



Pressemappe

Winter 2018/19



**Presseinformation
Obertauern**

Winter 2018/19

Obertauern im Winter – Auf einen Blick

Adresse

Tourismusverband Obertauern
Pionierstraße 1, A-5562 Obertauern
Salzburger Land, Österreich
Tel.: +43-(0)6456-7252
Fax: +43-(0)6456-72529
E-Mail: info@obertauern.com
Internet: www.obertauern.com

Lage:

Obertauern liegt 90 km südlich von Salzburg. Seehöhe 1.740 m, Skigebiet von 1.630 bis 2.313 m. Weitere Entfernungen: München 220 km, Wien 320 km

Anfahrt mit PKW:

Über die Tauernautobahn Salzburg-Villach bis zur Abzweigung nach Graz, von dort auf der Bundesstraße B99 bis Radstadt, dann der Beschilderung bis Obertauern folgend (20 km).

Anfahrt mit der Bahn:

Nächste Bahnstation ist Radstadt (20 km), von dort mit dem Direktbus nach Obertauern.

Mit dem Flugzeug:

Nächst gelegene Flughäfen sind Salzburg (90 km) und Klagenfurt (140 km), von dort gibt es günstige Shuttleverbindungen nach Obertauern. Günstige Flugverbindungen von mehreren deutschen Städten nach Salzburg und Klagenfurt u.a. mit TUIfly. Der Münchner Flughafen ist 220 km entfernt.

Unterkünfte:

In Obertauern gibt es rund 150 Hotels, Pensionen, Gasthöfe und Ferienwohnungen aller Preiskategorien, sowie sechs Jugendhäuser.

Wintersaison:

Voraussichtlicher Saisonstart 21. November 2018, Liftbetrieb bis 01. Mai 2019

Aufstiegshilfen:

26 Seilbahnen/Lifte mit einer Kapazität von 50.248 Personen pro Stunde:

- 1 Achter-Kabinen-Umlaufbahn
- 2 8/10 Kombibahnen mit 8er Sessel und 10er Gondel
- 1 kuppelbare Achter-Sesselbahn
- 6 kuppelbare Sechser-Sesselbahnen
- 4 kuppelbare Vierer-Sesselbahnen
- 4 fixgeklemmte Vierer-Sesselbahnen
- 2 Doppelsesselbahnen
- 6 Schlepplifte

**Pisten:**

100 km, davon sind 61 km als leicht (blaue Pistentafeln), 35 km als mittel (rote Pistentafeln) und 4 km als schwierig (schwarze Pistentafeln), nach internationalem Standard, deklariert.

NEU!**Plattenkarbahn:**

Kombibahn mit 8er-Sesseln und 10er-Gondeln, hochwertige Naturmaterialien wie grauer Loden und Leder werden verwendet.

Berg- und Talfahrten für Nichtskifahrer:

Bei der Grünwaldkopfbahn und der Zehnerkarbahn werden auch Personen ohne Skiausrüstung (Besucher der Restaurants mit Sonnenterrasse) befördert.

Guten Morgen Obertauern:

Jeden Mittwoch Liftbetrieb bei der Gamsleiten I Sechser-Sesselbahn, Achenrainbahn und der Zehnerkarbahn bereits ab 8:30 Uhr.

Nachtskilaufen:

Die Edelweißbahn bietet jeden Montag und Donnerstag von 19 bis 22 Uhr die Möglichkeit zum Nachtskilaufen.

Die Pistenlänge beträgt 1,5 km. Karten mit einer Gültigkeit von mindestens 1,5 Tagen können benutzt werden. Die Salzburger Super Ski Card ist für den Nachtskilauf nicht gültig. Informationen: Edelweißbahn, Kasse Plattenkar, unter Tel.: +43-(0)6456-722118

Überregionale Skipässe:

Der Skipass Obertauern mit einer Gültigkeit ab 1,5 Tage ist auch im ca. 15 km entfernten Skigebiet Grosseck-Speiereck in Mauterndorf/ St. Michael im Lungau gültig (10 Seilbahnanlagen, ca. 50 km Piste, von 1.000m bis 2.400m).

LUNGO: Tarifverbund Lungau – Katschberg – Obertauern:

Die Liftkarten ab 2 Tagen sind beim Nachtskilauf in Obertauern gültig.

Salzburg Super Ski Card

Schneeergnügen im weltgrößten Skipass-Verbund ganz nach Wunsch mit Skipässen von 3–14 Tagen. Auch Saisonkarte und Saisonwahlabo möglich.

Skibus:

Alle Gäste Obertauerns können kostenlos mit dem Bus von Untertauern bis Tweng fahren. Wer einen Obertauernskipass mit der Aufschrift Bus besitzt, kann kostenlos bis Radstadt und Mauterndorf fahren. Inhaber der Salzburger Super Ski Card können Busse im Rahmen der Ausübung einer Alpinsportart kostenlos nutzen.

Zeitmessstrecken:

Sonnenlift 3, Schönalmbahn, Schrotteralmliift, Kirchbühellift

Geschwindigkeitsmessstrecken:

Zentralbahn, Grünwaldkopfbahn



Super Seven:

Die 7 höchsten Punkte im Skigebiet Obertauern und dazu eine selektive Abfahrt bei der jeweiligen Seilbahnanlage (gekennzeichnet mit S7):

- Seekareckbahn
- Panoramabahn
- Hundskogelbahn
- Plattenkarbahn
- Schaidbergbahn
- Gamsleitenbahn 2
- Zehnerkarbahn

Tauernrunde:

26 Seilbahn- und Liftanlagen sind rund um den Ort angelegt und bilden einen einzigartigen Skizirkus. Die rote Tauernrunde verläuft im Uhrzeigersinn, die grüne Tauernrunde gegen den Uhrzeigersinn. Das ausgeklügelte System bietet die Möglichkeit, von einer Anlage ausgehend, die ganze Tauernrunde zu befahren und wieder an den Ausgangspunkt zurückzukehren. Das Auto hat während der Aufenthaltszeit Urlaub. Die Lifte sind direkt von den Hotels aus mit Skiern erreichbar. Zur Überquerung der Straße wurden großzügige Skibrücken errichtet.

Kindertauernrunde:

Die bekannte und beliebte Tauernrunde gibt es gleich in doppelter Ausführung auch für Kinder und Jugendliche, abgestimmt auf Können und Kondition der jungen Skifahrer.

Die „Bobby-Runde“, benannt nach dem Ortsmaskottchen „Bobby“, dem Schneehasen, bietet eine lustige und abwechslungsreiche Runde für die jüngeren Kinder; die Runde „My Track“ bietet mehr Herausforderung und Spaß für die fortgeschrittenen Kinder und Jugendlichen. Auf beiden Runden animieren ein Funpark, eine Zeitmessstrecke, eine Geisterbahn und Wellenbahn die jungen Gäste, ihre Obertauern-Erlebnisse unter dem Hashtag #LOVEOBERTAUERN zu teilen.

