

Langlauf- & Skatingerlebnis

au schoppernau

bregenzerwald

berührt, bewegt,  
begeistert

[www.au-schoppernau.at](http://www.au-schoppernau.at)

50 km klassisch gespurte Langlaufloipen  
9 km Skatingloipen  
40 km präparierte Winterwanderwege



## Langlaufen, der schönste Weg zur Fitness ...

Dass Langläufer länger leben, ist wissenschaftlich zwar nicht erwiesen. Was aber durch Ausdauersport erreicht werden kann, sind eine höhere Lebensqualität und mehr Fitness bis ins hohe Alter. Skilanglauf eignet sich besonders zur Kräftigung von Herz und Kreislauf, Atmung, Nervensystem, Hormonhaushalt, aber auch des Stütz- und Bewegungsapparates und zur Förderung der Balance. Skilanglauf ist, vernünftig betrieben, eine wunderbare Sache für jede Altersstufe und jeden Trainingszustand, weil er individuell dosierbar ist. Zu allen körperlichen Vorteilen kommt ein wesentlicher Faktor dazu: das „Hoch der Psyche“.

Wer schon einmal im Rhythmus der Langlaufbewegung durch die glitzernde Winterlandschaft gelaufen ist und die frische Luft geatmet hat, wer nach Anstrengung und Selbstüberwindung die Zufriedenheit mit sich selbst gefühlt hat, der weiß, was damit gemeint ist!

Langlaufen in Au-Schoppernau: schön, fordernd, befriedigend für Körper, Geist und Seele. Unser Langlauf- und Skating-Angebot auf fast 59 km Loipen bereichert Ihren Winterurlaub in Au-Schoppernau. Wir haben versucht, in den Loipenbeschreibungen auch auf Sehenswertes in unseren Dörfern aufmerksam zu machen.

### Viel Vergnügen!

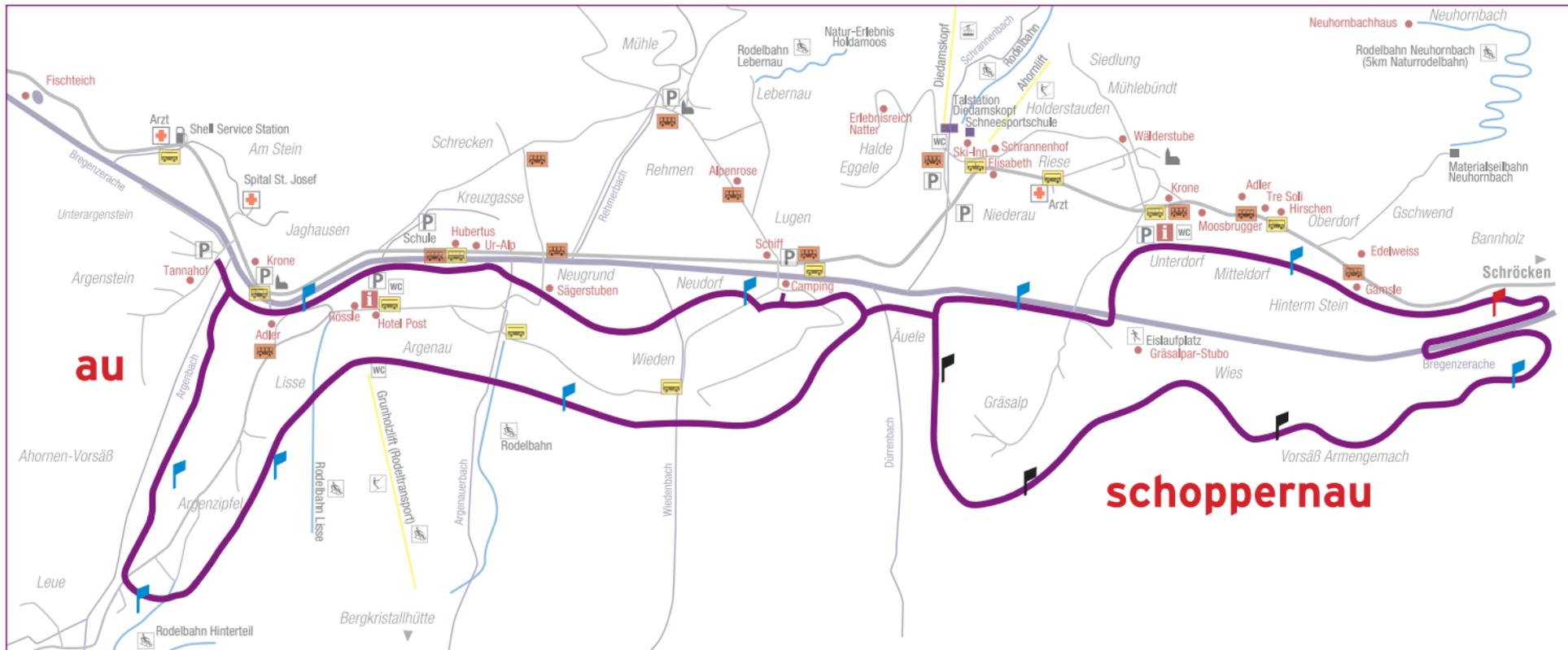
**Au-Schoppernau Tourismus**, 6883 Au, Austria, T +43(0)5515 2288 oder T +43(0)5515 2495, [info@au-schoppernau.at](mailto:info@au-schoppernau.at), [www.au-schoppernau.at](http://www.au-schoppernau.at)

