LAUFSTRECKEN MONTAFON

Silbertal

WEITERE STRECKENNETZE IM MONTAFON

Schruns-Tschagguns
6 Strecken, 1 Startpunkt

Gaschurn-Partenen
13 Strecken, 7 Startpunkte

Gargellen
9 Strecken, 2 Startpunkte

WWW.MONTAFON.AT

1 Ganlätsch-Runde 5,7 km

1 Ganlätsch-Runde: 5,7 km

MITTEL / MEDIUM — ▶ 5.704 m ▲ 259 hm ● 1.060 m — 1:06 h ▼ 259 hm ○ 846 m

Kurzcharakter Mittellange Strecke mit schönem Aussichtspunkt, ortsnahe und daher ideal für Kurzentschlossene.

Untergrund Pfad, Schotter, Asphalt

Streckenverlauf Sportplatz - Zentrum - Talstation Kapell Bahn - Höfle - Ganlätsch - Aussichtspunkt - Burgkopf - Sportplatz

2 Teufelsbach-Wasserfall-Schleife 4,4 km

2 Teufelsbach-Wasserfall-Schleife: 4,4 km

LEICHT / EASY — ▶ 4.392 m ▲ 141 hm ● 972 m — 0:49 h ▼ 141 hm ○ 882 m

Kurzcharakter Diese leichte Strecke führt durch schattige und moosige Wälder sowie an imposanten Wasserfällen vorbei.

Untergrund Pfad, Schotter, kurz Asphalt

Streckenverlauf Sportplatz - Wißli - Burgkopf - Teufelsbach-Wasserfall - Felsa - Wüarri - Sportplatz

3 Buchen-Runde 8,2 km

3 Buchen-Runde: 8,2 km

MITTEL / MEDIUM — ▶ 8.213 m ▲ 416 hm ● 1.218 m — 1:41 h ▼ 416 hm ○ 872 m

Kurzcharakter Zu Beginn ein sehr anspruchsvoller Anstieg. Landschaftlich lohnende Runde durch Buchenwälder und über Bergwiesen.

Untergrund Pfad, Schotter, Asphalt

Streckenverlauf Sportplatz - Zentrum - Kirchbrücke - Abzw. Kristbergstraße - Fula - Ausstiegsstelle Schöni - Gsteinerwald - Innerbuchen - Bannwaldbrücke - Teufelsbach-Wasserfall - Wüarri - Sportplatz

4 Silbertal-Kristberg-Trail 6,5 km

4 Silbertal-Kristberg-Trail: 6,5 km

SCHWER / DIFFICULT — ▶ 6.488 m ▲ 656 hm ● 1.529 m — 1:33 h ▼ 96 hm ○ 872 m

Kurzcharakter Anspruchsvoller Berglauf mit stetiger Steigung in den ersten zwei Dritteln, danach leicht abfallend zur Bergstation. Mehrheitlich durch Wälder. Retour mit der Kristbergbahn möglich.

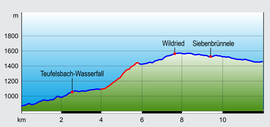
Untergrund Pfad, Schotter, Asphalt

Streckenverlauf Sportplatz - Zentrum - Buchenstraße - Stieralpe Oberbuchen - Kneippanlage Siebenbrünnele - Bergstation Kristbergbahn

5 Wasserstuben-Berglauf 12,2 km

5 Wasserstuben-Berglauf: 12,2 km

SCHWER / DIFFICULT — ▶ 12.219 m ▲ 697 hm ● 1.567 m — 2:28 h ▼ 133 hm ○ 882 m



Kurzcharakter Sehr anspruchsvolle lange stetig steigende Strecke. Landschaftlich sehr abwechslungsreich. Ausschließlich Alp- und Waldwege. Retour mit der Kristbergbahn möglich.

Untergrund Pfad, Schotter

Streckenverlauf Sportplatz - Teufelsbach-Wasserfall - Alpengasthaus Fellimännle (kurze Schleife zur Jausenstation Hasahüsli mögl.) - Wasserstubental - Lobsteg - Wildried - Bergstation Kristbergbahn

6 Fulateia-Schleife 5,5 km

6 Fulateia-Schleife: 5,5 km

MITTEL / MEDIUM — ▶ 5.471 m ▲ 229 hm ● 1.588 m — 1:05 h ▼ 229 hm ○ 1.393 m

Kurzcharakter Mittellange Panoramastrecke mit zwei Anstiegspassagen. Ideale Höhenlage für eine effiziente Trainingsstrecke.

