



Fünf Tiroler Aktive, die ohne Bewegung in der Natur nicht leben können Ein Trialbiker, eine Trailrunnerin, ein Extremkletterer, eine Mountainbikerin und eine Profi-Kletterin

Die Tiroler Natur animiert die Menschen, sich zu bewegen. Mal ganz natürlich zu Fuß, mal etwas ungewöhnlicher auf dem Bike oder fast waghalsig am steil aufragenden Fels. Jeder hat in Tirol seine Lieblingsbewegung. Und glücklicherweise gibt es für alle aktiven Tiroler und Gäste und für jede Sportart auch den richtigen Platz. Das beste daran: Diese Plätze sind auch noch richtig schön. Fünf sportlich aktive Tiroler und Tirolerinnen und die Orte, an denen sie ihren Sport am liebsten ausüben.

Tom Öhler, 34, Profi-Trialbiker aus Innsbruck

Der Trialbiker, der zur Entspannung zum Trailbiker wird

Dieser Mann bewegt sich auf zwei Rädern sicherer als auf seinen eigenen Beinen. Sprünge hinauf und hinunter, von einem Stein zum anderen, über tiefe Abgründe hinweg, Drehungen um die eigene Achse stehend und in der Luft und dann plötzlich auf einem winzigen Vorsprung und auf nur einem Rad: das Gleichgewicht halten. Für Tom Öhler scheint das die natürlichste Art der Fortbewegung zu sein. „Ich bin zu Fuß tollpatschiger als auf dem Rad. Und wenn ich mal spazieren gehen muss, sagen die Leute, ich hätte überhaupt keine Körperspannung und würde extrem unsportlich aussehen.“ Dabei ist Öhler Bike Trial Weltmeister. Seit dem Ende seiner Sportler-Karriere ist Öhler jetzt Profi-Radfahrer. Wobei radeln bei Öhler eben eher springen und balancieren heißt. Mit seiner Trialbike-Show ist er auf der ganzen Welt unterwegs und beeindruckt die Menschen mit dieser schier unglaublichen Körper- und Rad-Beherrschung. Was macht einer wie Öhler, wenn er zu Hause in Innsbruck ist? Na, eben Rad fahren. „Ich fahre seit über 20 Jahren Trial und liebe es immer noch. In Innsbruck gehe ich also gerne mal auf den Landhausplatz, wo man super Skaten und BMX fahren kann. Oder ich fahre mit der Muttereralmbahn hinauf in den Bikepark.“ Als Ausgleich zum Trial geht Öhler übrigens gerne auch mal Mountainbiken, zum Beispiel auf der Arzler Alm, auf der Nordkette, direkt über Innsbruck. Da wird dann aus dem Trial ein Trail und aus den Hindernissen Wurzeln. Und springen kann man schließlich auch beim Bergabfahren.

Elisabeth Osl, 32, Mountainbike-Gesamtweltcup-Siegerin aus Kirchberg

Auf den Singletrails rund um Kitzbühel die Freiheit entdecken

Den ganzen Tag auf dem Bike. Das macht Lisi, wie Freunde sie nennen, überhaupt nichts aus. Im Gegenteil. Dann fühlt sie sich erst so richtig frei. „Ich brauch nur mein Rad und die Berge“, sagt die Profi-Mountainbikerin. Die Berge hochzuradeln war für Osl noch nie ein Problem. Runter, das musste sie erst lernen, um an den Cross-Country-Wettbewerben und den Olympischen Spielen teilnehmen zu können. „Meine Kondition half da wenig, da musste ich richtig viel Fahrtraining absolvieren.“ Und es hat sich ausgezahlt, das viele Training. 2001 wurde sie in die Nationalmannschaft berufen, 2008 wird sie bei den Olympischen Spielen in Peking Elfte und 2009 gewinnt sie den Gesamtweltcup. Bis heute fährt Osl bis zu 20 Rennen im Jahr. „Bis ich 35 bin, will ich noch Rennen fahren“, sagt Osl. Und dann? Vermutlich bleibt die Frau, die ständig über Gran Canaria und Zypern, durch Südafrika und Australien radelt, dann einfach mal zu Hause in Kirchberg in Tirol. Immerhin hat sie am Gaisberg in Kitzbühel mittlerweile einen „eigenen“ Trail, den Lisi-Osl-Trail. Oder sie fährt dann ganz ohne Leistungsdruck den Fleckalm Trail, mit 7,7 Kilometern und rund 1.100 Höhenmetern einer der längsten Singletrails in Tirol. „Diese Länge macht den Fleckalm Trail so spannend. Es braucht einiges an Kondition und Konzentration, wenn man ihn bis zum Ende

