



## DACHSTEIN TRAILS

### Geführte Trailrunning-Gruppenreise mit Guide Holger Schulze in der Welterberegion Hallstatt-Dachstein/Salzkammergut.

„Welterbe Natur- und Kulturregion“: Seit 1997 darf sich der 2.995 m hohe Dachstein mit dieser Auszeichnung schmücken, wurde die beeindruckende Berglandschaft doch vor nunmehr einem Jahrzehnt gemeinsam mit dem Ort Hallstatt und der Region Dachstein Salzkammergut von der UNESCO zum Weltkulturerbe ernannt.



#### Unterbringung: Cooe alpin Hotel – Dachstein

Lage: Das Hotel liegt am Ortsrand von Gosau. Ein Sportgeschäft (inkl. Radverleih) befindet sich direkt im Hotel. Lebensmittelgeschäft, Restaurants, Bank und weitere Einkaufsmöglichkeiten sind im Umkreis von ca. 400m zu finden. Nächste öffentliche Bushaltestelle beim Hotel.

Ausstattung: Modernes Hotel mit insgesamt 60 Zimmern, Rezeption, Lobby und Restaurant.

Parkplätze ohne Gebühr (nach Verfügbarkeit). Radverleih im Haus.

Gesprochene Sprachen: Englisch und Deutsch. Akzeptierte Kreditkarten: Maestro, Visa und MasterCard.

Wellness: Sauna und Fitnessraum.

Zimmer: Alle modern und komfortabel eingerichtet, ca. 21 m<sup>2</sup>, mit Sat-TV, Radio, Föhn, Regendusche, WC und Balkon. Twin oder Doppelzimmer: für 1 - 2 Personen.

#### Arrangement:

5 x Übernachtungen inkl. Halbpension im Cooe alpin Dachstein Hotel Gosau

4 x Briefing am Abend für den nächsten Trail-Tag

inkl. 1 Getränk (AF-Getränk, 1/8 Wein, 1/3 Bier) beim Willkommensbriefing am 1. Abend

4 x geführte Trailrunningtage in der Welterbe Region Dachstein-Salzkammergut

in Begleitung von Holger Schulze als dein Trailrunning Guide

– ab 7 Teilnehmern wird Holger von einem 2. Trailrunning Guide unterstützt

3 x Bustickets zu den Ausgangspunkten der Tour

1 x Überfahrt von Hallstatt Bahnhof nach Hallstatt Markt

1 x kleine, süße Überraschung auf der Goisererhütte

1 x A tree for a booking – wir pflanzen einen Baum für deine Buchung

5 x Ortstaxe

Tägliche Service Hotline von 8.00 - 18.00 Uhr (auch am Wochenende) und Notfall Hotline



#### Preis pro Person für das Arrangement in €:

	24.09. – 29.09.2023
Doppel- oder TWIN- Zimmer	709,00
Einzelzimmer	ab 756,00

**Die Reise wird ab 4 Teilnehmern garantiert durchgeführt.**

**Falls bis 28.07.23 die Mindestteilnehmerzahl von 4 Personen nicht erfüllt wird, wird die Tour abgesagt!**

## Routenführung:

- 1. Tag:** Individuelle Anreise nach Gosau Welterbergregion Hallstatt-Dachstein/Salzkammergut. Erstes Kennenlernen mit Holger und Informationsbriefing für die nächsten Tage
- 2. Tag:** Orientierungstour: vom Hotel zum Almgebiet Plankenstein, weiter zum großen Löckenmoos und zurück zum Hotel nach Gosau  
~16,5 km, Höhenmeter ↑ 800 m / ↓ 800 m
- 3. Tag:** mit dem öffentl. Bus nach Steeg (ca. 20min): über die Goisererhütte inkl. kleiner kulinarischer Überraschung und den Kalmberg (kleiner Abstecher) nach zum Hotel nach Gosau  
~18,0 km, Höhenmeter ↑ 1300 m / ↓ 1100 m
- 4. Tag:** mit dem öffentl. Bus nach Steeg (ca. 20min): über den Ostuferweg zum Hallstatt Bahnhof, mit dem Schiff nach Hallstatt und über den Salzberg und die Rossalm zurück nach Gosau  
~22,0 km, Höhenmeter ↑ 1200 m / ↓ 1000 m
- 5. Tag:** mit dem öffentl. Bus zum Gosausee (ca. 12min): GOSAUKAMMUMRUNDUNG über den Steigpass zur Hofpürglhütte und über die Stuhlalm, die Gablonzerhütte und über den Herren / Panoramaweg zurück nach Gosau (bei Bedarf kann die „Königsetappe“ mittels Seilbahn und Bus - auf eigene Kosten - bei ca. 20km beendet werden)  
~30,0 km, Höhenmeter ↑ 1600 m / ↓ 1750 m
- 6. Tag:** Individuelle Abreise von Gosau.

