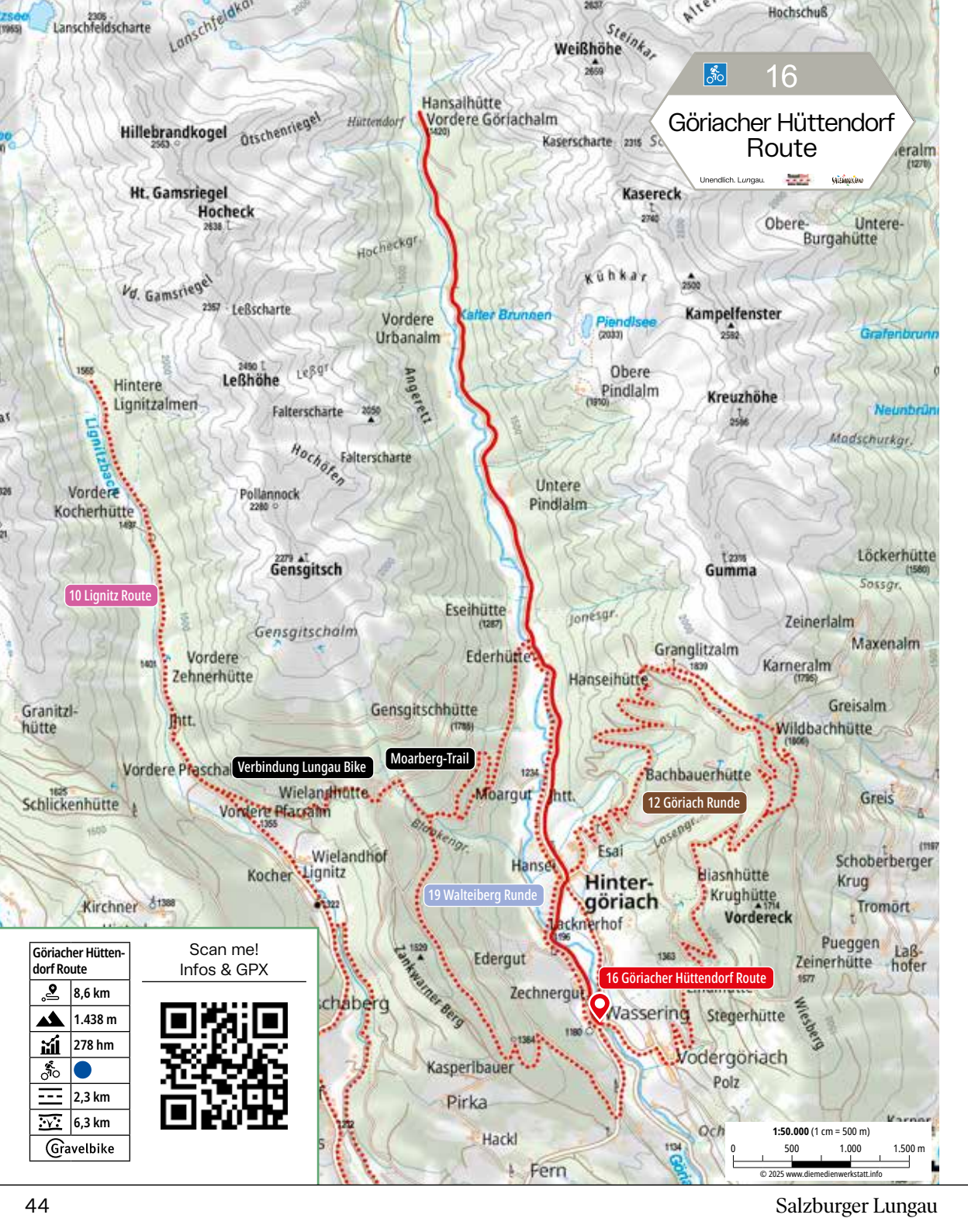
Diese Tour führt dich von St. Margarethen entlang des Leisnitzbaches bergauf zur Meissnitzeralm und weiter zur Esseralm. Wer noch mehr erkunden möchte, kann zur Kößbacheralm oder Bonnerhütte weiterfahren. Diese Variante ist auch gut geeignet, um sie mit der Gontal Runde zu verbinden. Nach einer erholsamen Pause geht es auf dem gleichen Weg wieder zurück ins Tal.

**HINWEIS:** Auf dieser Strecke sind Feuchtstellen mit Holzüberbauten adaptiert worden!

*This tour takes you from St. Margarethen along the Leisnitzbach creek, climbs up to the Meissnitzeralm hut and continues to the Esseralm hut. Those eager to explore further can extend the ride to the huts Kößbacheralm or Bonnerhütte. This route can be easily combined with the Gontal route. After a well-earned break, you return to the valley along the same route.*

**NOTE:** Wooden constructions have been installed to adapt wet sections along this trail!





 16  
**Göriacher Hüttendorf Route**  
 Unendlich. Lungau.   