Skischulen:

Ski- & Snowboardschule Silvia Grillitsch & Partner

Tel.: +43-(0)6456-7462

Ski- & Snowboardschule Frau Holle

Tel.: +43-(0)6456-72009 10

Skischule Koch

Tel.: +43-(0)6456-72285

Ski- & Snowboardschule Krallinger

Tel.: +43-(0)6456-72007

Ski- & Snowboardschule Top

Tel.: +43-(0)6456-7678

Skischule und Freeride Center NAC

Tel.: +43-(0)664-1634927

Snowboardschule Blue Tomato

Tel.: +43-(0)6456-20036

Langlaufschule Gnadenalm Simon

Tel.: +43-(0)664 4139518

Snowbiken:

Snowbikeschule Koch, Hermann Koch

Tel.: +43-(0)6456-72285

**Snowkiten:**

Snowkite-Schule "Hang on", Florian Schmaldienst
Tel.: +43-(0)699-14612666

Skispringen:

Skisprungschule Florian Greimel
Tel.: +43-(0)650-3422897

Skitouren:

Auf Anfrage bei den Skischulen

Snowpark:

Bei der Kehrkopf 4-Sesselbahn ist der Snowpark „THE SPOT“ eingerichtet, der für Snowboarder und Freeskier „beginner lines“, „rails“, Boxen und Sprünge bietet.

Eisklettern:

Bei frostigen Temperaturen gefriert der Johannes-Wasserfall und bietet dann perfekte Bedingungen zum Eisklettern.
CSA Skischule Silvia Grillitsch, Tel.: +43 6456 7462

Segway-Touren im Winter:

CSA Skischule Silvia Grillitsch, Tel.: +43 6456 7462

Mit dem Elektro Fatbike durch die Winterlandschaft:

CSA Skischule Silvia Grillitsch, Tel.: +43 6456 7462

Langlauf:Hundsfeldloipe, 6 km (mittel):

Nördlich des Sportzentrums befindet sich der Einstieg für diese sonnseitig gelegene Loipe. Diese erstreckt sich quer durch das Naturschutzgebiet des Hundsfeldmoores und endet mit einer rasanten Abfahrt wieder zurück in Richtung Sportzentrum. Eine weitere Einstiegsstelle befindet sich in unmittelbarer Nähe des Kiteplatzes.

Weltcuploipe, 10 km (mittel-schwer):

Der Einstieg zur viel versprechenden, mittelschweren Loipe befindet sich hinter dem P2 Parkplatz (hinter der Zehnerkarbahn). Sie führt von der Passhöhe bis zur Felseralm und wieder retour. Diese Loipe ist für konditionsstarke Langläufer genau das Richtige.

Gnadenalmloipe, 15 km (leicht-mittel-schwer):

Der Einstieg befindet sich ca. 5 km nördlich vor Obertauern bei der Gnadenalm und bietet sämtliche Schwierigkeitsgrade im „skating“ und „klassik“-Stil. Auch mit dem Skibus erreichbar.

Langlaufloipe Twenger Au

Diese 23 km lange Loipe verbindet die Orte Tweng und Mauterndorf. Die Einstiegsstellen: Franzbauer in der Twenger Ortsmitte, beim Holzlagerplatz im Twenger Lantschfeld, gegenüber dem Purnbauern in Vordertweng und bei der Haltestelle Maly.

Langlaufloipe Taurach

Diese 13 km lange Loipe verbindet Untertauern und Radstadt.

**Rodeln:**

Eine 1,5 km lange Rodelbahn mit Rodelverleih und Rodeltaxi befindet sich direkt bei der Gnadenalm (auch Nachtrodeln). Telefon +43-(0)6456-7351.

Die Naturrodelbahn (5 km) auf dem planierten Forstweg beginnt bei der Südwienerrhütte. Gegen Ende des Winters, wenn es schon wärmer wird, Rodeln auf Anfrage: Telefon +43-(0)664-3436342

Pferdeschlittenfahrten:

Beim Landhotel Postgut in Tweng +43-(0)6471-20206 und bei der Gnadenalm +43-(0)6456-7351

Biathlon:

Der Biathlon-Schießstand bei der Gnadenalm bietet Biathlonsport für jedermann. Keine Vorkenntnisse nötig. Ideal für Firmen,- und Incentive Veranstaltungen. Schnupperkurse und Schießstand-Reservierungen unter +43-(0)6456 20085

Airboarden:

Auf dem Bauch liegend, Kopf voran, sausen die Airboarder auf einem Hightech-Luftkissen, das Unebenheiten abfedert, talwärts. Die spektakuläre Sportart erfordert Mut und Geschicklichkeit. Tel.: +43-(0)6456-7462

Kinderbetreuung:

Kinderland Obertauern: Die Kleinen werden von ausgebildeten Kinderpädagoginnen betreut. Für Kinder ab 10 Monaten, auf Wunsch auch mit Mittagessen. Tel: +43 6456 725224, www.kinderbetreuung.cc, kinderbetreuung@sbg.at

Über den gesamten Winter für Kids & Teens:

Kostenloses Skifahren für Kinder bis 5 Jahre in Begleitung der Eltern

- Bobby´s Schneeabenteuer-Paket mit Ski-oder Snowboardkursen in den Zeiträumen
12. Januar - 02. Februar 2019 und 06.-13. April 2019

Spielerischer Einstieg in den Wintersport im [Bibo Bär Familienskipark](#)
Kinderiglu, Ski-Geisterbahn, die auf Skiern durchfahren werden kann
Lawinen-Sicherheitstraining, Telemarken, Eisklettern
Freestyle- und Freeride-College und –Kurse

Gesprächspartner für die Presse:

Mario Siedler, Geschäftsführer des Tourismusverbandes Obertauern

Weitere Informationen: Tourismusverband Obertauern, Telefon +43-(0)6456-7252, E-Mail: info@obertauern.com, Website: www.obertauern.com

Pressekontakt: Aviareps Tourism GmbH, Charlotte Sachs, Tel. +49-(0)89-552533-411, Josephspitalstraße 15, D-80333 München, E-Mail: csachs@aviareps.com



Presseinformation Obertauern

Winter 2018/19

Ganz oben mit Schneegarantie

Obertauern punktet mit abwechslungsreichem Angebot für die ganze Familie

Dem legendären bayerischen Politiker Franz Josef Strauß wird das Bonmot nachgesagt: „Wo ich bin ist oben. Und wenn ich mal unten bin, ist unten oben“. In Obertauern gibt es kein unten, in dem Ort ist alles irgendwie oben: Der Name, das Skigebiet, das Après Ski.

Das größte Pfund, mit dem der Salzburger Renommier-Wintersportort gerne wuchert, ist die Lage: 90 Kilometer von der Mozartstadt entfernt, von Wien oder München aus gleich gut zu erreichen. Durch schnelle und günstige Flugverbindungen nach Salzburg und Klagenfurt sowie Airport-Shuttle nach und von Obertauern ist „Österreichs Schneeschüssel“ ein beliebtes Ziel nach dem Motto „Flugs in den Schnee“. Vom Ortszentrum in 1.740 Meter Höhe spannen sich die Pisten wie Speichen eines großen Rades an den Berghängen bis hinauf auf 2.313 Meter Höhe.

