

# austria extreme

# TRIATHLON

## Stroßnbuach 2023 deutsch



3,8 km



186 km



44 km



+ 5.800 m

the new generation of winners

sponsored by



# Inhaltsverzeichnis

Version 1, 2023

## Austria eXtreme Triathlon am 24. Juni 2023, „Change Your Life“

Herzlich Willkommen.....	4
Zeitablauf.....	5
Der Ablauf im Überblick.....	6
Am Vortag.....	8
Anfahrtsplan Altarm-Thondorf.....	9
Übersichtsplan Startgelände.....	10
<b>Schwimmstrecke (3,8 km).....</b>	<b>11</b>
<b>Radstrecke (186,6 km).....</b>	<b>12</b>
Abschnitt I: (Start bis 22,5 km).....	13
Abschnitt II: (22,5 bis 33,7 km) .....	14
Abschnitt III: (33,7 bis 48,6 km) .....	15
Abschnitt IV: (48,6 bis 71,4 km) .....	16
Abschnitt V: (71,4 bis 93,2 km) .....	17
Abschnitt VI: (93,2 bis 109,9 km) .....	18
Abschnitt VII: (109,9 bis 125,3 km) .....	19
Abschnitt VIII: (125,3 bis 149,4 km) .....	20
Abschnitt IX: (149,4 bis 154,5 km) .....	21
Abschnitt X: (154,5 bis 176,6 km) .....	22
Abschnitt XI: (176,6 bis 186,6 km) .....	23
<b>Laufstrecke (43,6 km) .....</b>	<b>24</b>
Abschnitt I: (Start bis 3,7 km).....	25
Abschnitt II: (3,7 bis 4,5 km) .....	26
Abschnitt III: (4,5 bis 10,3 km) .....	27
Information für Betreuer .....	28
Abschnitt IV: (10,3 bis 13,1 km) .....	29
Information für Betreuer .....	30
Abschnitt V: (13,1 bis 15,7 km) .....	31
Abschnitt VI: (15,7 bis 21 km) .....	32

Information für Betreuer .....	33
Abschnitt VII: (21 bis 24,4 km) .....	34
Abschnitt VIII: (24,4 bis 28 km) .....	35
Information für Betreuer .....	36
Abschnitt IX: (28 bis 33,3 km) .....	37
Abschnitt X: (33,3 bis 36,5 km) .....	38
Abschnitt XI: (36,5 bis 39,6 km) .....	39
Abschnitt XII: (39,6 bis 43,6 km) .....	40
<b>Erläuterungen zur Schwimm-, Rad - und Laufstrecke .....</b>	<b>41</b>
<b>GPS Tracking System .....</b>	<b>43</b>
Plan B Hinweis.....	44
Plan B Schwimmen.....	45
Plan B Radfahren .....	46
Plan B Abschnitt I: (110 bis 127 km).....	47
Plan B Abschnitt II: (127 bis 141 km).....	48
Plan B Abschnitt III: (141 bis 160 km).....	49
Plan B Abschnitt IV: (161 bis 176 km) .....	50
Plan B Abschnitt V: (176 bis 184 km) .....	51
Plan B Abschnitt VI: (184 bis 210,4 km) .....	52
<b>Austria eXtreme Triathlon Organisation .....</b>	<b>53</b>
<b>Partnerschaften.....</b>	<b>54</b>
<b>Danke.....</b>	<b>56</b>
<b>Legende.....</b>	<b>57</b>

# **Herzlich Willkommen beim Austria eXtreme Triathlon 2023**

## **“Change Your Life!”**

---

Am 24. Juni 2023 wird bereits zum 8. Mal das Startsignal für den Austria eXtreme Triathlon in den Murauen südlich von Graz ertönen. Wie in den Vorjahren handelt es sich um einen der weltweit schönsten Langstrecken-Triathlons, der quer durch die Steiermark führt und eine Strecke von über 230 km und knapp 6.000 Höhenmetern umfasst.

Einiges bleibt wie gewohnt, während andere Dinge sich weiterentwickeln und verändern. Die Finisherzeremonie wird wieder im Berghofhotel in der Ramsau stattfinden.

Erstmals und damit eine Neuerung ist, dass wir heuer auch Teams im erweiterten Sinne in unserem Teilnehmerfeld begrüßen dürfen.

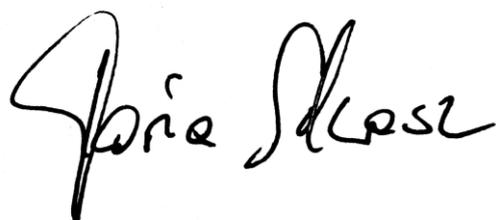
Dieses Stroßnbuch dient als euer Wegbegleiter und enthält detaillierte Informationen und Karten zu allen Abschnitten der Strecke. Ihr findet Beschreibungen aller Wechselzonen, Gefahrenbereiche, Trinkwasserstellen und Parkflächen. Außerdem gibt es einen Überblick über den gesamten Ablauf, angefangen vom Briefing am Freitag bis zur Finisherzeremonie am Sonntag. Bitte lest euch alle Informationen sorgfältig durch!

Der Austria eXtreme Triathlon bietet euch einen unvergesslichen Tag, an dem Gemeinschaft und die Einfachheit und Fairness des ursprünglichen Triathlons im Mittelpunkt stehen. Dies gilt sowohl im Großen wie in der ruhigen Atmosphäre abseits des Lärms von Großveranstaltungen, als auch im Detail, da man bei einem Triathlon ohne Stöcke läuft.

Dementsprechend erwarten wir von allen Athletinnen und Athleten sowie Supportern ein respektvolles und faires Miteinander, einen achtsamen Umgang mit der Natur und in Notfällen selbstverständliche gegenseitige Hilfeleistung. Da die Strecke über mehrere Bergpässe und -pfade führt, ist es wichtig, flexibel zu bleiben und auf kurzfristige Informationen zu achten, falls wir auf geänderte Bedingungen entlang der Strecke reagieren müssen!

Das Organisationsteam wünscht allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern einen sportlichen, spannenden, unvergesslichen, emotionalen, freundschaftlichen und vor allem unfallfreien Austria eXtreme Triathlon.

Wir freuen uns darauf, euch beim 8. Austria eXtreme Triathlon 2023 zu sehen!



(Präsidentin, Maria Schwarz)

# Zeitablauf



Freitag, 23.06.2023	Registrierung: Josef-Greger-Sportanlage Mühlweg 30, 8073 Feldkirchen/Graz	16:00 – 17:00 Uhr
	Briefing Deutsch und Briefing English	17:00 – 18:00 Uhr
Samstag, 24.06.2023	WZ 1 offen Auwiesen, Altarm-Thondorf A-8077 Gössendorf	03:00 – 03:50 Uhr
	GPS-Tracker Ausgabe Auwiesen, Altarm-Thondorf A-8077 Gössendorf	03:00 – 03:50 Uhr
	Schwimm Check-In Auwiesen, Autobahnbrücke A-8077 Gössendorf	04:00 – 04:20 Uhr
	Austria eXtreme Triathlon Start	04:30 Uhr
	Austria eXtreme Triathlon-Cut-Off, Talstation Ziel A-8972 Ramsau am Dachstein	24:00 Uhr
Sonntag, 25.06.2023	Finisherzeremonie A-8972 Ramsau am Dachstein Gruppen Finisher Foto	10:00 Uhr

## Der Ablauf im Überblick:

---

### Briefing (Freitag, 23. Juni 2023)

Josef-Greger-Sportanlage-Feldkirchen bei Graz

Adresse: Josef-Greger-Sportanlage, Mühlweg 30,

A-8073 Feldkirchen bei Graz

(GPS Daten: 47°00'44.3"N 15°26'50.6"E)

Die Startnummern-Ausgabe ist ab 16:00 Uhr geöffnet!

Athlet/In und Betreuer/In müssen einen Lichtbildausweis vorweisen.

Das Briefing findet um 17:00 Uhr statt und ist verpflichtend für alle Athleten/Innen und Betreuer/Innen!



### Renntag (Samstag, 24. Juni 2023)

Der Startbereich Altarm-Thondorf ist **ab 03:00Uhr** geöffnet.

Beim Eintritt in den Startbereich wird von Crew-Mitgliedern die Startnummer am rechten Handrücken geschrieben sowie das GPS ausgehändigt.

Die Fahrzeuge können entlang der Straße geparkt werden, die Ausfahrt bitte freihalten!

**Nun könnt ihr euren Wechselbereich vorbereiten, Rad aufhängungen sind vorhanden.**

**ACHTUNG: Die Wechselzone wird nicht überwacht!**

**Jeder Athlet/In, Betreuer/In ist für ihr/sein Equipment selbst verantwortlich.**

**ACHTUNG: Jede/r Teilnehmer/In ist selbst für ihre/seine Wertsachen verantwortlich, hierfür wird vom Verein Austria eXtreme Triathlon keine Haftung übernommen!**

**Das Thema Umweltschutz liegt uns sehr am Herzen. Sollten Teilnehmer diesbezüglich widerrechtlich handeln, wird das gesamte Team disqualifiziert.**

**04:00Uhr Check-in** zum Schwimmstart unter der Autobahnunterführung (gekennzeichnet). Zum Schwimmstart wird gemeinsam gegangen (ca.200m). Der Check-in zum Schwimmstart muss pünktlich erfolgen!

### **04:30 Uhr Start des 8. Austria eXtreme Triathlons 2023**

Land- oder Wasserstart wird am Renntag entschieden (strömungsabhängig!)

**Bei Aufgabe eines Athleten** muss das **Organisationsteam** zumindest **telefonisch** unter der Hotline-Nummer **+43 664 755 333 03** darüber informiert und das **GPS Tracking System** am **nächst gelegenen Checkpoint abgegeben werden!**



### Wechselkleidung

Aus logistischen Gründen kann ausschließlich die **offizielle AustriaeXtreme Triathlon Sporttasche** beim **Hinterlegungsservice** in der **Zeit von 03:00 bis 04:30 Uhr** beim **Eingang zum Startgelände** abgegeben werden!

**ACHTUNG: Es dürfen sich keine Flüssigkeiten und Wertgegenstände darin befinden. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für verlorene oder beschädigte Gegenstände!**

Siegerehrung (Sonntag, 25.Juni 2023, 10:00 Uhr)

**GPS Daten: 47°25'15.9"N 13°40'31.2"E**

**Adresse: Ramsau , A-8972 Ramsau am Dachstein**



**Danach wird ein Gruppenfoto aller Finisher gemacht!**

Um optimal auf den **8. Austria eXtreme Triathlon 2023** vorbereitet zu sein, sollten **Athlet/In** und **Betreuer/In** das „**Haundbuach**“ und „**Stroßnbuach**“ genau studieren. **Gemeinsame Trainingsläufe** sind wichtig, um sich aufeinander einstellen zu können.

**Nur ein gutes Team** kommt gemeinsam über die Ziellinie.

**Austria eXtreme Triathlon: „*Change Your Life*“**

## Am Vortag



**Check-in Josef-Greger-Sportanlage-Feldkirchen bei Graz: 23. Juni 2023, 16:00 Uhr**  
**GPS Daten: 47°00'44.3\"N 15°26'50.6\"E**

Adresse: Josef-Greger-Sportanlage, Mühlweg 30  
A-8073 Feldkirchen bei Graz



Die Startnummern-Ausgabe ist ab 16:00 Uhr geöffnet!

Athlet und Betreuer müssen einen Lichtbildausweis vorweisen.

Das Briefing findet um 17:00 Uhr statt und ist verpflichtend für alle Athleten und Betreuer!

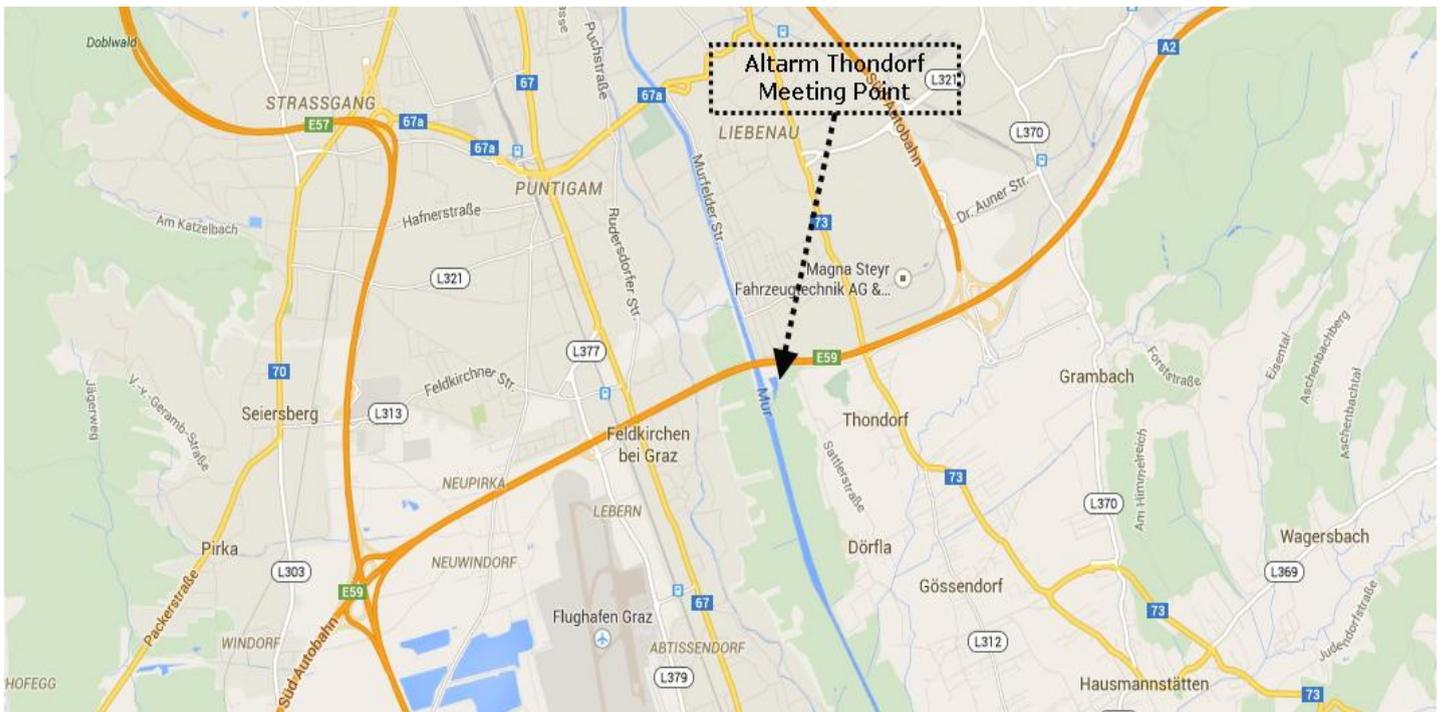
### **Beim Check-in erhältst du:**

- Startnummer
- Badehaube Gelb / Team Weiß
- Weste für Tracker (leihweise 20€ Kautions, bei Verlust des Trackers 120€)
- Trinkflasche
- Sporttasche
- Plakette für das Betreuerfahrzeug
- Plakette für das Rad und den Helm
- Kontrollband für Athlet und Betreuer
- Stoßnbuch Print

### **ÖTRV Tageslizenz:**

Die Tageslizenz in der Höhe von € 20,00.- wird im Zuge der Startnummernabholung eingehoben. Bei Vorlage einer gültigen ÖTRV Jahreslizenz entfällt die Tageslizenz.

## Anfahrtsplan Altarm-Thondorf



**GPS Daten: 47°00'49.4"N 15°27'54.5"E**

Adresse: Auwiesen, Altarm Thondorf  
A-8077 Gössendorf



Von Graz-Stadt kommend erreicht man den Meeting Point beim Startbereich über die Conrad von Hötzendorfstraße (UPC Fußball Arena) Richtung Liebenau. An der Ampelkreuzung rechts abbiegen Richtung Liebenauer Hauptstraße-Kirchbacher Straße (B73). Dem Straßenverlauf für ca. 4km Richtung Süden folgen. Bei der Autobahnnunterführung (nach der Firma MAGNA-Steyr) an der Ampelkreuzung rechts abbiegen. In die Straße Kanalweg einbiegen und für ca. 750m dem Straßenverlauf folgen.

Von Wien/SK/CZ/H kommend auf der Autobahn A2 Richtung Graz am Autobahnkreuz 179-Knoten Graz-Ost/Puchwerk/Hausmannstätten abfahren, links halten und die Ausfahrt Hausmannstätten nehmen.

Am Kreisverkehr die erste Ausfahrt Kirchbach/Gössendorf/Grambach B73 nehmen und dieser bis zur Ampelkreuzung folgen.

An der Kreuzung für 750m geradeaus am Kanalweg Richtung Altarm-Thondorf fahren.

Von D/I/SLO kommend auf der Autobahn A2 Richtung Wien Ausfahrt Hausmannstätten nehmen. Erste Ausfahrt Kirchbach/Gössendorf/Grambach nehmen und auf die B73 einbiegen. Dieser bis zur Ampelkreuzung folgen. An der Kreuzung für 750m am Kanalweg Richtung Altarm-Thondorf geradeaus fahren.

## Übersichtsplan Startgelände



**GPS Daten: 47°00'49.4"N 15°27'54.5"E**

(Adresse: Auwiesen, Altarm-Thondorf, A-8077 Gössendorf)

Der Startbereich Altarm-Thondorf ist **ab 03:00 Uhr** geöffnet.

Beim Eintritt in den Startbereich wird von Crew-Mitgliedern die Startnummer am rechten Handrücken geschrieben und gleichzeitig erhältst du dein GPS Tracking System, das du stets mit dir zu tragen hast.

Die Fahrzeuge können entlang der Straße geparkt werden, die Ausfahrt bitte freihalten!

**Nun könnt ihr euren Wechselbereich vorbereiten, Rad aufhängungen sind vorhanden.**

**ACHTUNG: Die Wechselzone wird nicht überwacht!**

**Jede/r AthletIn/SupporterIn ist für ihr/sein Equipment selbst verantwortlich.**

### Wechselkleidung für den Zielbereich:

Aus logistischen Gründen kann ausschließlich die **offizielle AustriaeXtreme Triathlon Sporttasche** beim **Hinterlegungsservice** in der **Zeit von 03:00 bis 04:30 Uhr** beim **Eingang zum Startgelände** abgegeben werden!

**ACHTUNG: Es dürfen sich keine Flüssigkeiten und Wertgegenstände darin befinden. Der Veranstalter übernimmt keine Haftung für verlorene oder beschädigte Gegenstände!**

**04:00Uhr** **Check-in** **GPS Daten: 47°00'52.7"N 15°27'36.4"E** zum Schwimmstart unter der Autobahnunterführung (gekennzeichnet). Zum Schwimmstart wird gemeinsam gegangen (ca. 200m). Der Check-In zum Schwimmstart muss pünktlich erfolgen!

### **04:30 Uhr Start des 8. Austria eXtreme Triathlon 2023**

Land- oder Wasserstart wird am Renntag entschieden (strömungsabhängig!).

**Einzelstarter und Teams starten gemeinsam!**

## Schwimmstrecke (3,8 km)



**Cut-off-Zeit für das Schwimmen: 07:00 Uhr**

### WZ 1: Schwimmausstieg

GPS Daten: 47°00'49.9"N 15°27'44.3"E

(Adresse: Altarm Thondorf, A-8077 Gössendorf)

Gestartet wird am linken Murufer flussaufwärts. Nach ca. 200m ist die erste Wende bei einer Boje, an der mit der linken Schulter vorbeigeschwommen werden muss.

Dann geht es ca. 2 km entlang des rechten Murufers flussabwärts. Nach der Boje wird auf das andere Ufer gewechselt. Danach werden ca. 1,6 km entlang des linken Murufers flussaufwärts geschwommen.

Die rechte Schulter sieht stets das nähergelegene Ufer.

Nach 3,8 km folgt der Ausstieg aus dem Altarm-Thondorf.

Die Wassertemperatur (ca. zwischen 10° und 17° Celsius) wird beim Briefing bekanntgegeben.

Die Mur kann unterschiedliche Wasserfärbungen annehmen: grünlich, klar bis bräunlich, erdig und sandig nach Regenfällen.