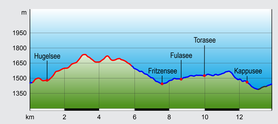
Untergrund Pfad, Schotter, Asphalt

Streckenverlauf Bergstation Kristbergbahn - Bergknappenweg - Kristbergsattel - Waldschule - Ganzaleita - Fulateia - Maschleu - Kappusee - Panoramagasthof Kristberg - Bergstation Kristbergbahn

7 Kristberger Seen-Runde 14,2 km

7 Kristberger Seen-Runde: 14,2 km

SCHWER / DIFFICULT — ▶ 14.179 m ▲ 611 hm ● 1.753 m — 2:50 h ▼ 611 hm ○ 1.389 m



Kurzcharakter Ausgedehnte, anspruchsvolle und sehr aussichtsreiche Tour. Sie führt entlang an fünf idyllisch gelegenen Bergseen.

Untergrund Pfad, Schotter, Asphalt

Streckenverlauf Bergstation Kristbergbahn - Bergknappenweg - Kristbergsattel - Hugelsee - Ganzaleita - Falla - Gäßtuala - Fritzensee - Fulasee - Torasee - Amas-Legi - Fulateia - Maschleu - Kappusee - Bergstation Kristbergbahn

8 Wildried-Höhenstrecke 9,0 km

8 Wildried-Höhenstrecke: 9,0 km

LEICHT / EASY — ▶ 9.013 m ▲ 235 hm ● 1.578 m — 1:47 h ▼ 235 hm ○ 1.444 m

Kurzcharakter Optimale Höhen-Trainingsstrecke. Relativ flach, kontinuierliche Steigung bzw. retour leicht abfallend. Entspannte, leichte Tour.

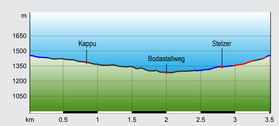
Untergrund Schotter

Streckenverlauf Bergstation Kristbergbahn - Kneippanlage Siebenbrünnele - Wildried - auf gleichem Weg retour

9 Bodastall-Schleife 3,8 km

9 Bodastall-Schleife: 3,8 km

LEICHT / EASY — ▶ 3.794 m ▲ 175 hm ● 1.445 m — 1:00 h ▼ 175 hm ○ 1.286 m



Kurzcharakter Kurze aussichtsreiche Laufstrecke mit Aufstieg am Schluss. Vorbei an der Kristberger Maisäßsiedlung.

Untergrund Pfad, Schotter, ca. 60 % Asphalt

Streckenverlauf Bergstation Kristbergbahn - Kappu - Totabühel - Bodastallweg - Stelzer - Bergstation Kristbergbahn

LEGENDE

- S Startpunkt
- Laufstrecke
- Nordic Walking Strecke
- QR-Code, Download-Link zur Tourenbeschreibung
- ▶ Streckenlänge in Meter
- ▲ Summe der zurückgelegten Höhenmeter aufwärts
- ▼ Summe der zurückgelegten Höhenmeter abwärts
- ⊙ durchschnittliche Dauer
- ● höchster Punkt
- ○ niedrigster Punkt
- Pfad/Weg
- Schotter
- Asphalt
- Wanderweg
- H Bushaltestelle
- Aussichtspunkt
- Kirche, Kapelle
- i Tourismusinformation
- Einkehrmöglichkeit
- mehrere Einkehrmöglichkeiten in der Umgebung
- P Parkplatz

KLASSIFIKATION DER LAUFSTRECKEN MONTAFON
Die Strecken der Laufstrecken Montafon garantieren Ihnen qualitativ hochwertige Routen, die von Experten ausgesucht, geprüft, markiert und entsprechend klassifiziert wurden.

Leicht / Easy
Vorwiegend flach bis leicht kupiert verlaufende Strecke, die vor allem für Einsteiger und leicht fortgeschrittene Läufer und Nordic Walker geeignet ist.
Mainly flat to slightly hilly route particularly well suited for beginners, as well as progressive runners.

Mittel / Medium
Kupierte Strecke, die sich vor allem an den fortgeschrittenen und leistungsorientierten Läufer und Nordic Walker richtet.
Hilly route particularly designed for advanced and performance oriented runners and Nordic Walkers.

Schwer / Difficult
Anspruchsvoll kupierte Strecke, vor allem für den fortgeschrittenen und leistungsorientierten Läufer und Nordic Walker, der hohe Ansprüche an die Trainingsstrecke hat.
Demanding, hilly route, primarily for advanced and performance oriented runners and Nordic Walkers with high expectations of a training route.

LEITSYSTEM ZUR TEMPO- UND PULSKONTROLLE
Durch das Laufstrecken Leitsystem Montafon ist es möglich, die benötigte Zeit für die absolvierten Distanzen leicht zu kontrollieren.
Neben der Information zu Richtung, Streckenlänge sowie Streckenschwierigkeit und der Kennzeichnung als Lauf- oder Nordic-Walking-Strecke sind auch die gelaufenen Kilometerabschnitte exakt ausgewiesen. So kann jeder Läufer- oder Nordic Walker z.B. die Einhaltung seiner individuellen Tempo- und Pulsvorgaben aus den medizinischen Check-ups sofort selbst kontrollieren.

RICHTUNGS-/DISTANZTAFEL