## LEGENDE

-  gespurte Langlaufloipe leicht
-  gespurte Langlaufloipe mittel
-  gespurte Langlaufloipe schwer (Anstiege & Abfahrten nur für Geübte)
-  klassische Langlaufloipen
-  Skatingloipen
-  Hotel, Gasthof, Pension
-  Geschäfte
-  Information, Tourismusbüro
-  Bundesbus- und Skibushaltestelle
-  öffentlicher Parkplatz
-  Bergbahnen, Skilift, Piste
-  Eislaufplatz, Rodelbahn

# ① DÖRFERLOIPE | 13,6 km

## LEICHT BIS SCHWIERIG



## Routenführung:

Wie ihr Name sagt: Die Dörferloipe führt durch die beiden Gemeinden Au und Schoppernau mit verschiedenen Zustiegemöglichkeiten und Anschlusspunkten zu anderen Loipen. Sie quert die südlich gelegenen Hänge von Au und Schoppernau, mindestens ein Kirchturm – Au, Rehmen oder Schoppernau – liegt stets im Blickfeld. Vom Ortsteil Au-Argenzipfel führt die Dörferloipe oberhalb von Argenau und Wieden durch das Äuele nach Schoppernau, dann zu den Anhöhen von Gräsalp und durch Waldgebiet bis zum romantischen Vorsäß Armengemach. Von dort geht es über den Bregenzerachsteg in einer Schleife durch das „Paradies“ und dann auf offenem Feld dem Dorfkern von Schoppernau entlang zurück zum Äuele-Wald nach Au-Neudorf. Über die Kreuzgasse gelangt man zum Damm der Bregenzerache und zur Unterführung bei der Kirchenbrücke. Nach der Viehweide Reute und Argenzipfel oder über den Argenbachsteg erreicht man die Kanisfluhloipe.