Der besonderen Wetterkonstellation in den Tauern ist zu verdanken, dass Schneewolken aus dem Norden und dem Süden ihre Last über Obertauern abladen. Oft kommt der Schnee schon im Oktober und bleibt bis Mai, also fast sieben Monate lang, liegen. Die Schneesicherheit Obertauerns bestätigte eine 2016 veröffentlichte Studie des Tiroler Skitourismus-Forschers Günther Aigner. Mit 264 Zentimetern mittlerer maximaler Schneehöhe führt Obertauern das Ranking der sieben schneereichsten Wintersportorte in Österreich an.

Die legendäre Tauernrunde: Die schönste Runde, seit es Skilauf gibt

In vielen Häusern und Hotels von Obertauern hängen noch Fotos der Beatles bei waghalsigen Abfahrten auf den Pisten von Obertauern. Die „Fab Four“ waren die Mitbegründer des internationalen Renommees, das Obertauern seit Jahrzehnten stetig mehrt. Fast mehr noch als die Prominenten hat die geniale Anlage und Vernetzung der Lifte zum sagenhaften Ruf Obertauerns als ideales Skizentrum beigetragen.

„Ski in Ski out“ gilt von jedem Punkt des Ortes aus, mit wenigen Schwüngen sind die Wintersportler mitten im Skigeschehen. Die Lifte sind so angelegt, dass es möglich ist, entweder im oder gegen den Uhrzeigersinn sämtliche Pisten abzufahren, bis man wieder am Ausgangsort ankommt. „Tauernrunde“ nennt sich dieser einzigartige Skizirkus, der von 26 modernen Seilbahn- und Liftanlagen bedient wird, die als Zubringer und Verbindungselemente zu den rund 100 Kilometer Pisten fungieren.

Für Kinder und Jugendliche gibt es zwei Varianten der beliebten Tauernrunde, die auf ihr Können und ihre Kondition abgestimmt sind. Die „Bobby-Runde“, benannt nach dem Ortsmaskottchen „Bobby“, für die jüngeren Kinder, die Runde „My Track“ für die fortgeschrittenen Kinder und Jugendlichen als Pendant zur Tauernrunde für Erwachsene. Auf beiden Runden animieren ein Funpark, eine Zeitmessstrecke, eine Geisterbahn, ein Kinderiglu und eine Wellenbahn die jungen Gäste, ihre Obertauern-Erlebnisse unter dem Hashtag #LOVEOBERTAUERN zu teilen.



Auch die Kleinen sind ganz oben

Obertauern ist mehr als ein Spielplatz für die „young urban people“, das Obertauern-Gefühl zieht sich durch alle Altersgruppen, das zeigen die vielen Familien mit Kindern, die Pisten und Hotels bevölkern. Im Ort gibt es sieben Ski- und Snowboardschulen, die sich liebevoll um die kleinen „Skihaserl“ kümmern. Im Bibo Bär Familienskipark werden Kinder auf spielerische Weise mit Schnee und Skiern vertraut gemacht, drei Pisten stehen für die verschiedenen Könnernstufen zur Verfügung.

Auf die Kids, die schon sicher auf Skiern unterwegs sind, warten rund 60 Kilometer leichte Pisten und ziemlich außergewöhnliche Überraschungen: ein Kinderiglu und eine gruselige Ski-Geisterbahn im Märchenpark an der Schaidbergbahn. Für Kinder, die noch nicht Skifahren, gibt es in Obertauern einen eigenen Gästekindergarten – das „Kinderland Obertauern“, betreut von ausgebildeten Kinderpädagoginnen. Ruhige und unbeschwerte Urlaubstage für die Eltern sind also rundum garantiert, egal ob diese Wintersport oder Wellness genießen wollen.

Glatt oder bucklig und ganz schön abenteuerlich

Wenn sich die Skiläufer und Snowboarder schon in die Après Ski Domänen des Ortes verzogen haben, hebt ein anders Schauspiel an. Unzählige Pistenraupen schnurren die Hänge rauf und runter, walzen glatt und rauen auf, damit die Wintersportler am nächsten Morgen perfekt präparierte Pisten vorfinden. Das Gegenstück zur glatten Pistenperfektion ist die „Gamsleiten 2“, eine der steilsten Buckelpisten Europas, eine echte Herausforderung und ein Abenteuer für die Besten unter den Skifahrern und Snowboardern.

Die Boarder und Freestyler treffen sich am liebsten im Snowpark „The Spot“. Von „beginner lines“ über „rails“ bis zu den Boxen und Sprüngen wird hier alles geboten, was die „Shredder“ schätzen. Auch die Community der Snowkiter hat Obertauern für sich entdeckt. Eine eigene Snow-Kiteschule ist Anlaufstelle für den spektakulären Trendsport.

Ganz oben viel geboten

Das Après Ski- und Nachtleben Obertauerns ist bunt, DJs aus europäischen Metropolen legen in den Clubs auf. Die Fraktion der Gemütlichen und Genießer wird in zahlreichen Lokalen zünftig-alpiner Art bestens bedient. Der Einstieg in die Saison wird in Obertauern traditionell groß gefeiert, beim legendären Skioopening-Konzert am 01. Dezember 2018 wird WANDA alles geben und die Obertauernfans begeistern. Der traditionelle Krampusumzug hunderter Krampusse und die Ö3-Party finden am 08. Dezember 2018 statt.

Gäste, die im Dezember nach Obertauern kommen, können 2018 erstmals den Tauernadvent miterleben. Der höchstgelegene Adventmarkt im Landsalzburg feiert in diesem Jahr sein Debüt und findet vom 29. November 2018 bis 22. Dezember 2018 statt, jeweils von Donnerstag bis Samstag, von 16:00 Uhr bis 21:00 Uhr. An den Ständen wird es heimische Schmankerl, Naturprodukte und Handgemachtes aus der Region geben. Musik, Lesungen, Märchenstunden für Kinder und weitere Programmpunkte zaubern weihnachtliche Stimmung.

Das Ende der Saison leitet das Gamsleiten Kriterium vom 05. - 07. April 2019 ein, bis am 01. Mai die Saison ganz oben schließt. Das Schöne an dieser Vielfalt: Man kann sie nutzen, muss aber nicht. Für diejenigen, die sich tagsüber auf der Piste verausgabt haben, können auch die Sauna im Hotel und die Kuschelecke am Kamin die begehrtesten Plätze sein. Ganz oben zu sein ist eben auch anstrengend.



