

**OBB**

Damit der Spaß nicht auf der Strecke bleibt.

ab € 45,-  
Für 2 Personen

Einfach Raus Rad Ticket

Genießen Sie die schönsten Radwanderwege und den Luxus, sich den Rückweg einfach zu sparen. Alle Infos und Buchung auf [oebb.at](http://oebb.at)

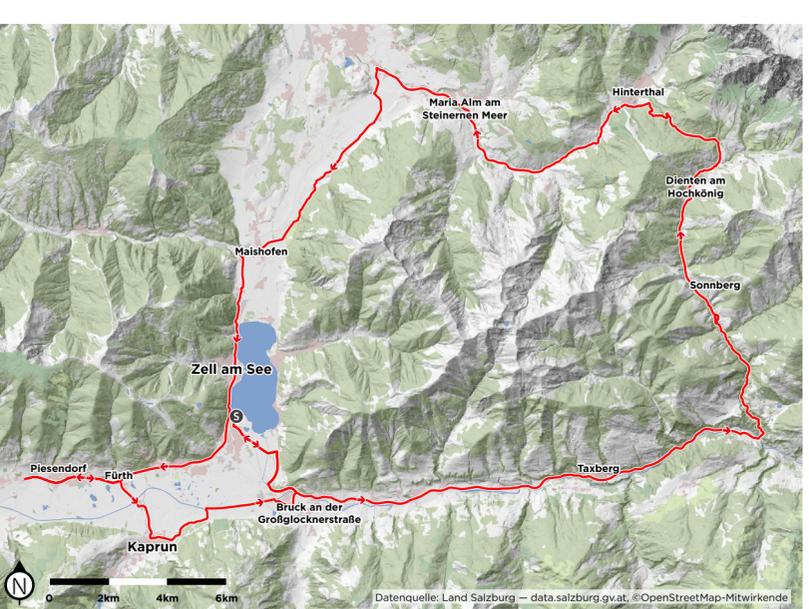
HEUTE. FÜR MORGEN. FÜR UNS.

\* Gültig in Österreich in den Zügen des Nah- und Regionalverkehrs der ÖBB und der Raaberbahn (R- und REX-Züge bzw. S-Bahn). Gültig am gewählten Tag. Montag bis Freitag 09:00 Uhr bis 03:00 Uhr des Folgetages. Samstag, Sonntag und Feiertag ganztägig bis 03:00 Uhr des Folgetages. Gültig nicht für Fahrten mit Ein- und Ausstieg innerhalb des Verkehrsverbundes Vorarlberg. Es gelten die Tarifbestimmungen der ÖBB-Personenverkehrs AG. Ticket ohne Fahrradmitnahme: € 36,-. Aufpreis für 3.-5. Person je € 4,-.

**IRONMAN 70.3** ZELL AM SEE KAPRUN  
SALZBURGERLAND  
BRUCK • MAISHOFEN • PIESENDORF

1,9 Kilometer Schwimmen im glasklaren Zeller See, 90 Kilometer Radfahren mit dem Rennrad, 21,1 Kilometer Laufstrecke; das sind die Eckdaten des IRONMAN 70.3 in Zell am See-Kaprun. Diese IRONMAN-Veranstaltung im Salzburger Land in Österreich ist ein Sportereignis der Extraklasse: Bei dem herausfordernden Triathlon messen sich Athleten aus aller Welt vor der beeindruckend schönen Naturkulisse aus Gletscher, Berg und See. Diese Vielfalt zeigt sich vor allem beim Radwettbewerb. Die Strecke führt mitten durch die Bergwelt und wurde von den Athleten zur drittbesten IRONMAN-Strecke europaweit gewählt.

Lass dich von den Eindrücken der letzten Jahre inspirieren und sichere dir einen Platz im nächsten Jahr.