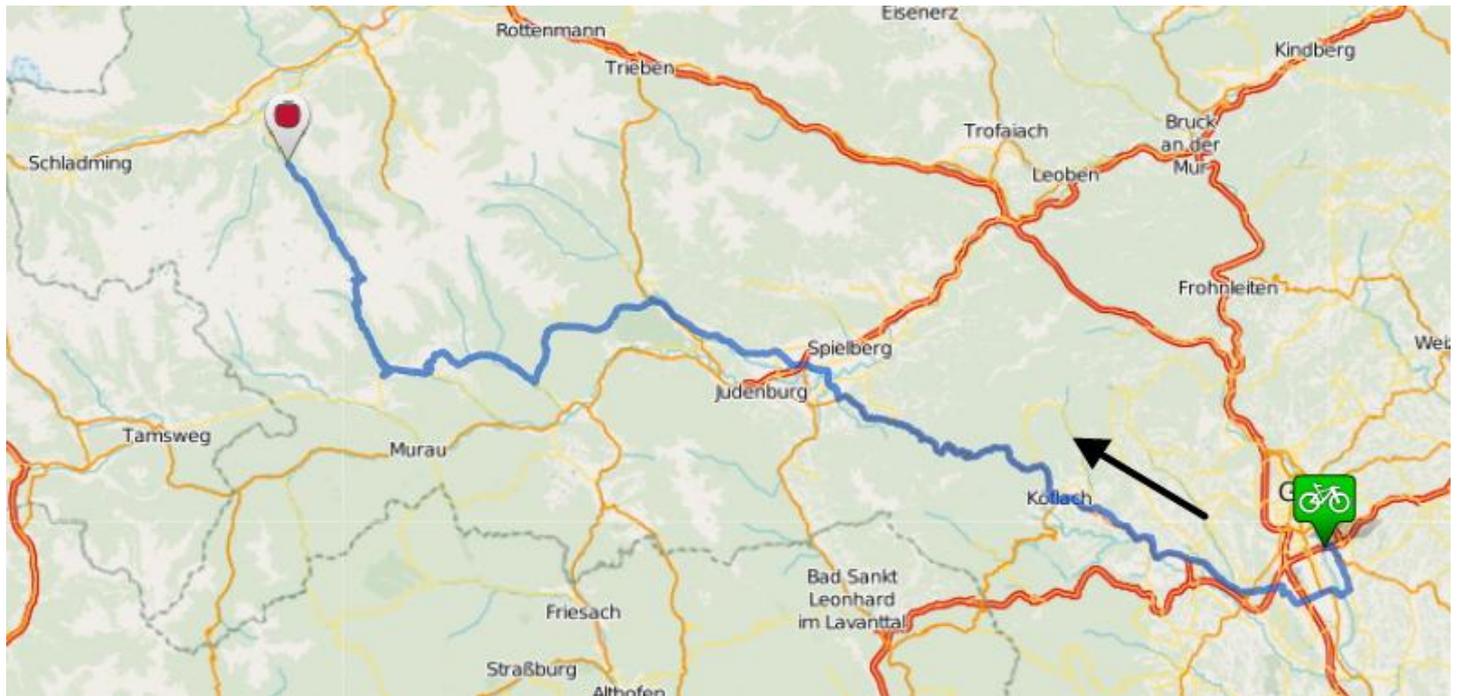
**ACHTUNG: Bei zu nahem Schwimmen entlang des Uferrandes können hereinragende Äste zu Verletzungen führen!**

### Auf der gesamten Schwimmstrecke gilt:

- Neoprenpflicht.
- GPS Tracking System mit Weste.
- Austria eXtreme Triathlon Badehaube muss sichtbar verwendet werden.
- Neoprensocken sind erlaubt.
- Jegliche Schwimmhilfen sind verboten.

**Erwartete AthletInnen Ankunft um ca. 05:10 Uhr**

## Radstrecke (186,6 km, ca. 3.900 HM)

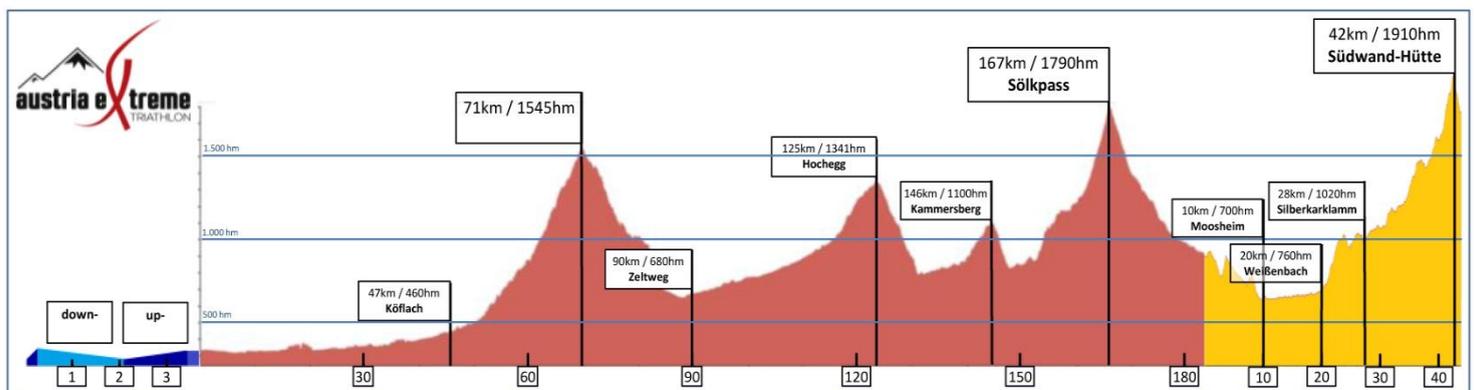


### Cut-off-Zeit für das Radfahren: 17:00 Uhr

#### Auf der gesamten Radstrecke gilt:

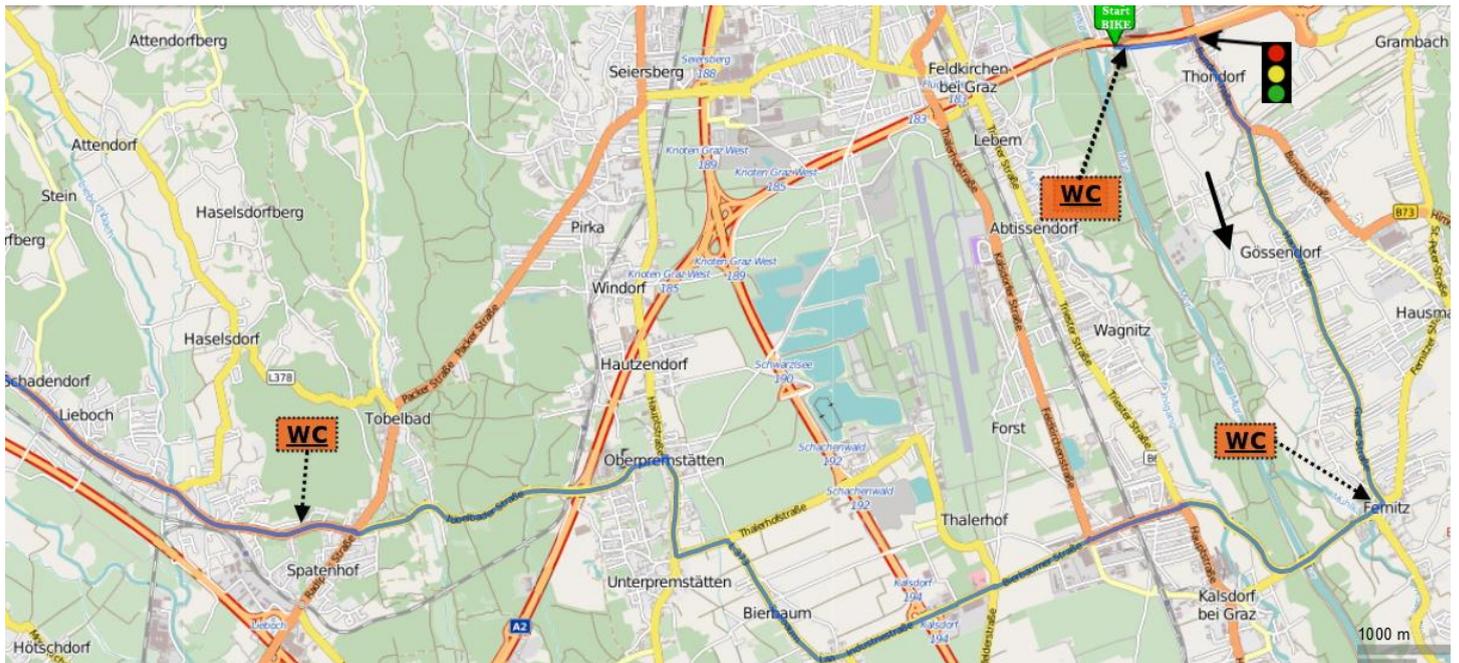
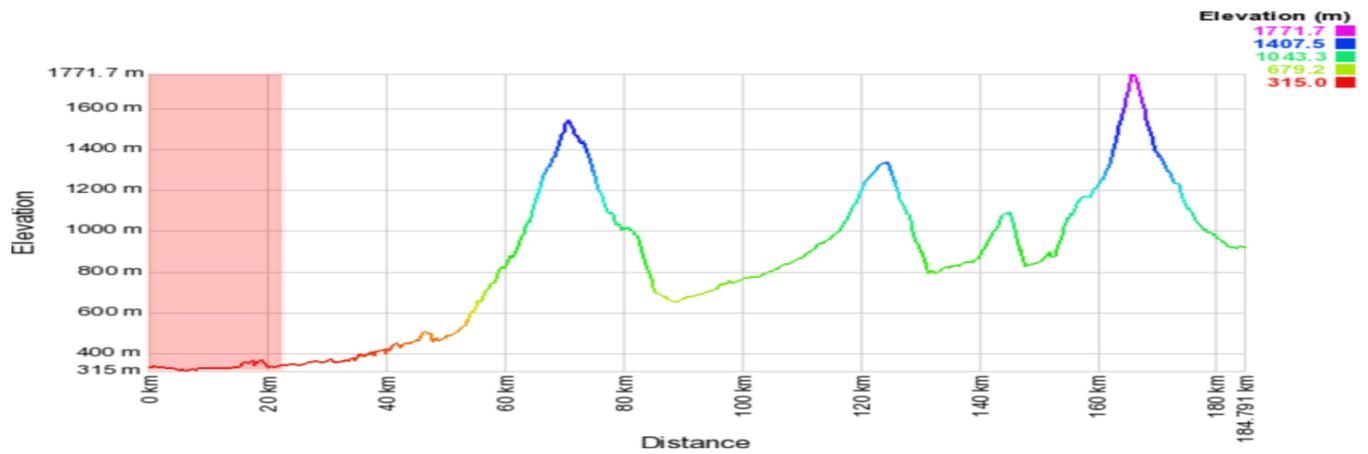
- StVO (Straßenverkehrsordnung).
- Helmpflicht.
- GPS-Tracker muss stets am Athleten sein.
- Fahrradwechsel ist verboten (Tausch der Laufräder ist erlaubt!).
- Kein Windschattenfahren (Fairness 4 Sport).
- Fortbewegung nur aus eigener Muskelkraft.
- Startnummer muss von hinten sichtbar sein.

## Streckenüberblick



© byFlo H.

## Radstrecke Abschnitt I: Start bis 22,5 km



### Altarm-Thondorf, MH-332m

**Start** Richtung Osten nach ca. 750m an der Ampel rechts abbiegen

Km 1,9 rechts abbiegen **Richtung Farnitz**

Km 6 Kreuzung rechts abbiegen **Richtung Kalsdorf**

Kreisverkehr **Richtung Kalsdorf**

Murbrücke dem **Straßenverlauf** folgen

Km 8,5 Ampel dem **Straßenverlauf** folgen

Km 9,0 Ampel dem **Straßenverlauf** folgen

Km 9,5 Ampel dem **Straßenverlauf** folgen

Durchfahrt der Orte **Laa, Bierbaum und Unterpremstätten**

Km 14,5 Kreisverkehr **Richtung Graz**

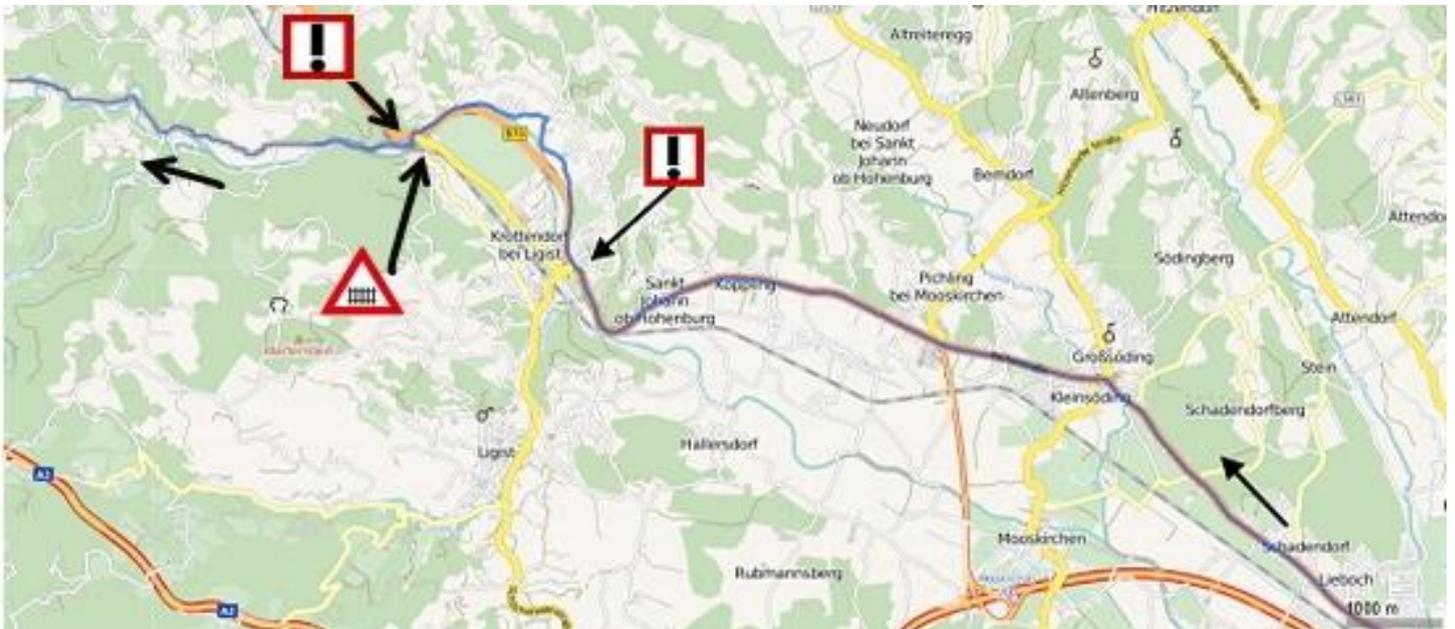
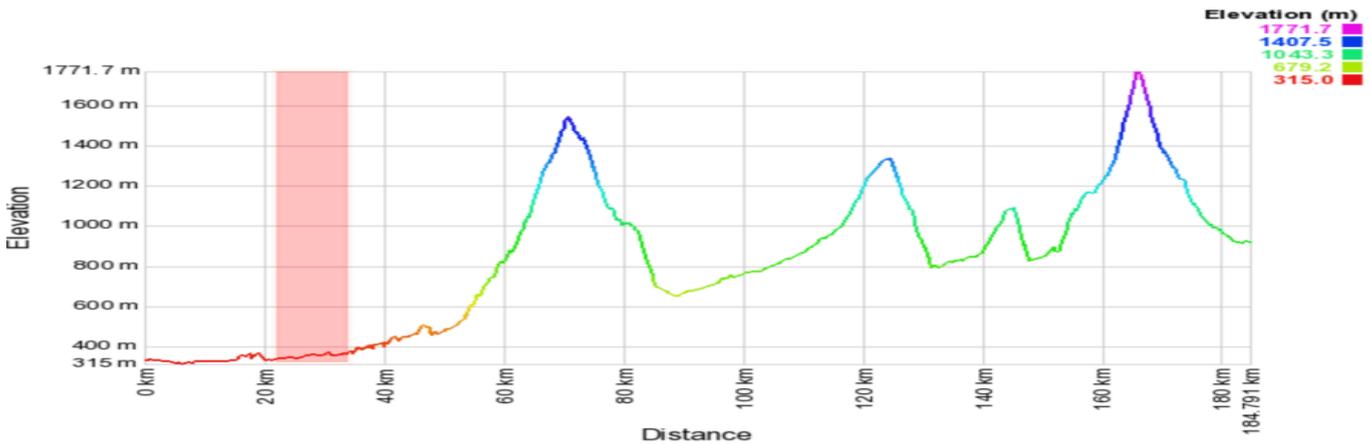
Km 15,9 links abbiegen **Richtung Köflach/Lieboch**

Km 19,3 Kreisverkehr **Richtung Voitsberg**

Km 20 WC rechte Seite

## Durchfahrt des Ortes Lieboch

### Radstrecke Abschnitt II: 22,5 bis 33,7 km



### B70

Km 22,5 Durchfahrt des Ortes **Schadendorf**

Km 23 Blick aufs Gaberl

**dem Straßenverlauf B70 folgen**

km 27,5 Kreisverkehr **Richtung Köflach**

km 30 Durchfahrt des Ortes **Sankt Johann ob Hohenburg**

km 31,9 Kreisverkehr **rechts Richtung Klein Gaisfeld (alte Bundesstraße!)**

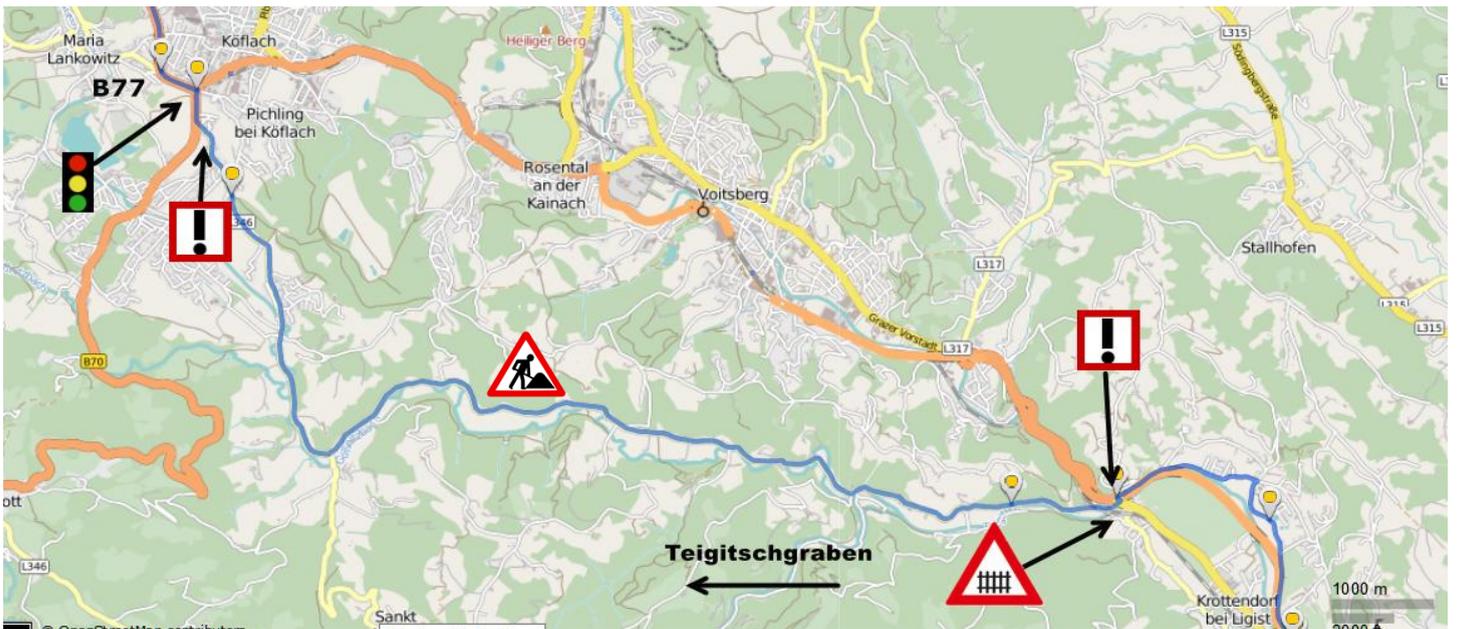
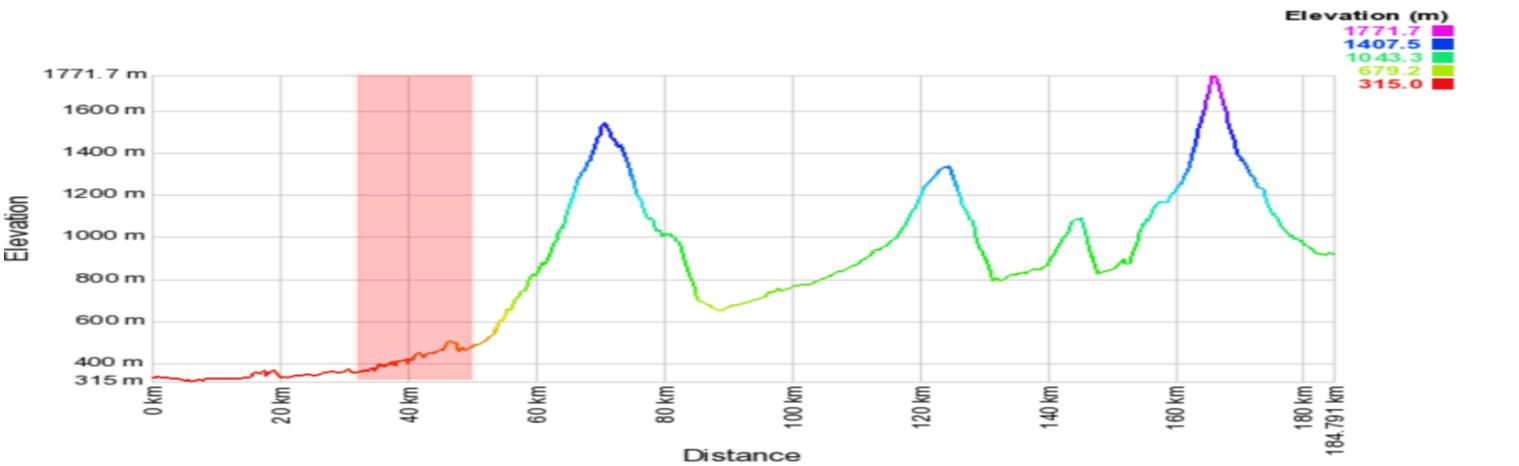
Klein Gaisfelder Straße entlang fahren