10 Lignitz Runde









Verbindung Lungau Bike

Moarberg-Trail

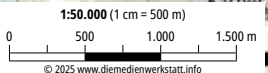
12 Göriach Runde

19 Walteiberg Runde

16 Göriacher Hüttendorf Route

|   |  |
|---|--|
| Göriacher Hüttendorf Route  |  |
|  | 8,6 km   |
|  | 1.438 m  |
|  | 278 hm   |
|  |  |
|  | 2,3 km   |
|  | 6,3 km   |
|  |  |

Scan me!  
 Infos & GPX



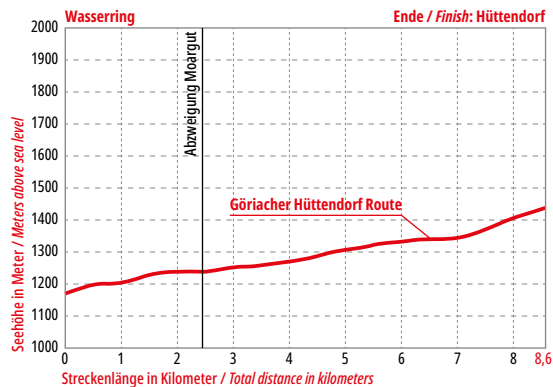
# 16 Göriacher Hüttendorf Route

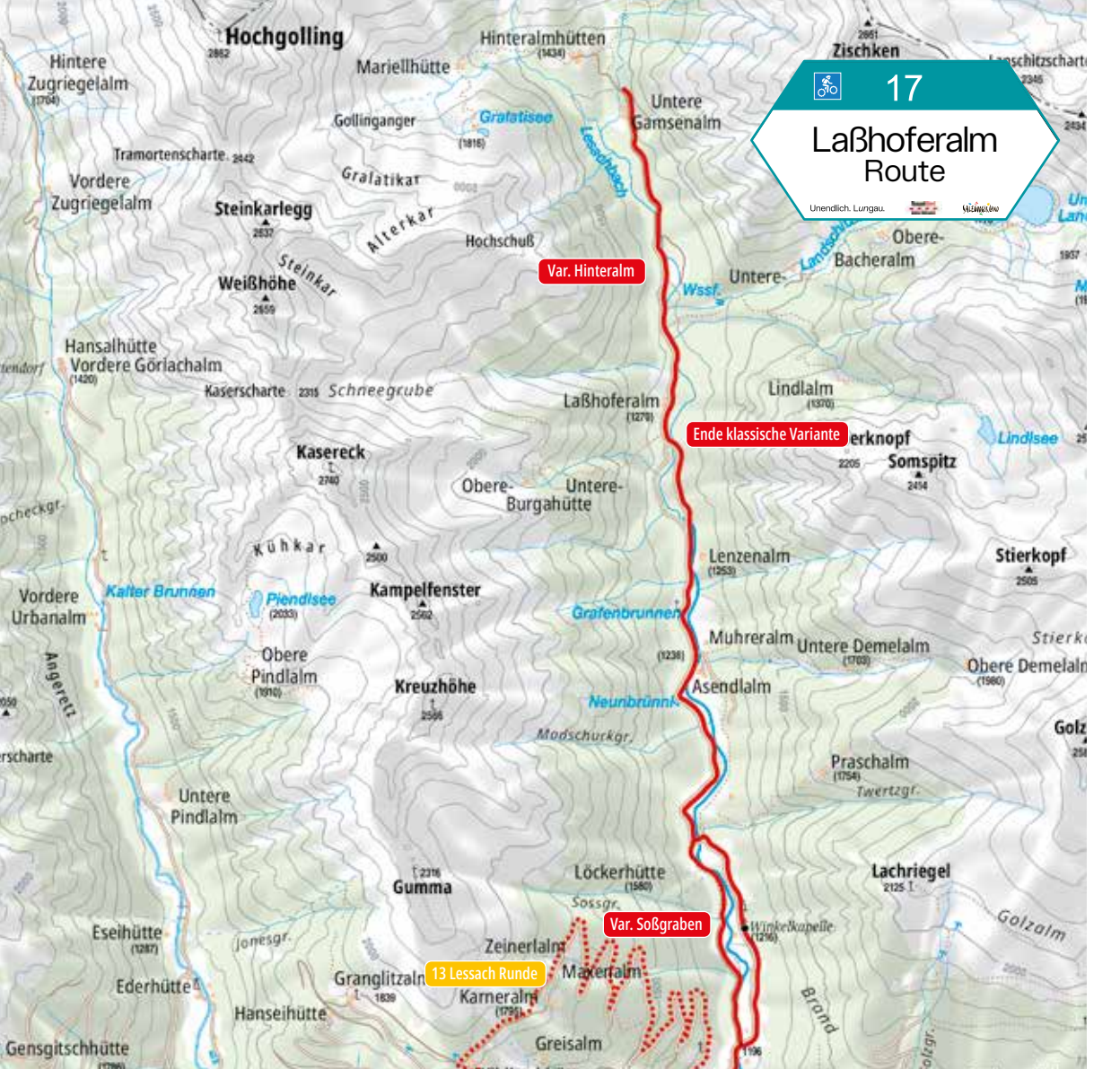
Eine gemütliche Tour durch eine idyllische Landschaft. Von Göriach aus fährst du nach Hintergöriach und weiter zum charmanten Hüttendorf. Die Strecke führt an der Ederhütte vorbei und endet inmitten des Hüttendorfs. Nach einem Einkehrschwung bei der Hansalhütte geht es entspannt auf demselben Weg zurück.

**Bike & Hike Tipp:** Ausgehend vom Hüttendorf kannst du weiter zur Landawirseehütte und den Landawirseen wandern. Die Wanderzeit beträgt ca. 2 h.

*A leisurely tour through idyllic landscapes. From Göriach, you ride to Hintergöriach and continue to the lovely assembly of huts. The route passes the Ederhütte hut and ends in the heart of the village. After a refreshing stop at the Hansalhütte hut, you can enjoy a relaxed return along the same route.*

**Bike & Hike Tip:** Starting at the alpine village you can hike to the Landawirseehütte hut and the mountain lakes Landawirseen. The hiking time is approx. 2 h.