**TRENDSPORT GRAVELBIKE**

Mit dem Gravelbike – einer Mischung aus Rennrad und Mountainbike – eröffnen sich in Zell am See-Kaprun neue Möglichkeiten für Radfans: Dieses Bike ist dafür gemacht, auf unterschiedlichstem Terrain zu fahren. Damit kannst du das gesamte Bikewegnetz der Region erkunden. Auf Asphalt und Kies, auf Schotter und Waldböden führen die Gravelbike-Strecken bis hinauf zu den Gipfeln oder rund um den Zeller See. Zell am See-Kaprun punktet als Radregion mit Vielseitigkeit: Von schmalen Trails Richtung Berggipfel bis zur gemächlichen Fahrt auf asphaltierten Nebenstraßen, von breiten Forstwegen durch den Wald bis zur Radrunde um den Zeller See reicht die Palette. Da brauchst du ein Bike, das alle Abenteuer mitmacht – und genau so eines ist das Gravelbike. Diese Mischung aus Rennrad und Mountainbike punktet mit profilierten Reifen, etwas breiter als beim klassischen Straßenrennrad, mit einem leichten Rennradrahmen und geschwungenem Lenker. Ideal, um die Griff- und Sitzposition während der Fahrt anzupassen! Mit ihren Besonderheiten sind Gravelbikes ideal für Touren auf unterschiedlichstem Terrain.

**TOP 3 GRAVELBIKE-TOUREN:** SEEBlickRUNDE: ↔ 37,6 km | ⚡ 857 m  
MAISKOGEL: ↔ 17,3 km | ⚡ 817 m  
KITZSTEINHORN: ↔ 39,2 km | ⚡ 1.951 m

**Bründl SPORTS**

**ALLES RUND UMS RAD ALL ABOUT BIKES**  
RENT // SERVICE // BEST BRANDS

- Leidenschaftlich & persönlich beraten // Passionate & personal assistance
- Specialized Händler // Specialized dealer
- Große Auswahl an E-Bikes // Wide selection of E-Bikes
- Service & Reparatur // Service & repair
- Magic Bikeverleih // Magic bike rental
- Kinderabbat bei Bikeverleih // Childrens discount

ONLINE BÜCHER UND GELD SPAREN!  
BOOK ONLINE AND SAVE MONEY!

UNSER VERSPRECHEN  
[brundl.at/b-green](http://brundl.at/b-green)

Mehr Info unter: [brundl.at/rent](http://brundl.at/rent)

**BIKE MAP**

[www.zellamsee-kaprun.com](http://www.zellamsee-kaprun.com)

**INTERSPORT SCHOLZ**  
ZELL AM SEE | ZENTRUM

**RENT YOUR E-BIKE**

HOME OF THE BIKE

**BIKESHOP BIKESERVICE**

**KTM GENESIS SCOTT**  
BIKE INDUSTRIES

Bahnhofstraße 13 | 5700 Zell am See  
MO - FR 09:00 - 18:00 | SA 09:00 - 12:00  
T: 06542 / 72606 | [www.intersport-scholz.at](http://www.intersport-scholz.at)

**ENJOY & DIVE IN**  
The whole region in one app.

YOUR DIGITAL HOLIDAY COMPANION

Mountain bike expert

[www.zellamsee-kaprun.com](http://www.zellamsee-kaprun.com)

**KAPRUN**

**KA1 Guggenbichl-Runde**  
↔ 7,1 km | ⚡ 212 m | ⚡ 212 m

Kurze aber abwechslungsreiche MTB-Runde auf abgelegenen Wegen um das Kapruner Ortsgebiet mit Abstecher zum Panorama Ferienhaus Guggenbichl.

**KA2 Variante Lechnerberg**  
↔ 4,4 km | ⚡ 222 m | ⚡ 217 m

Auf dieser Variante warten weitere 200 Höhenmeter und eine abwechslungsreiche Abfahrt über Schotter und Wiesen am Lechnerweg.

**KA3 Kesselfall-Tour**  
↔ 7,9 km | ⚡ 277 m | ⚡ 14 m

Eine erlebnisreiche Familientour auf dem Kesselfall Radweg entlang der Kapruner Ache mit den Highlights Sigmund-Thun-Klamm und dem idyllischen Klammsee.

**KA4 Schneckenberg-Tour**  
↔ 9,5 km | ⚡ 200 m | ⚡ 200 m

Eine kleinere Variante der Kesselfall-Tour als Rundtour mit Zwischenziel bei der Almwirtschaft Schneckenreith, ohne jedoch die Highlights Sigmund-Thun-Klamm und Klammsee auszulassen.

**KA5 Maiskogel-Tour**  
↔ 19,5 km | ⚡ 880 m | ⚡ 880 m

Der Klassiker unter den MTB-Touren am Kapruner Hausberg: Diese idyllische Strecke führt vorbei an urigen Almhütten, blühenden Almwiesen und durch mystische Nadelwälder.



**KA6 3K K-connection-Tour**  
↔ 10,4 km | ⚡ 732 m | ⚡ 325 m

Nach einer gemächlichen Auffahrt mit der MK Maiskogelbahn startet die Tour bei der Bergstation. Nach 732 Hm ist der Langwiedboden erreicht.