Km 33,7 links abbiegen Klein Gaisfelder Straße (GH Lackner)

**!ACHTUNG! km 34,5 Kreisverkehr 1. Ausfahrt rechts (Klein Gaisfeld)**



## Radstrecke Abschnitt III: 33,7 bis 48,6 km



Km 33,7 Gasthof Lackner

Klein-Gaisfelderstraße → Gasselberg Bergweg

km 35,1 Kreisverkehr 3. Ausfahrt rechts nehmen

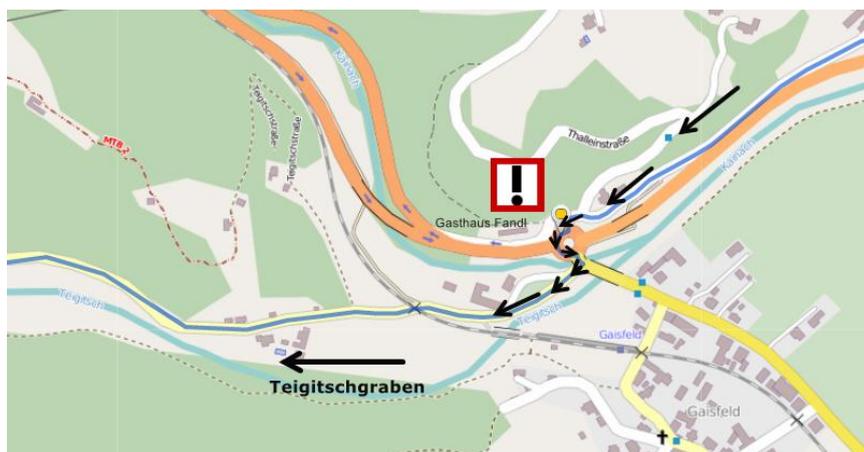
**!ACHTUNG! Ausfahrt rechts über Brücke in Teigitsch Straße, Gaisfeld**

Km 44 rechts halten entlang der L346

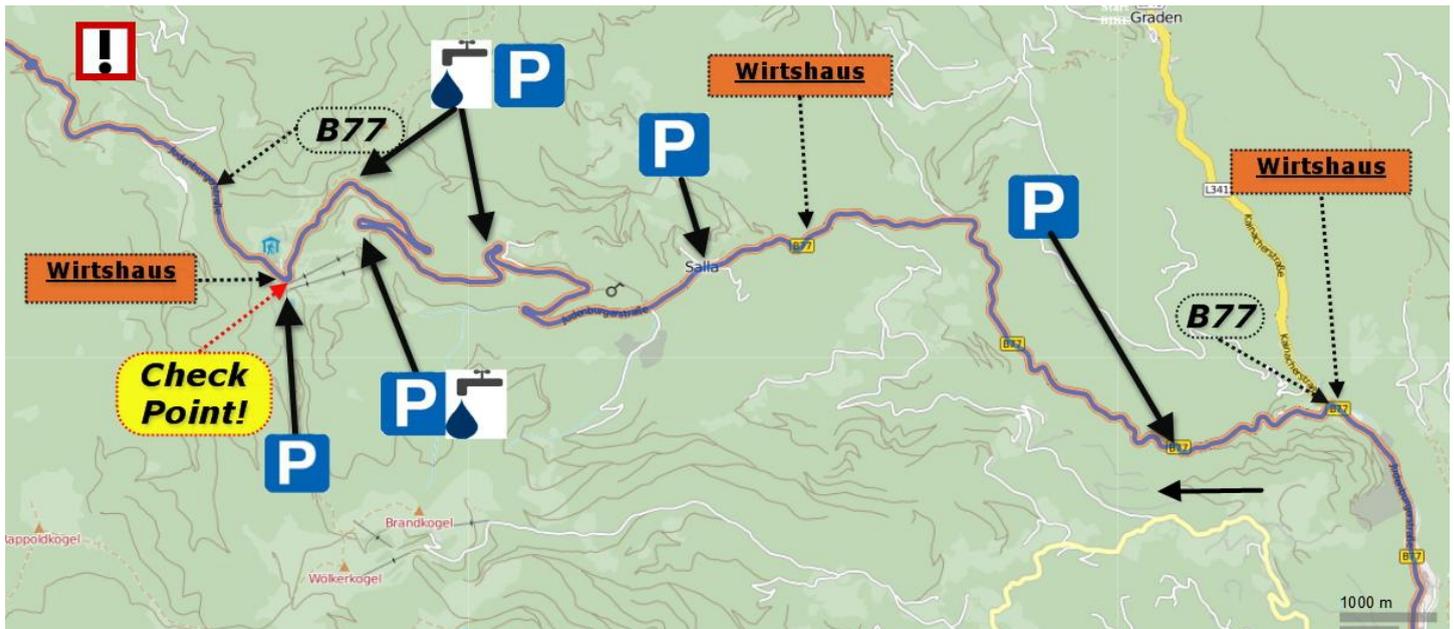
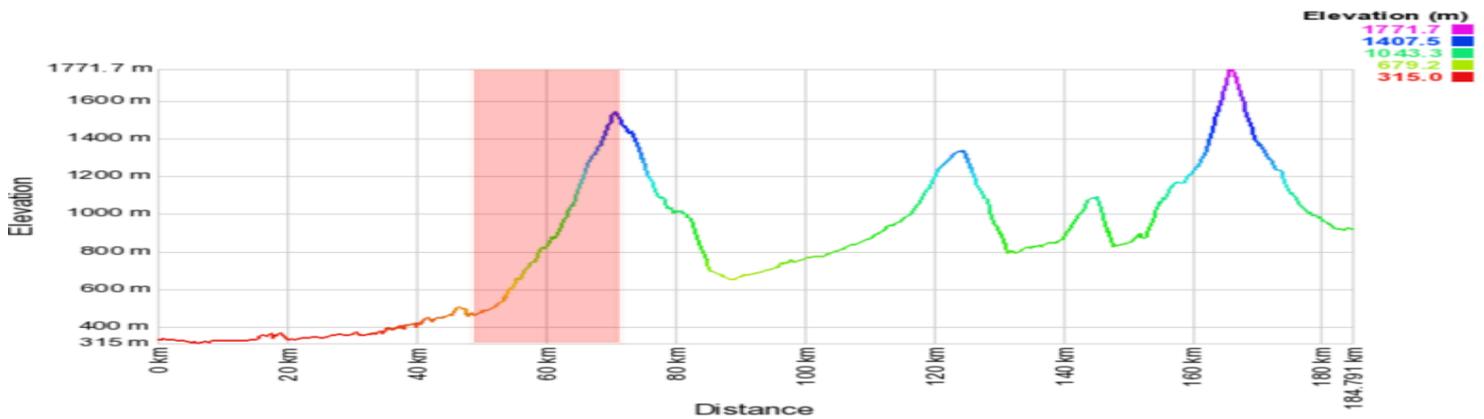
Km 48 rechts abbiegen, STOP-Tafel, B70

Km 48,3 an der Ampel links abbiegen Richtung Maria Lankowitz B77

Km 48,6 Richtung Gaberl der B77 folgen



## Radstrecke Abschnitt IV: 48,6 bis 71,4 km



### B77folgen

Km52,8 Wirtshaus

Km52,8 links **RichtungGaberl**

Km58,6 Wirtshaus

Km61,6 Durchfahrt des Ortes **Salla**

Km68 Trinkwasserstelle und Parkfläche links

Km70,1 Trinkwasserstellerechts

**Km71,4 CheckPoint Gaberl, MH-1551m, Parkfläche links&rechts!**

**GPS Daten: 47°06'27.2"N 14°55'00.6"E**



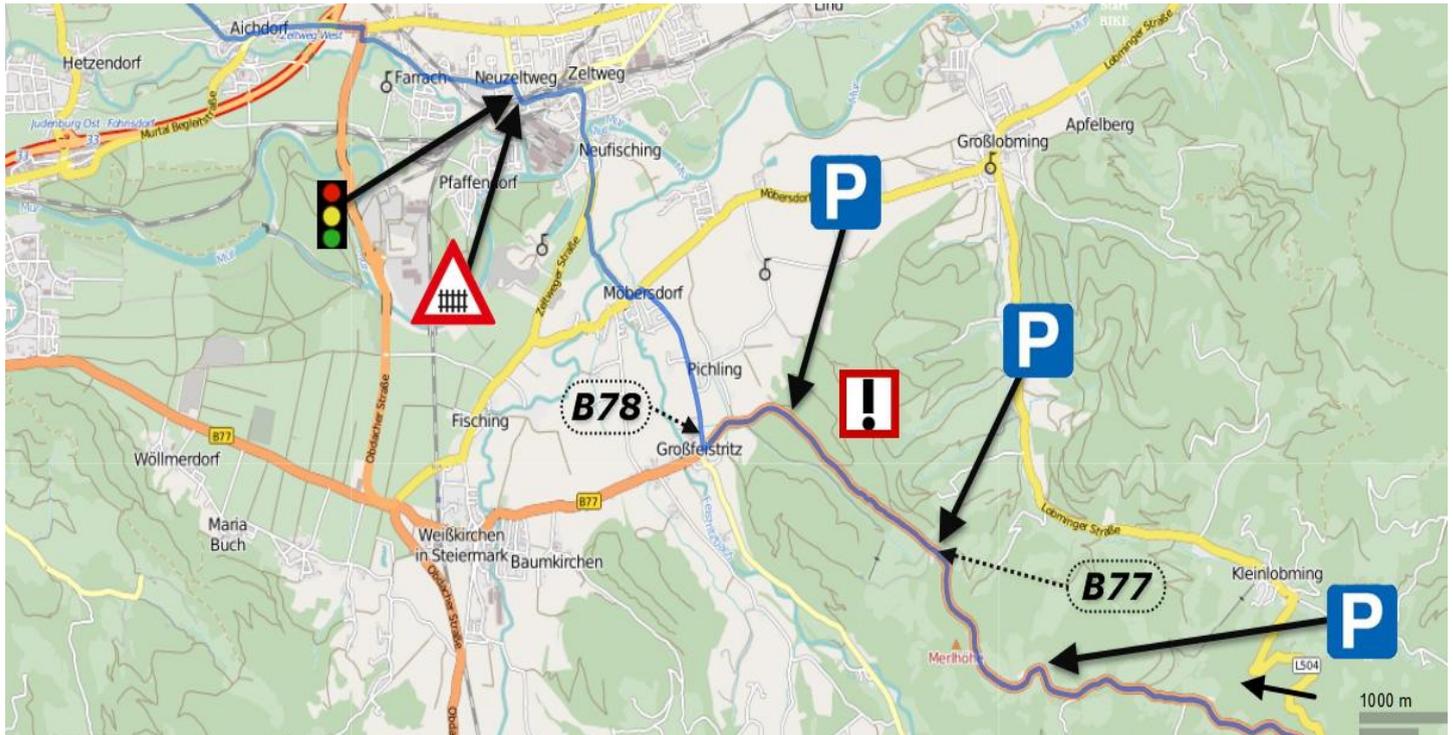
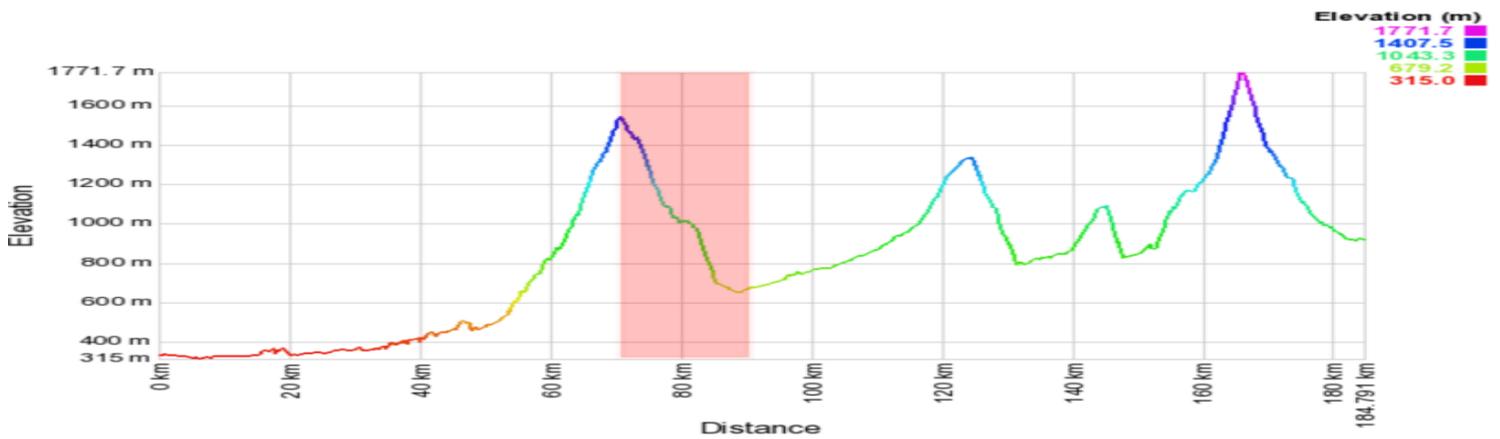
### Erwartete AthletInnen Ankunft um ca. 07:20 Uhr

Km71,4 Gaberlhaus rechts, hier gibt es den besten Topfenstrudel auch gutes Frühstück wird um diese Uhrzeit schon angeboten!

B77folgen

**!ACHTUNG! Steile und kurvenreiche Abfahrt**

## Radstrecke Abschnitt V:71,4bis 93,2km



### B77folgen

Km81,7 Parkfläche rechts

**!ACHTUNG! Steile und kurvenreiche Abfahrt**

Km86,6 rechts abbiegen **Richtung Pichling B78**

**Durchfahrt Möbersdorf**

Km88,3S TOP-Schild, links **Richtung Zeltweg**

Km88,4 rechts abbiegen **Richtung Neufisching**

Km89,3 STOP-Schild, rechts **Richtung Zeltweg L537**

**Zeltweg L537 folgen Richtung Bahnhofstraße**

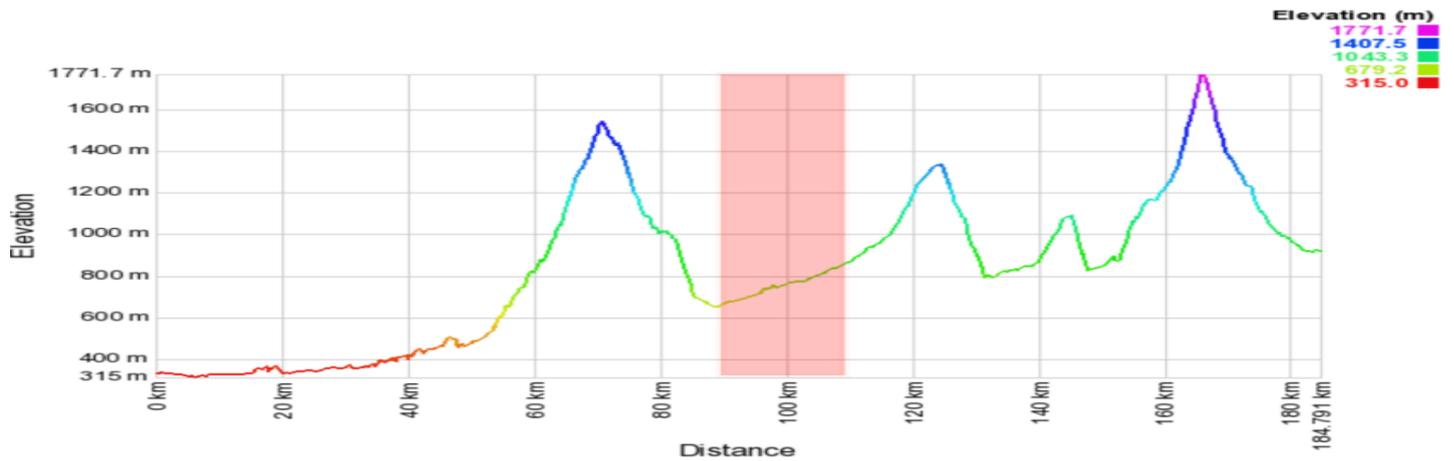
km 91,1 Bahnübergang

km91,3 Ampel links

km92,9 Stop tafel rechts **Richtung Judenburg**

km93,2 Kreisverkehr **Richtung Scheifling B78 folgen**

## Radstrecke Abschnitt VI:93,2 bis 109,9km



### Durchfahrt Aichdorf

Km94,5 rechts abbiegen **Richtung Fohnsdorf/Pöls L536**

Km96,9 Bahnübergang

### Durchfahrt Fohnsdorf

Km97 **dem Straßenverlauf** durch die Stadt **Richtung Pöls** folgen

Km 97,1 Supermarkt MERKUR

**L503 Rattenberger Straße** folgen

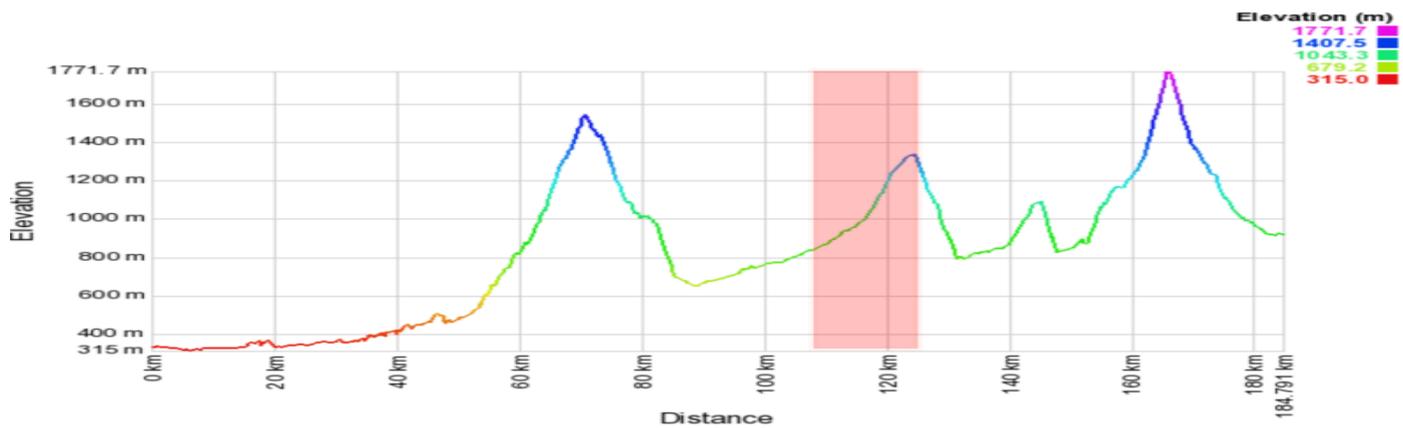
Km102,8 Parkfläche links

Km104,8 rechts abbiegen **Richtung Lachtal L533**

Km109,3 Parkfläche rechts

Km109,9 beim STOP-Schild rechts abbiegen **Richtung Liezen B114**

## Radstrecke Abschnitt VII:109,9bis 125,3km



**Km 112 links abbiegen Römerstraße**

**Km 114 links abbiegen Hauptstraße Oberzeiring**

**km 114,3 Check Point Oberzeiring, Rechts**

**MH-933m**

**GPS Daten: 47°15'05.3"N 14°29'11.3"E**

**Erwartete AthletInnen Ankunft um ca. 08:35 Uhr**

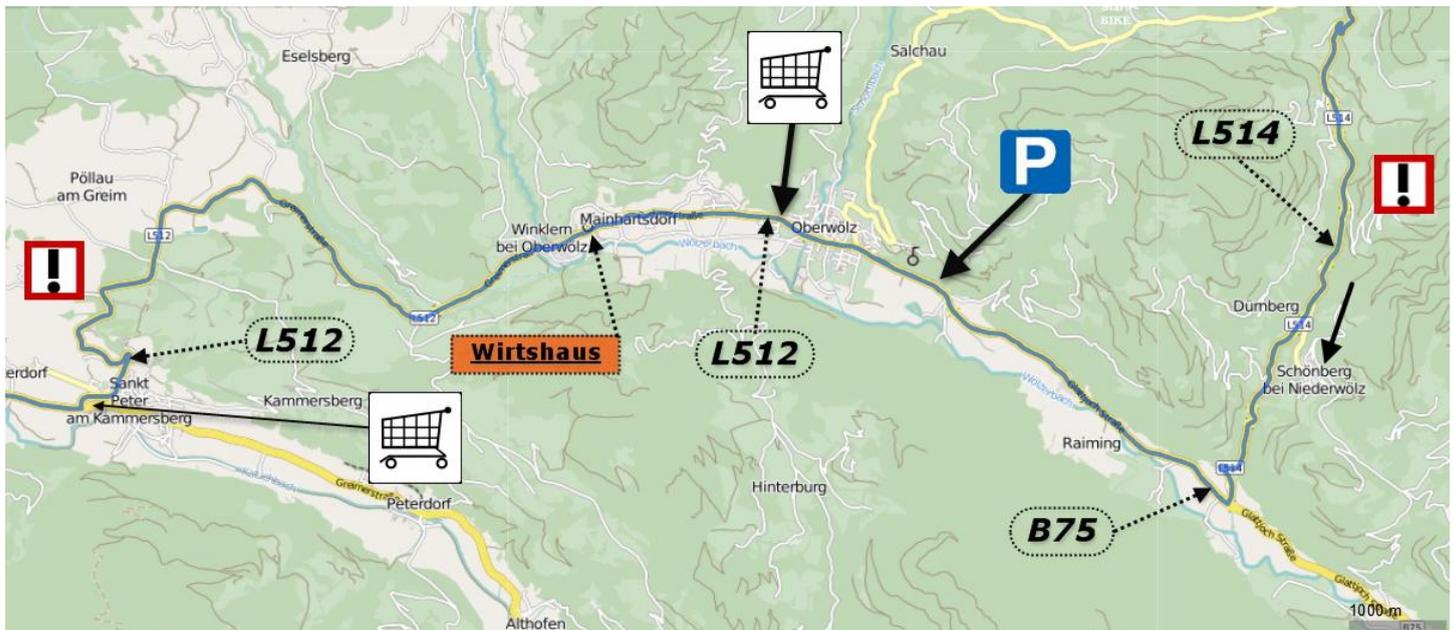
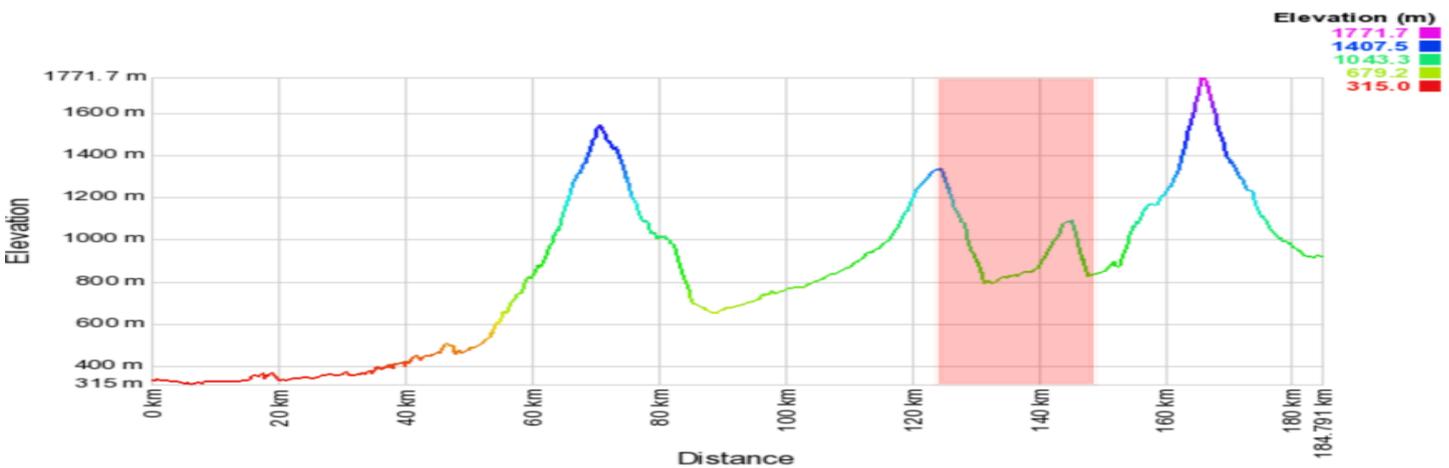