Weitere Informationen: Tourismusverband Obertauern, Telefon +43-(0)6456-7252, E-Mail: info@obertauern.com, Website: www.obertauern.com

Pressekontakt: Aviareps Tourism GmbH, Charlotte Sachs, Tel. +49-(0)89-552533-411, Josephspitalstraße 15, D-80333 München, E-Mail: csachs@aviareps.com



**Presseinformation
Obertauern**

Winter 2018/19

Frauenpower beim Sonnenskilauf

Atomic #sheskis Event am 30. März 2019 in Obertauern

Starke Frauen lassen sich nicht aufhalten, schon gar nicht, wenn es um ihre Leidenschaft fürs Skifahren geht. So werden am #sheskis Tag in Obertauern, der am 30. März 2019 zum dritten Mal stattfindet, wieder hochmotivierte Skifahrerinnen die Pisten des schneereichsten Wintersportortes Österreichs erkunden und viel Spaß miteinander erleben.

Dabei sorgten sich in den frühen Tagen des Skisports die fürsorglichen Männer doch so sehr um die Gesundheit der ersten Skifahrerinnen, die ihre Telemarschwünge in den Schnee schrieben. Wie jedes Mal, wenn Frauen eine männliche Domäne eroberten, egal ob studieren, Skispringen oder – unerhört! – ein Auto lenken. Die Frauen haben die Skipisten trotzdem erobert, das unbeschreibliche Gefühl der Freiheit, wenn sie über die Hänge gleiten, Wind und Schneekristalle im Gesicht spüren, das lassen sie sich nie wieder nehmen.

Deshalb hat der schneereichste Wintersportort Österreichs zusammen mit Atomic den #SHESKIS-Tag ins Leben gerufen. Einmal im Jahr lädt Obertauern mit Atomic Skifahrerinnen nach Obertauern ein, um aktives Networking unter den Ladys zu fördern und neben dem Wintersport auch Entspannung, Entschleunigung und Erholung in den Vordergrund zu rücken.

Pure Emotion in Sonne und Schnee, inspirierende Begegnungen, Skifahren und genießen stehen auf dem Programm des #sheskis Event in Obertauern am 30. März 2019. Die Veranstaltung wird von prominenten Frauen aus verschiedensten Sparten wie Sport, Mode oder Lifestyle begleitet. 2018 konnten sich die Skifahrerinnen auf die Begegnung mit Skisport-Legende Marlies Raich freuen.

Natürlich bleibt neben dem Skifahren immer Zeit für ein Fotoshooting und für das Taggen der schönsten Impressionen mit #sheskis und #loveobertauern, um so Teil der Community zu werden. Die besten Fotos werden prämiert und gewinnen wertvolle Preise wie Skier oder Skipässe.

Weitere Informationen: Tourismusverband Obertauern, Telefon +43-(0)6456-7252, E-Mail: info@obertauern.com, Website: www.obertauern.com

Pressekontakt: Aviareps Tourism GmbH, Charlotte Sachs, Tel. 089-552533-411, Josephspitalstraße 15, D-80333 München, E-Mail: csachs@aviareps.com



**Presseinformation
Obertauern**

Winter 2018/19

Volle Freiheit für Powderfreunde in Obertauern

Freeriden in der Schneeschüssel in alle vier Himmelsrichtungen

Ganz oben wohnt die Freiheit: Pulverschnee, dass es nur so staubt, in allen vier Himmelsrichtungen unberührte Hänge, Tiefschneeabfahrten, Steilhänge mit Cliffdrops. Die erste Spur ziehen, über Felskanten springen, in feinstem Champagner-Powder landen – so stellen sich Freerider die Erfüllung ihres Freiheitstraumes vor. Ganz oben, in Obertauern ist dieser Traum Wirklichkeit.

Die Schneeschüssel im Salzburger Land ist auch ein Hotspot für jene, die lieber „off Piste“ unterwegs sind und sich mit Respekt vor der Natur ihren Herausforderungen stellen. Schneesicherheit von November bis April garantiert Tiefschnee-Fans eine große Auswahl unter Freeride-Strecken in allen Schwierigkeitsgraden, vom sanften Genusshang für Tiefschneeanfänger bis zum rassigen Steilstück mit Felsabbrüchen für Könner.

Für Neulinge eignen sich zum Beispiel die Hänge im Bereich der Hundskogelbahn, für Profis gibt es unter anderem rund um das Zehnerkar oder die Seekarspitze spannende Touren. Auch zur legendären „Gamsleitn 2-Piste“ gibt es eine spektakuläre Tiefschnee-Variante, die Gamsleitn-Nord-Route durch eine enge Steilrinne.

Ob Ost-, Nord-, Süd- oder Westhang entscheidet auch ein Blick auf die Tafeln an den Freeride Checkpoints im Bereich der Bergstationen der Hochalmbahn und der Kringsalmbahn. Sie zeigen alle relevanten Informationen wie die aktuelle Lawinenwarnstufe, Temperatur und Schneehöhen, gefährliche Hangexpositionen und verfügen über LVS-Geräte-Checkpoints. Sicherheit wird in Obertauern selbstverständlich auch abseits der Pisten groß geschrieben.

Deshalb bieten die örtlichen Skischulen Freeride-Kurse an, in denen Tourenplanung, das richtige Verhalten im ungesicherten Gelände, Schnee- und Lawinenkunde sowie die Benützung des LVS-Gerätes, der Umgang mit Sonde und Schaufel auf dem Stundenplan stehen. Weiterhin findet in Obertauern jedes Jahr ein durch den SAAC (Snow & Alpine Awareness Camps) organisiertes, kostenloses, 2-tägiges Lawinencamp statt: eine Schulung für Freerider, die neben einer umfangreichen theoretischen Sicherheitsschulung auch Praxisübungen für Off-Piste Skifahrer bietet. Geleitet werden die österreichweiten Camps von erfahrenen Bergführern und Snowboardpros.

Egal wo die Freerider auf der Tauernrunde unterwegs sind, zu ihrer „homebase“ und zum Après Ski haben es die Skifahrer und Snowboarder „on und off Piste“ nirgends weit. Obertauern liegt im Zentrum der Schneeschüssel, wo es von jedem Punkt des Ortes zu Pisten und Liftanlagen nur ein paar Schwünge sind. Bestnoten verdient Obertauern auch, wenn es um Après Ski, Feiern und Live-Konzerte geht.

Vom Winteropening mit Stargästen und Star-DJs bis zum Gamsleitn Kriterium, der größten Schatzsuche Österreichs im April, reiht sich ein Event an den anderen. Der Einkehrschwung führt das Feiervolk in urige Hütten genauso wie in angesagte Clubs, in denen DJs aus europäischen Metropolen auflegen. Vom 12. Januar bis 02. Februar 2019 bieten die „Pulverschneewochen“ die ideale Gelegenheit, Obertauerns Qualitäten als Freeride-Revier voll auszukosten.



