

SCHNEEZAUBER

Loipen rund um Neuburg

Loipentour Joshofen

10,4 km

Schwierigkeit: Leicht

Der zur großen Kreisstadt Neuburg gehörende Stadtteil Joshofen, ist eingebettet in eine sehr abwechslungsreiche Naturlandschaft, die durch den Jura auf der einen Seite und der Donau auf der anderen Seite geprägt ist.

Die Loipenführung ist ideal für Langlauf-Einsteiger. Hier kann zwischen einzelnen Routenabschnitten gewählt werden. Die Loipen sind hauptsächlich gut überschaubar auf Feldern und Wiesen gespurt. In Joshofen kann zwischen dem klassischen Langlauf und dem Skating gewählt werden. Zu letzterem eignet sich die Kirchberg-Runde. Die geraden Loipen auf dem Donaudamm in Richtung Bergheim werden je nach Witterung gezogen, ebenso die Loipe in Richtung Arco Schlösschen.

Loipentour Bergen

8,1 km

Schwierigkeit: Mittel

Zwischen den beiden Neuburger Ortsteilen Bergen und Gietlhausen liegt ein idyllisches Waldgebiet, das sich zur Winterzeit optimal zum Loipenparadies umwandeln lässt.

Die Tour bei Bergen ist eine etwas anspruchsvollere und somit optimal für denjenigen Langläufer, der eine Herausforderung sucht. Der Einstieg liegt an der Kapelle bei Gietlhausen, an der sich auch ein Parkplatz befindet. Nach der Zuführloipe am Steinbruch vorbei können Sie hier aus gut 8 km Loipenstreckenverlauf wählen, der neben offenen Flächen auch durch Waldabschnitte geht. Für Fortgeschrittene eignet sich die Runde am Fuchsberg, welche eine stärkere Steigung hat.

Die Stadt Neuburg weist darauf hin, dass die Benutzung der Loipen auf eigene Gefahr erfolgt. Bitte vergewissern Sie sich vor Benutzung der Loipen von deren Zustand!

Der Langlauf als Trendsportart

Der Skilanglauf ist eine nordische Wintersportart. Bereits vor mehreren tausend Jahren wurde der Ski als Fortbewegungsmittel genutzt. Der Ski diente zum Transport von Lebensmitteln oder Jagdbeute und war lebensnotwendig, um die großen weitläufigen Flächen, die 5 Monate im Jahr mit Schnee bedeckt waren, zu überwinden. Heute ist Skilanglauf zum Breitensport geworden und das nicht nur im hohen Norden sondern auch in Mitteleuropa.

Bei der gesunden Sportart werden fast alle Muskeln gefordert. Durch die Kombination von Ausdauer und Muskelkraft haben Beine, Arme und Rumpf Schwerstarbeit zu leisten. Die Grundtechniken sind relativ einfach und vom gemütlichen Wandern durch eine verschneite Winterlandschaft, bis hin zu leistungsorientiertem Spitzensport, bietet der Langlauf eine große Breite an Ausübungsformen.

Die ursprüngliche Fortbewegungsart im Langlauf war der klassische Stil. Es werden hier feste Spuren befahren und man bewegt sich in einer diagonalen Vorwärtsbewegung geradeaus. Es werden immer der rechte Arm und das linke Bein hinten bzw. das rechte Bein und der linke Arm nach vorne geführt und umgekehrt. Über den Fuß drückt man sich dabei nach vorne ab.

Ende der 70 Jahre entwickelte sich eine neue Technik, das Skating (freier Stil), eine dynamischere und schnellere Stilrichtung. Anstatt auf einer festen Spur fährt man hier auf einer plattgewalzten Schneefläche. Beim Skating findet eine Seitwärtsbewegung statt, um ins Gleiten zu kommen stößt man sich seitlich mit den Skiern an. Eine Vielzahl von Stilen und Bewegungsabläufen, vornehmlich durch verschiedenste Arm- und Beineinsätze sind innerhalb des Skatings zu unterscheiden.

Egal für welche der Stile man sich entscheidet, im vernünftigen Maß betrieben ist Skilanglauf gesund für Leib und Seele.

Weitere Informationen

Stadt Neuburg an der Donau
Tourist-Information
Ottheinrichplatz A118
86633 Neuburg an der Donau

Telefon 08431 55-240, -241 oder -245
Telefax 08431 55-242
tourismus@neuburg-donau.de
www.neuburg-donau.de



NEUBURG AN DER DONAU

SCHNEEZAUBER

- Loipen rund um Neuburg -