**Km114,4 Supermarkt SPAR**

**dem Straßenverlauf der L514 folgen**

**km125 Gellsee rechte Seite**

## Radstrecke Abschnitt VIII:125,3bis 149,4km



### L514

#### **!ACHTUNG! Gefährliche Abfahrt**

Km132,9 rechts abbiegen **Richtung Oberwölz B75**

Km136,7 Parkfläche rechts mit Blick auf Burg Rothenfels

#### **Durchfahrt Oberwölz**

Km138,4 Supermarkt ADEG

Km141 Wirtshaus

Km146,5 Schönberg ,MH-1093m

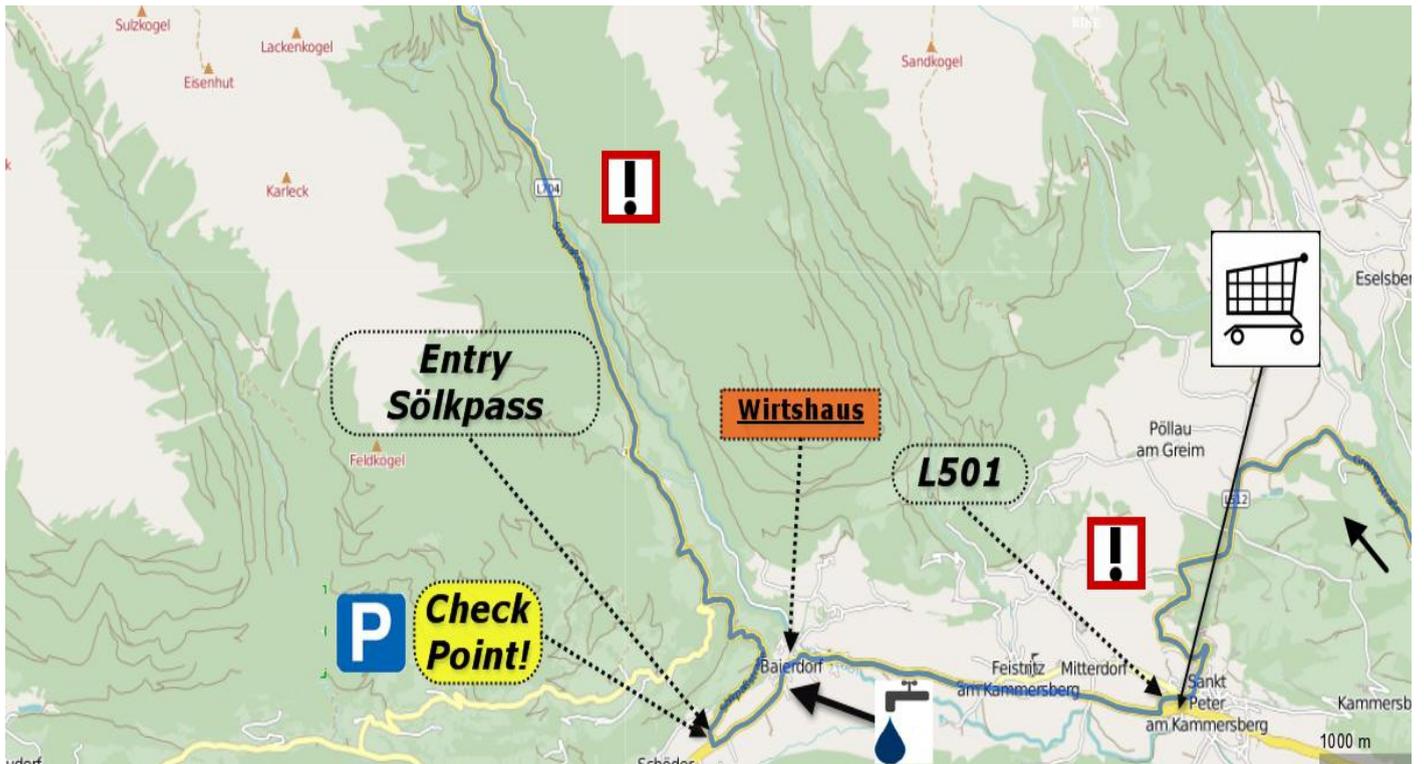
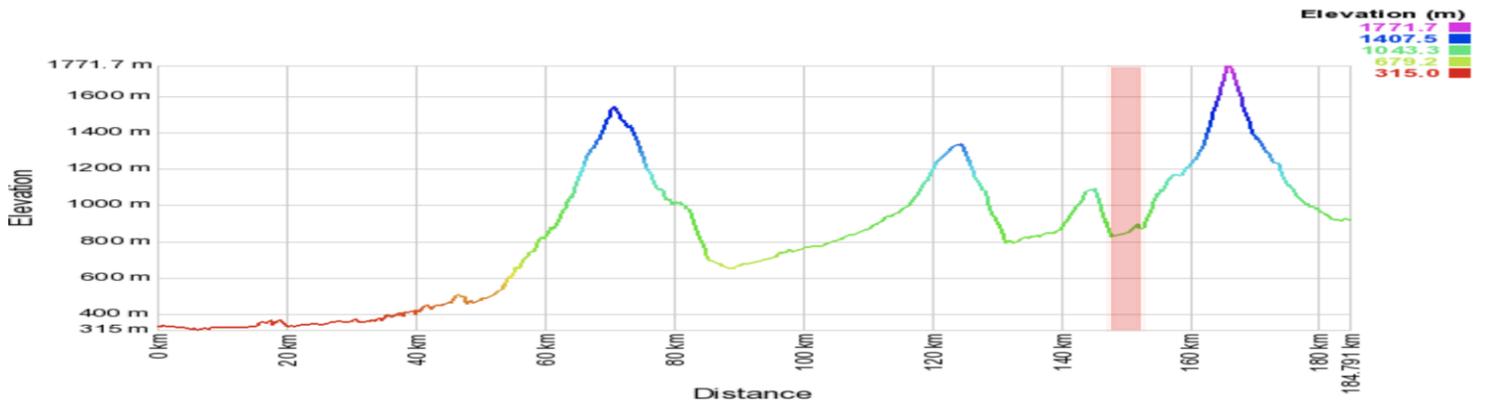
#### **!ACHTUNG! Gefährliche Abfahrt**

Km149 Sankt Peter am Kammersberg

Km149,4 Supermarkt SPAR

Km149,4 rechts abbiegen **Richtung Murau**

## Radstrecke Abschnitt IX:149,4 bis 154,5km



### L501folgen

Km152,8 Durchfahrt des Ortes **Baiersdorf**

Km153,1 Wirtshaus

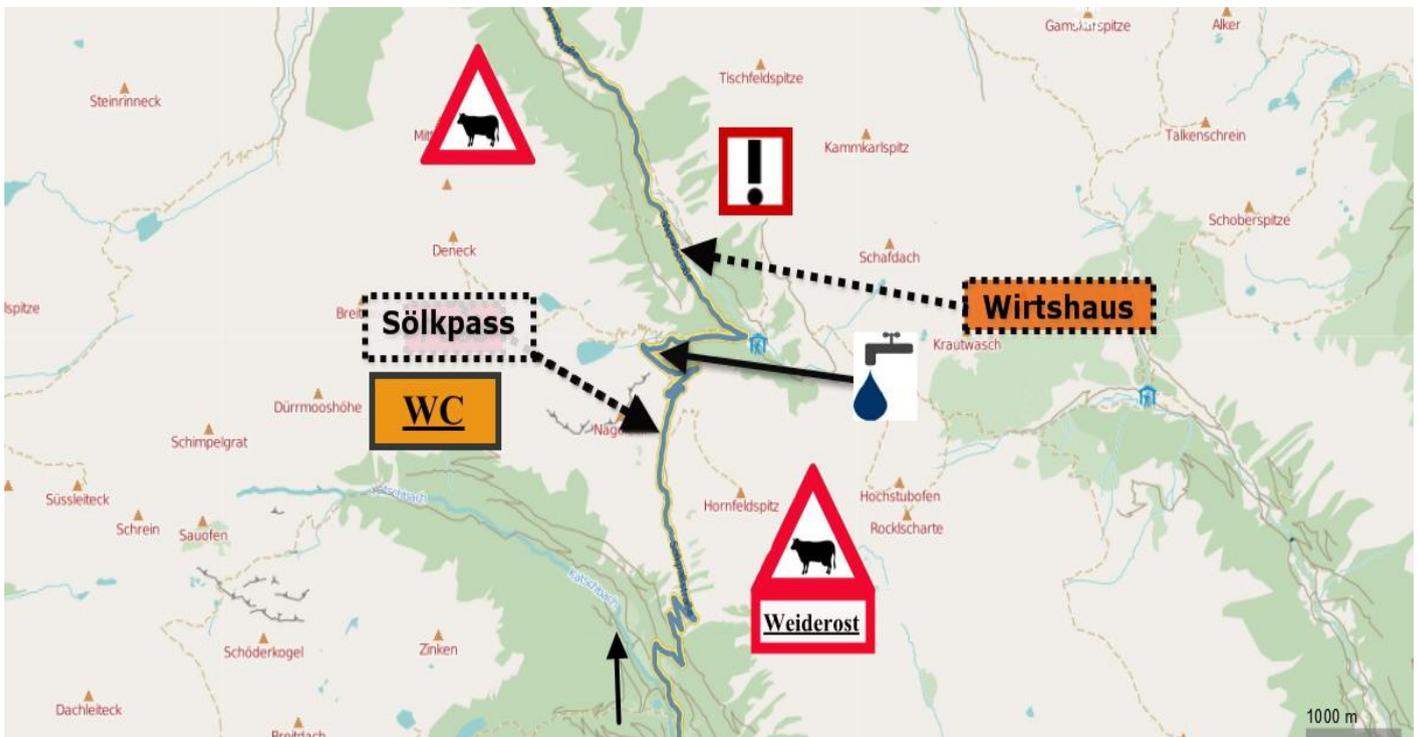
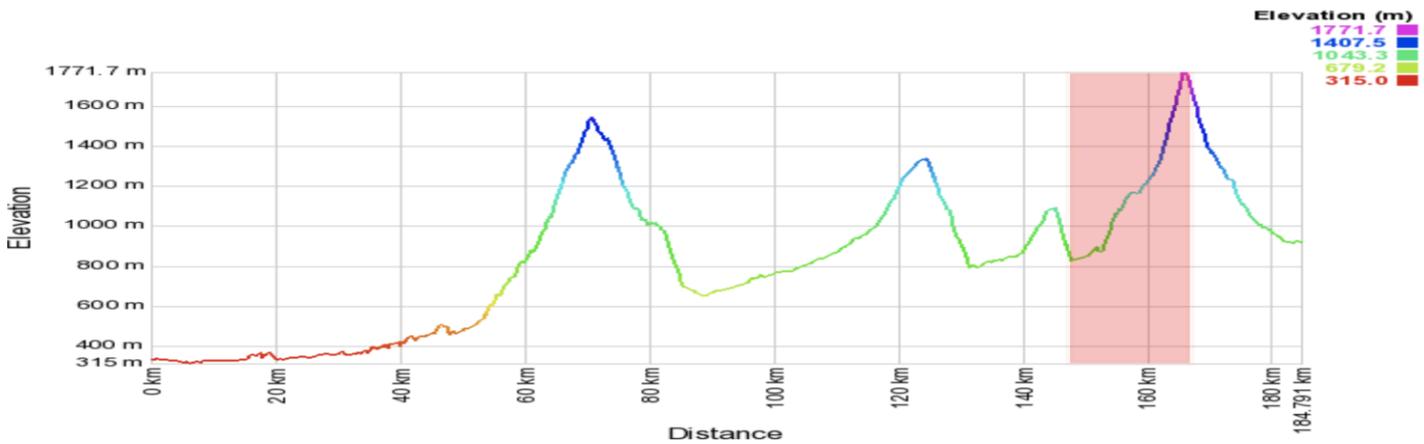
**Km154,5 CheckPoint EntrySölktal, MH-882m, Parkfläche**

**GPS Daten: 47°11'04.9"N 14°07'05.4"E**



# Erwartete AthletInnen Ankunft um ca. 09:50 Uhr

## Radstrecke Abschnitt X: 154,5bis 176,6km



### L704

**!ACHTUNG! Auf dieser Strecke wird vermehrt Weidesrost gequert (Rutschgefahr!)**

**!ACHTUNG! Schlechte Straßenverhältnisse**

Km167,8 Sölkpass, MH-1790m

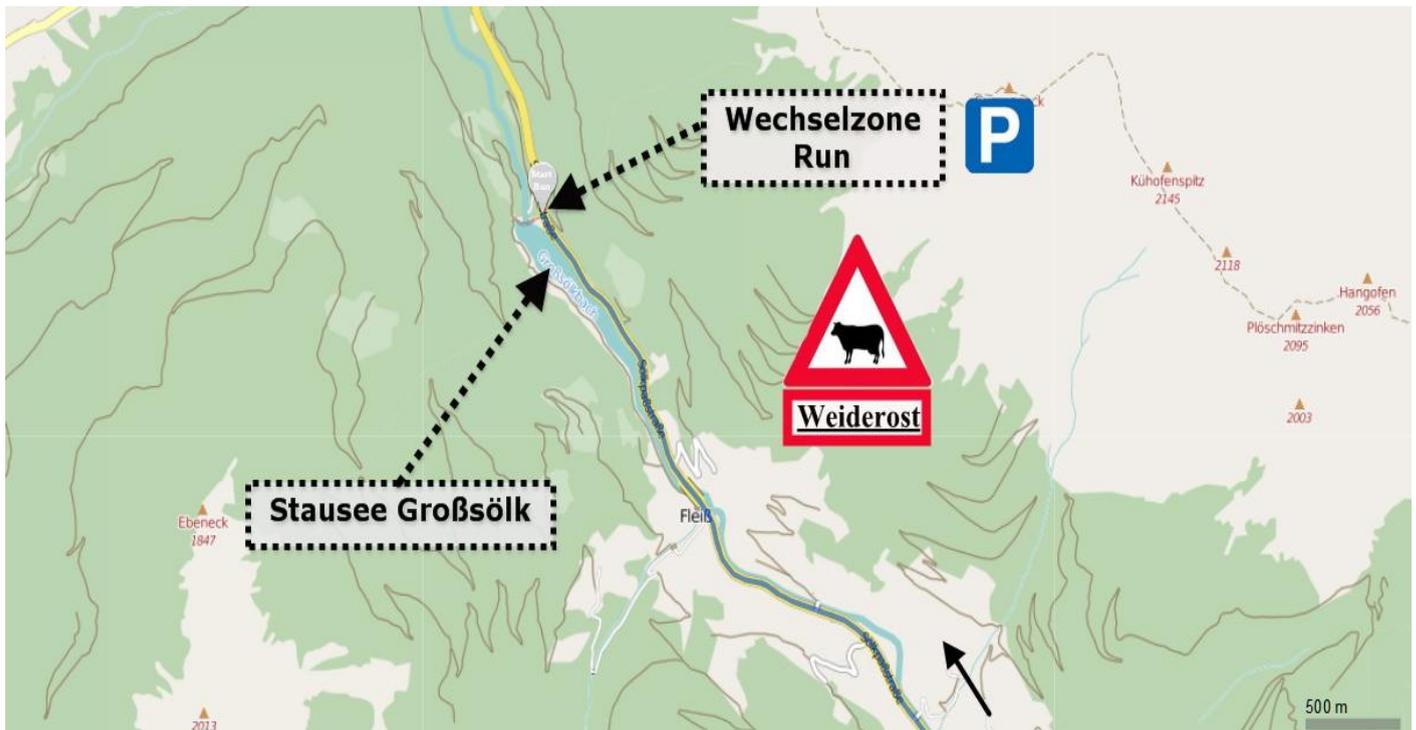
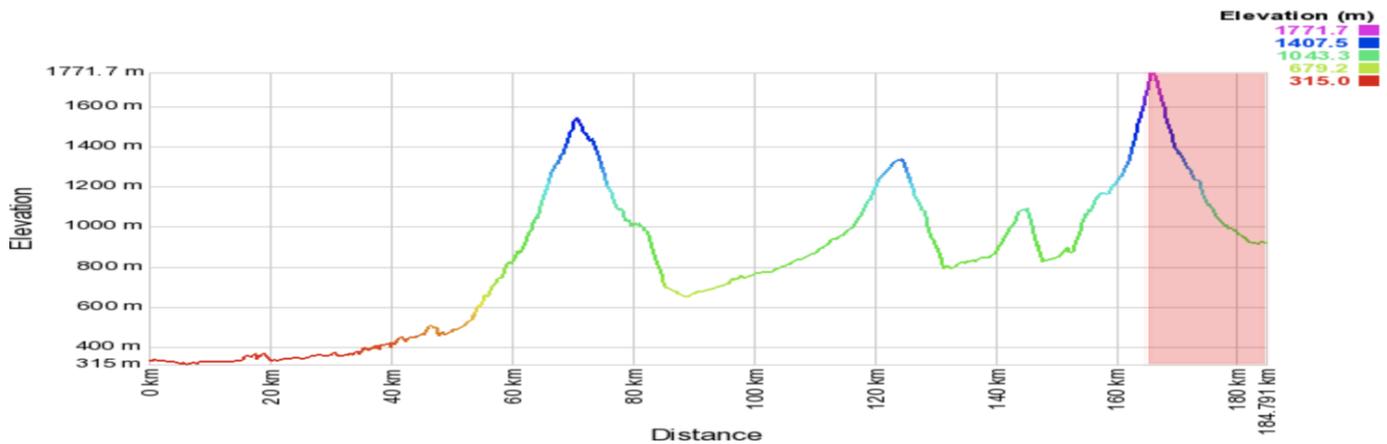
Km168 WC links

**!ACHTUNG! Gefährliche Abfahrt**

Km175,2 Wirtshaus

Km176,6 St.Nikolai im Sölkta

## Radstrecke Abschnitt XI:176,6 bis 186,6km



**Cut-off-Zeit für das Radfahren: 17:00 Uhr**

[PLAN B: Cut-off-Zeit für das Radfahren: 17:30 Uhr]