**KA7 Kitzsteinhorn-Uphill**  
↔ 24,9 km | ⚡ 1.219 m | ⚡ 335 m

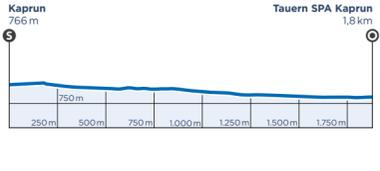
Diese Tour startet für alle besonders Ambitionierten beim Kaprun Center. Bis zur Gletscherjet 3/4 Mittelstation überwinden sie anspruchsvolle 2.179 Hm.

**KA8 Salzach-Panorama-Tour**  
↔ 6,4 km | ⚡ 23 m | ⚡ 23 m

Eine ebene und landschaftlich ruhige familienfreundliche Rundtour entlang des Radweges und der Salzach auf weitgehend asphaltiertem Untergrund.

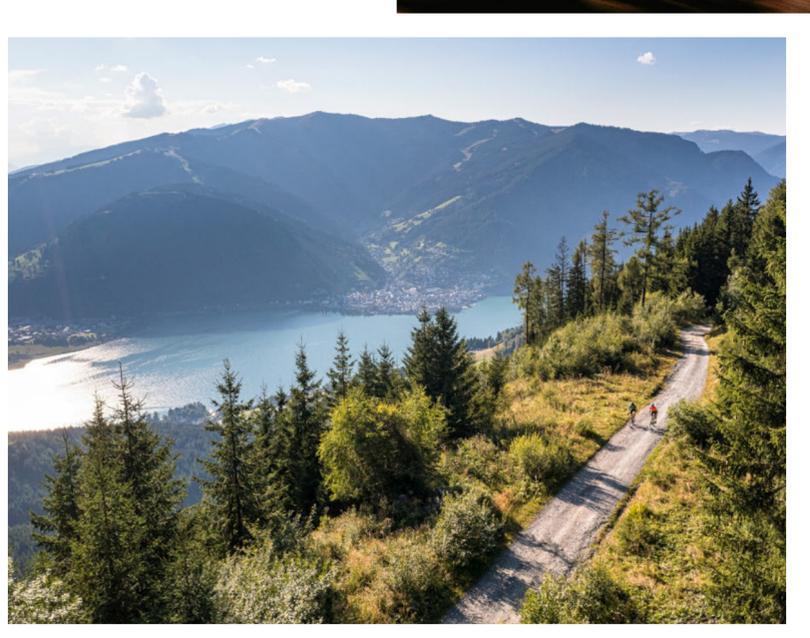
**KA9 Tauern SPA Verbindung**  
↔ 1,8 km | ⚡ 2 m | ⚡ 15 m

Die optimale Verbindung für Radfahrer\*innen zum Tauern SPA, die nach ihrem anstrengenden MTB-Erlebnis eine Entspannung in der Sauna oder rund um den Pools suchen.



**KA10 Bruckerberg-Runde**  
↔ 15,3 km | ⚡ 417 m | ⚡ 417 m

Eine mittelgroße MTB-Rundtour entlang der Salzach bis nach Brugg und über den Brüggerberg von Osten kommend zurück nach Kaprun.



**PeakPerformance**

**ZELL AM SEE**

**ZE1 Keilberg**  
↔ 2,4 km | ⚡ 230 m | ⚡ 0 m

Diese kurze Tour führt entlang einer durchgehend asphaltierte Bergstraße. Angekommen empfiehlt sich eine ca. 25-min. Wanderung zum Speicherteich am Plettsaukopf.

**ZE2 Schoberalm**  
↔ 5,4 km | ⚡ 281 m | ⚡ 12 m

Auf der Schoberalm erwartet die Biker ein atemberaubender Ausblick und viele kulinarische Schmankerl aus der Region. Die Bergstraße führt ausschließlich über Asphalt.

**ZE3 Sonnberg-Runde**  
↔ 4,4 km | ⚡ 175 m | ⚡ 175 m

In Richtung Sonnberg hat man Zell am See immer fest im Blick. Die Rundtour über die Sonnbergstraße zu den Sonnberg - Alpinlodges. Hier beginnt die Talfahrt über den Sonnbergweg, vorbei beim Aubauber (Tipp: Hofladen), in die Schmittenstrasse retour zum Ausgangspunkt.