sauber und schnell fahren möchte.“ Weniger konditionsstarke Biker können übrigens mit der Fleckalmbahn hinauf fahren und sich dann voll auf die Abfahrt konzentrieren.

Barbara Graf, 36, Hobby-Trailrunnerin aus Scharnitz Gut trainiert durch Österreichs größten Naturpark laufen

52 Kilometer. Das sind an sich schon nicht gerade wenig, wenn man sie zu Fuß zurücklegen muss. Wenn dann noch über 2.000 Höhenmeter dazu kommen, wird daraus der legendäre Karwendelmarsch. 2018 laufen die rund 2.500 Teilnehmer und Teilnehmerinnen von Scharnitz bis nach Pertisau mitten durch den Naturpark Karwendel. Gerade einmal 4 Stunden und 7 Minuten brauchte dafür im vergangenen Jahr der schnellste Läufer. Die schnellste Frau war 5 Stunden und 36 Minuten unterwegs. Barbara Graf, Hobbyläuferin aus Scharnitz, brauchte nur eine gute halbe Stunde länger. „2018 will ich diese Zeit noch verbessern“, sagt sie. „Für den Karwendelmarsch trainiere ich bis zu vier, fünf Mal pro Woche. Meistens entlang der Karwendelklamm oder durch die Gleirschklamm, das ist schön abwechslungsreich. Oder ich laufe auf die Alm von meiner Freundin Christl.“ Wer beim Karwendelmarsch mitlaufen möchte, muss sich nicht nur sehr rechtzeitig anmelden, man muss auch gut trainiert sein, denn wer länger als 8,5 Stunden unterwegs ist, fällt aus der offiziellen Wertung. Durch den mit 727 Quadratkilometer größten Naturpark Österreichs kann man aber auch etwas langsamer und entspannter wandern, zum Beispiel durch den beeindruckend schönen Ahornboden oder zum Karwendelhaus auf 1.771 Metern.

Guido Unterwurzacher, 33, Extremkletterer aus Going am Wilden Kaiser Die Fleischbank hinauf und durch die Goinger Wunderwelt

„Eine Mischung aus Spielplatz und Labyrinth“ nennt Guido Unterwurzacher seinen Wilden Kaiser. Und er muss es wissen, schließlich klettert er hier seit er zwölf Jahre alt ist. Und das nicht einfach so den Berg hoch. Die steilsten und schwierigsten Routen sind sein Lieblingsmetier, nicht nur am Wilden Kaiser. Unterwurzacher kletterte schon in Patagonien, Pakistan, China, Marokko, Kanada oder in den USA die Wände hoch. Manchmal übernachtet er sogar am Fels hängend, 800 Meter über dem Abgrund. Das liebt er besonders. „Das Schönste ist dann trotzdem immer das Heimkommen. Man muss sich gar nicht so sehr umschaun und nach Abenteuern suchen, die warten oft gleich hinter der eigenen Haustür.“ Zum Beispiel der legendäre Buhl-Quergang, den Unterwurzacher 65 Jahre nach dem berühmten Alpinisten Hermann Buhl erstmals frei durchkletterte – im neunten Schwierigkeitsgrad. „Das ist wie lebendiger Geschichtsunterricht, man klettert da an den alten Originalhaken vorbei.“ Doch so schwer muss es gar nicht sein am Wilden Kaiser, es gibt zahlreiche gut gesicherte Sportkletterrouten in allen Schwierigkeitsgraden. Zum Beispiel an der Hinteren Goinger Halt. Dort geht Unterwurzacher, der auch staatlich geprüfter Bergführer ist, gerne mit den Gästen hin. Sie gilt als der am einfachsten erreichbare Kaisergipfel im Bereich des Ellmauer Tors. Hier stehen auch die steil abfallenden Felswände Fleischbank, Christaturm oder Totenkirchl. Und man sieht so bekannte Kletterrouten wie die Goinger Wunderwelt, Des Kaisers neue Kleider oder das Spiel der Narren. „Für uns ist das der ideale Standort für Kletterkurse für jene, die erst anfangen zu klettern und die anderen, die sich weiterbilden wollen.“