## ② FELDLOIPE | 4,5 km

LEICHT BIS MITTEL



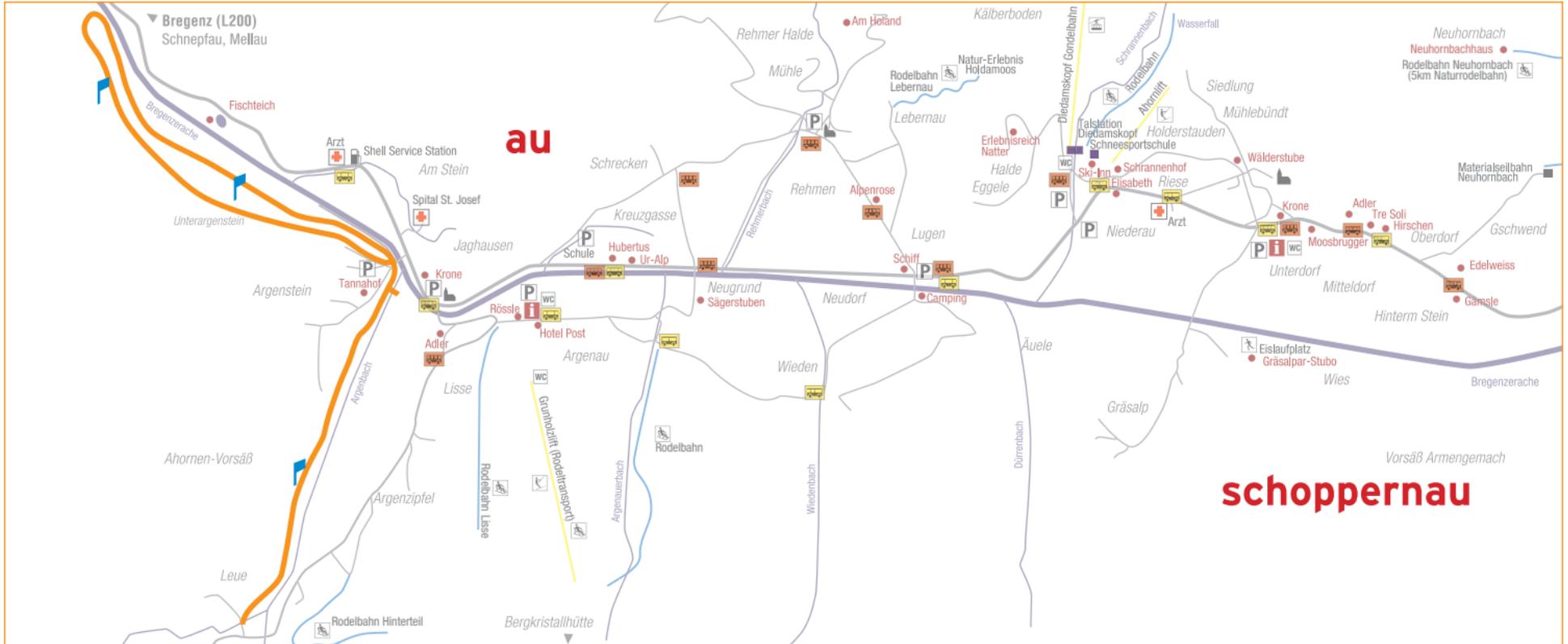
## Routenführung:

Das Motto: Immer auf der Sonnenseite! Ab der Volks- und Hauptschule Au führen Spuren über die Kreuzgasse nach Lugen mit seinen behäbigen Bauernhöfen und Wohnhäusern in neuer Bregenzerwälder Holzbauweise. In nordöstlicher Richtung geht es nach Lebernaun, Rehmen (barocke Kuratiekirche, Sennerei) und wieder zurück zum Rehmerbach. Im weiten Bogen gelangt man über die ebenen Wiesen zum Ausgangspunkt zurück. Augen-Blicke fangen das Natur-Erlebnis Holdamoos, die steilen Vorsätze Berngat-Berbigen mit dem „alpgang“ und die senkrechten Felsen der „Dönglefluh“ im Westen ein. Dort wurde einst ein Mammutzahn gefunden – Hinweis auf die eiszeitlichen Gletscher, die das Tal der Bregenzerache ausfrästen.



### ③ KANISFLUHLOIPE | 4 km

LEICHT



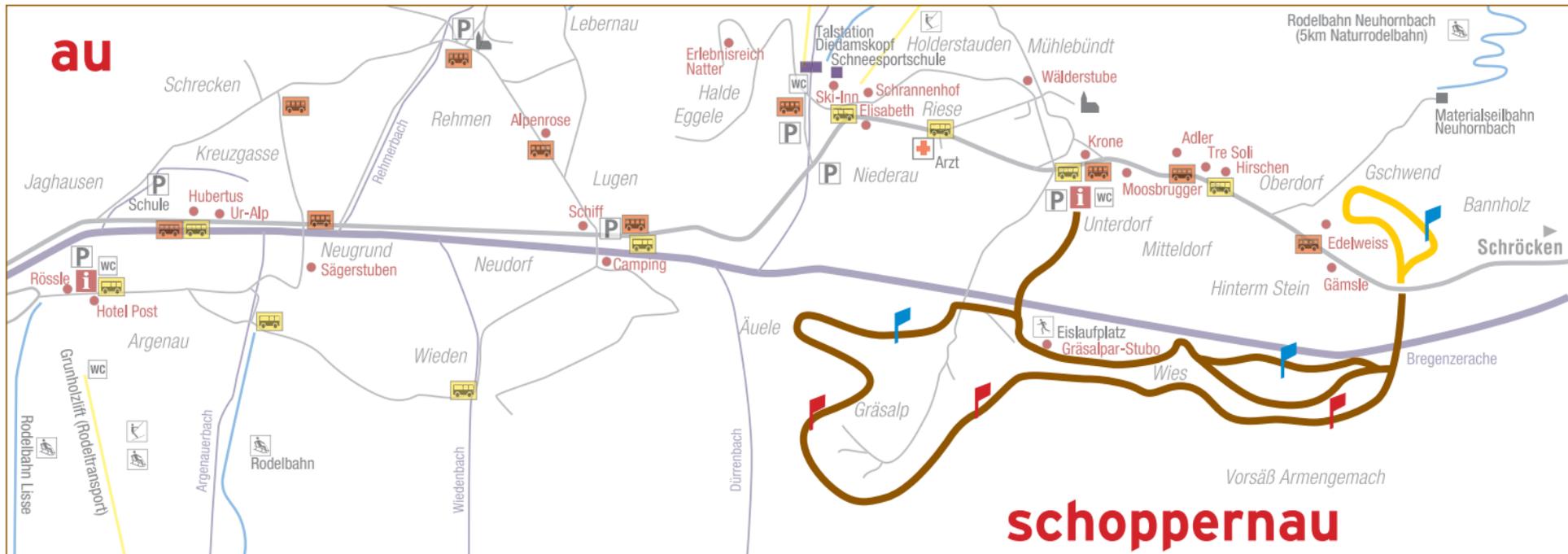
## Routenführung:

Im Ortsteil „Jaghausen“ bei der Kirche stand vor annähernd 800 Jahren die Wiege von Au, ein Jagdhaus der Grafen von Montfort. Die Loipe befindet sich auf der linken Bregenzerachseite und führt von Au-Argenstein in zwei Schleifen Richtung Westen, zum Gebiet „Leue“ (Lawine) und entlang des wilden Argenflusses, der von Damüls nach Norden zur Bregenzerach fließt, nach Unterargenstein. Genießen Sie hier auch im Hochwinter die Nachmittagssonne und halten Sie Ihren Blick fest an der mächtigen Kanisfluh, dem Sagen umwobenen Wahrzeichenberg des Bregenzerwaldes, geformt und gefaltet aus hartem Kalk des Helvetikums.



## ④ FUCHSLOIPE | 5,3 km

LEICHT BIS MITTEL



## ⑤ SONNENLOIPE | 1 km

LEICHT BIS MITTEL

## Routenführung:

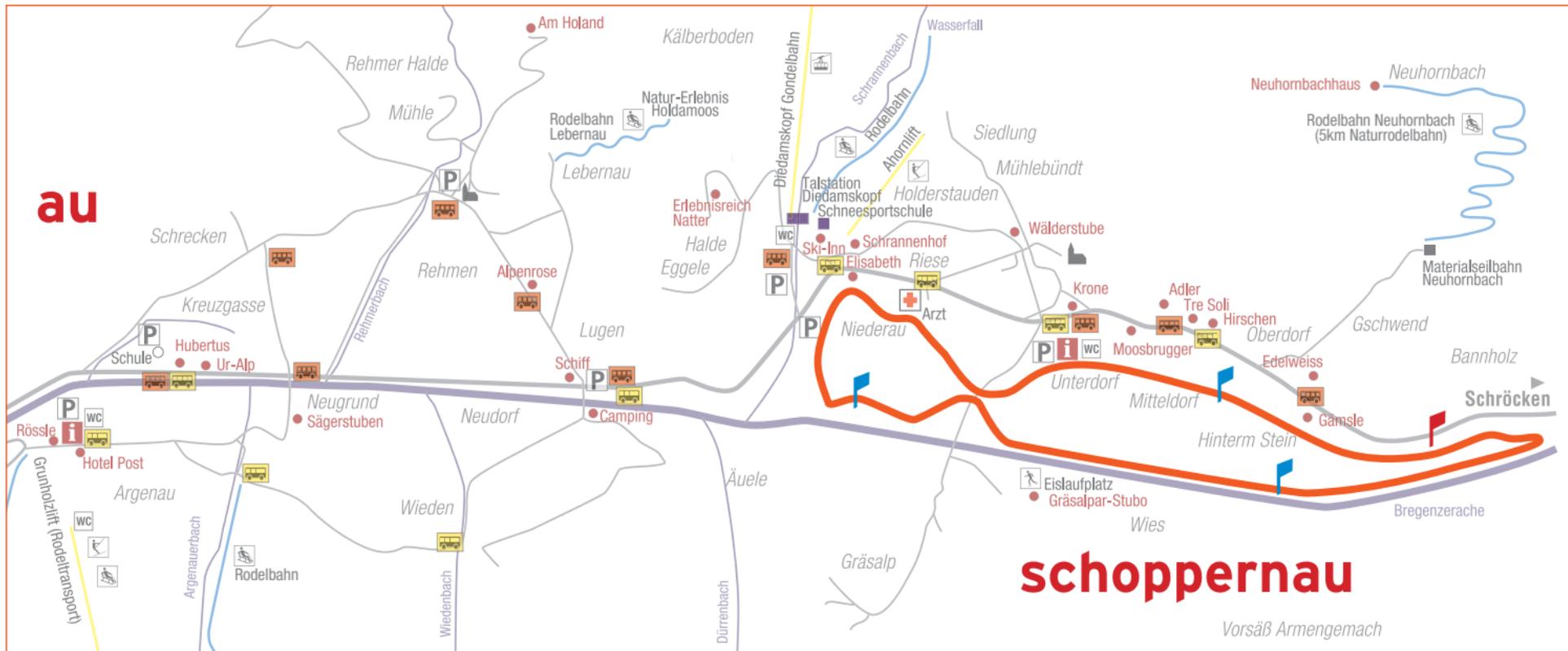
Wer weiß, ob nicht wirklich ein Fuchs diese waldreiche, romantische Loipe kreuzt! Der Ausgangspunkt ist beim Gemeindezentrum Schoppernau. Die Spuren führen über die Brücke zum Eislaufplatz, dann durch bewaldetes Gebiet ins Vorsäß Armengemach, das die Einheimischen wie Amagma oder Mamagma aussprechen. Nach einer kleinen Schleife folgt ein kurzer Anstieg oberhalb der schattengedämpften Hütten ehe es etwas gemütlicher Richtung Gräsalp geht. Die Loipe steigt hier nochmals an und führt dann in einer großen Schleife Richtung Äuele und wieder zurück zur Gräsalper Brücke und zum Ausgangspunkt.