**ZE4 Pfefferbauer**  
↔ 2,8 km | ⚡ 140 m | ⚡ 18 m

Zum Pfefferbauer geht's entlang des Zellersees in nördlicher Richtung. Vor Einöd schlängelt sich die Strecke bergwärts über eine durchgehend asphaltierte Bergstraße.

**ZE5 Mitterberg**  
↔ 4,6 km | ⚡ 439 m | ⚡ 0 m

Diese atemberaubende Aussichtstour führt anfangs zum Einfahren flach entlang des Zeller Sees nach Thumersbach. Ab dort geht's immer auf asphaltiertem Untergrund bergauf zum Mitterberghof.



**ZE6 Erhlofplatten-Tour**  
↔ 21,3 km | ⚡ 778 m | ⚡ 778 m

Dieser mittelgroßen MTB-Rundtour steht für Abwechslung und führt an einem schönen Fotopoint vorbei. An gang nach entlang des Zeller Sees in Richtung Brugg geht die Strecke über Asphalt- und Forstwege hinauf zur Erhlofplatte.

**ZE7 Waldheim-Enzianhütte**  
↔ 13,3 km | ⚡ 532 m | ⚡ 532 m

Diese schöne Rundtour startet mit einer leichten Steigung Richtung Thumersbacher Tal. Rechts abbiegen und danach weiter über eine schöne Forststraße hinauf zur Enzianhütte. Die Talfahrt genießt man über die Erlbergstraße mit Blick auf den Zeller See.

**ZE8 Thumersbach-Hundstein**  
↔ 14,3 km | ⚡ 1.352 m | ⚡ 8 m

Der Klassiker für alle BikerInnen ist die anspruchsvolle Tour auf den Hundstoa. Am Ziel wartet das Stutzerhaus mit kühlen Getränken und heimischen Schmankerln. Die Abfahrt ist auch nach Maria Alm möglich. Von dort über Saalfelden zurück nach Zell am See.

**SICHER UND FAIR MIT DEM BIKE**

- Gesund aufs Rad**  
Mountainbiken ist Ausdauersport. Fahr nur gesund und überschätz dich nicht selbst.
- Sorgfältig planen**  
Bereite dich gründlich vor (Karten, Bücher, Internet, Wetter) und passe deine Tour den Gegebenheiten an.
- Nur freigegebene Wege befahren**  
Benutze nur freigegebene Straßen bzw. Wege und respektiere lokale Sperrungen.
- Check dein Bike**  
Kontrolliere vor jeder Fahrt Bremsen, Luftdruck, Räder, Federung und Schaltung. Lass dein Bike ein Mal im Jahr im Fachbetrieb überprüfen.
- Vollständige Ausrüstung**  
In jeden Rucksack gehören: wärmende Kleidung, Regenschutz, Reparaturset, Erste-Hilfe Paket, Mobiltelefon, Licht, Handschuhe, Brille sowie Essen & Trinken.
- Immer mit Helm**  
Bergauf und bergab, immer mit Helm! Protpektoren können vor Verletzungen schützen.
- Fußgänger haben Vorrang**  
Nimm Rücksicht, indem du dich frühzeitig ankündigst und das Tempo reduzierst. Meide stark begangene Wanderwege.
- Tempo kontrollieren**  
Passe deine Geschwindigkeit der Situation an und fahre bremsbereit.
- Hinterlasse keine Spuren**  
Durch kontrolliertes Bremsen verhinderst du Bodenerosion und Wegeschäden. Nimm deinen Abfall mit und vermeide Lärm.
- Rücksicht auf Tiere**  
Fahre bei Tageslicht, um Tiere nicht zu stören. Nähere dich im Schritttempo und schließe Weidezäune nach der Durchfahrt.

**ZE9 Jaga-Alm**  
↔ 3,7 km | ⚡ 331 m | ⚡ 0 m

Die Tour zur Jaga-Alm führt ausschließlich auf Asphalt entlang der Schmittenstrasse vorbei an der Talstation der Schmittenhöhebahn und weiter über den Sonnalmweg bis zu Ziel!