Barbara Zangerl, 30, Kletterprofi aus Strengen am Arlberg Die einzige Frau, die bis zu 8b klettert, findet auch in Tirol ihre Lieblingsrouten

Sechs Jahre lang ist Barbara Zangerl eigentlich nur gebouldert. Ohne Seil immer ein paar Meter hochklettern und dann abspringen. Auf Weltklasseniveau. Bis ein Bandscheibenvorfall sie zwang aufzuhören. „Das war extrem hart für mich, denn Seilklettern interessierte mich bis dahin nicht. Doch dann habe ich es therapiemäßig angefangen. Das hat mir die Augen geöffnet. Die ganzen Sportklettermöglichkeiten in Tirol kannte ich ja gar nicht.“ Seitdem hat Zangerl fast das komplette Climbers Paradise Angebot in Tirol erklettert. Die Route „Der Seewächter“ am Piburger See im Ötztal ist ihr gerade an heißen Sommertagen eine der liebsten, da kann man sich danach so schön abkühlen. „Die Route ist sehr steil und bietet eine lässige Kletterei mit coolen Zügen und einer harten Boulderstelle am Ende.“ Auf dem Ötztaler Sonnenplateau Niederthai befindet sich die Route „Le Miracle“. „Das ist eine der schönsten Routen, die ich kenne“, sagt Zangerl. „Es gibt ganz wenige Risse in Tirol und deswegen ist das schon eine Spezialroute und eine meiner Lieblingsrouten.“ Einfach ist sie aber nicht, 7b lautet der Schwierigkeitsgrad. Le Miracle gehört zu den fünf „Great Lines“ in Tirol, die vor allem durch das Landschafts- und Naturerlebnis, den Routenverlauf, die Felsbeschaffenheit und mit Schwierigkeitsgraden zwischen 6 und 7 bestechen. Für Zangerl kein Problem. Sie klettert bis zu 8b und oft Routen, die vor ihr noch keine Frau

erklettert hat. Ob sie manchmal Angst hat? „Beim Klettern muss man sich oft überwinden oder über sich selbst hinauswachsen, aber das macht diesen Sport auch so aufregend und spannend.“ Vielleicht ist es genau das, warum das Klettern gerade so beliebt ist und auch immer mehr Frauen anlockt.

Diese und weitere spannende Tiroler Persönlichkeiten und ihre Erlebnisse in Tirol finden Sie unter: www.love.tirol.

Die eigenen Erlebnisse und schönsten Landschaftsaufnahmen kann jeder Tirol-Besucher mit dem Hashtag #lovetirol versehen. Mit ein bisschen Glück werden diese Postings dann als Tiroler Herzmomente auf www.love.tirol geteilt.

Weitere Informationen:

Tirol Werbung, Manuela Mörtenbäck
Maria-Theresien-Straße 55, A-6020 Innsbruck
Tel.: +43.512.5320.656
Fax: +43.512.5320.92656
manuela.moertenbaeck@tirolwerbung.at
www.presse.tirol.at

Informationen für Medien:

Nina Genböck, genböck pr + consult
Märkisches Ufer 28, 10179 Berlin
Tel.: +49.30.2248 7701
Fax: +49.30.2248 7703
nina.genboeck@genboeckpr.de
www.genboeckpr.de