**WZ 2 Sölksperr**

**GPS Daten: 47°23'31.6"N 13°58'57.3"E**

**L704folgen**

**Km186,6 links Wechselzone Run, MH-901m**

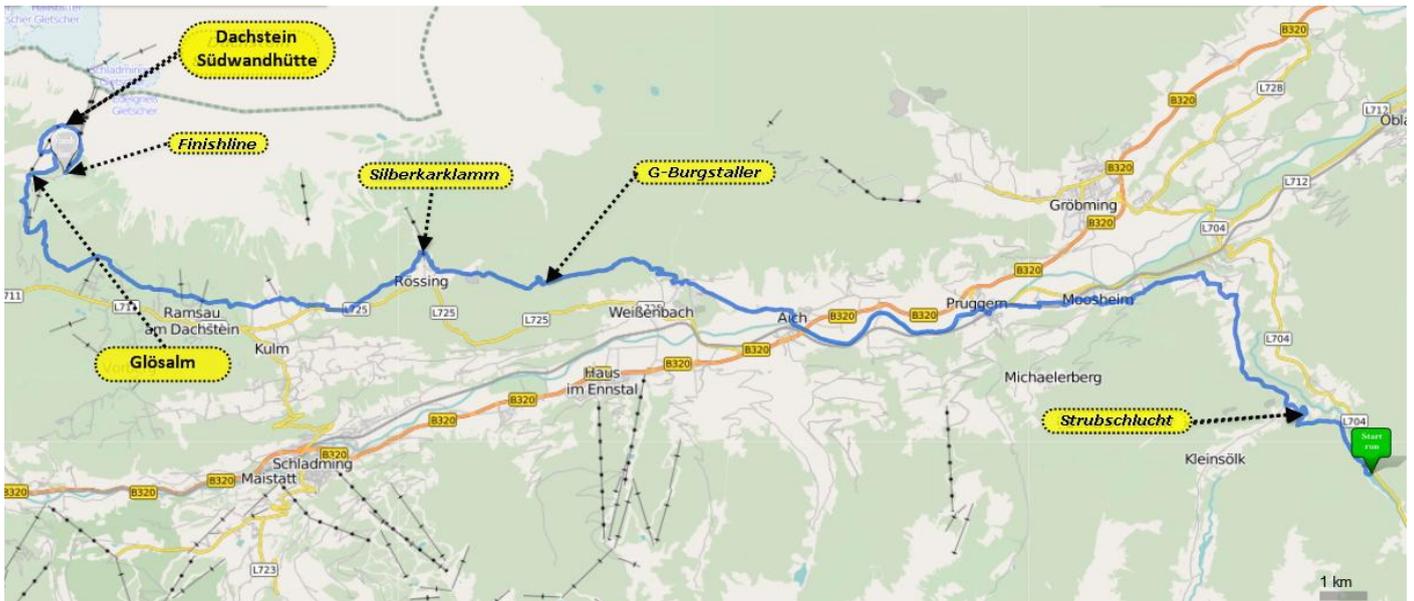
**Parkfläche links**

**!ACHTUNG! Gegenverkehr beim Einparken**

**Erwartete AthletInnen Ankunft um ca. 10:50 Uhr**



## Laufstrecke (43,6 km, ca. 1.900 HM)



### WZ 2 Sölksperr

GPS Daten: 47°23'31.6"N 13°58'57.3"E

(Adresse: Erzherzog Johann Straße, A-8961 Großsölk)



**Cut-off-Zeit für das Laufen bis zum CP Aich: 19:00 Uhr**

[PLAN B: Cut-off-Zeit für das Laufen bis zum CP Aich: 19:30 Uhr]

**Cut-off-Zeit für das Laufen bis zum CP Silberkarklamm: 20:00 Uhr**

[PLAN B: Cut-off-Zeit für das Laufen bis zum CP Silberkarklamm: 20:30 Uhr]

**Cut-off-Zeit für das Laufen bis zum CP Glös-Alm: 22:15 Uhr**

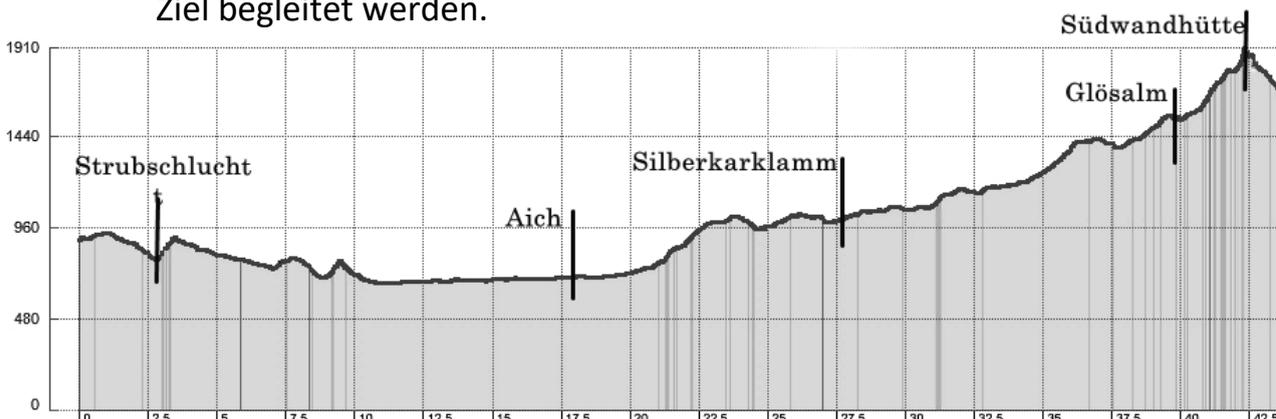
[PLAN B: Cut-off-Zeit für das Laufen bis zum CP Glös-Alm: 22:45 Uhr]

**Zielschluss: 00:00 Uhr**

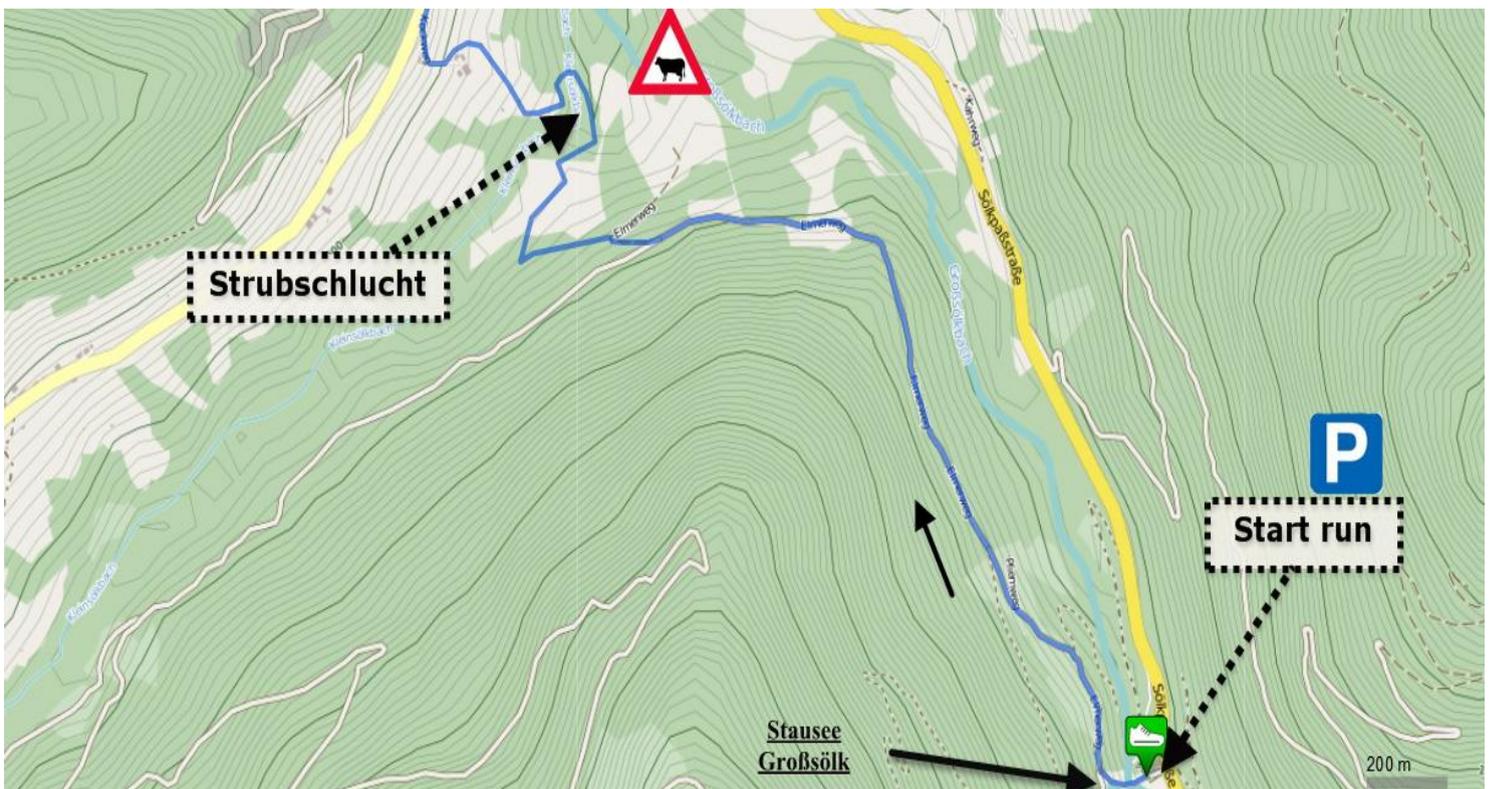
[PLAN B: Zielschluss: 00:30 Uhr]

**Auf der gesamten Laufstrecke gilt:**

- StVO (Straßenverkehrsordnung!).
- GPS-Tracker muss stets am Athleten sein.
- Das Verwenden von Stöcken ist verboten.
- Dein Betreuer hat die Aufgabe die Wechselzone sofort zu räumen.
- Die Startnummer muss von vorne sichtbar sein.
- Ein Trinkrucksack wird empfohlen.
- Ab Silberkarklamm muss der Athlet von seinem registrierten Betreuer zu Fuß bis ins Ziel begleitet werden.



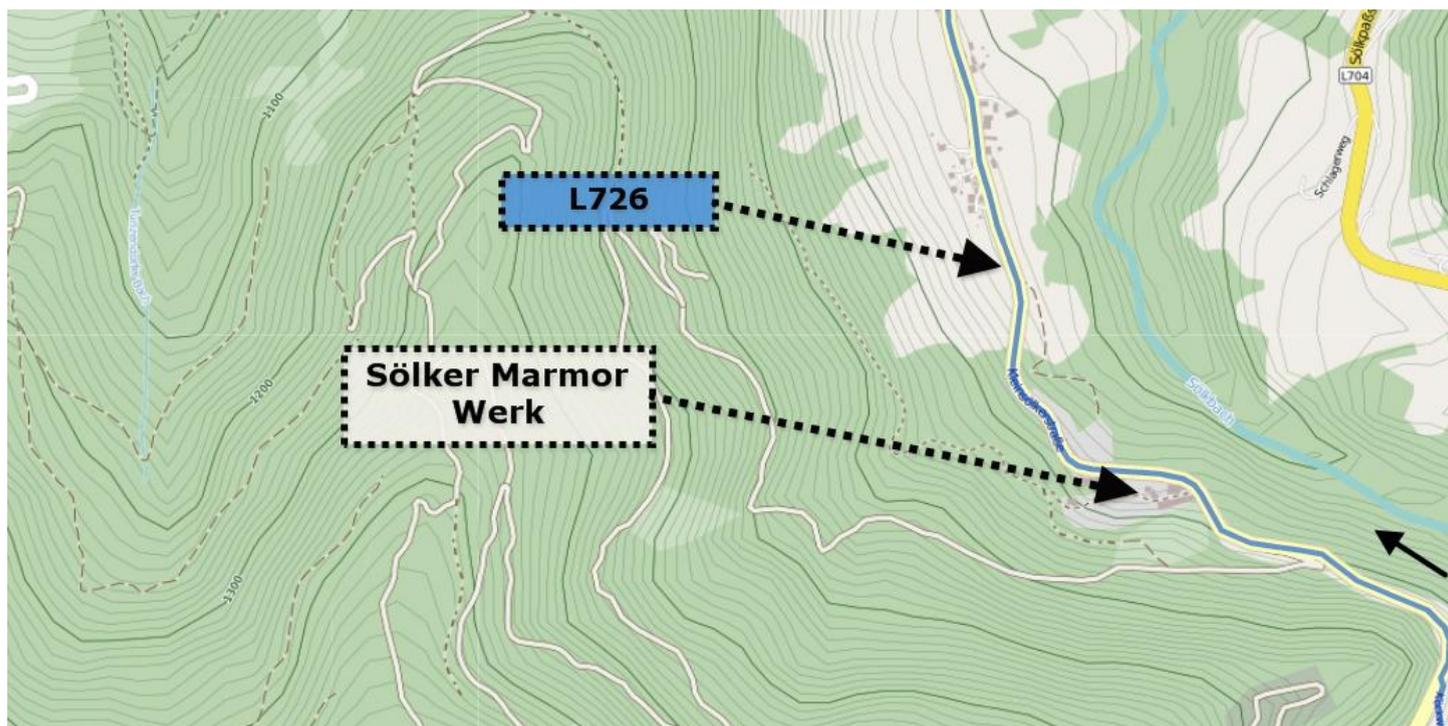
## Laufstrecke Abschnitt I: Start bis 3,7 km



**Start** über die **Staumauer Großsölk**, danach rechts halten  
Km1,9 rechts halten  
Km2,1 links halten  
Km2,5 am Haus links vorbei in die **Strubschlucht** Richtung **Kleinsölk**  
Km3,7 **Kleinsölkerstraße** rechts **dem Straßenverlauf** folgen

**!ACHTUNG!** In **Moosheim(km 10,3)** ist eine **Betreuung möglich**

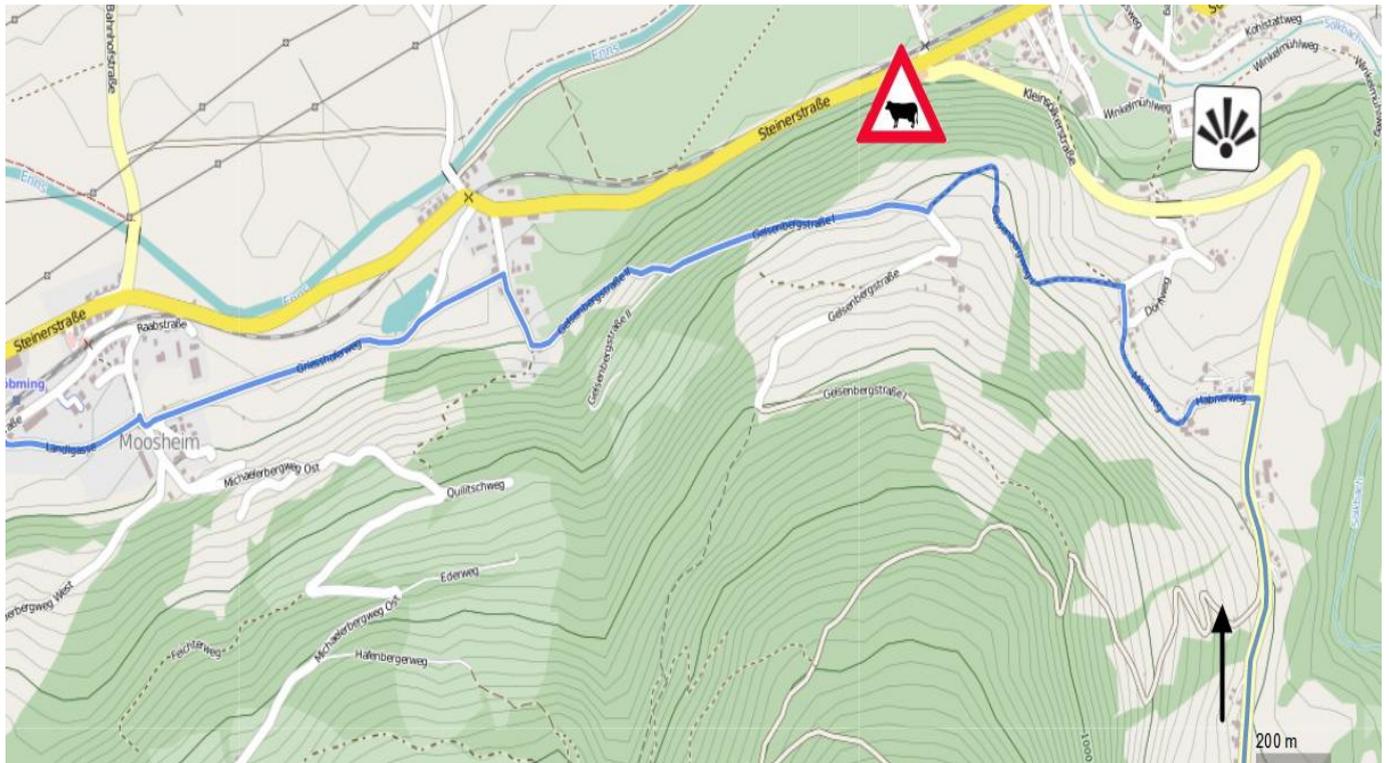
## Laufstrecke Abschnitt II: 3,7 bis 4,5 km



**Dem Straßenverlauf folgen**

km4,5 beim Sölker Marmorwerk dem **Straßenverlauf folgen L726**

## Laufstrecke Abschnitt III: 4,5 bis 10,3 km



Km6,7 links abbiegen in Habnerweg, Milchweg

Hofdurchlaufen

Km7 links abbiegen auf den Gelsenberg weg

Km8 Gelsenbergstraße I

Km8,7 rechts halten-Gelsenbergstraße II

Km9,3 links abbiegen Grieshoferweg Richtung Moosheim

Km10,3 in Moosheim rechts halten und Nächste links, Landgasse

**!ACHTUNG! In Pruggern (km 12,6) ist eine Betreuung möglich**

## Information für Betreuer:



GPS Daten: 47°25'34.7"N 13°54'01.8"E

km 10,8 Vorschlag für einen möglichen Treffpunkt mit der/dem Athlet/In

Adresse:

Bahnhof Moosheim

Michaelerberg

A-8962 Michaelerberg-Pruggern



## Laufstrecke Abschnitt IV: 10,3 bis 13,1 km



Landgasse

Km10,8 links abbiegen

Km11,1 Überquerung der Straße und dem Straßenverlauf folgen

Km11,6 auf der Begleitstraße geradeaus entlang der Bahn Richtung Pruggern

**Pruggern, MH-680m**

Km12,6 rechts abbiegen

Gemeindeamt, Parkflächen

**Dem Straßenverlauf folgen**

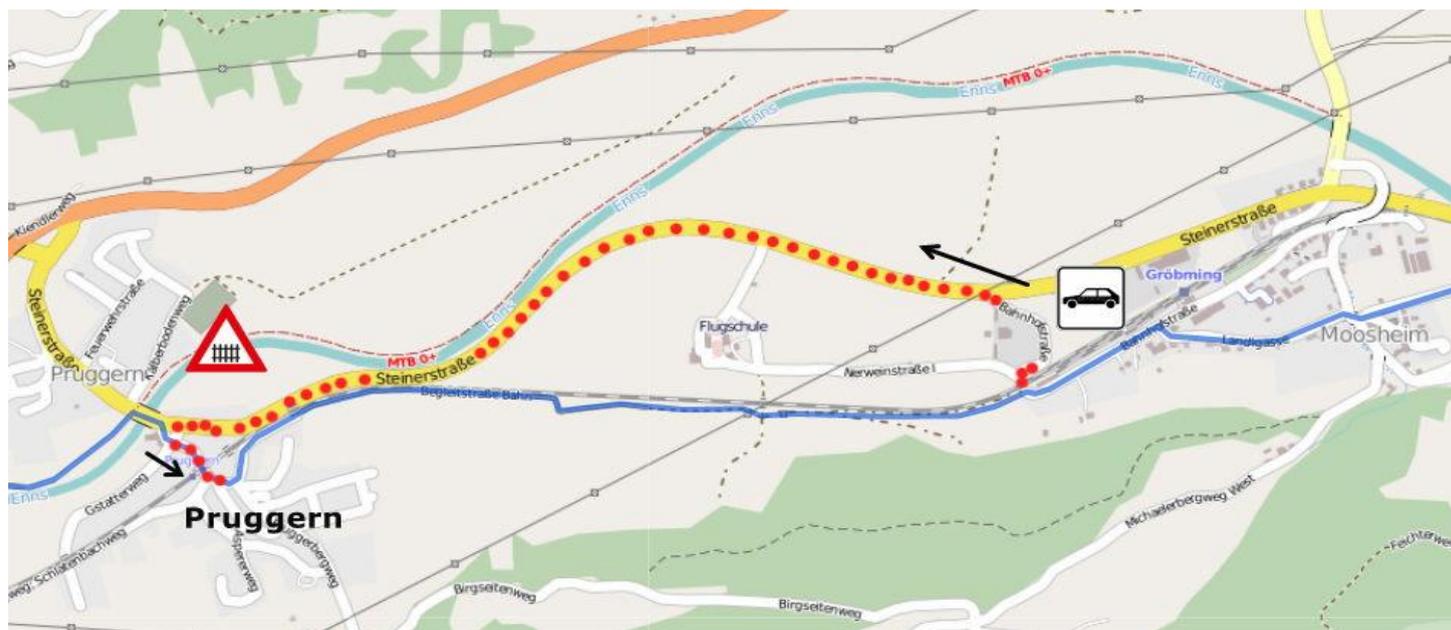
Überquerung der Bahngleise- Pruggern, Pruggernbergweg