# ERLEBNIS MOUNTAINBIKE KAPRUN

## MOUNTAINBIKE TOUREN

- KA1 Guggenbichl-Runde**  
↔ 7,1km | ↗ 212m | ↘ 212m
- KA2 Variante Lechnerberg**  
↔ 4,4km | ↗ 222m | ↘ 217m
- KA3 Kesselfall-Tour**  
↔ 7,9km | ↗ 277m | ↘ 14m
- KA4 Schneckenberg-Tour**  
↔ 9,5km | ↗ 200m | ↘ 200m
- KA5 Maiskogel-Tour**  
↔ 19,5km | ↗ 880m | ↘ 880m
- KA6 3K K-connection-Tour**  
↔ 10,4km | ↗ 732m | ↘ 325m
- KA7 Kitzsteinhorn-Uphill**  
↔ 24,9km | ↗ 2179m | ↘ 335m
- KA8 Salzach Panorama-Tour**  
↔ 6,4km | ↗ 23m | ↘ 23m
- KA9 Tauern SPA Verbindung**  
↔ 1,8km | ↗ 2m | ↘ 15m
- KA10 Bruckerberg-Runde**  
↔ 15,3km | ↗ 417m | ↘ 417m

## MOUNTAINBIKE TRAILS

- F2 Maiskogel Trail**  
↔ 3,7km | ↗ 0m | ↘ 381m
- F3 Bachler Trail (Shared Trail)**  
↔ 1,9km | ↗ 0m | ↘ 413m
- F4 Wüstlau Trail (Shared Trail)**  
↔ 6,5km | ↗ 14m | ↘ 1.100m
- F5 Geissstein Trail**  
↔ 3,4km | ↗ 17m | ↘ 492m





**TOP OF SALZBURG**  
KITZSTEINHORN, 3.029 m

Nationalpark Hohe Tauern

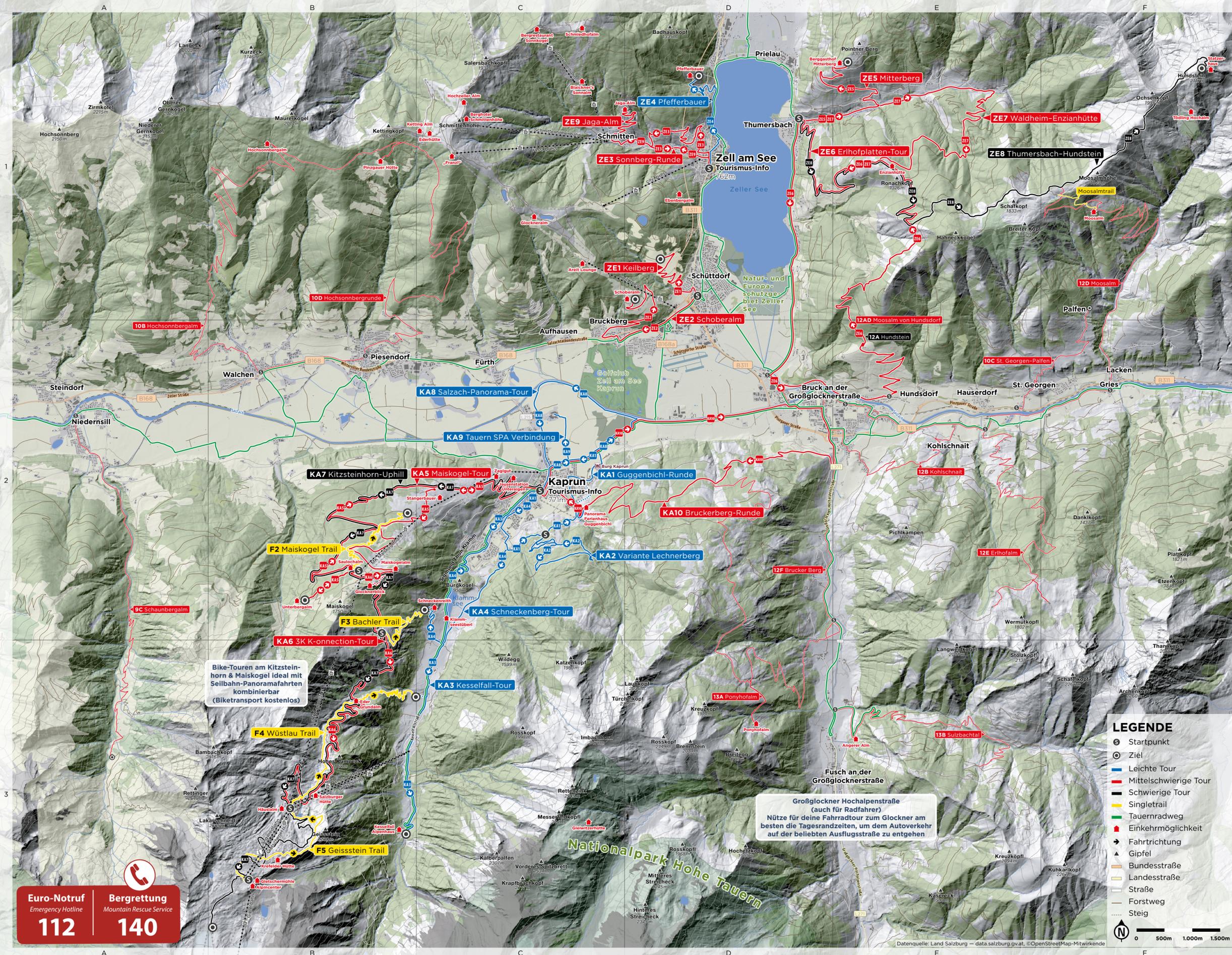
**K-CONNECTION**  
Mit höchstem Komfort und einzigartigen Panoramablicken von Kaprun über den Maiskogel bis TOP OF SALZBURG auf 3.029 m

