


Lauf- und Walkingrunden im Ausseerland

Liebe Gäste,
nutzen Sie unsere beschilderten Lauf- und Walkingrunden für Spaziergänger, Nordic-Walker und für Laufsportler.

Weitere Infos und Broschüren als pdf-Download unter www.ausseerland24.at

Lauf- und Walkingrunden im Ausseerland

Folgen Sie dem  Symbol auf den gelben Wegweisern...

Unsere Runden mit Start und Ziel beim Narzissen Vital Resort:

- Plateau-Runde:** 4,4 km und 38 Höhenmeter über Nebenstraßen und teilweise Wege.
- Sole&Vital-Runde:** 8,3 km und 165 Höhenmeter über Wanderwege und teilweise Nebenstraßen, ident mit dem Sole&Vital Lauf, der jedes Jahr im Oktober stattfindet.
- Traun-Runde:** 7,8 km und 127 Höhenmeter über Wanderwege und Nebenstraßen, vom Narzissen Vital Resort zum Bahnhof, entlang der Traun und zurück über den Ortsteil Sarstein.

Folgen Sie einfach dem Walker-Symbol in der richtigen Farbe.

Sole&Vital-Runde
8,3 KM



Lauf- und Walkingrunden im Ausseerland

Übersichtsplan Sole&Vital-Runde

Sole&Vital-Runde
8,3 KM



4. Streckenabschnitt:

Ab KM 6,1 abwärts über die Sommersbergseestraße, bei KM 6,7 geradeaus weiter in die Fischgasse, Golfplatz und Narzissen Vital Resort bereits in Sichtweite bei KM 7,8 **RECHTS** in Graumoosweg abbiegen, danach kurz **RECHTS/LINKS** und am Ziel beim Narzissen Vital Resort.

1. Streckenabschnitt:

Vom Narzissen Vital Resort über den Parkplatz Richtung Südosten, am Ende des Parkplatzes erst **RECHTS** dann **LINKS** und vorbei am ehemaligen Teichwirt. Bei KM 0,6 **RECHTS** in die Wilhelm-Kienzl-Straße, bei KM 0,8 **LINKS** in die Sommersbergseestraße.

Start/Ziel:
Narzissen
Vital Resort

Start/Ziel
0,0 KM

3. Streckenabschnitt:

Am Ende der Öfnerstraße bei KM 2,6 auf den Wiesenweg, bei KM 2,7 **RECHTS** hinauf am Golfplatz vorbei. Beim Teichschloss KM 3,0 links erst auf Asphalt dann Wiesenweg. Bei KM 3,7 mündet der Weg in die Sarsteinstraße, dort weiter abschüssig bis zum Mühlgraben, dann aufwärts bis KM 4,5 **RECHTS** auf die Schotterstraße. Aufwärts durch den Stapfthof KM 5,0, später in den Wald, am höchsten Punkt bei KM 5,7 und 5,9 **RECHTS**-Kurven.

2. Streckenabschnitt:

Bei KM 1,0 von der Straße auf den Teichgrabenweg, geradeaus und leicht abwärts weiter, bei Bundesstraße KM 1,8 **RECHTS** in die Öfnerstraße, dort bleiben.

Quelle: Outdooractive

INFOS Sole&Vital-Runde:

- Streckenlänge:** 8,3 Kilometer
- Steigung/Gefälle:** 165 Höhenmeter
- Untergrund:** Asphalt 4 km, Schotter+Wiese 4,3 km
- Feuchte Stellen:** Bei und nach Regen möglich: KM 0,3; KM 1,0-1,6; 2,6-3; 3,3-3,5; 7,8-8,1
- Kinderwagen:** bedingt tauglich
- Parken:** Narzissen Vital Resort – Start/Ziel

Bad Aussee
Zentrum