Km13,1 links **L712**, Überquerung der Brücke, danach links entlang der Enns

KaiserFani Weg

**!ACHTUNG! In Aich(km17,9) ist eine Betreuung möglich**

## Information für Betreuer:



GPS Daten: 47°25'23.5"N 13°52'31.4"E

km 12,6 Vorschlag für einen möglichen Treffpunkt mit der/dem Athlet/In

Adresse:  
Gemeinde Michaelerberg-Pruggern  
Pruggern 96  
A-8965 Michaelerberg-Pruggern

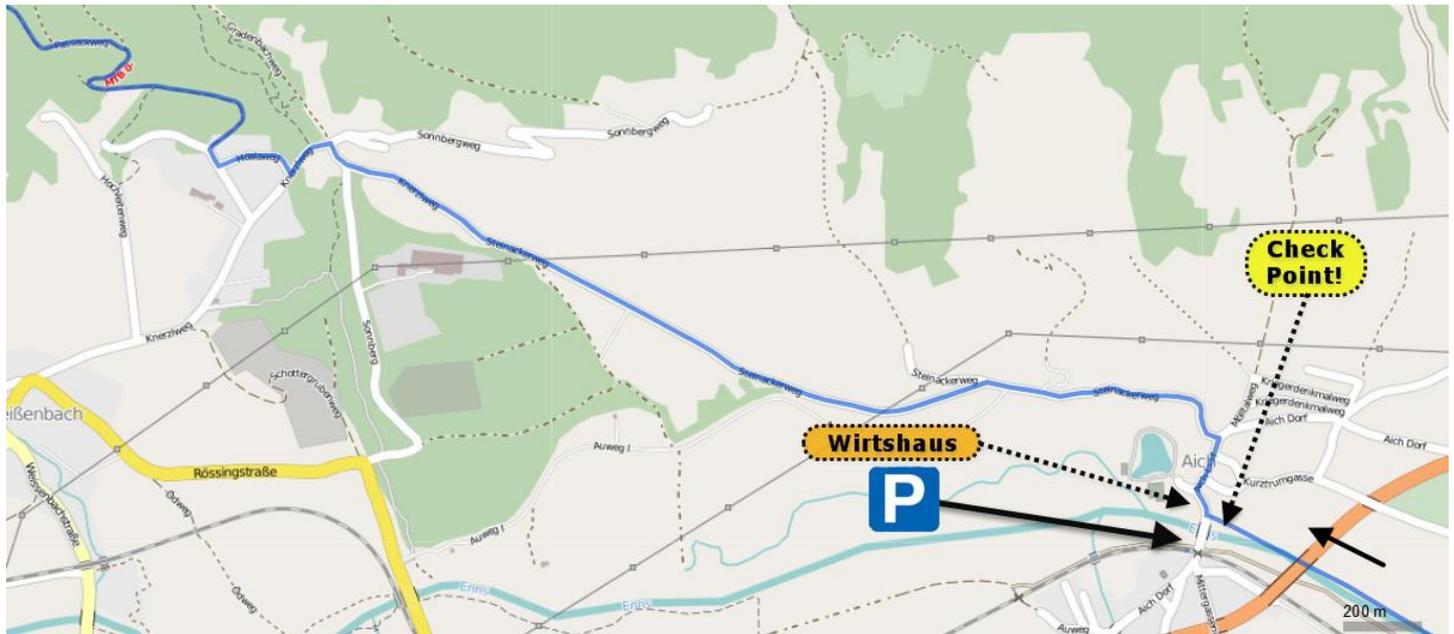


## Laufstrecke Abschnitt V: 13,1 bis 15,7 km



Fluss aufwärts entlang der Enns  
Km15,7 Überquerung der Straße  
Flussaufwärts entlang der Enns **RichtungAich**

## Laufstrecke Abschnitt VI: 15,7 bis 21 km



**Cut-off-Zeit für das Laufen bis zum CP Aich: 19:00 Uhr**  
[PLAN B: Cut-off-Zeit für das Laufen bis zum CP Aich: 19:30 Uhr]

**Km 17,9 Check Point Aich, MH-700m**  
**GPS Daten: 47°25'15.9"N 13°49'16.9"E**  
**Adresse: Aich 22, A-8966 Aich-Assach**

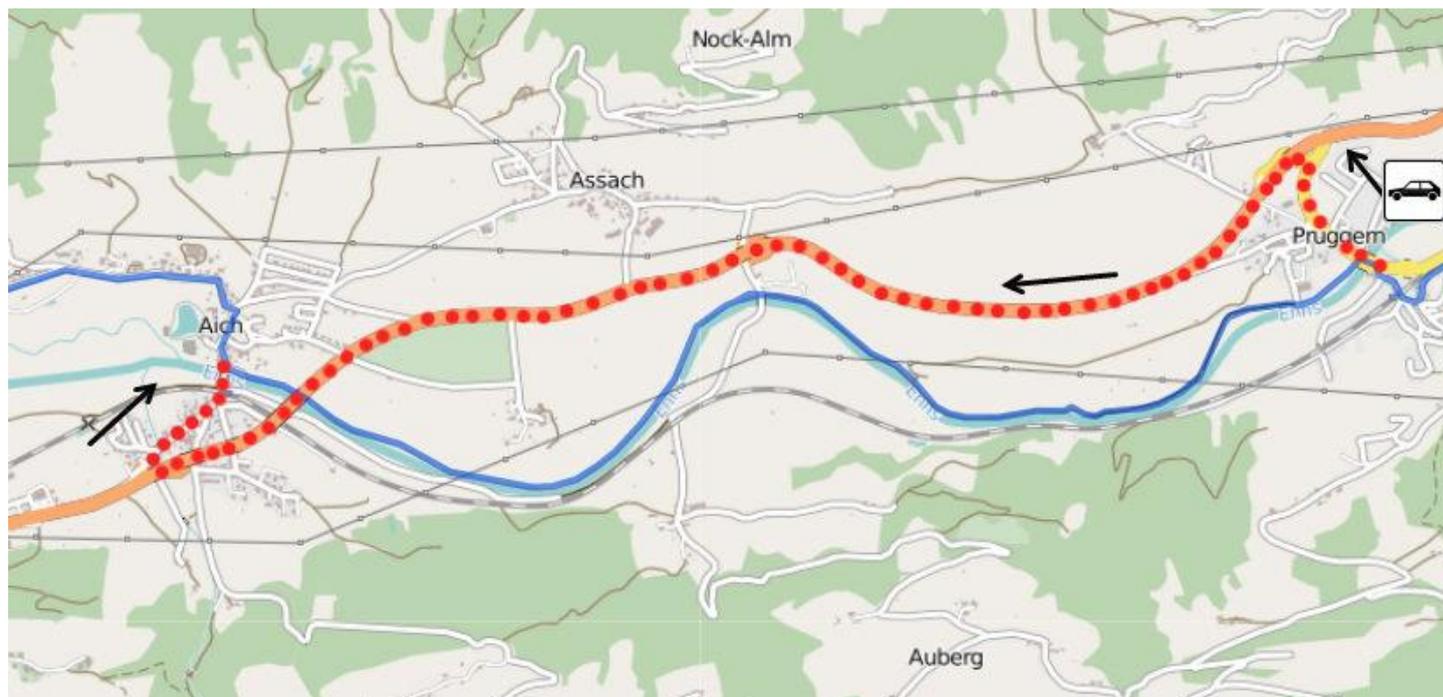


## Erwartete AthletInnen Ankunft um ca. 12:25 Uhr

Parkplätze auf beiden Flussufern vorhanden  
aus dem Check Point rechts hinaus Richtung Dorfplatz  
km 18,1 links abbiegen Richtung Steinackerweg  
**dem Straßenverlauf Steinackerweg folgen**  
km 18,8 links Steinackerweg folgen  
km 20,6 Kreuzung links abbiegen Richtung Weißenbach  
km 20,8 rechts abbiegen Richtung Hoalaweg  
km 21 rechts abbiegen und nächste rechts in den Passeckweg  
dem Weg folgen

**!ACHTUNG! Ab Silberkarklamm (km 27,8) ist eine Betreuung möglich**

## Information für Betreuer:



GPS Daten: 47°25'15.9"N 13°49'16.9"E

km 17,9Vorschlag für einen möglichen Treffpunkt mit der/dem Athlet/In

Adresse:  
Parkplatz  
Aich 22  
A-8966 Aich-Assach



## Laufstrecke Abschnitt VII: 21 bis 24,4 km



Passeckerweg folgen

km23,3 Weissenbacherweg folgen Richtung Jausenstation Burgstaller

km24,4 Jausenstation Burgstaller, MH-912m

**Erwartete AthletInnen Ankunft um ca. 12:50 Uhr**

Rössingweg folgen!

## Laufstrecke Abschnitt VIII: 24,4 bis 28 km



**Cut-off-Zeit für das Laufen bis zum CP Silberkarklamm: 20:00 Uhr**  
**[PLAN B: Cut-off-Zeit für das Laufen bis zum CP Silberkarklamm: 20:30 Uhr]**

Rössingweg folgen

Km 27,1 rechts abbiegen Richtung Silberkarklamm

**Dieser Abschnitt ist nur am Renntag offen --Privat!!!!**

Trinkwasserbrunnen rechts

**Km 27,6 Check Point Silberkarklamm, MH-1010m**

**GPS Daten: 47°26'05.8"N 13°43'03.3"E**

**Adresse: Gabäckerweg, A-8972 Ramsau am Dachstein**



**Erwartete AthletInnen Ankunft um ca. 13:14 Uhr**

**!ACHTUNG! Ab hier wird mit dem Betreuer gelaufen**

Das **Betreuerfahrzeug** muss auf den Parkflächen der Firma **Lodenwalker** abgestellt werden!

Richtung Westen den Wegschildern folgen

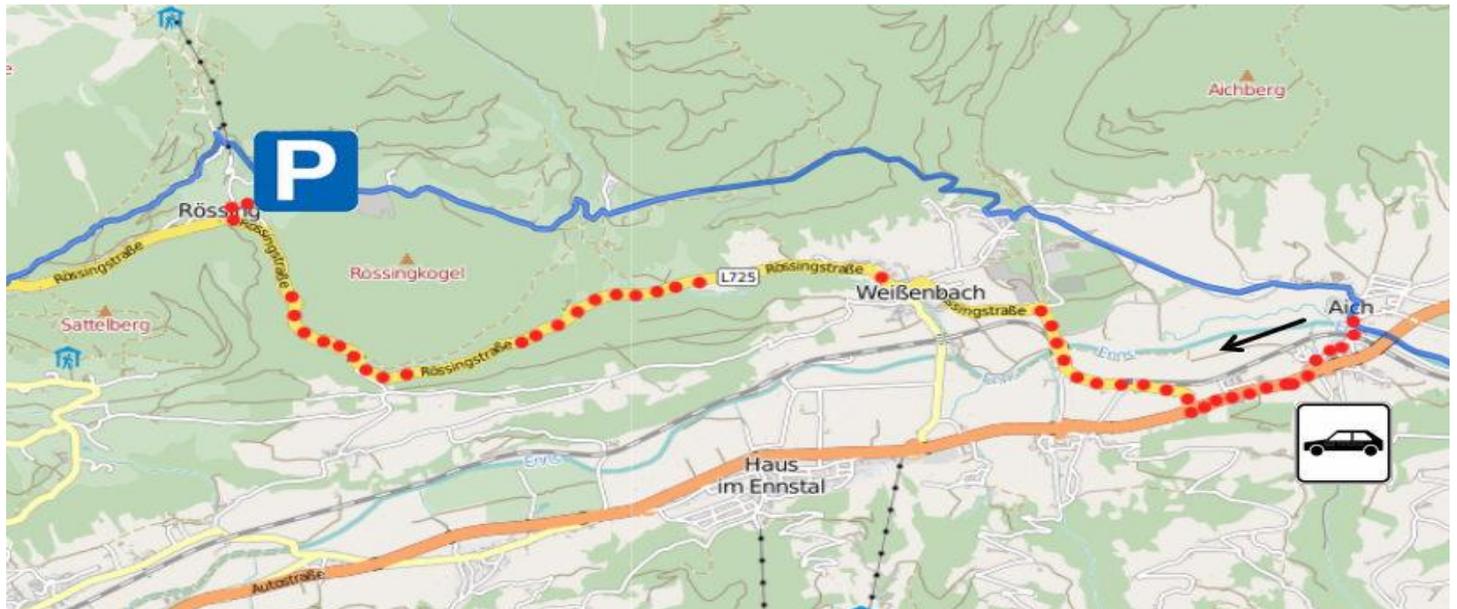
km 28 Hof durchlauf Jausenstation: Fliegenpilz, MH-1030m

Gabäckerweg folgen

**!ACHTUNG! Ab hier verpflichtend mitzuführen:**

- **Trinkrucksack (mindestens 1 Liter Flüssigkeit)**
- **Energieriegel**
- **Notfalldecke**
- **Warme Jacke**
- **Stirnlampe**

# Information für Betreuer:



GPS Daten: 47°25'46.6"N 13°43'12.2"E

**Hier muss das Betreuer Fahrzeug abgestellt werden!**

Adresse:

Parkplatz LWS – Loden Walker Sport

Rössing 122

A-8972 Ramsau am Dachstein



Es fährt im Stundentakt ein Bus von der Talstation Dachstein (Ziel) zu den Parkplätzen der Firma Lodenwalker.



650 m Fußweg zum Checkpoint Silberkarklamm

## Laufstrecke Abschnitt IX: 28 bis 33,3 km



km 29,8 Landesstraße L725

km 30,3 rechts abbiegen Richtung Angererweg

Trinkwasserbrunnen rechts

Am alten Bauernhaus vorbei, am Weg bleiben

Dem Angererweg folgen

dem Panoramaweg folgen

km 31,3 vorbei, rechts in den Feistererweg

links in den Hochfellnerweg

km 32 rechts auf den Gruberweg

### **!ACHTUNG! Weidevieh**

Km 32,4 Gruberwirt

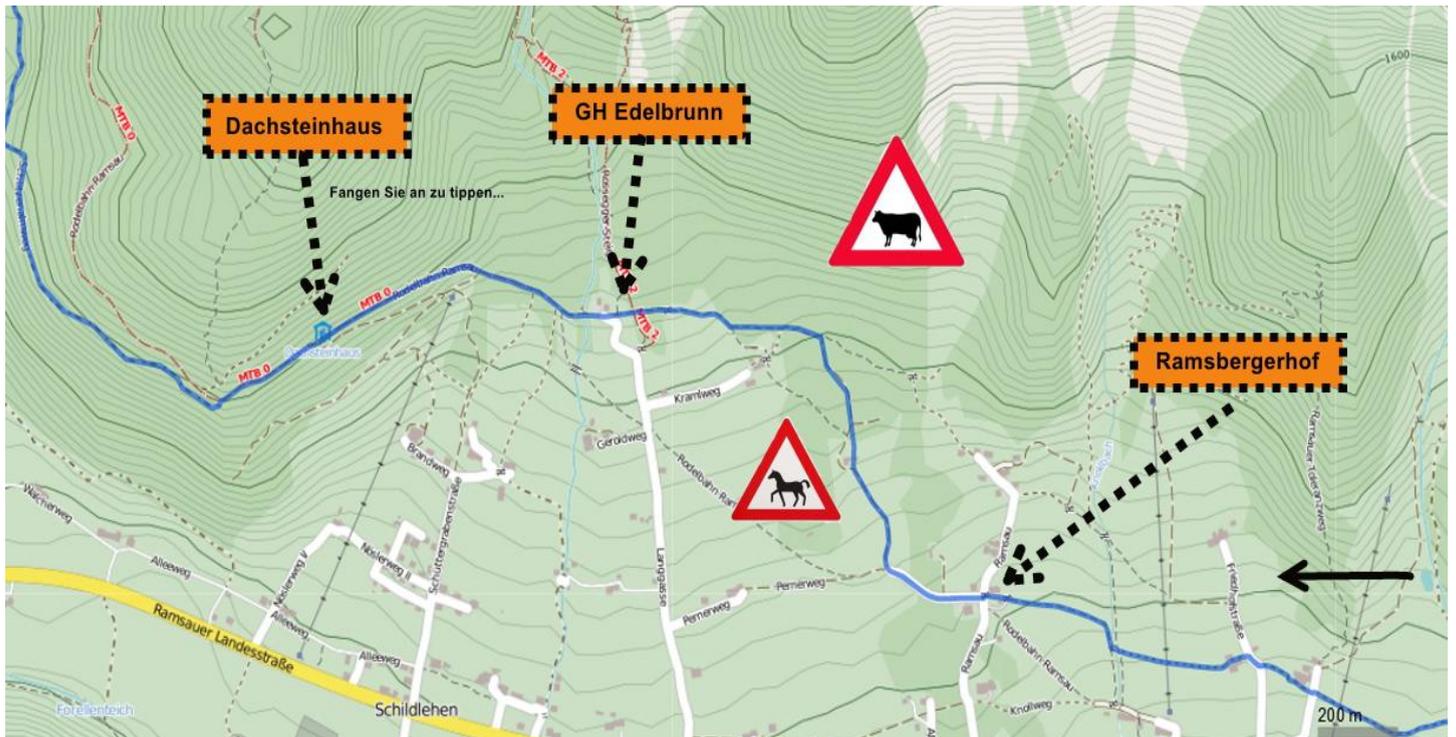
Km 32,5 rechts abbiegen beim „Sporthof Hotel Austria“ vorbei

Km 32,7 links abbiegen Stierergrabenweg „Bio Hotel Ramsauerhof“

rechts, dem Weg Richtung Westen folgen

Km 33,3 Straßenüberquerung (Mayerhoferweg) am Bauernhof vorbei

## Laufstrecke Abschnitt X: 33,3 bis 36,5 km

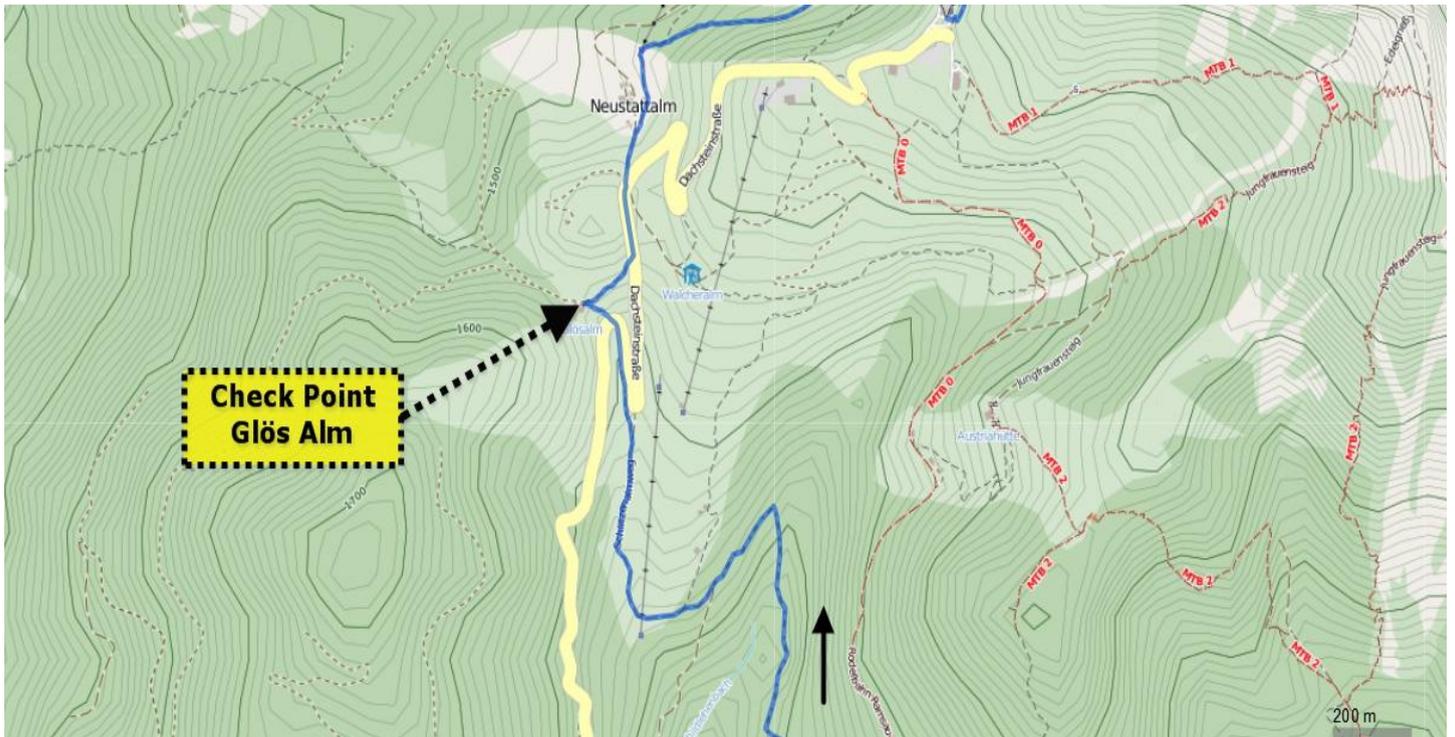


Km33,4 Überquerung der Friedhofstraße rechts hinauf  
links abbiegen- durch den Bauernhof  
dem Weg folgen  
km34,1 am „Ramsbergerhof“ vorbei

**!ACHTUNG! Durchgang verboten!**

Weiter Richtung Pernerweg  
Km34,4 dem Weg rechts folgen Richtung Gasthof „Edelbrunn“  
Km35,5 Gasthof „Edelbrunn“, MH-1333m  
Dem Weg folgen Richtung „Dachsteinhaus“  
km36,3 Dachsteinhaus, MH-1440m  
km36,5 links abbiegen Richtung Glösalm auf den Schlitzentalweg