Weitere Informationen: Tourismusverband Obertauern, Telefon +43-(0)6456-7252, E-Mail: info@obertauern.com, Website: www.obertauern.com

Pressekontakt: Aviareps Tourism GmbH, Charlotte Sachs, Tel. +49-(0)89-552533-411, Josephspitalstraße 15, D-80333 München, Email: csachs@aviareps.com



**Presseinformation
Obertauern**

Winter 2018/19

Obertauern ist Österreichs schneereichster Wintersportort

Wissenschaftliche Studie belegt: Obertauern hat die größten Schneehöhen Österreichs

Mit dem Siegel „Schneesicherheit“ wird heftig geworben, immerhin ist die verlässliche Verfügbarkeit über das begehrte Weiß bares Geld wert und sichert die Existenz zahlloser Wintersport-Destinationen im Alpenraum. Allerdings ist die Schneesicherheit vielerorts an eine extensive künstliche Beschneigung gebunden. Obertauern, mit 1.740 Metern der höchstgelegene Wintersportort des Salzburger Landes, konnte sich schon immer einer natürlich gegebenen Schneesicherheit rühmen. Seit 2016 hat diese quasi ein amtlich und wissenschaftlich bewiesenes Siegel bekommen. Einer Studie des bekannten Skitourismus-Forschers Günther Aigner zufolge ist Obertauern der Wintersportort mit den größten Schneehöhen in Österreich.

Die Studie stützt sich auf die größtenteils seit mehr als einhundert Jahren existierenden Schneemengen-Messungen der „Österreichischen Hydrografischen Landesdienste“. Für die Untersuchung wurden die Messungen der vergangenen 30 Jahre in den sieben österreichischen Bundesländern herangezogen, in denen Wintersport überhaupt möglich ist. Aus diesen Bundesländern wurde der jeweils schneereichste Ort in den Vergleich einbezogen. Mit 264 Zentimeter als mittlere maximale Schneehöhe führt Obertauern das Ranking der Vergleichsorte mit großem Abstand an. Der zweitplatzierte Ort, am Arlberg gelegen, kommt auf 197 Zentimeter und liegt damit immerhin gut 25% unter dem Wert Obertauerns. Interessant ist auch, dass sich die Schneehöhen in Obertauern der Studie zufolge statistisch gesehen in den letzten 108 Jahren nicht verändert haben. So folgert Günther Aigner, dass es keinerlei Indizien gibt, dass es in Obertauern einen Trend zu sinkenden Schneemengen gibt. Will heißen: Die Schneesicherheit Obertauerns ist nicht nur eine werblich motivierte Behauptung sondern eine wissenschaftlich belegte Tatsache.

Die komplette Studie von Günther Aigner „Die jährlichen maximalen Schneehöhen von Obertauern im Vergleich mit den schneereichsten Wintersportorten Österreichs“ steht auf Anfrage zur Verfügung.

Weitere Informationen: Tourismusverband Obertauern, Telefon +43-(0)6456-7252, E-Mail: info@obertauern.com, Website: www.obertauern.com

Pressekontakt: Aviareps Tourism GmbH, Charlotte Sachs, Tel. +49-(0)89-552533-411, Josephspitalstraße 15, D-80333 München, E-Mail: csachs@aviareps.com



Presseinformation Obertauern

Winter 2018/19

Obertauern – Wir sind Schnee

Sechs Monate Schneesicherheit im höchstgelegenen Wintersportort des Salzburger Landes

Fifty Shades of White wäre ein schöner Titel für die Erfolgsgeschichte, die Obertauern, der Winter-Hotspot im Salzburger Land, seit Jahrzehnten schreibt. In allen Variationen von Pulver bis Firn, von flockig bis griffig, spielt die weiße Schneepacht die Hauptrolle im extra langen Winter von Obertauern. Vom frühen Saisonstart im November bis zum Sonnenskilauf Anfang Mai können sich die schneeverwöhnten Wintergäste Obertauerns auf gute Pistenverhältnisse verlassen.

Die Schneesicherheit Obertauerns belegt eine 2016 veröffentlichte wissenschaftliche Studie des Skitourismus-Forschers Günther Aigner, der für seine Arbeit die Schneemengen-Messungen der „Österreichischen Hydrografischen Landesdienste“ auswertete. Mit 264 Zentimeter als mittlere maximale Schneehöhe führt Obertauern das Ranking der schneereichsten Orte an. Schneeliebhaber können aufatmen: Gemäß Wissenschaftler Günther Aigner lässt sich kein Trend zu sinkenden Schneemengen erkennen, wie eine Untersuchung der Schneehöhen in Obertauern der letzten 108 Jahre vor 2016 ergab. Das weiß auch Maria Höfl-Riesch, dreifache Olympiasiegerin und Schneebotschafterin von Obertauern, zu schätzen, die mit Begeisterung privat ihre Schwünge in der Bergwelt des schneereichsten Wintersportortes Österreichs zieht.

Der perfekten Lage inmitten eines Bergmassivs, das mit 100 Kilometer Pisten kreisförmig das Ortszentrum umgibt, verdankt Obertauern seinen Ruf als Skimetropole Österreichs. Die berühmte Tauernrunde ermöglicht es, Obertauern quasi am Rand der Schneeschüssel einmal zu umrunden. Die anspruchsvolle Tour „Super Seven“ fährt die sieben höchsten Punkte des Skigebietes an, die per Lift und Skiern erreichbar sind.

Bis auf 2.313 Meter Höhe reicht das Schneevergnügen, fantastische Ausblicke inklusive. Skibusse oder Autos können in Obertauern in der Garage bleiben, denn „Ski in Ski out“ gilt an jedem Punkt des Ortes, die Pisten liegen immer nur wenige Schwünge von der Haustür entfernt. Bei 26 modernen Seilbahn- und Lifтанlagen fallen nicht einmal an den Wochenenden Wartezeiten an. Für Champagner-Powder braucht niemand über den Ozean zu reisen, staubtrockene Eiskristalle beschere den Wintersportlern und Freeridern in Obertauern bereits ab Ende November den perfekten Skitag. Wer besondere Herausforderungen sucht, sollte sich auf die 45° steile Gamsleitn 2 wagen, eine der steilsten Buckelpisten der Alpen.

Mit Sonnenskilauf bei erstklassigen Schneebedingungen können Wintersportfans während der „Sun and Fun Wochen“ vom 22. März bis 13. April und vom 24. April bis 01. Mai 2019 Abschied von der langen Skisaison in Obertauern nehmen. Die Skihütten sind bis Anfang Mai in Betrieb, außerdem sind viele attraktive Arrangements verfügbar.

Weitere Informationen: Tourismusverband Obertauern, Telefon +43-(0)6456-7252, E-Mail: info@obertauern.com, Website: www.obertauern.com

Pressekontakt: Aviareps Tourism GmbH, Charlotte Sachs, Tel. +49-(0)89-552533-411, Josephspitalstraße 15, D-80333 München, E-Mail: csachs@aviareps.com



**Presseinformation
Obertauern**

Winter 2018/19

Familienfreundliches Kinder-Skiprogramm in Obertauern

Skikurs plus Aufenthalt und mehr für kleine „Schneehaserl“ ab 225,- Euro

So schnell und spielerisch wie Hänschen lernt Hans das Skifahren oder Snowboarden nimmermehr. Das ist im Winter auf den weißen Hängen von Obertauern, dem Winter-Hotspot des Salzburger Landes, immer wieder zu beobachten. Mit dem attraktiven Gesamt-Paket „Bobby's Schneeabenteuer“ wird dem Wintersport-Nachwuchs nämlich ebenso kindgerecht wie erfolgreich das Skifahren und Snowboarden beigebracht – zu günstigen und familienfreundlichen Konditionen obendrein.