**17**  
**Laßhoferalm Route**  
 Unendlich, Lungau, Österreich, Mühlviertel

Var. Hinteralm

Ende klassische Variante

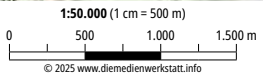
Var. Soßgraben

13 Lessach Runde

14 Preber Runde

| Laßhoferalm Route | Hinteralm Variante | Soßgraben Variante |
|-------------------|--------------------|--------------------|
| 6,6 km            | 9,3 km             | 6,5 km             |
| 1.281 m           | 1.417 m            | 1.281 m            |
| 152 hm            | 315 hm             | 162 hm             |
|                   |                    |                    |
| 4,2 km            | 4,2 km             | 2,3 km             |
| 2,4 km            | 5,1 km             | 4,2 km             |
| Gravelbike        | Gravelbike         |                    |

Scan me!  
 Infos & GPX



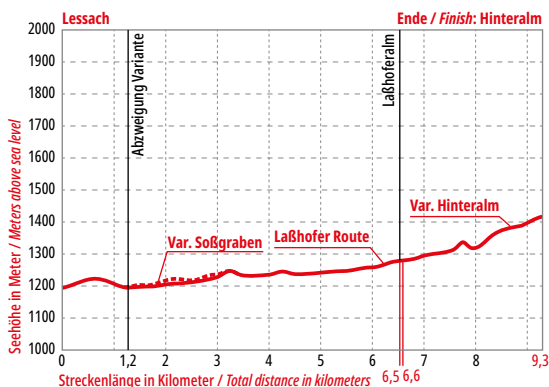
# 17 Laßhoferalm Route

Diese Route führt von Lessach ins idyllische Hintere Lessachtal. Die klassische Variante folgt der Asphaltstraße, während die anspruchsvollere Strecke über den Soßgraben-Forstweg verläuft. Beide Wege führen stetig bergauf zur Laßhoferalm, die mit einem herrlichen Ausblick belohnt werden. Wer möchte, kann bis zur Hinteralm weiterfahren, bevor es zurück ins Tal geht.

**Bike & Hike Tipp:** Ausgehend von der Laßhoferalm kannst du zu den wunderschönen Landschaftseen wandern. Die Wanderzeit zum ersten See beträgt ca. 2 h.

*This route takes you from Lessach into the picturesque head of the valley Hinteres Lessachtal. The classic option follows an asphalt road, while the more challenging route winds up via the Soßgraben forest road. Both paths lead steadily uphill to the Laßhoferalm, rewarding you with stunning views. If you are up for more adventure, you can continue to the Hinteralm before heading back down into the valley.*

**Bike & Hike Tip:** Starting at the Laßhoferalm hut you can hike to the beautiful mountain lakes Landschaftseen. The hiking time to the first lake is approx. 2 h.





18 Schönfeld Route

15 Leifnitz Route

Plareit-Trail

18  
Schönfeld  
Route  
Unendlich. Lungau. Müllapfel

| Schönfeld Route |            |
|-----------------|------------|
|                 | 18,4 km    |
|                 | 1.741 m    |
|                 | 759 hm     |
|                 |            |
|                 | 14,4 km    |
|                 | 4 km       |
|                 | Gravelbike |