## Laufstrecke Abschnitt XI: 36,5 bis 39,6 km



**Cut-off-Zeit für das Laufen bis zum CP Glösalm: 22:15 Uhr**  
**[PLAN B: Cut-off-Zeit für das Laufen bis zum CP Glösalm: 22:45 Uhr]**

**Achtung: Teams starten hier zu dritt!**

Team Fahrzeug kann hier geparkt werden!

dem Almweg folgen  
km38,8 links abbiegen zur Glösalm  
km39,1 Straßen überquerung

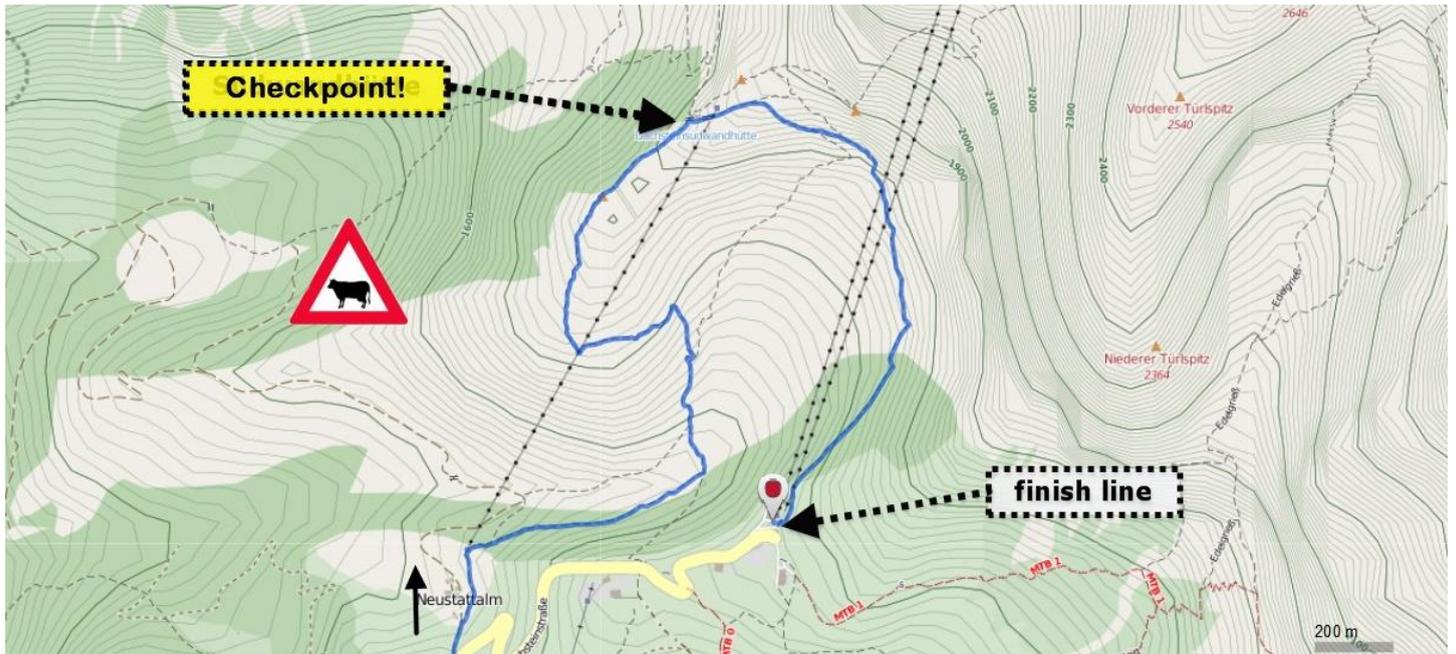
**CheckPoint Glösalm, MH-1510m**  
**GPS Daten: 47°26'42.8"N 13°36'20.6"E**  
**Adresse: Schildlehen 41, A-8972 Ramsau am Dachstein**



**Erwartete AthletInnen Ankunft um ca. 14:10 Uhr**

Dem Weg folgen Richtung Neustadtalm  
km39,6 rechts hin auf Richtung Südwandhütte

## Laufstrecke Abschnitt XII: 39,6 bis 43,6 km



Km40,5 links Richtung Südwandhütte  
Durchquerung der steinernen Figuren  
links halten Richtung Südwandhütte  
auf dem Weg bleiben

**km 42 Check Point Südwandhütte, MH-1910m**

**GPS Daten: 47°27'35.3"N 13°36'55.3"E**

**Adresse: Ramsau 357, A-8972 Ramsau am Dachstein**

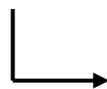


**Erwartete AthletInnen Ankunft um ca. 14:25 Uhr**

weiter Richtung Talstation Dachstein

km 43,6 Ziellinie Talstation Dachstein, MH-1702m

GPS Daten: 47°27'02.6"N 13°37'03.6"E



**Abgabe des GPS Tracking System!**

**Erwartete ZIEL Ankunft um ca. 14:35 Uhr**

**Zielschluss: 00:00 Uhr**

**[PLAN B: Zielschluss: 00:30 Uhr]**

Es fährt im Stundentakt ein Bus von der Talstation Dachstein zu den Parkplätzen der Firma Lodenwalker und Glösalml!



## Erläuterungen zur Schwimm-, Rad- und Laufstrecke

### Schwimmstrecke:

Die Schwimmstrecke verläuft in der Mur, dem Hauptfluss der Steiermark der durch Österreich, Slowenien, Kroatien und Ungarn fließt und in Teilen seines Verlaufs auch die Grenze zwischen den Staaten bildet. Die Wasserqualität beträgt Güteklasse zwei.

### Radstrecke:

Bezüglich Höhenmeter ist dieses Teilstück das Anspruchsvollste. Denk daran, deine Kräfte richtig einzuteilen und wähle ein entsprechendes Tempo.

#### Gaberl

Am Gaberl, einer ehemaligen Römerstraße, angekommen kannst du schon erstmals Richtung Dachstein sehen. Jetzt geht es steil bergab ins Murtal.

#### Lachtal

Wenn du am Hohegg angekommen bist, wirst du landschaftlich immer wieder belohnt. Die Burg Rothenfels im Wölzertal ist eine der wenigen mittelalterlichen Burgen, die ihr ursprüngliches Aussehen bis heute erhalten hat.

#### Sölkpass

Der Sölkpass mit Steigungen zwischen acht und 15% erhebt sich nun vor dir. Er verbindet das Ennstal im Norden mit dem oberen Murtal im Süden und überquert dabei die Schladminger Tauern.

Am Sölkpass bist du auf einer Höhe von 1.790 Metern. Als Belohnung für deine bisherigen Mühen fährst du ins schöne Tal ab. **ACHTUNG**, gefährliche Abfahrt!

#### Checkpoint

An jedem Checkpoint bist du dazu verpflichtet, mit der Crew verbalen Kontakt aufzunehmen!

Hotline **+43 664 755 333 03** Bei Aufgabe eines Athleten muss das Organisationsteam zumindest telefonisch unter der Hotline-Nummer **+43 664 755 333 03** darüber informiert und das GPS Tracking System am nächst gelegenen Checkpoint abgegeben werden!

## **Laufstrecke:**

### Sölksperr

An der grandiosen Sölksperr steigst du vom Rad ab und kannst die Schönheit der Natur so richtig in dir aufsaugen. Ab hier beginnt die Laufstrecke.

### Strubschlucht

Es geht in die Strubschlucht; diese trennt das Klein- und Großsölkta. Über Jahrhunderte hat der Bach Marmoradern freigelegt, die in der Schlucht gut sichtbar sind.

### Michaelerberg-Pruggern/Aich

Nach ungefähr neun Kilometern erreicht ihr Michaelerberg-Pruggern. Die Ortsgemeinde entstand als autonome Körperschaft im Jahre 1850.

### Silberkarklamm

Die Silberkarklamm ist eine romantische Wildwasserklamm im Herzen des Dachsteingebiets. Im 15. Jahrhundert wurde Silber hier abgebaut. Wilde Natur mit alpinen Pflanzen entlang der rauschenden Wasserfälle führt zur Silberkarhütte.

### Lodenwalker

In diesem traditionsreichen Gewerbebetrieb aus 1434 werden feine Anzüge und Kostüme, praktische Jacken, Mäntel, strapazierfähige Sport- und Winterbekleidung sowie Schladminger Socken und Accessoires aus reiner Schurwolle produziert. Führungen werden das ganze Jahr über an Wochentagen angeboten.

**Hier parken die Betreuer.**

### Ramsau am Dachstein

Ramsau am Dachstein ist die größte steirische Tourismusgemeinde mit einem sonnigen, waldreichen, nach Süden offenen Hochplateau. Die Ortschaft ist eine Streusiedlung an der Dachstein-Südseite mit einer Naturparklandschaft auf drei Etagen.

Ramsau-Türlwand: 1.700 m bis 1.900 m, eine nach Süden offene Hochalmfläche mit weitläufigen Wandernetzen zu den Dachstein-Schutzhütten.

Von der Aussichtsplattform Dachstein-Skywalk bietet sich ein unvergleichlicher Ausblick.

### Südwandhütte

Die Dachstein Südwandhütte liegt am Fuß der Dachstein Südwände auf 1.910 Meter Seehöhe. Kürzester Anstieg über bequemen Fußweg von der Gletscherbahn in ca. 35 Gehminuten, schöne Rundwanderwege zurück zum Parkplatz.

Herrliche Aussicht von der Sonnenterrasse! Hier werden Sie mit regionalen Speisen und Getränken verwöhnt. Ausgangspunkt für Hüttenwanderungen, sämtliche Klettertouren und Klettersteigen im Dachsteingebiet. Nächtigung im Zimmer oder Lager mit telefonischer Voranmeldung.

GPS Tracking System - [www.simtime.at](http://www.simtime.at)

Hotline**+43 664 755 333 03**

Bei Aufgabe eines Athleten muss das Organisationsteam zumindest telefonisch unter der Hotline Nummer **+43 664 755 333 03** darüber informiert und das GPS Tracking System am nächst gelegenen Checkpoint abgegeben werden!

Tipps für Übernachtungen

Nahe der Startlinie: [www.hotel-graz-flughafen.at](http://www.hotel-graz-flughafen.at)

[www.info-graz.at](http://www.info-graz.at)

[www.graztourismus.at](http://www.graztourismus.at)

Nahe der Ziellinie: [booking.ramsau.com](http://booking.ramsau.com)

---

# PLAN B

## Hohentauern

**Alternativstrecke sollte der Sölkpass  
gesperrt sein –  
folge der Streckenführung auf Seite 47**

***Hinweis:* Alle Cut-off Zeiten werden um  
30 Minuten erhöht!**



Distanz: 210,4 km  
Anstieg: +3.530 HM

# PLAN B

## Schwimmen

---

Das Schwimmen ist von einigen Faktoren abhängig, die nicht von uns im Voraus bestimmt werden können.

Am Tag des Briefings wirst du über die Wettervorhersage informiert. Somit sind wir abhängig von

- **Wetter: Bei Gewitter!**
- **der Strömung: Bei extremer Strömung und/oder Hochwasser tritt Plan B in Kraft.**

Um möglichst gut darauf vorbereitet zu sein, gibt es einen Plan B für den Schwimmteil beim Austria eXtreme Triathlon.

Es wird anstelle der Schwimmstrecke zwei Runden à 4 km vom Altarm-Thondorf Richtung Süden gelaufen und wieder retour, bevor ihr dann aufs Rad wechselt.

**Startzeitpunkt: 05:00 Uhr früh, WZ 1**

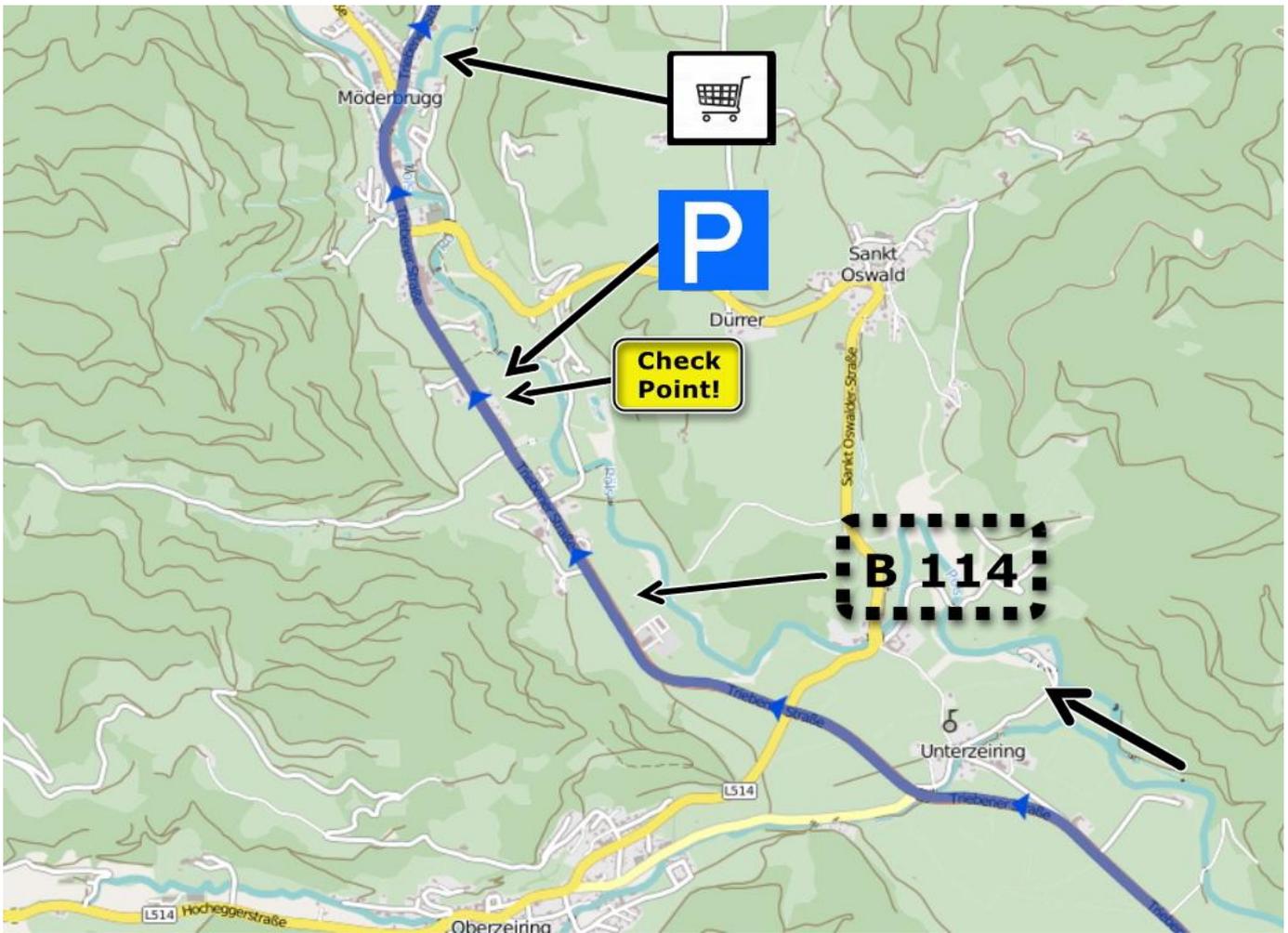
# PLAN B

## Radstrecke Hohentauern

### Alternativstrecke

Notizen:

## Plan B Radstrecke Abschnitt I: 110 bis 127km

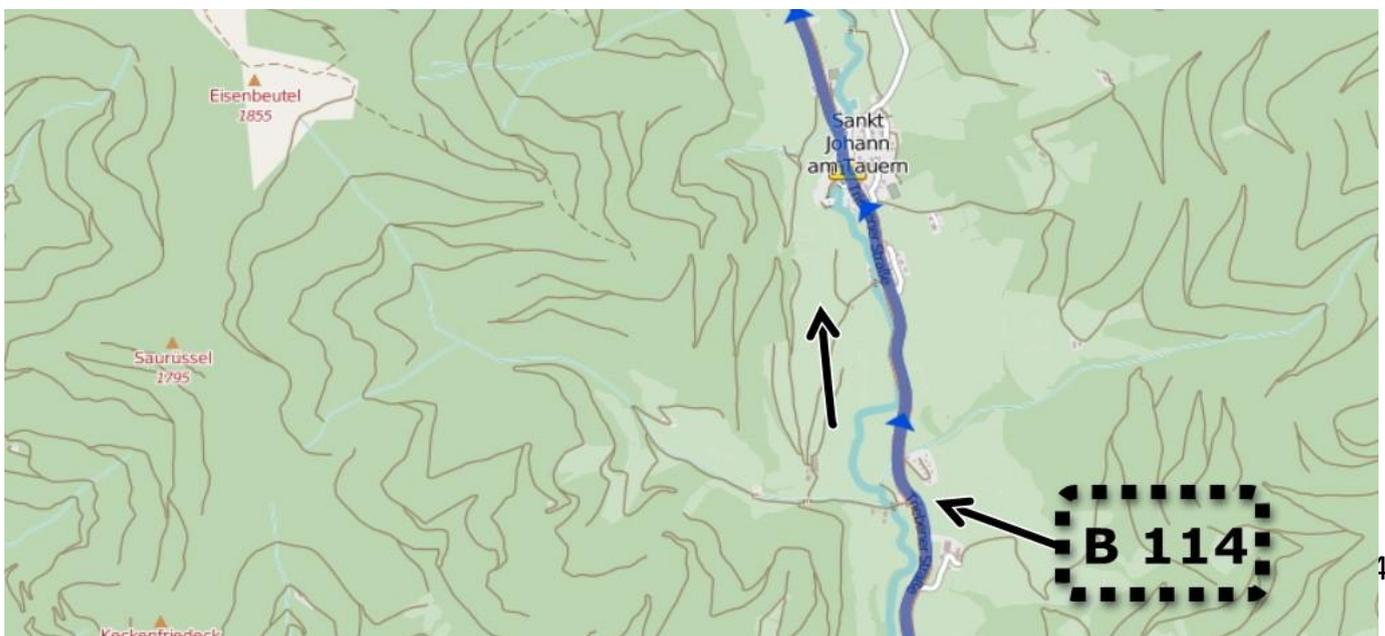


B114 folgen

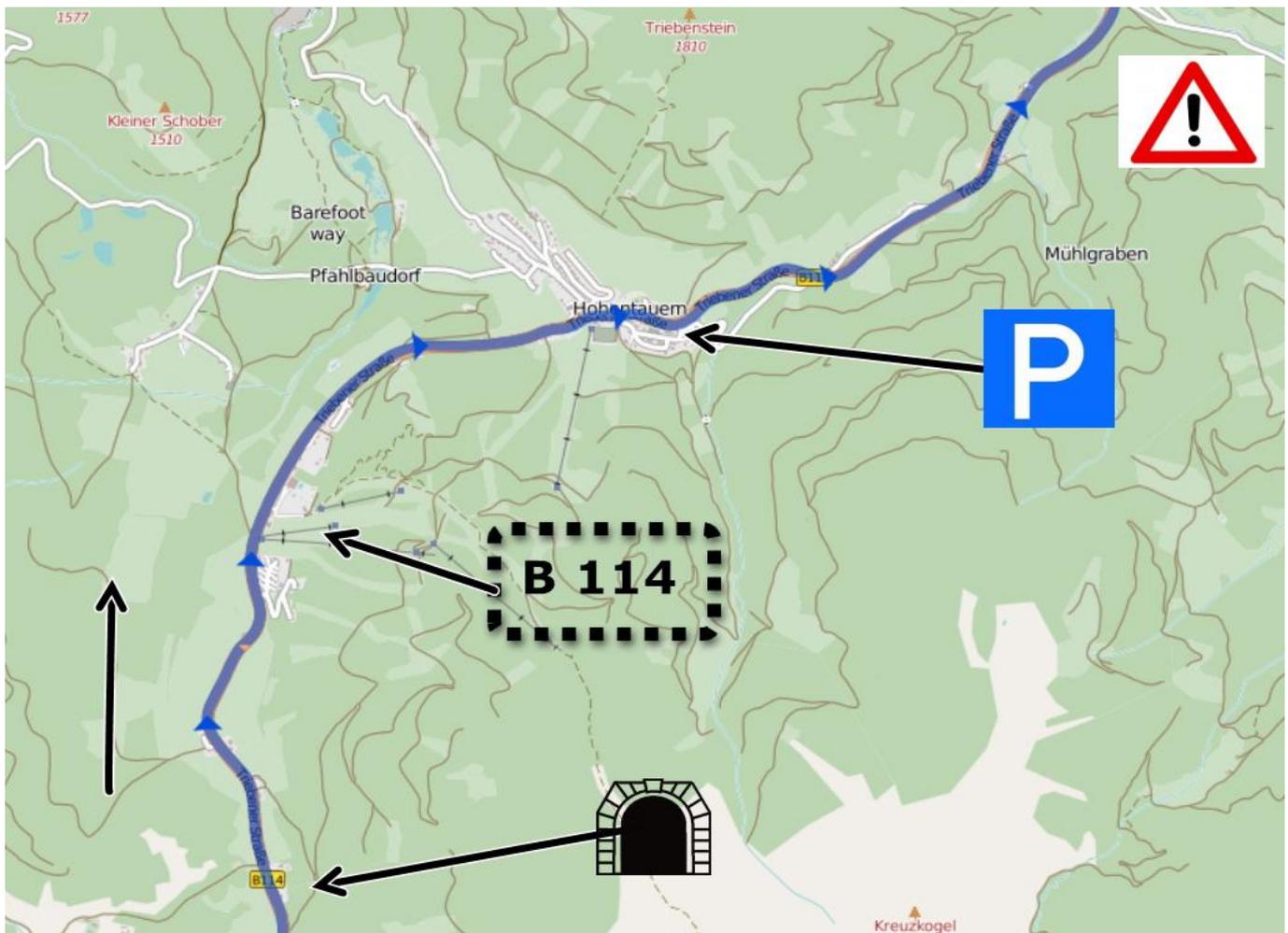
Km115 Check Point Möderbrugg, MH-900m, Parkfläche  
GPS Daten: 47°16'14.3"N 14°29'11.8"E