**EXPLORER TOUR**  
Mit einem Nationalpark-Ranger auf Entdeckungsreise durch vier Klimazonen und die Flora & Fauna der Hohen Tauern erforschen

**BIKE & SEILBAHN**  
Traumhafte Bike-Touren und Trails am Kitzsteinhorn & Maiskogel – perfekt mit Seilbahnen kombinierbar  
Tipp für Einsteiger: Maiskogel Trail

Zell am See Kaprun InfoService +43 6542 8621

DER GLETSCHNER



**Euro-Notruf** | **Bergrettung**  
Emergency Hotline | Mountain Rescue Service

112

140

### LEGENDE

- ⊙ Startpunkt
- ⊙ Ziel
- Leichte Tour
- Mittelschwierige Tour
- Schwierige Tour
- Singletrail
- Tauernradweg
- Einkehrmöglichkeit
- Fahrtrichtung
- ▲ Gipfel
- Bundesstraße
- Landesstraße
- Straße
- Forstweg
- Steig

Datenquelle: Land Salzburg – data.salzburg.gv.at, ©OpenStreetMap-Mitwirkende

0 500m 1.000m 1.500m

# ERLEBNIS MOUNTAINBIKE ZELL AM SEE

## MOUNTAINBIKE TOUREN

- ZE1 Keilberg**  
↔ 2,4km | ↗ 230m | ↘ 0m
- ZE2 Schoberalm**  
↔ 5,4km | ↗ 281m | ↘ 12m
- ZE3 Sonnberg-Runde**  
↔ 4,4km | ↗ 175m | ↘ 175m
- ZE4 Pfefferbauer**  
↔ 2,8km | ↗ 140m | ↘ 18m
- ZE5 Mitterberg**  
↔ 4,6km | ↗ 439m | ↘ 0m
- ZE6 Erlhofplatten-Tour**  
↔ 21,3km | ↗ 778m | ↘ 778m
- ZE7 Waldheim-Enzianhütte**  
↔ 13,3km | ↗ 532m | ↘ 532m
- ZE8 Thumersbach-Hundstein**  
↔ 14,3km | ↗ 1.352m | ↘ 8m
- ZE9 Jaga-Alm**  
↔ 3,7km | ↗ 331m | ↘ 0m

## LEITSYSTEME

### TOUREN

MTB KAPRUN

→ Schwierigkeit

→ Richtung

→ Tourennummer und Name

### TRAILS

MTB KAPRUN

→ Schwierigkeit

→ Richtung

→ Trailnummer und Name

Tour leicht | Tour mittelschwerig | Tour schwierig

Tauernradweg  
Kaprun 2,4 km  
Zell am See 5,3 km



**Zell am See Kaprun**

Zell am See-Kaprun Tourismus  
Brucker Bundesstraße 1, 5700 Zell am See  
Tel. +43 6542 770, welcome@zellamsee-kaprun.com  
www.zellamsee-kaprun.com

Impressum: Herausgeber: Zell am See-Kaprun Tourismus | Konzept, Kartographie & Grafik: max2 gmbh – sign & design, Nindl Grafik Design GmbH | Bilder: Zell am See-Kaprun Tourismus, Kitzsteinhorn, Salzburg Land Tourismus | Druck: Seebacher GmbH, Kühwegboden 40, 9620 Hermagor | Druckfehler und Änderungen vorbehalten | Stand April 2024