Scan me!  
Infos & GPX



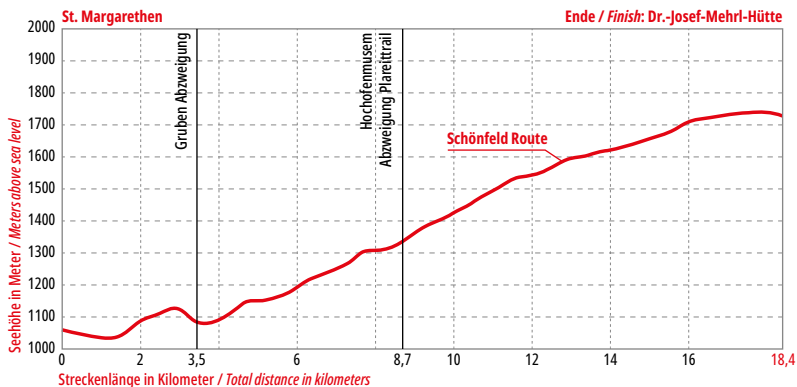
# 18 Schönfeld Route

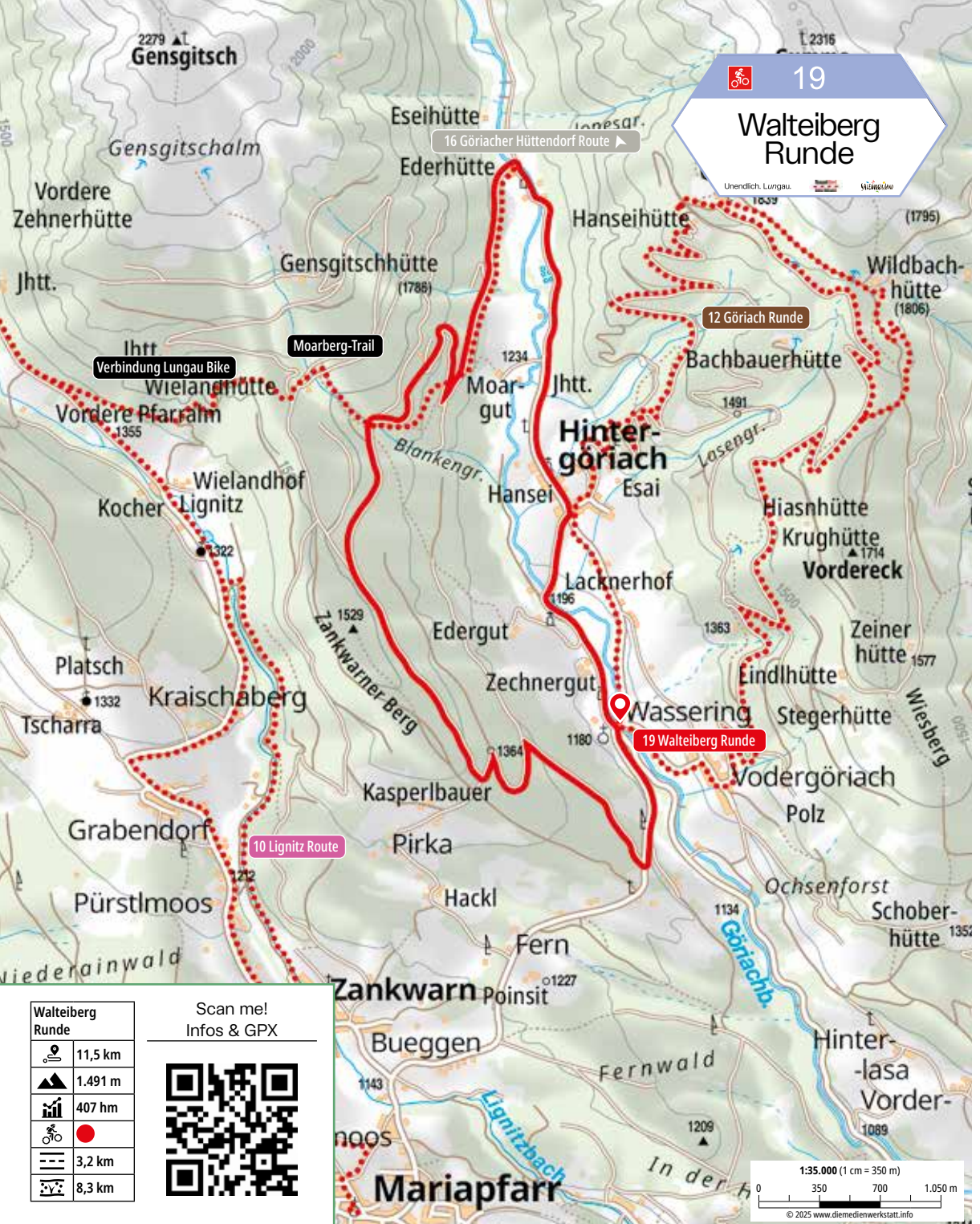
Vom Gemeindeamt in St. Margarethen aus fährst du Richtung Thomatal, dann über einen Forstweg und anschließend weiter auf der Bundschuh Straße bis nach Schönfeld zur Dr.-Josef-Mehrl-Hütte. Dort genießt zu deinen wohlverdienten Einkehrschwung. Die Strecke bietet eine moderate Steigung und herrliche Ausblicke auf die Nockberge. Der Rückweg erfolgt über dieselbe Strecke.

**Bike & Hike Tipp:** Ausgehend von der Dr. Josef-Mehrl-Hütte kannst du noch zum Rosaninsee und zum Großen Königstuhl wandern. Die Wanderzeit beträgt ca. 3 h.

*Starting from the center of St. Margarethen, you ride towards Thomatal, then follow first a forest road and then the road Bundschuh Straße up to Schönfeld, reaching the Dr.-Josef-Mehrl-Hütte. There, you can enjoy a well-deserved break. The route features a moderate incline and breathtaking views of the Nockberge mountains. The return follows the same route.*

**Bike & Hike Tip:** From the Dr.-Josef-Mehrl-Hütte hut you can hike to the Rosaninsee lake and the summit Großer Königstuhl. The hiking time is approx. 3 h.





**19**  
**Walteiberg Runde**  
 Unendlich. Lungau.

Verbindung Lungau Bike

Moarberg-Trail

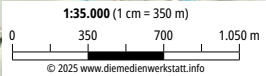
12 Göriach Runde

19 Walteiberg Runde

10 Lignitz Route

|                         |         |
|-------------------------|---------|
| <b>Walteiberg Runde</b> |         |
|                         | 11,5 km |
|                         | 1.491 m |
|                         | 407 hm  |
|                         |         |
|                         | 3,2 km  |
|                         | 8,3 km  |

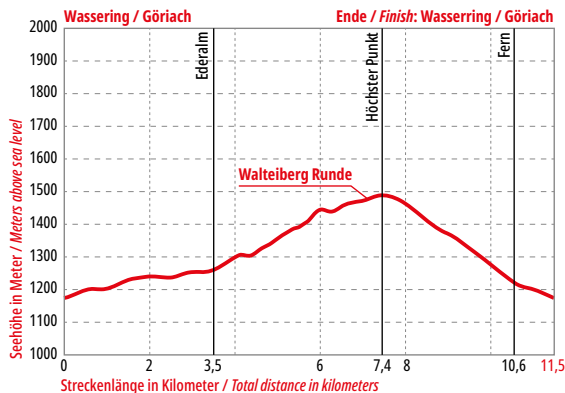
Scan me!  
 Infos & GPX



# 19 Walteiberg Runde

Du startest die Runde in Göriach im Ortsteil Wassering. Vom Gemeindeamt radelst du nach Hintergöriach und weiter Richtung Hüttendorf. Bei der Ederalm biegst du links ab. Entlang des Forstweges fährst du mehrere Kehren bergwärts. Nachdem du den höchsten Punkt der Runde erreicht hast, folgt nun ein flaches Stück im Wald. Abschließend führt dich eine Forststraße Richtung Ortsteil Fern zurück zum Ausgangspunkt.