Erwartete AthletInnen Ankunft um ca. 8:30 Uhr



## Plan B Radstrecke Abschnitt II: 127 bis 141 km



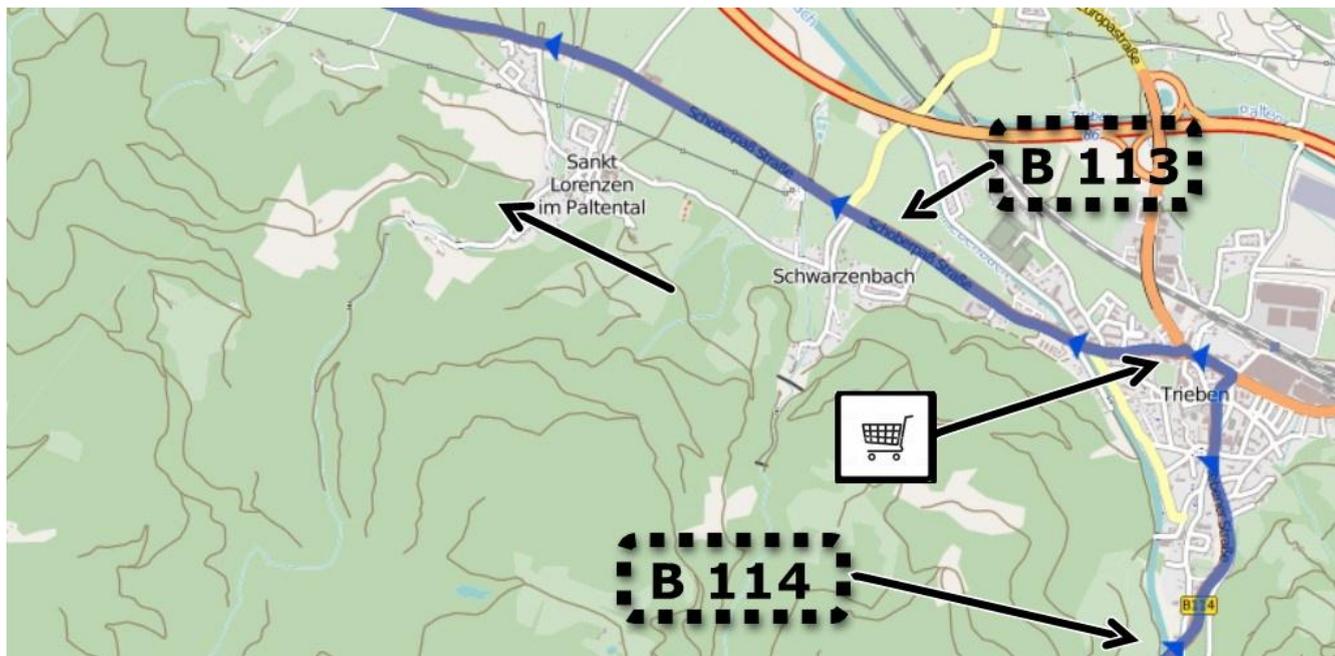
km127 Durchfahrt Tunnel

km130 Durchfahrt des Ortes **Hohentauern**

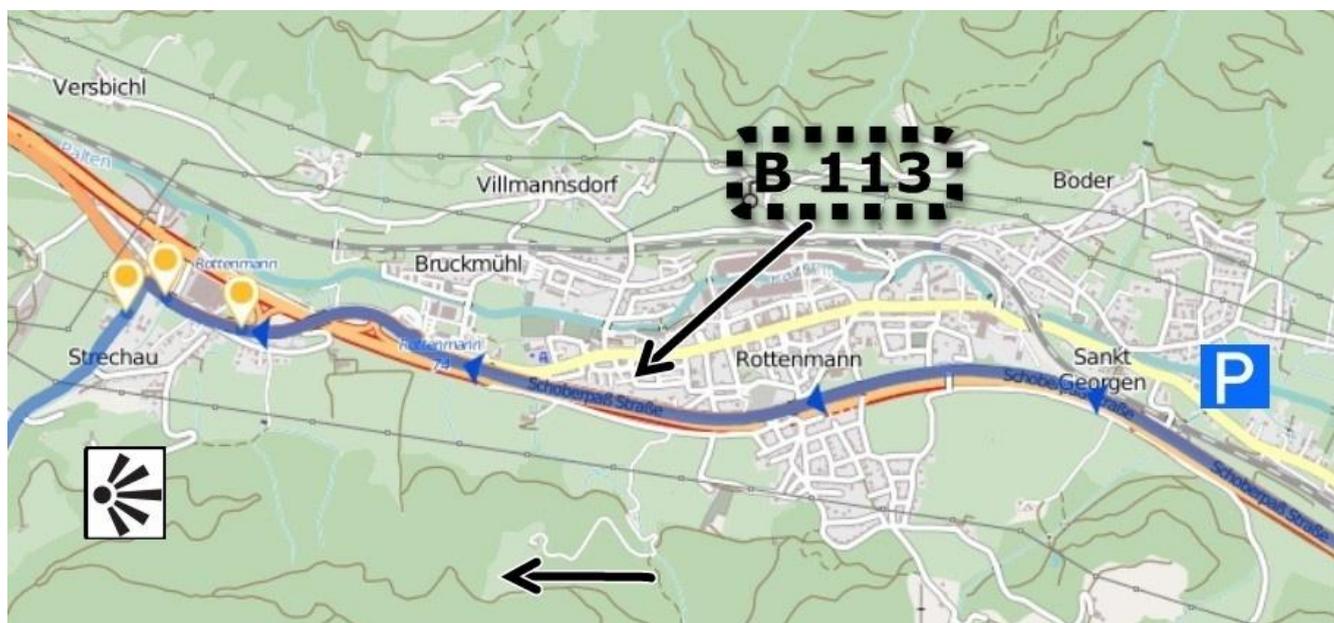
km131 Parkfläche rechts

**!ACHTUNG! Gefährliche Abfahrt**

## Plan B Radstrecke Abschnitt III: 141 bis 160 km



- B114 folgen
- Km143,5 Durchfahrt des Ortes Trieben
- Km144 links abbiegen auf B113 Richtung Rottenmann
- km144,5 Supermarkt BILLA



- km152,5 Überquerung der Autobahn
- km155 Blick auf Burg Strechau
- km156,5 Kreisverkehr, 2.Ausfahrt Richtung Oppenberg
- km157 Überquerung der Autobahn
- Km158 links abbiegen auf Oppenbergstraße L739
- L739 folgen**

## Plan B Radstrecke Abschnitt IV: 160 bis 176 km



Km160 rechts Überquerung der Brücke  
dem Straßenverlauf folgen

**km165 Check Point Oppenberg, MH-1106m**  
**GPS Daten: 47°29'22.5"N 14°16'39.7"E**



Km165,5 rechts abbiegen auf Vorbergstraße  
Vorbergstraße/Vorbergweg folgen

**!ACHTUNG! Freilaufendes Vieh**  
**!ACHTUNG! Schmale Straßen**

**Erwartete AthletInnen Ankunft um ca. 09:30 Uhr**

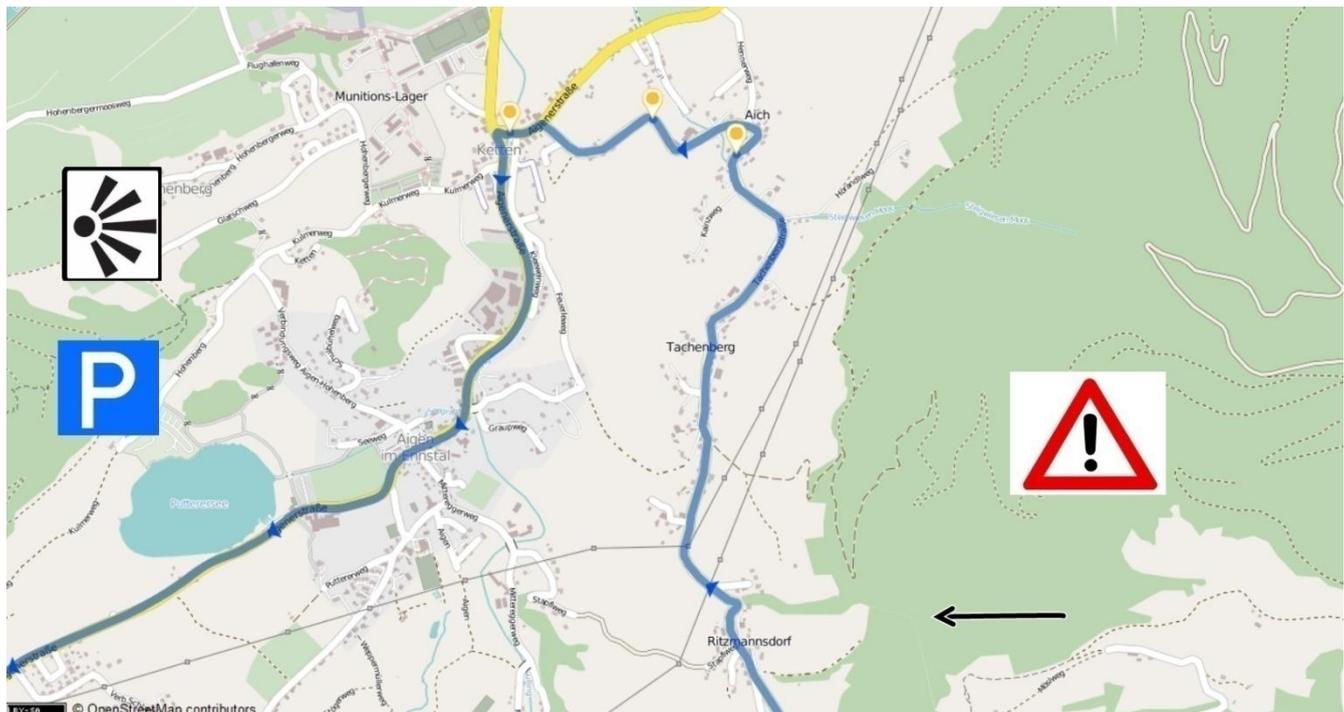


**!ACHTUNG! Gefährliche Abfahrt**

Km175 Parkfläche rechts

**!ACHTUNG! Gefährliche, kurvenreiche Abfahrt**

## Plan B Radstrecke Abschnitt V: 176 bis 184 km



Km180 Durchfahrt des Ortes **Ritzmannsdorf**  
dem Straßenverlauf folgen  
**Durchfahrt Tachenberg**

Tachenbergerstraße folgen  
STOP Tafel, links abbiegen Richtung Ketten **L741**  
Km181,5 Kreisverkehr 2.Ausfahrt **Richtung Irnding**

Aigenerstraße folgen

**Durchfahrt Aigen im Ennstal**  
Km182,2 Supermarkt SPAR  
dem Straßenverlauf folgen

## Plan B Radstrecke Abschnitt VI: 184 bis 210,4 km



Km186 Durchfahrt des Ortes **Irdning**  
dem Straßenverlauf auf Glattjoch Straße **B75** folgen  
km187,2 Kreisverkehr 2. Ausfahrt **Richtung Öblanerstraße**  
km188 Kreisverkehr 2. Ausfahrt **Richtung Öblanerstraße**



Öblanerstraße folgen  
Km201,5 Einfahrt **Stein an der Enns**  
Km202 links abbiegen **Richtung Sölkpaßstraße L704**  
**Erwartete Athletinnen Ankunft ca. 11:00 Uhr**  
Km 210,4 WZ 2 Sölksperr  
GPS Daten: 47°23'31.6"N 13°58'57.3"E



# Austria eXtremeTriathlonOrganisation



**Maria Schw**  
Präsident



**Kathrin Schwarz**  
Organisation



**Hugo Schwarz**  
Organisation



**Andreas Kampf**  
Design



**Erich Schwarz**  
Koordinator



**Joachim Krenn**  
Öffentlichkeitsarbeit

## Partnerschaften

### **TOURIPRINT**

Ein Muss für Tourismus. TOURIPRINT richtet sich an alle Tourismusregionen, deren Mitgliedsbetriebe sowie den begleitenden Werbeagenturen. TOURIPRINT bietet effiziente Katalogerzeugung für Tourismusverbände und erleichtert die Arbeit aller beteiligten Personen. Durch optimierte Prozesse wird Zeit und Kosten gespart.

[www.touriprint.com](http://www.touriprint.com)

### **Versicherungsagentur Schwarz&Partner**

Versichern bedeutet auch, zu vertrauen – denn im Fall des Falles müssen Sie sich auf den jeweiligen Versicherungsschutz verlassen können. Mit der Versicherungsagentur Schwarz&Partner haben Sie einen professionellen Partner gewählt, der sich zuverlässig um Ihren Versicherungsschutz kümmert.

[www.versicherungsteam.at](http://www.versicherungsteam.at)

### **Ramsau am Dachstein**

Urlaub in Ramsau am Dachstein – Die Quelle deiner Kraft. Familienurlaub, Wandern, Klettersteige, Dachsteingletscher, Langlaufen, Skifahren und vieles mehr.

[www.ramsau.com](http://www.ramsau.com)

### **Planai& Hochwurzen**

Was wäre ein Jahr ohne neue Projekte? Auch heuer wird wieder eifrig an neuen Attraktionen und Highlights für die Gäste der Planai-Hochwurzen-Bahnen getüftelt. Ein Ski-Museum, ein Kinderland und eine Go-Kart Bahn sind im Entstehen.

[www.planai.at](http://www.planai.at)

### **Dachstein**

Der Dachstein, der erste Gletscher der Alpen von Osten her, zählt zu den fünf meistbesuchten Ausflugszielen der Steiermark. Schon die Auffahrt mit der Dachsteinseilbahn ist ein Erlebnis. Stützenlos werden 1.000 Höhenmeter, vorbei an steil abfallenden Felswänden, in nur sechs Minuten überwunden. Am Dachsteingletscher angekommen, erschließt sich der Zugang zu einer grandiosen Hochgebirgslandschaft mit der wohl breitesten Angebotspalette im gesamten Alpenraum.

[www.derdachstein.at](http://www.derdachstein.at)

### **Oatsnack**

The great taste of oats

[www.oatsnack.de](http://www.oatsnack.de)

### **Der Reparaturdienst**

Der Reparaturdienst aller Art vom Gartenzaun bis zum Aktenschrank.

[office@derreparaturdienst.at](mailto:office@derreparaturdienst.at)

### **IQGruppe**

Die iQ Gruppe besteht aus fünf Unternehmen die alle Planungen und Arbeiten rund ums Flachdach für Dachdecker, Spengler und Schwarzdecker ausführen. Die iQ Vertriebs GesmbH & Co KG sowie die iQ Dämmstofftechnik beschäftigt sich mit der Dämmung des Flachdaches. Von der Ausarbeitung eines Gefälleplans inkl. Schnittliste bis zur Bestellung der entsprechenden Dämmung sind Sie bei uns bestens beraten. Die iQ Works GmbH & Co KG liefert für die Verlegung der Dämmung perfekt geschultes

Leihpersonal. Die iQ LIKU GmbH & Co KG hingegen befasst sich mit der Dachsicherheit, Planung und Montage von Seilsystemen sowie der jährlichen Wartung der Anlagen.

[www.iq-gruppe.at](http://www.iq-gruppe.at)

### **Die Brauerei Gratzer**

Die Brauerei Gratzer ist eine private Kleinbrauerei aus der Ökoregion Kaindorf im oststeirischen Hügelland und wurde von Alois Gratzer - Braumeister und Diplom-Biersommelier - im Jahr 2002 gegründet. Die perfekte Kombination aus guter Luft und wunderbarer Natur sowie der Verzicht auf genetisch veränderte Rohstoffe, chemische Aromen oder das Versetzen mit Kohlensäure machen das naturtrübe Bier aus der Brauerei Gratzer zu einem der Besten. Außerdem braut der Hase seit 2011 CO2 neutral.

[office@brauereigratzer.at](mailto:office@brauereigratzer.at)

[www.brauereigratzer.at](http://www.brauereigratzer.at)

### **Lodenwalker**

Wenn sich auch Gebäude, Maschinen und Erzeugnisse allmählich gewandelt haben, so ist doch der Geist, der die Lodenwalke beseelt, unverändert geblieben. Im Hochgebirge, in 1000 Meter Höhe, ist kein Platz für Spekulation und sie kann auch einen Betrieb nicht durch fünf Jahrhunderte in Blüte halten. Aber hier ist ein guter Boden für solide, zähe und heimatverwurzelte Arbeit. Gleich geblieben ist die Verbindung des Betriebes mit der heimischen Bevölkerung und die Liebe jedes einzelnen Arbeiters zum Werk.

Nichts ist bei uns auf den Schein berechnet, alles auf die Erhaltung des alten guten Rufes unserer Erzeugnisse. Dieser Leitsatz unserer Vorfahren muss auch uns und unsere Nachkommen für die Zukunft verpflichten. Viele liebe Gäste besuchen uns in unserem ruhigen und dabei doch so fleißigen und strebsamen Bergwinkel. Sie fühlen sich wohl in der alten Lodenwalke und freuen sich, eine so zuverlässige Bezugsquelle entdeckt zu haben. Ihnen allen, die unseren Stoffen und Waren ihr Vertrauen schenken, wünschen wir nach alter Sitte:

G'sund tragen!

[www.lodenwalker.at](http://www.lodenwalker.at)

### **KWER-Event**

Ihr Partner für Eventmanagement und Moderation.

Spezialisiert auf Sport, Mode, Kunst, Gesundheit und Unterhaltung.

Josef Gerhard Pflieger

E-Mail:[office@kwer-event.at](mailto:office@kwer-event.at)

[www.kwer-event.at](http://www.kwer-event.at)

### **Zahnatelier Univ. Prof. DDr. Polansky**

Der Weg zu schönen und gesunden Zähnen führt oft über die moderne Zahnmedizin. Um ein Höchstmaß an Ästhetik, Funktion und Langlebigkeit zu erzielen, erfordern zahnärztliche Sanierungen Spitzenleistungen in den Teilbereichen der Parodontologie, Implantologie, Kieferorthopädie und restaurativer Zahnheilkunde. Ein entscheidender Erfolgsfaktor ist eine zielgerichtete Behandlungsplanung basierend auf einer umfassenden Diagnose. Am Beginn steht hier eine ausführliche Beratung, für die wir uns viel Zeit nehmen. Unsere Spezialisierung auf dem Gebiet der Parodontologie, Implantologie, Chirurgie mit minimal-invasiven Eingriffen und der Kieferorthopädie sowohl in der Kinder und Jugendlichen als auch in der Erwachsenenbehandlung - wird von vielen Zahnärzten in Form von Zuweisungen genutzt. Neben Höchstleistungen in der modernen Zahnmedizin erwartet Sie in unserer Praxis in Graz eine einladende Atmosphäre, modernes Ambiente sowie freundliche und kompetente Mitarbeiter.

[www.zahnatelier.at](http://www.zahnatelier.at)

## Ein Dank an alle

Der AustriaeXtreme Triathlon ist nur möglich durch die großzügige Unterstützung vieler netter Menschen. Unser herzlicher Dank gilt den Sponsoren, Bürgermeistern, Grundeigentümern, Gastwirten, der Feuerwehr, der Polizei und allen Fans entlang der Strecke!

Liebe Volunteers, erst durch eure helfende Hand wird der AustriaeXtreme Triathlon zur Realität! Herzlichen Dank für eure Zeit, eure Energie, euren Enthusiasmus und das Lösen der vielen kleinen Probleme zwischen Start und Ziel.

**Dein OK Team: Maria, Hugo, Joachim, Andreas, Erich, Kathrin**



Impressum:

Verein Austria eXtreme Triathlon  
Lendplatz 34  
A-8020 Graz  
[www.autxtri.com](http://www.autxtri.com)  
E-Mail: [office@autxtri.com](mailto:office@autxtri.com)

RechtlicheHinweise:

ZVR-Zahl 206118759

© Copyright 2023 by Verein Austria eXtreme Triathlon



## Legende

<p>Internationaler Notruf 112</p>		<p>Supermarkt</p>	 <p>Parkfläche(n)</p>
<p>Rettung 144</p>		<p>Bahnübergang</p>	 <p>geregelt Ampel</p>
<p>Bergrettung 140</p>		<p>besondere Aussicht!</p>	 <p>öffentliche Trinkwasserstelle</p>
<p>Polizei 133</p>		<p>freilaufendes Weidevieh!</p>	 <p>Achtung Gefahrenstelle!</p>
<p>Austria eXtreme Triathlon Hotline Nr. +43 664 755 333 03</p>	<p>MH Meereshöhe</p>		 <p>Wegweiser</p>
	<p>Stroßnbuach= Roadbook</p>		<p>Haundbuach = Manual</p>