



Auf der Lauenen-Loipe im Berner Oberland (c) Christof Sonderegger

05.02.2019 09:55 CET

In der Spur – die schönsten Schweizer Loipen für Langläufer

Über Wartezeiten bei den Bergbahnen müssen sich Langläufer keine Gedanken machen. Der gemütliche Sport auf schmalen Skiern ist ideal für Naturliebhaber, die Ruhe und aktive Erholung suchen. Der nordische Sport bietet viele Vorzüge: simple und erschwingliche Ausrüstung, Spaß und persönliche Erfolgserlebnisse schon nach kurzer Übungszeit. Verteilt über die ganze Schweiz gibt es eine große Auswahl an Langlaufgebieten. Die Seite www.MySwitzerland.com/langlauf bietet eine gute Übersicht über das Angebot.

Piste la Grande Boucle, Jura & Drei-Seen-Land

Die Freiberge im Nordwesten der Schweiz sind ein wahres Paradies für Langläufer. Die Hochebene auf 1000 Metern Höhe ist geprägt durch Waldweiden, typische Bauernhäuser und eine weitläufige, sonnige Naturlandschaft. Der Start der 46 Kilometer langen Route befindet sich in Les Breuleux, dem Langlaufzentrum der Region. Die Loipe führt zunächst in westlicher Richtung durch das Weideland bei Les Breuleux. Bis La Combe à la Biche ist das Gelände im Wesentlichen flach. Auf dem Weg nach Bois, Le Noirmont und Saignelégier wird die Strecke hügeliger. Das Teilstück zwischen Saignelégier und Le Cernil ist kurvenreich und vielfältig. Von Le Cernil bis Les Breuleux führt die Loipe durch flaches, ausgesetztes Gelände – freie Bahn für Skater! www.schweizmobil.ch/de/langlaufen/loipen/route-0301.html

Piste La Givrine–Marchairuz, Genferseegebiet

Der erste Streckenabschnitt der 36 Kilometer langen Route führt von La Givrine den Berg hinauf. Danach verläuft die Loipe durch das Naturschutzgebiet Waadtländer Jurapark. Es beherbergt entlegene Wälder, geheimnisvolle Sümpfe und von Trockenmauern umgrenzte Waldweiden. Die Loipe passiert den Bauernhof Les Pralets, der im Winter nur auf Skiern erreichbar ist. Danach öffnet sich ein herrlicher Blick hinunter zum Genfersee. Weiter führt der Weg durch Wälder und über Weiden bis zur majestätischen Schlucht Combe des Amburnex. Von hier ist es nicht mehr weit bis zum Col du Marchairuz auf knapp 1500 Metern Höhe, wo sich die Langläufer im dortigen Hotel-Restaurant verpflegen können. Zurück nach La Givrine geht es wieder auf dem gleichen Weg. www.schweizmobil.ch/de/langlaufen/loipen/route-0565.html

Rottenloipe, Wallis

Die Landschaft ist atemberaubend: Das Hochtal im Goms liegt auf durchschnittlich 1300 Metern und ist deshalb schneesicher. Die abwechslungsreiche Loipe führt von Oberwald nach Niederwald, meist am Fluss Rhone entlang, der hier noch Rotten heißt. Es geht vorbei an den uralten Gommer Dörfern Obergesteln, Ulrichen und dem Hauptort Münster-Geschinen – ideal für den Langläufer, um kurze Pausen einzulegen und die Walliser Spezialitäten zu probieren. Die 18 Kilometer lange Strecke ist sehr vielfältig und führt durch Wälder und über weite Felder. Da die Loipe eher flach verläuft, eignet sie sich besonders für gemütliche Fahrer, die vor allem die

Landschaft genießen möchten. Wegen ihrer Hochlage wird die Loipe aber auch von Profis fürs Training genutzt. Wer den Rückweg nicht auf den Skiern zurücklegen möchte, kann bequem in den Zug einsteigen. Die Matterhorn Gotthard Bahn, auf der auch der Glacier Express verkehrt, fährt parallel zu der Strecke. www.schweizmobil.ch/de/langlaufen/loipen/route-0640.html