*You start this route in Göriach in the district Wassering. You cycle to Hintergöriach and continue towards the alpine village. After approx. 3.5 km, you reach the Ederalm hut, where you turn left and take a forest road that winds uphill via several switchbacks. Once you have reached the highest point of the route, you can catch your breath on the following flat section through the shady forest. Finally, the forest road leads you towards the district Fern bringing you back to the starting point.*



















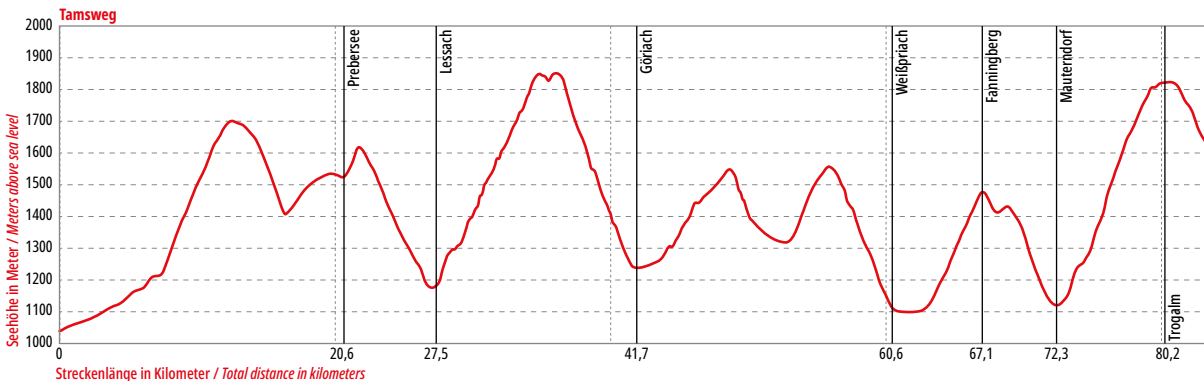
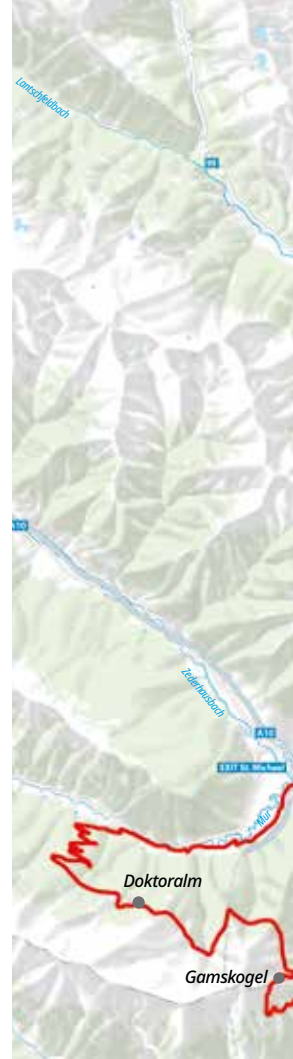
# Lungau Bike

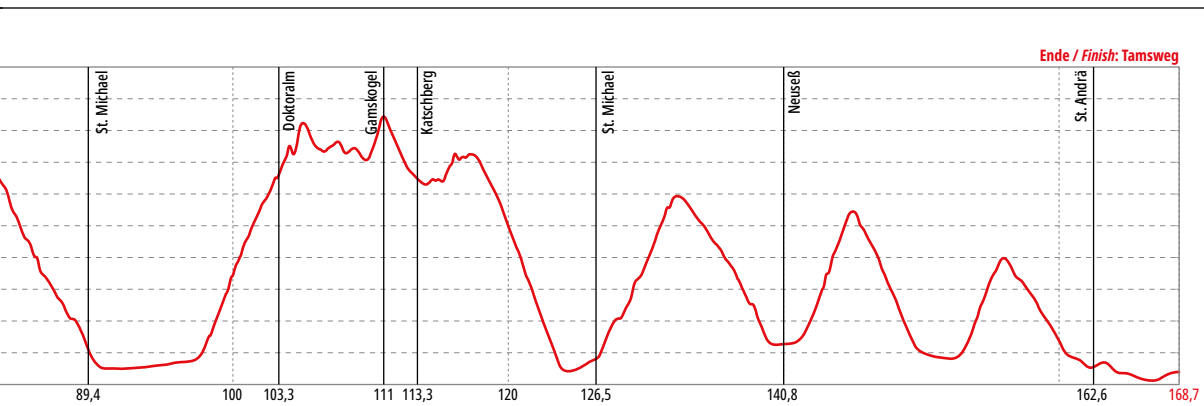
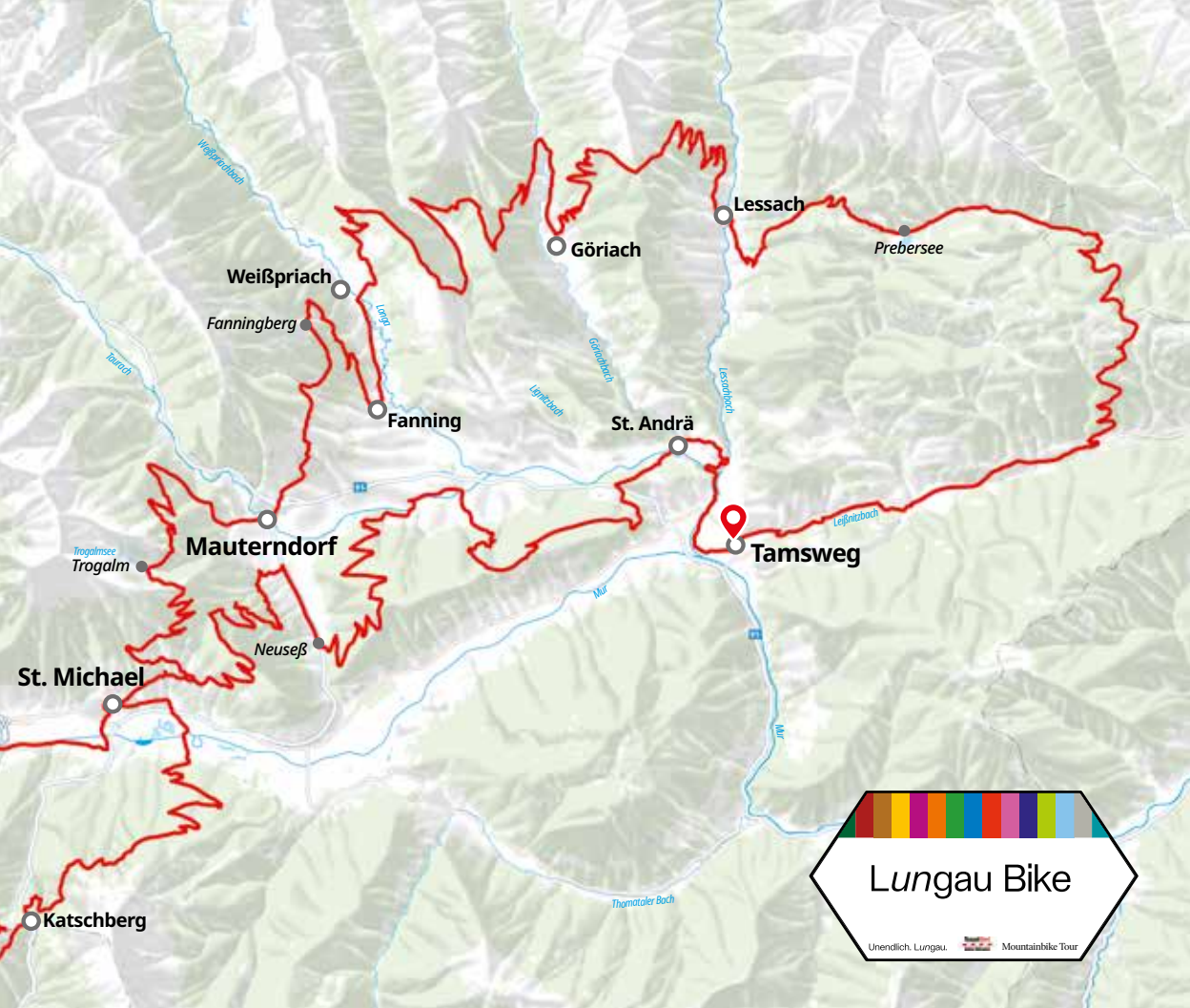
Das Mountainbike-Abenteuer im Salzburger Lungau verspricht unvergessliche Erlebnisse. Die Tour „Lungau Bike“ bietet ein herausforderndes Mountainbike-Abenteuer mit gesamt 166,8 km und 6.060 Höhenmetern. Die Täler-verbindende Route führt durch die gesamte Region, vorbei an Panoramapunkten, idyllischen Tälern und urigen Almen. Die Strecke kann flexibel gestaltet werden und bietet sowohl anspruchsvolle Anstiege als auch spektakuläre Abfahrten. Ein Highlight für konditionsstarke Biker!

*Mountain bike adventure in the Salzburg Lungau region – unforgettable moments!  
The tour „Lungau Bike“ offers a challenging mountain bike adventure covering a total of 166.8 km and 6,060 meters of difference in altitude. This valley-connecting route takes you through the entire region, passing scenic viewpoints, idyllic valleys, and rustic alpine huts. The route can be shaped individually, offering both demanding climbs and exhilarating descents. A true highlight for riders focused on tough endurance!*

Unsere Empfehlung für sportliche Mountainbiker/  
Our recommendation for sporty mountain bikers

| 1. Tag / Day  |                   | 2. Tag / Day  |                       | 3. Tag / Day  |  | 4. Tag / Day  |                       |
|---|-------------------|---|-----------------------|---|--|---|-----------------------|
|  | Tamsweg - Göriach |  | Göriach - St. Michael |  | St. Michael - Katschberg - St. Michael |  | St. Michael - Tamsweg |
|  | 40,6 km           |  | 48,4 km               |  | 36,1 km                                |  | 41,7 km               |
|  | 1.845 m           |  | 1.818 m               |  | 1.847 m                                |  | 1.598 m               |
|  | 1.652 hm          |  | 1.760 hm              |  | 1.290 hm                               |  | 1.358 hm              |





# Unvergänglich. *Lungau.*



Der Salzburger Lungau begeistert nicht nur mit den meisten Bergseen im Salzburger Land, sondern auch durch seine unerschütterliche Brauchtumskultur. Unverwechselbare Feste

