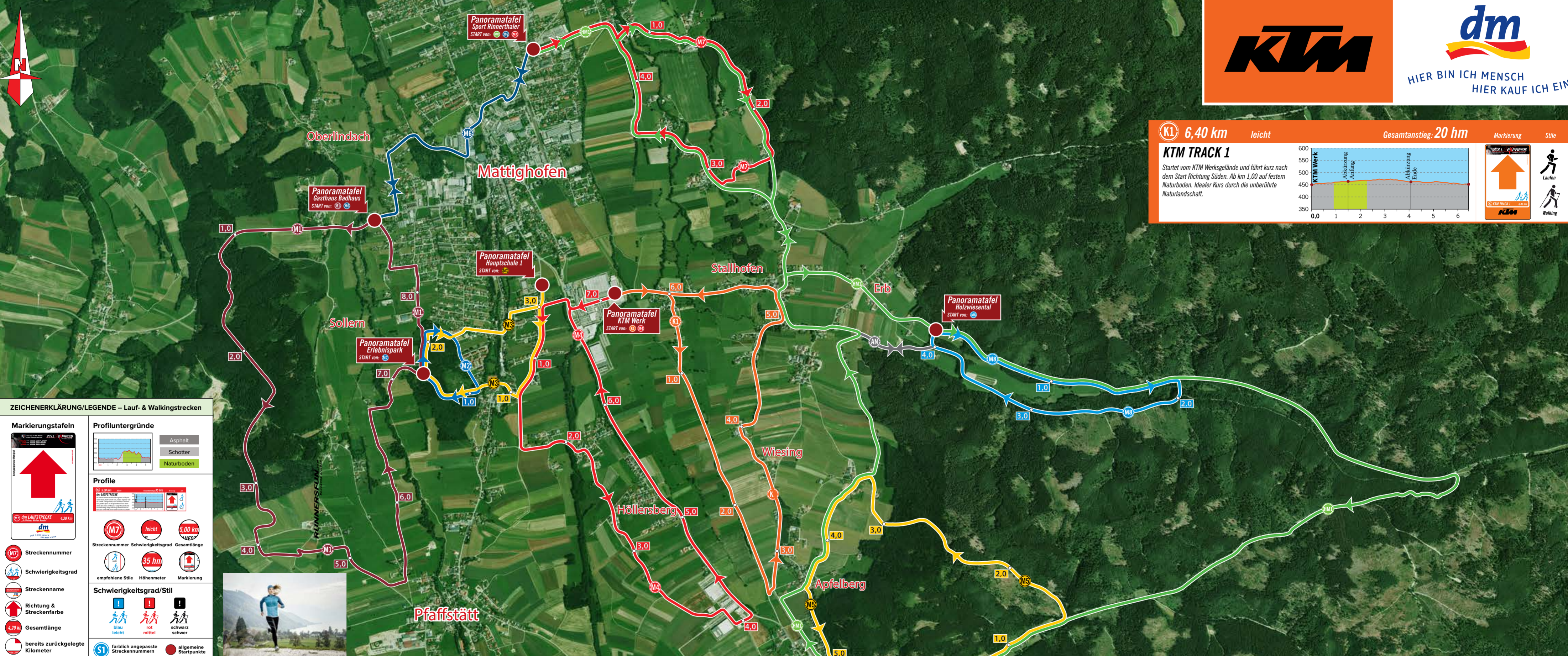


BEWEGUNGSARENA MATTIGTAL



K1 6,40 km leicht Gesamtanstieg: 20 hm

KTM TRACK 1
Startet vom KTM Werksgelände und führt kurz nach dem Start Richtung Süden. Ab km 1,00 auf festem Naturboden. Idealer Kurs durch die unberührte Naturlandschaft.

Markierung: Stile:

ZEICHENERKLÄRUNG/LEGENDE - Lauf- & Walkingstrecken

Markierungstafeln
 dm LAUFSTRECKE 4,20 km

Profiluntergründe
Asphalt, Schotter, Naturboden

Profile
Streckennummer, Schwierigkeitsgrad, Gesamtlänge

Schwierigkeitsgrad/Stil
1 leicht, 2 mittel, 3 schwarz schwer

Legende:
Streckennummer (M7), Schwierigkeitsgrad (1, 2, 3), Streckenname, Richtung & Streckenfarbe, Gesamtlänge (4,20 km), bereits zurückgelegte Kilometer (S1)

M1 8,80 km schwer Gesamtanstieg: 120 hm

GH BADHAUS RUNDE „Siedelbergunde“
Wunderschön und anspruchsvoll präsentiert sich die braune GH Badhaus Runde. Ausgehend vom Parkplatz des Gasthofes Badhaus verläuft die Runde ansteigend auf festem Untergrund zum Siedelberg. Weiter geht es auf Naturboden durch kuppiges Gelände im Waldgebiet. Ab km 4,0 führt die Runde bergab, vorbei an der Motocross Strecke und auf Asphalt weiter durch den Erlebnispark Hofau retour zum Ausgangspunkt.