Rund um Obertauern locken traumhafte Pisten zu endlosem Skivergnügen. Einige der besonders kindertauglichen Strecken bilden zwei unterschiedliche Kindertauernrunden, abgestimmt auf Können und Kondition von Kindern und Jugendlichen. Sie sind so gestaltet, dass die Skikids sie auch alleine befahren können, ohne Eltern oder Skilehrer.

Der weiße Schneehase Bobby ist das Maskottchen der jungen Wintersportler und leiht dem Kinder-Skiprogramm seinen Namen. Bobby's Schneeabenteuer für Kinder bis zum sechsten Geburtstag gibt es für 225,- Euro pro Kind. Das Paket umfasst fünf ganze Tage Skikurs oder fünf halbe Tage Snowboardkurs, den Skipass für die Kurszeit, eine Leihausrüstung für sechs Tage, die Unterbringung des Kindes im Zimmer der Eltern inklusive der gleichen Verpflegungsleistung sowie den Transfer vom und zum Flughafen Salzburg. Die Kinder können auch am Kinderprogramm teilnehmen, eine Mittagsbetreuung ist auf Wunsch individuell buchbar.

Das Arrangement für Kinder ab sechs Jahren bis zum 15. Geburtstag kostet 305,- Euro pro Kind. Die Leistungen für Kurse und Ausrüstungsverleih sind dieselben wie bei den Jüngsten, für den Transfer von Salzburg nach Obertauern und zurück gibt es 15% Ermäßigung pro Kind. Statt der Unterbringung im Zimmer der Eltern bieten die dem Bobby-Programm angeschlossenen Betriebe günstige Unterkünfte für Kinder in dieser Altersklasse.

Das Angebot Bobby's Schneeabenteuer ist in den Wochen vom 12. Januar bis 02. Februar 2019 sowie vom 06. bis 13. April 2019 jeweils bis sieben Tage vor dem Anreiseternin buchbar, die Ski- oder Snowboardkurse beginnen immer am Sonntag oder Montag. Unter www.obertauern.com sind die Unterkunftsbetriebe, die am Bobby-Programm teilnehmen, zu finden.

Alle Skischulen verfügen über eigene Übungsgelände für den kindgerechten, spielerischen Einstieg ins Skifahren und Snowboarden. Sie bieten verschiedene Einrichtungen wie Zauberteppiche oder in einer der Skischulen sogar einen Mini Skidoo Parcours. Zum Abschluss des Ski- oder Snowboard-Kurses können die Kinder bei einem Rennen zeigen, was sie gelernt haben.

Zu den Service-Angeboten für Familien gehören Kinderareale wie der Bibo Bär Familien-Skipark, sowie Kinderbetreuung und Babysitterdienste, die einen entspannten und sportlichen Familienurlaub in Obertauern garantieren. Ziemlich einmalig ist die Ski-Geisterbahn, eine gruselige, dunkle Höhle, die auf Skiern durchfahren werden kann. Auch der Kinderiglu ist eine



Attraktion für die jungen Gäste. Erstmals können im Winter 2018/19 in ausgewählten Hotels **CYBEX** Kinderwägen mit passendem Schnee-Equipment kostenlos getestet werden. Als ideale Teststrecken sind die Winterwanderwege von Obertauern zu empfehlen.

Für Familien ist die Lage des Ortes Obertauern ein zusätzlicher Vorzug. Da es von den Unterkünften zu den Liften immer nur ein paar Schwünge sind, braucht man keinen Skibus, und keine weiten Anmärsche mit schwerer Ausrüstung. Wer mit Kindern unterwegs ist, weiß die „Ski in Ski out“ Garantie sehr zu schätzen.

Weitere Informationen: Tourismusverband Obertauern, Telefon +43-(0)6456-7252, E-Mail: info@obertauern.com, Website: www.obertauern.com

Pressekontakt: Aviareps Tourism GmbH, Charlotte Sachs, Tel. +49-(0)89-552533-411, Josephspitalstraße 15, D-80333 München, E-Mail: csachs@aviareps.com



**Presseinformation
Obertauern**

Winter 2018/19

Zauberhafte Winternächte in Obertauern

Die romantische Seite zeigt sich abseits von Partyleben und Pistenspaß

Tolle Stimmung beim Après Ski in den Berghütten, spektakuläre Liveacts von Chart-Stürmern, die bekanntesten DJs und DJanes in den Clubs, ausgelassen feiern bis in die Morgenstunden – diese Vorstellungen verbindet man mit einer Winternacht in Obertauern. Dabei gibt es abseits vom glitzernden, rauschenden Partyleben auch eine stille, romantische Seite in der Schneeschüssel im Salzburger Land zu entdecken.

Wer nachts ein wenig außerhalb des Winterhotspots auf dem Radstädter Tauern-Pass unterwegs ist, sieht einen überwältigenden Sternenhimmel über sich funkeln. In 2.000 Meter Höhe über dem Meer ist der Nachthimmel so klar, dass Sternbilder erkennbar sind, die in der Stadt nie zu sehen sind und Eltern können ihren Kindern endlich einmal die Milchstraße zeigen. Jeden Montag und Donnerstag schlägt den Skifahrern auf der 1.500 Meter langen Piste der Edelweißbahn ihre persönliche Sternstunde. Die Edelweiß-4er-Sesselbahn ist an diesen Tagen auch abends von 19.00 bis 22.00 Uhr in Betrieb und die Piste fürs Wedeln unterm Sternenhimmel beleuchtet.

Wer es richtig romantisch mag, lässt sich auf der Gnadenalm bei einer nächtlichen Pferdeschlittenfahrt in die winterlich verzauberte Landschaft entführen. Warm eingehüllt geht es in einem richtigen Schlitten, gezogen von „2 PS“ hinaus in die Winternacht. Hinter jeder Kurve eröffnet sich ein neuer Ausblick, in Schneeskulpturen verwandelte Bäume und ein unter dem Eis murmelnder Bach begleiten den Weg. Nach einer Ausfahrt voll wunderbarer Eindrücke lassen die Schlittenfahrer den Abend im Restaurant der Gnadenalm ausklingen. Die ca. einstündige Rundfahrt führt von der Gnadenalm bis zur Hintergnadenalm und auf der gegenüberliegenden Talseite wieder zurück, die letzte Ausfahrt startet um 21.00 Uhr.

Auch ohne Pferdestärken kann man bei der Gnadenalm auf zwei Kufen unterwegs sein. Eine 1,5 Kilometer lange Naturrodelbahn, deren Ziel direkt neben der Alm liegt, ist auch jeden Abend beleuchtet. Wer sich den Aufstieg zum Start ersparen will, nimmt das „Skidoo-Rodeltaxi“, auch Rodeln können vor Ort ausgeliehen werden. Ob im Sonnenschein oder im Mondlicht – ein herrliches Wintervergnügen ist das Rodeln immer.

Neben dem vielfältigen Angebot an Pisten und Freeridehängen gibt es in Obertauern eine verschneite Märchenwelt, in die man auf Wander- oder Schneeschuhen gelangt. Die Skischulen von Obertauern bieten Schneeschuh-Kurse und geführte Winter- oder Schneeschuh-Wanderungen an. Nachts sind die Wanderer bei Fackelschein unterwegs, für die Mühen des Weges werden sie am Ziel mit der Einkehr in urige Hütten belohnt.

Gäste, die zwischen Saisonstart und Weihnachten nach Obertauern kommen, haben die Chance, den Tauernadvent mitzuerleben. Der höchstgelegene Adventmarkt im Land Salzburg feiert in diesem Jahr mit einem festlichen Eröffnungstag sein Debüt und findet vom 29. November 2018 bis 22. Dezember 2018 statt, jeweils von Donnerstag bis Samstag, von 16:00 Uhr bis 21:00 Uhr. An den Ständen wird es heimische Schmankerl, Naturprodukte und Handgemachtes aus der Region geben. Musik, Lesungen, Märchenstunden für Kinder und weitere Programmpunkte zaubern weihnachtliche Stimmung.



Weitere Informationen: Tourismusverband Obertauern, Telefon +43-(0)6456-7252, E-Mail: info@obertauern.com, Website: www.obertauern.com

Pressekontakt: Aviareps Tourism GmbH, Charlotte Sachs, Tel. +49-(0)89-552533-411, Josephspitalstraße 15, D-80333 München, E-Mail: csachs@aviareps.com



Presseinformation Obertauern

Winter 2018/19

Wahnsinn, eh klar!

WANDA live beim Skiopening-Konzert in Obertauern am 01. Dezember 2018

„Du wirst von Sternen high“, das dürfen die Wintersportfans in Obertauern ganz wörtlich nehmen. Schließlich funkelt der Nachthimmel so hoch oben viel strahlender und vor dem Publikum werden live und hautnah die Stars von WANDA stehen, der Kultband der österreichischen Indie-Rock-Szene. Vom 30. November bis 02. Dezember 2018 feiert Österreichs schneereichster Wintersportort den Saisonauftakt, Höhepunkt ist das Skiopening-Konzert mit WANDA am Samstag, 01. Dezember 2018.

Wie jedes Jahr holt Obertauern aktuelle Superstars auf die Open-Air-Bühne vor der traumhaften Bergkulisse, um die Wintersportfans auf eine fantastische Skisaison in der Schneeschüssel einzustimmen. Die Wiener Band WANDA legte 2014 mit ihrem Debütalbum „Amore“ einen fulminanten Start hin, erntete auch mit den Alben „Bussi“ und „Niente“ Platin, heimste etliche Awards ein und spielte nebenbei noch 100 Konzerte.

Zum Auftakt der Skisaison in Obertauern heißt es also „Bussi, Baby“ und vor allem Mitsingen, Tanzen und Feiern, wenn die Musiker von WANDA ihre neuesten Hits spielen: „Columbo“, „0043“ und natürlich „Weiter, weiter“.

Als weiteres Highlight des Skiopening-Konzertes in Obertauern wird JOSH., Singer/Songwriter und Geschichtenerzähler aus Wien ein Rendezvous mit Fräulein „Cordula Grün“ haben. In seinem Kultsong, der seit der Veröffentlichung im Juni dieses Jahres nicht nur Österreich sondern auch Deutschland im Sturm eroberte, erzählt er die Geschichte seiner Traumfrau, die im rettungslos den Kopf verdrehte. Man darf gespannt sein, ob er auch einige Songs aus seinem gerade entstehenden Debutalbum vorstellen wird.

Wer Marco Michael Wanda, JOSH. und Bandkollegen live erleben will, sollte sich neben dem 01. Dezember auch den 01. September 2018 im Kalender rot anstreichen, denn da startet der Ticketvorverkauf im Tourismusverband Obertauern bzw. unter www.obertauern-tickets.com

Weitere Informationen: Tourismusverband Obertauern, Telefon +43-(0)6456-7252, E-Mail: info@obertauern.com, Website: www.obertauern.com

Pressekontakt: Aviareps Tourism GmbH, Charlotte Sachs, Tel. 089-552533-411, Josephspitalstraße 15, D-80333 München, E-Mail: csachs@aviareps.com



Presseinformation Obertauern

Winter 2018/19

Get up & get fit!

Fit in den Winter! So bereitet sich Maria mit dir auf die Wintersaison vor.

Der Sommer neigt sich dem Ende zu, die Couch ruft und der Winterspeck lauert uns auf. Die Alternative? In diesem Jahr starten wir fit in die Skisaison, beugen fiesem Muskelkater vor und bleiben den ganzen Winter über in Topform – körperlich & mental. Damit ihr euch ideal auf die kommende Skisaison vorbereiten könnt, hat unsere Schneebotschafterin Maria Höfl-Riesch, 3-fache Olympiasiegerin in Ski-alpin, ihre liebsten Trainingsübungen verraten.

„Man lernt eine Zeile von einem Sieg und ein Buch aus einer Niederlage.“ Dieses Sprichwort von Paul Brown sollte man sich fest ins Gedächtnis einprägen. Auch Maria weiß, wie hart man an sich arbeiten muss, um Spitzenleistungen erzielen zu können. Harte Arbeit macht sich bezahlt, sorgt für Selbstbewusstsein und stärkt Geist, wie auch Seele. Maria hat sich in ihrer Spitzensportlerlaufbahn mental wie auch körperlich zu 100% auf die bevorstehende Wintersaison vorbereitet.

Sie erzählt, warum Sport für sie zur Routine in ihrem Alltag geworden ist und wie lange vor der Wintersaison sie sich auf den Winter vorbereitet.

Wohlbefinden auf einem höheren Level

„Als Spitzensportlerin wird einem jegliche Art von Disziplin abverlangt. Sport ist für mich ein wichtiger Bestandteil meines Alltags geworden – und auch nach der Karriere geblieben. Ich treibe nicht nur Sport, um einen schönen Körper zu haben, sondern auch, weil ich mich dadurch geistig und natürlich auch körperlich fitter fühle. **Mein Wohlbefinden ist dadurch insgesamt auf einem viel höheren Level.**“

Mir ist es wichtig, hocheffiziente Übungen in mein Workout einzubauen, bei denen ich so wenig wie möglich auf Geräte angewiesen bin. Einfach, damit ich die Übungen überall machen kann. Als Olympiasiegerin konnte ich immer auf Expertenwissen zurückgreifen. Daher weiß ich, dass man auch ohne schweren Hanteln effiziente Ergebnisse erzielen, den gesamten Körper gestrafft und definiert bekommen kann.“

Hallo, neue Wintersaison

„Jeder kennt die brennenden Oberschenkel bei der ersten Abfahrt im Skiurlaub. Dabei merkt man gleich, dass der Spaß im Schnee einen bitteren Beigeschmack bekommen kann, wenn man sich nicht richtig vorbereitet. Deswegen trainiere ich vermehrt die Beinmuskulatur, wenn es auf die Skisaison zugeht. Aber auch die Kräftigung der gesamten Rumpfmuskulatur ist sehr wichtig für die Belastungen auf der Piste. Damit sollte man rechtzeitig anfangen, **spätestens sechs bis acht Wochen bevor es mit dem Skifahren wieder losgeht.**“

"The only bad workout is the one you didn't do."