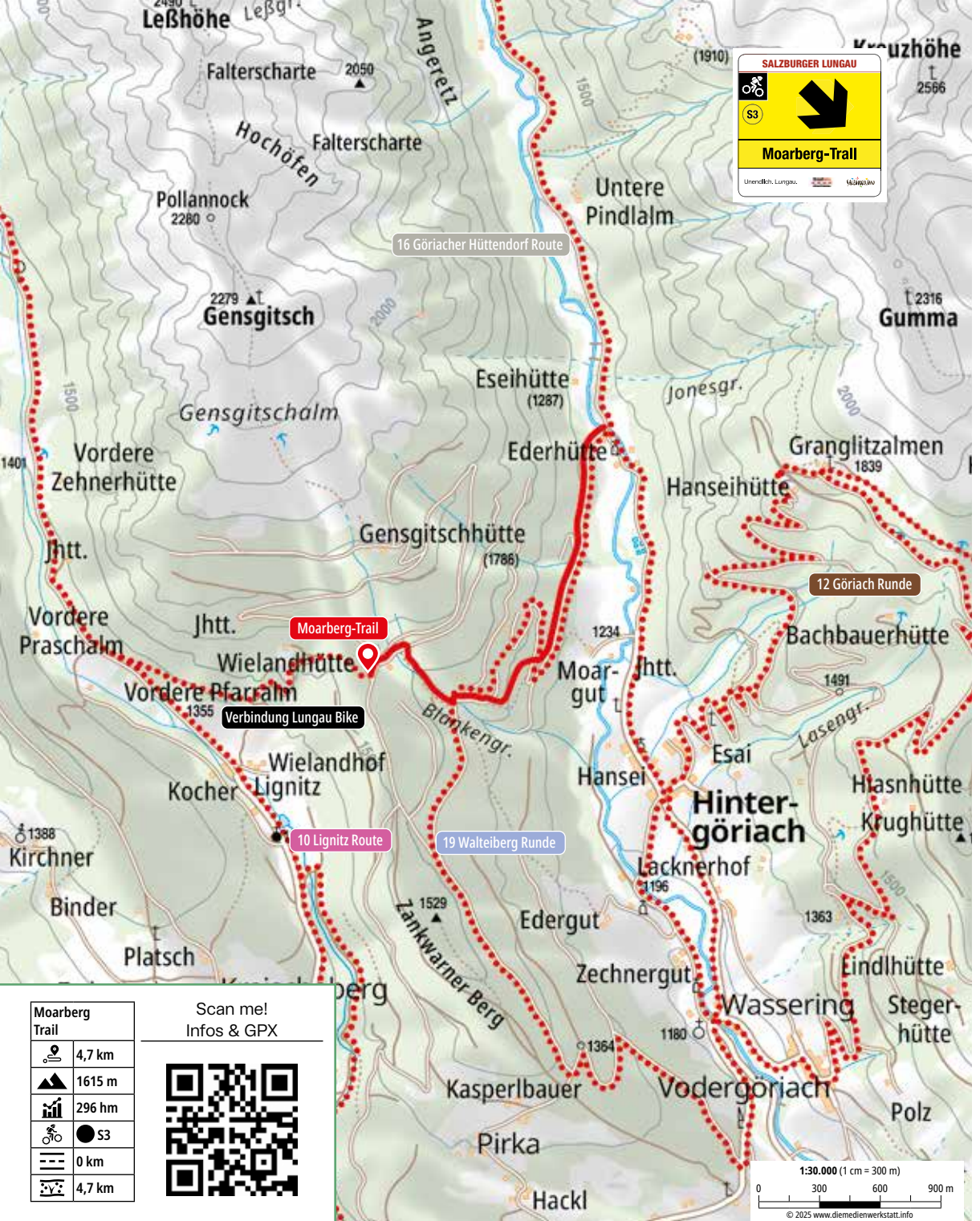
wie das Samsontagen und die Prangstangen Prozessionen machen den Almsommer und den Bauernherbst zu einem unvergesslichen Erlebnis für Urlauber und Einheimische.



# Timeless. *Lungau.*

*The Salzburg Lungau region impresses not only with the most mountain lakes in the federal state of Salzburg but also with its steadfast traditions. Unique festivals such as the Samson Parade and the*

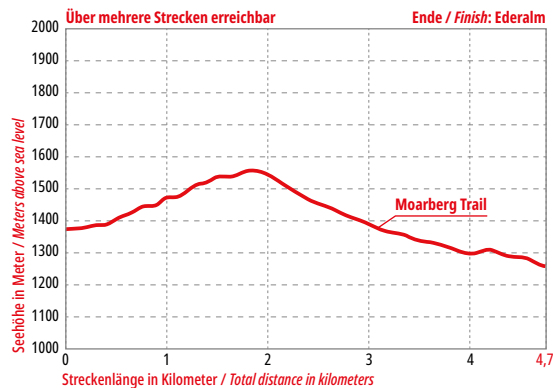
*Prangstangen Processions make the Alpine Summer and Harvest Festival an unforgettable experience for both visitors and locals.*