## Änderungen im Routing vorbehalten!

## Anforderungen und allgemeine Informationen:

- Eine gute Ausdauer ist erforderlich, die Touren erstrecken sich ca. 3 – 6 Stunden pro Tag und erfordern Vorkenntnisse im Trailrunning. Dein Körper sollte An- und Abstiege mit 500 – 1.000 Höhenmeter am Stück gewohnt sein bzw. Du solltest wissen, was so ein An-/Abstieg bedeutet.
- Die Etappen dringen in alpines Gelände vor, entsprechende Trittsicherheit ist erforderlich. Die Trails sind mit Trail-Erfahrung gut zu laufen. Streckenabschnitte sind teilweise technisch anspruchsvoll, können aber im Wandertempo durchquert werden.
- Alpine Trailrunning-Erfahrung muss nicht zwingend vorhanden sein, alpine Wandererfahrung kann dies ersetzen. Du solltest in etwa 40 bis 60 km pro Woche trainieren (mit Anstiegen) und die 10km im flachen Gelände schneller als 55 Minuten laufen.
- Wir wollen kein Rennen laufen oder möglichst schnell ans Ziel kommen, der Genuss am Trailrunning in einer wunderschönen Landschaft steht an erster Stelle. Da jeder Läufer seinen eigenen Rhythmus hat, werden wir die Gruppe nicht zwanghaft zusammenhalten aber unterwegs immer wieder zusammenführen.

Zur notwendigen Ausrüstung gehören: Trail-Laufschuhe, Funktionskleidung (auch lange Hosen oder Shorts mit (Kompressions-) Kniestrümpfe), zweites trockenes Long Sleeve, Haube oder Kappe, Handschuhe, Laufrucksack, Rettungsdecke, Essen und Wasser (für alle Tage), Müllsack, Regen- und Sonnenschutz, Erste-Hilfe-Set, und Mobiltelefon. Auch im Hochsommer kann es zu Temperaturstürzen kommen, stelle daher sicher, dass du genug warme Kleidung inkl. Handschuhe und Haube mitführst.



© Philipp Reiter



© ÖÖ Tourismus



© ÖAV, Hofpürglhütte

### Eine Trailrunning Reise mit Guide [Holger Schulze](#):

Nach 25 Jahren im Büro, zuletzt als kaufmännischer Leiter, machte Holger sein Hobby zum Beruf. Als Trailrunning Guide und staatlich geprüfter Bergwanderführer verbindet er die beiden Leidenschaften „Laufen“ und „Reisen“ in perfekter Symbiose. Egal ob als Trailrunner im Gelände oder bei Marathons und Ultrarennen auf Asphalt, jeder Kilometer Erfahrung spiegelt sich in seiner Tätigkeit wider. So kann Holger als einzige Person darauf verweisen alle 17 bisherigen Transalpine-Runs bis ins Ziel gebracht zu haben. 131 Etappen ohne Ausfall über einen Zeitraum von 17 Jahren.

Neben seiner läuferischen Leistung zeichnet Holger auch seine offene und professionelle Persönlichkeit aus, die jede Tour mit ihm zu einem unvergesslichen Erlebnis macht.

#### Preisänderungen vorbehalten.

Es gelten die Geschäftsbedingungen der Salzkammergut Touristik GmbH in der jeweils gültigen Fassung.

#### Unsere Empfehlungen:

Schließe eine Reiserücktrittsversicherung ab.

Werde Förderer der Österreichischen Bergrettung und genieße den umfassenden Bergungsschutz: [www.bergrettung-ooe.at/foerderer-werden](http://www.bergrettung-ooe.at/foerderer-werden)

**Plane nachhaltig und reise mit öffentlichen Verkehrsmitteln (Bahn/ Bus).**