Die **Sonnenloipe** (5) - die kleine Runde auf der Sonnenseite (1 km) - hat ihren Ausgangspunkt am östlichen Ortsende von Schoppernau an der Landesstraße von wo aus die Loipe zur Parzelle Gschwend führt, dann auf eine kleine Anhöhe ansteigt und dem Bannwald entlang wieder zum Ausgangspunkt zurückführt.



# ⑥ ACHLOIPE | 3,7 km

LEICHT BIS MITTEL



## Routenführung:

Die wohl gemütlichste Loipe im Au-Schoppernerauer Langlaufnetz ist die Achloipe. Sie führt vom Gemeindezentrum Schoppernau Richtung Niederau und dann dem rechten Achufer entlang bis zum östlichen Ortsende von Schoppernau. Dort wendet sie und führt mitten durch das Schoppernerauer Feld wieder zum Ausgangspunkt zurück. Parallel dazu verlaufen auch die präparierten Winterwanderwege am Achdamm und durchs ebene Schoppernerauer Feld. Einige Querabstecher führen mitten ins Dorf und zu seinen gemütlichen Gastronomiebetrieben, wo es sich trefflich Pause machen lässt.



# ⑦ & ⑧ SKATINGLOIPEN | 9 km

## LEICHT BIS SCHWIERIG



## SKATINGLOIPE AU | 3 km

### Routenführung:

Das Auf und Ab dieser sportlichen Loipe an den schattigen Wiesenhängen von Au ist abwechselnd sanft und anspruchsvoll. Der ideale Ausgangspunkt befindet sich beim Campingplatz Au. Die Skatingloipe führt teilweise parallel zur Langlaufloipe, macht in Wieden eine Schleife. Nach der Straßenquerung ist, parallel zur klassischen Langlaufloipe, eine weitere Skatingloipe flach angelegt Richtung Gemeindeamt. Auf derselben Strecke geht es wieder zurück zum Ausgangspunkt.

## SKATINGLOIPE SCHOPPERNAU | 6 km

### Routenführung:

Was sanft beginnt, kann ganz schön fordernd weitergehen! Ausgangspunkt der Skatingloipe ist das Gemeindezentrum Schoppernau. Die Loipe führt zunächst über das ebene Schoppernauer Feld zum östlichen Achsteg und über diesen zum Vorsäß Armengemach. Nach einem kurzen, heftigen Anstieg folgt eine rassige Abfahrt. Danach führt die Skatingloipe durch kupiertes Gelände der Parzelle Gräsalp über die Langlaufbrücke Gräsalp zum Ausgangspunkt.

Beide Skatingloipen zusammen ergeben eine sehr abwechslungsreiche und anspruchsvolle Skatingrunde.