Markierung: Stile:

M4 7,10 km mittel Gesamtanstieg: 15 hm

BÜRORING RUNDE „Höllersberg Runde“
Die besten Bedingungen um die Grundlagenausdauer zu stärken, bietet die flache Büroring Runde. Nach dem Start mit leichtem Anstieg auf den Trattmannsberg. Auf verkehrsarmen Strassen durch Athöllersberg und weiter Richtung KTM-Werk2. Von dort geht es neben der Hauptstrasse 2,6 km auf einen Rad- und Fussweg weiter, durch Höllersberg und zurück zum Ausgangspunkt.

Markierung: Stile:

M3 3,20 km leicht Gesamtanstieg: 20 hm

BIEBL RUNDE „Hauptschule Hofau Runde“
Ideale flache Strecke zum Genießen und Trainieren, startet bei der Hauptschule in Richtung Freibad. Weiter geht es durchgehend auf Asphalt durch den Erlebnispark Hofau. Durch ein Wohngebiet und einen kurzen Anstieg über dem Verschönerungsweg zurück zum Start.

Markierung: Stile:

M5 5,80 km schwer Gesamtanstieg: 165 hm

WEINBERGER HÖHE
Die gelbe Weinberger Höhe stellt auch für geübte Läufer und Walker eine Herausforderung dar. Auf Asphalt beginnend bei der Panoramatafel Firschaum führt die Runde durch den idyllischen Wald. Ab km 1,5 führt die Runde auf Schotterboden stetig bergauf zur Weinberger Höhe. Hinunter führt der Weg nach Oberweiber, auf Asphalt durch Apfelberg und zurück zum Start.

Markierung: Stile:

M6 2,40 km leicht Gesamtanstieg: 5 hm

VERBINDUNG BADHAUS P1 „ZU SPORT RINNERTHALER SCHALCHEN“
Verbindungsstrecke zwischen Gasthaus Bader und Sport Rinnerthaler, durchgehend entspannend auf Asphalt verlaufend.

Markierung: Stile:

M7 5,00 km leicht Gesamtanstieg: 35 hm

dm LAUFSTRECKE
Die rote dm Laufstrecke verläuft durchgehend auf Asphalt, ist eine ideale, flache Strecke zum „endlich beginnen“ oder als schnelle Trainingsstrecke, auch im Winter zu benutzen. Läuft größtenteils gleich mit der grünen Kaiser Franz Runde. Startet über Felder und Wiesen in ruhiger Naturlandschaft durch Häusberg, zweigt ab Richtung Oberhalochen und führt dann mit der HM Strecke wieder zurück zur Starttafel.

Markierung: Stile:

HM1 21,15 km schwer Gesamtanstieg: 185 hm

KAISER FRANZ RUNDE „HALBMARATHON“
Die Kaiser Franz Runde, eine leicht kupperte Halbmarathonstrecke (HM) auf gemischtem Untergrund, perfekt zum Trainieren. Vom Start über Wiesen und Felder, vorbei an der Streckentafel Holzwesental zum Kobenauserwald. Im unberührten Wald parallel zum Köbrunnbach und durch Holzwesental bis zur Abzweigung Bradim. Vorbei an Munderfing mit herrlicher Aussicht über das gesamte Mattigtal, Mattighofen und Schalchen.

Markierung: Stile:

M8 4,20 km leicht Gesamtanstieg: 30 hm

HOLZWIESENTAL RUNDE
Für Wiedereinsteiger, Beginner und bei knappem Zeitbudget eignet sich der blaue Holzwesental Kurs hervorragend. Die kurze, flache Strecke führt ausschließlich auf festem Naturboden durch die herrlich unberührte Naturlandschaft des Kobenauserwaldes. Vorbei am Heutal, Buchental, Krückental. Beim Schreckenbauertal abzuweichen und vorbei am kleinen und großen Herztal zurück zur Ausgangstafel.

Markierung: Stile:

M2 1,50 km leicht Gesamtanstieg: 5 hm

HOFAU RUNDE
Zum Entspannen und Wohlfühlen lädt die kurze blaue Hofau Runde ein, die sich bestens für Beginner und Wiedereinsteiger eignet. Die Runde verläuft durchgehend auf Asphalt rund um den Erlebnispark. Die Intervallstrecke ist in 100m-Intervallen ausgeschrieben ab km 1,0 bis km 1,4.

Markierung: Stile: