

Liebe Gäste,

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

## Lauf- und Walkingrunden im Ausseerland

Plateau-Runde

4,4 KM



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.

Folgen Sie dem Symbol auf den gelben Wegweisern...



# Lauf- und Walkingrunden im Ausseerland

## Übersichtsplan Plateau-Runde

**Plateau-Runde**  
4,4 KM



### 3. Streckenabschnitt:

Golfplatz und Narzissen Vital Resort bereits in Sichtweite bei **KM 3,8 RECHTS** in Graumoosweg abbiegen, danach **KM 4,0 RECHTS**, **KM 4,1 LINKS** und am Ziel.

### 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 RECHTS** in die Sommersbergseestraße.

### INFOS Plateau-Runde:

<b>Streckenlänge:</b>	4,4 Kilometer
<b>Steigung/Gefälle:</b>	38 Höhenmeter
<b>Untergrund:</b>	Asphalt 3,2 km, Schotter+Wiese 1,2 km
<b>Feuchte Stellen:</b>	Bei Regen kurz nach Start 1 (KM 0,3) und kurz vor Ziel (KM 3,8-4,1) möglich
<b>Kinderwagen:</b>	tauglich, keine Barrieren
<b>Parken:</b>	Narzissen Vital Resort (Start 1)

**Start/Ziel 2:**  
**Hotel**  
**Wasnerin**

**Start/Ziel 1:**  
**Narzissen**  
**Vital Resort**

### 2. Streckenabschnitt:

Weiter über den Gehsteig Sommersbergseestraße, vorbei am **Hotel Wasnerin KM 1,5** (Start/Ziel 2), nach einem kurzen Gefälle bei **KM 2,7** Richtung **RECHTS** in die Fischgasse.

Quelle: Outdooractive