Rosegtal-Loipe, Graubünden

Über 230 Kilometer umfasst das Loipennetz von Engadin St. Moritz. Eine der schönsten, aber auch schwersten Touren führt über 22 Kilometer in das Rosegtal. Das alpine Hoch- und Seitental des Val Bernina wird vom Fluss Ova da Roseg durchflossen, der mehrmals überquert wird. Der Ausgangspunkt befindet sich beim Bahnhof Pontresina. Dem gefrorenen Fluss entlang führt die Loipe durch offene Wiesen und Lärchenwälder. Links und rechts türmen sich die Dreitausender des Oberengadins. Nach sieben Kilometern stetigem Aufstieg empfiehlt sich eine Rast beim Restaurant Roseg. Langsam ändert sich hier die Landschaft: Der Wald wird lichter, das Tal offener. Der Blick auf die vergletscherten Gipfel Piz Sella, Cima Sondrio, Piz Glüschaint, La Muongia und Il Chapütschin wird frei. Wer mag, kann noch eine Zusatzrunde Richtung Gletschersee Lej da Vadret einlegen, der sich hier in den letzten Jahren durch die abschmelzenden Eismassen gebildet hat. Der Rückweg nach Pontresina ist zum Glück nicht mehr anstrengend: Ein paar Doppelstockschläge und die Läufer sind wieder am Ausgangspunkt.

www.schweizmobil.ch/de/langlaufen/loipen/route-0264.html

Lauenen-Loipe, Bern

Das malerische Bergdorf Lauenen mit seinen alten Holzhäusern und der Kirche aus dem 16. Jahrhundert liegt nur einen Steinwurf entfernt vom Skiort Gstaad, wo im Winter emsiges Treiben herrscht. Wer sich Langlauf inmitten unberührter Landschaften wünscht, ist hier, in einem der fünf Seitentäler der bekannten Ferienregion, genau richtig. Am Ende des Dorfs, beim Hotel Alpenland, startet die acht Kilometer lange Loipe. Dem Louwibach entlang verläuft sie durch das verschneite, sonnig gelegene Moor- und Auengebiet Rohr. Die durchgehend flache Strecke wird geziert von sogenannten Tristen. Das sind große, kegelförmige Heuhaufen, die um eine lange Holzstange geschichtet und so auf traditionelle Weise gelagert werden. Auch im Winterkleid bieten sie einen reizvollen Anblick. Die Loipe eignet sich speziell für Anfänger und Genießer. Es stehen eine längere und eine kürzere Runde zur Auswahl, stets begleitet von der imposanten Bergkulisse mit dem

hochragenden Spitzhorn. www.schweizmobil.ch/de/langlaufen/loipen/route-0172.html

Weitere Informationen zum Winterurlaub in der Schweiz gibt es im Internet unter MySwitzerland.com/winter, der E-Mail-Adresse info@MySwitzerland.com oder unter der kostenfreien Rufnummer von Schweiz Tourismus mit persönlicher Beratung 00800 100 200 30.

Informationen an die Medien

Weitere Bilder zur touristischen Schweiz stellen wir Ihnen auf www.Swiss-Image.ch zur Verfügung.

Kontaktpersonen



Valerie von Oppeln

Pressekontakt

Ansprechpartnerin für Medien in Norddeutschland (Hamburg, Niedersachsen, Schleswig-Holstein, Bremen)

valerie.vonoppeln@switzerland.com

+49 (0)30 166 375 072



Andrea Daniele

Pressekontakt

Ansprechpartnerin für Medien in Berlin/Ostdeutschland

andrea.daniele@switzerland.com

+49 (0)30 166 375 074



Krisztina Keilani-Schmidt

Pressekontakt

Ansprechpartnerin für Medien in Hessen, Nordrhein-Westfalen, Rheinland-Pfalz und Saarland

krisztina.keilani@switzerland.com

+49 (0)69 509 551 005



Chantal Mayr

Pressekontakt

Ansprechpartnerin für Medien in Baden-Württemberg und Bayern

chantal.mayr@switzerland.com

+49 (0)711 - 207 030 32