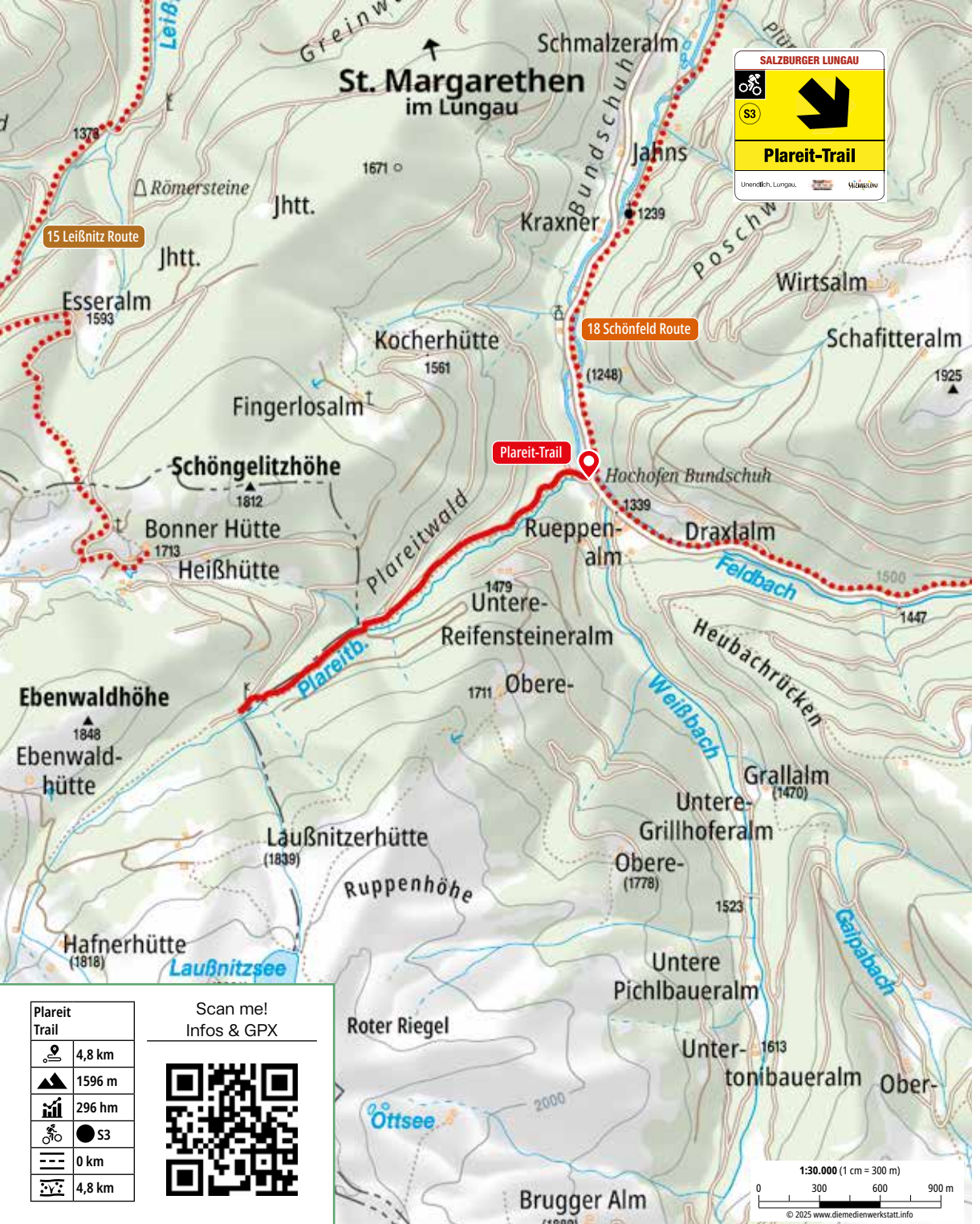


# Moarberg-Trail

Der Natur-Singletrail ist von mehreren Seiten gut erreichbar. Eine Möglichkeit ist die Anfahrt über die Lignitz Route (Nr. 10) über den Kobaltsattel (Gensgitsch). Alternativ kannst du die Göriach Runde (Nr. 12) oder die Walteiberg Runde (Nr. 19) wählen – oder dich der sportlichen Herausforderung stellen und den Trail in die Göriacher Hütten-dorf Route (Nr. 16) integrieren. Wurzeln, Steine, technische Passagen und Holzüberbauten machen die Strecke zu einem echten Abenteuer.

*The natural single trail is easily accessible from multiple directions. One option is to approach via the Lignitz Route (No. 10) via the Kobaltsattel (Gensgitsch). Another option would be to start off with the Göriach Tour (No. 12) or the Walteiberg Route (No. 19) – or you even can take on the sporting challenge and integrate the trail into the Göriach Hüttendorf Route (No. 16). Roots, rocks, technical sections, and wooden constructions make this route a true adventure.*





|               |        |
|---------------|--------|
| Plareit Trail |        |
|               | 4,8 km |
|               | 1596 m |
|               | 296 hm |
|               | S3     |
|               | 0 km   |
|               | 4,8 km |

Scan me!  
Infos & GPX

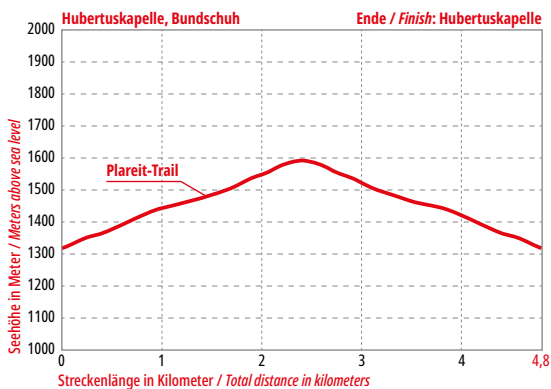


1:30.000 (1 cm = 300 m)  
0 300 600 900 m  
© 2025 www.diemedienwerkstatt.info

# Plareit-Trail

Entlang des Plareitbaches in Thomatal erwartet dich ein abwechslungsreicher Natur-Singletrail, der mit Wurzeln, Steinen und technischen Passagen fordert, aber gleichzeitig einen großartigen Flow bietet. Den Einstieg erreichst du über die Schönfeld Route (Nr. 18).

*Following the Plareitbach creek in Thomatal, you will ride an exciting natural single trail that challenges you with roots, rocks, and technical sections while still offering great cycling flow. You can access the trail via the Schönfeld Route (No. 18).*





**Dein Bike - Partner vor Ort**  
*your local bike partner*



**RESERVIERUNG**

+43 6477 20271  
[www.sportfex.at](http://www.sportfex.at)



**VERLEIH • SERVICE • VERKAUF**

*RENTAL • SERVICE • SHOP*

**SPORTFEX** • Murtalstraße 641 (neben Hofer)  
5582 St. Michael • +43 6477 20271