Lieblingsübungen

„Die Wahrheit ist, dass wir alle mehr auf unser Wohlbefinden achten und das umsetzen sollten, was wir uns vornehmen, auch wenn wir manchmal glauben, keine Zeit dafür zu haben. Diese Übungen kann man immer und überall einbauen. Besser ein kurzes, knackiges Workout, als keines. Hier sind meine Lieblingsübungen für dich:

1. **Kniebeugen:** Sie sind eine der effektivsten Übungen für Beine und Po. Die Belastung der Übung ist ideal für die Vorbereitung der Wintersaison. Es wird eine große Muskelpartie gestärkt und auch die Beweglichkeit wird positiv gereizt.
2. **Sit-ups:** Die „Killerübung“ für den Bauch. Wenn man nicht regelmäßig Bauchübungen in das Workout integriert, können diese Übungen schnell anstrengend sein. Mit der Zeit merkt man, dass die Leistungsfähigkeit besser wird und einem die Übungen leichter fallen. Auch Veränderungen in Form eines strafferen Bauchs wirst du bemerken.
3. **Kurzhantel für die Arme:** Die Übung mit der Kurzhantel für die Arme stärkt nicht nur Bizeps und Trizeps. Sie trainiert auch weitere Körperteile wie die Schultern, den Rücken, die Brust und die Bauchmuskulatur. Ein Tipp: Verwende nicht zu schwere Gewichte, da die Übung besser langsam ausgeführt werden soll. Führe die Übung 2 x 30 - 45 Sekunden aus. Übrigens: Statt Kurzhanteln kann man auch gefüllte Wasserflaschen verwenden.

Diese drei Beispiele gehören zu meinen absoluten Lieblingsübungen, die bei meinen Workouts nicht fehlen dürfen. Mehr Informationen kannst du in meinem Buch nachlesen: https://www.amazon.de/Maria-macht-dich-fit-Fitprogramm/dp/3833858745/ref=sr_1_1?ie=UTF8&qid=1539587766&sr=8-1&keywords=maria+macht+dich+fit

Einen wichtigen Ratschlag möchte ich dir noch gerne mit auf den Weg geben: Be you - sei du selbst, glaube an dich, fühle dich wohl in deiner Haut und trainiere so, wie es für dich und deinen Körper am besten ist. Niederlagen gehören im Leben dazu. Nobody is perfect – na und? Sei stolz auf dich und auf das, was du schaffst.

Gerne würde ich mit dir gemeinsam trainieren und dich bei deinen Vorbereitungen für den Winter unterstützen. Hast du Lust darauf? Dann hinterlasse mir einfach einen Kommentar - und wir veranstalten ein gemeinsames Workout in Obertauern, Österreichs schneereichstem Wintersportort.“

Weitere Informationen: Tourismusverband Obertauern, Telefon +43-(0)6456-7252, E-Mail: info@obertauern.com, Website: www.obertauern.com

Pressekontakt: Aviareps Tourism GmbH, Charlotte Sachs, Tel. 089-552533-411, Josephspitalstraße 15, D-80333 München, E-Mail: csachs@aviareps.com



Presseinformation Obertauern

Winter 2018/2019

13 ist die neue Glückszahl für Schatzsucher in Obertauern **Die größte Schatzsuche der Alpen und Sonnenski-Pauschalen in der Schneeschüssel**

Für wahre Ski- und Snowboard-Fans kann der Winter nicht zu lange sein. Selbst wenn in den Tälern schon die Schneeglöckchen und Krokusse blühen, zieht es sie hinauf in „schneeige“ Höhen. Für Obertauern Fans die perfekte Wahl, denn der höchstgelegene Wintersportort im Salzburger Land garantiert **erstklassige Schneebedingungen und Hüttenbetrieb bis 1. Mai 2019**.

Die „Gamsleitn 2“ ist atemberaubend steil und wie leer gefegt. Aber nicht lange, denn sobald das Startsignal gegeben wird, wedeln mehr als 1.000 glückliche Schatzgräber, die ein Ticket ergattert hatten, die legendäre Piste hinunter und beginnen anschließend feberhaft das abgesteckte Areal oberhalb der Talstation umzugraben. Rund 30 Schatzkisten sind im Schnee versteckt, jede versehen mit attraktiven Sachpreisen oder hochwertigen Reisegutscheinen. Aber eigentlich sind alle auf der Jagd nach dem Hauptpreis, dem Schlüssel zu einem **nagelneuen BMW X2**, der in einer der Schatullen tief im Schnee vergraben ist.

Die 13. Ausgabe des beliebten **Gamsleitn Kriteriums, Österreichs größter Schatzsuche im Schnee**, findet in diesem Jahr am 06. April, statt. Die **limitierten Teilnahmetickets** für die große Schatzsuche sind um 50,- Euro im Tourismusverband Obertauern oder auch online unter www.obertauern-tickets.com erhältlich.

Bereits am Vorabend der Schatzsuche, am 05. April, werden bei der großen Gamsleitnparty mit Ö3 Disco die Startnummern verlost.

In den **„Sun & Fun“ Wochen** in der Zeit von 24. April bis zum Saisonende am 1. Mai, sind Schnee und Sonne satt für alle zu tollen Pauschalpreisen zu haben. Und wie es in Obertauern schon gute Tradition ist, verabschiedet sich der Winter hier nicht still und heimlich, sondern mit viel Musik, Partystimmung und der größten Schatzsuche im Schnee.

Attraktive Pauschalangebote machen den Sonnenski auf den 100 perfekt präparierten Pistenkilometern in Obertauern, **dem schneereichsten Wintersportort Österreichs**, noch verlockender. Ein besonderes Special für Familien mit Kindern bis zum 15. Geburtstag, hält der Obertauern-Schneehase „Bobby“ bereit. Im Rahmen von **„Bobby's Schneeeabenteuer“** einem Pauschalpaket mit vielen tollen Inklusivleistungen wie Skikurs, Skipass, Leihhausrüstung und vielem mehr, können Kinder spielerisch leicht Skifahren lernen. „Bobby's Schneeeabenteuer“ wird von 12. Januar bis 02. Februar, jeweils wochenweise von Samstag bis Freitag, sowie vom 06. bis 13. April 2019, angeboten. Das Paket gibt es für Kinder bis zum sechsten Geburtstag um 225,- Euro und für Kinder von 6 bis 14 Jahren um je 305,- Euro.

Weitere Informationen: Tourismusverband Obertauern, Pionierstraße 1, 5562 Obertauern, Telefon +43-(0)6456-7252, info@obertauern.com, www.obertauern.com.