



Osttirol, Rakousko: Více než 400 kilometrů rozmanitých běžeckých tratí se zaručenou sněhovou pokrývkou

Tam, kde je běžecké lyžování doma

Chladný horský vzduch proniká do dýchacích cest, sníh křupe pod hroty hůlek a vy se uprostřed všeho pohybujete vpřed širokými údolími, tichými lesy a slunnými náhorními plošinami. Jen málokterý sport spojuje dynamiku pohybu a krásu krajiny tak přirozeně jako energické klouzání na běžkách. V rakouském regionu Osttirol mají jak příznivci klasického stylu, tak bruslaři k dispozici více než 400 kilometrů upravených běžeckých tratí v nadmořské výšce mezi 673 a 2 052 metry. V tréninkovém centru Obertilliach začíná v zemi 266 tisícovek sezóna severských sportů už v polovině listopadu. Díky opatřením, jako jsou dodatečná zasněžovací zařízení, snowfarming a nové běžecké tratě, nastavuje region jižně od hlavního hřebene Alp, jako jeden z deseti „tyrolských specialistů na běžecké lyžování“, nové standardy pro fanoušky nordického lyžování.

Běžecké lyžování na vysokohorských tratích: dvojnásobně efektivní

Běžecké lyžování zapojuje téměř všechny svaly těla a perfektně rozhýbá srdce i plíce – snad žádný jiný sport nenabízí tak účinný trénink celého organismu. A nadmořská výška přes 1 800 metrů jeho účinek ještě znásobuje. V takových výškách klesá obsah kyslíku ve vzduchu a tělo musí pracovat úsporněji, aby zlepšilo příjem O₂. Osttirol nabízí profesionálům i amatérům řadu možností, jak těžit z tohoto „přírodního dopingu“. Další výhodou alpské polohy je záruka sněhu. Vysokohorská běžecká trať Dorfberg se například nachází v horolezecké vesnici Kartitsch v nadmořské výšce 1 820 až 1 950 metrů. Středně náročná desetikilometrová trať se vine v několika smyčkách a neustále nabízí panoramatické výhledy na Karnský hřeben i místní horu s malou obcí s 850 obyvateli. Zkušené běžkaři se k jejímu začátku dostanou vlekem, ostatní mohou využít placený transfer. Dalším tipem je vysokohorská trať Staller Sattel v údolí Deferegggen, která ve výšce 2 000 metrů tvoří téměř šestikilometrový okruh s převýšením 196 metrů. Ve výchozím bodě se zároveň obrací bezplatný skibus ze St. Jakobi.

Osttirol investuje do sněhu, kvality a nových běžeckých tratí

Osttirol se řadí mezi přední běžkařské regiony Tyrolska – díky špičkové infrastruktuře, vysokému komfortu pro návštěvníky a maximální kvalitě tratí. Díky nadmořské výšce a moderním zasněžovacím systémům nabízí oblast každý den perfektně upravené stopy pro všechny úrovně lyžařů. Obce jako Prágraten am Großvenediger, Obertilliach, Kals am Großglockner, Sillian nebo St. Jakob im Defereggental neustále investují do

rozšiřování sítí tratí i zasněžovací techniky, aby poskytly fanouškům běžeckého lyžování ideální podmínky. Přehledné značení a snadná dostupnost tratí bezplatnou veřejnou dopravou jen potvrzují kompetenci Osttirol v této oblasti. Novinkou zimní sezóny 2025/26 je více než čtyřkilometrový středně náročný okruh v Sillianu v Hochpustertalu, který začíná u Winterwichtelland poblíž nádraží a vede členitým terénem, částečně lesem, a zcela bez křížení se silnicí. Díky stinné poloze a dodatečnému zasněžování je nová trať zaručeně zasněžená.

Obertilliach – centrum běžeckého lyžování a biatlonu

Tyrolská údolí Gail a Lesachtal patří k nejkrásnějším vysokohorským údolím Evropy. Uprostřed nich leží malebná horská vesnice Obertilliach v nadmořské výšce 1 450 metrů, kde se nachází mezinárodní centrum běžeckého lyžování a biatlonu. Zimní sezóna zde začíná už v polovině listopadu.

Díky ideální poloze a špičkové infrastruktuře je oblast atraktivní pro mezinárodní běžkařské hvězdy, reprezentační týmy i sportovní mládež. Promyšlená síť jedenácti různých tratí pro klasiku i bruslení umožňuje amatérům i profesionálům rychlý vstup na perfektně upravené stopy. Obertilliach se tak řadí mezi nejoblíbenější běžkařské destinace Rakouska – a to nejen díky své roli v podpoře mladých talentů.

Sportovní highlight v tyrolském údolí Lesachtal

Pro jedny je to boj o vysněné místo na stupních vítězů, pro druhé zase jedinečná atmosféra a radost ze samotné účasti na největší běžkařské akci v Rakousku – Dolomitenlaufu. Každý rok se do závodů ve volné technice nebo klasickém stylu na tratích dlouhých 21 či 42 kilometrů zapojí více než 2 500 profesionálů i amatérů. Ti, kteří si netroufnou na delší vzdálenosti, mohou poměřit síly v pětikilometrovém Easyrace.

Všechny tratě mají společné to, že vedou v nadmořské výšce 1 450 metrů malebnou kopcovitou krajinou kolem Obertilliachu v tyrolském Lesachtalu. Dolomitenlauf je součástí prestižního Světového svazu běžkařských maratonů Worldloppet, který sdružuje nejlepší závody na světě. Účast v těchto závodech se zapisuje do Worldloppet-passu, což je motivací pro ty, kdo chtějí sportovat i na mezinárodní úrovni a získat uznání jako „Worldloppet Master“.

Osttirol Information

Tel. +43 50 212 212, info@osttirol.com

www.osttirol.com