

Langlauf-Tradition im Hochschwarzwald: Über 100 Loipen und der Rucksacklauf als großes Skiabenteuer

Sonnenschein und leichte Minusgrade: In den höheren Lagen des Hochschwarzwaldes herrschen derzeit gute Wintersportbedingungen. Auf Skilangläufer:innen warten über 100 Loipen mit einer Gesamtlänge von rund 700 Kilometern, die bei entsprechender Schneelage täglich frisch präpariert werden. Neben kürzeren Rundtouren und anspruchsvollen Höhenloipen führt durch die Ferienregion auch der Fernskiwanderweg von Schonach zum Belchen. Dieser bietet am 18. Februar 2023 die Bühne für eines der letzten großen Skiabenteuer: den traditionellen Rucksacklauf um den Wäldercup über 100 Kilometer.

Hinterzarten, 07.02.2023: Eine frisch gespurte Loipe, die sich wie ein endloses Band durch die schneebedeckte Winterlandschaft zu ziehen scheint – Langlauf-Herz, was willst du mehr? Mit mehr als 100 Loipen bietet die Ferienregion Hochschwarzwald eine große Auswahl an Tourenmöglichkeiten. Die Mehrzahl davon wird sowohl für den klassischen Stil als auch für die Skating-Technik gespurt. Das gesamte Streckennetz ist vom Deutschen Skiverband zertifiziert und einheitlich ausgeschildert. Unterwegs stehen Wintersportler:innen an einigen Orten Loipenhäuser, die zeitweise bewirtet sind und sanitäre Anlagen sowie Umkleidemöglichkeiten bieten, und Schutzhütten zur Verfügung.

Beste Bedingungen finden Langläufer:innen beispielsweise rund um Schonach, Schönwald und Furtwangen vor: Die **Farnberg-Loipe in Schönwald** ist für beide Laufstile geeignet und führt durch ruhige und sonnige Täler, vorbei an prächtigen Schwarzwaldhöfen. Auf der 9 Kilometer langen Runde sind 161 Höhenmeter zu überwinden. Start- und Zielort ist das Rothaus Loipenzentrum. Unterwegs laden das Hofcafé „nábbe duss“ und das Gasthaus Rößle im Weißenbachtal zu einer Pause ein.

Eine der höchstgelegenen Loipen im Hochschwarzwald ist die **Herzogenhorn-Loipe** im Wintersportgebiet Feldberg. Auf 1.300 Metern gelegen, bietet die mittelschwere Route (3,3 km, 35 Höhenmeter) eine hohe Schneesicherheit – und herrliche Sicht auf den Gipfel des Herzogenhorns. Verpflegung gibt es im Leistungszentrum, wo schon Olympia-Teilnehmer:innen trainiert haben. Hin kommt man nur über die 2,8 km lange Verbindungsloipe vom Feldbergpass aus. So richtig auspowern können sich Langläufer:innen auf **Oberzartener Loipe** in Hinterzarten. Die 7,9 Kilometer lange Tour führt vom Ortszentrum zunächst idyllisch am Zartenbach entlang. Dann folgen knackige Anstiege hinauf auf die Freiflächen rund um den Mathislehof. Insgesamt geht es 133 Höhenmeter auf und ab. Tipp: Mit dem Zug anreisen. Der Startpunkt am Kurhaus Hinterzarten ist nur zwei Minuten Fußweg vom Bahnhof entfernt.

Weitere Informationen zu diesen und allen weiteren Loipen im Hochschwarzwald:

www.hochschwarzwald.de/langlauf

Aktuelle Informationen zum Zustand der Loipen und den Schneebedingungen:

www.hochschwarzwald.de/schneebericht

Ein großes Abenteuer: Rucksacklauf um den Wäldercup am 18. Februar 2023

Er gilt als eines der letzten großen Skiabenteuer in Mitteleuropa: Der Fernskiwanderweg führt einmal quer durch den Hochschwarzwald – 100 Kilometer weit, mit 2.800 zu überwindenden Höhenmetern, von Schonach über den Brend, die Kalte Herberge, den Thurner, Feldberg und Notschrei bis zum Belchen. Eigentlich in 13 Einzeletappen unterteilt, wird der Fernskiwanderweg beim Rucksacklauf am Samstag, 18. Februar 2023, von den teilnehmenden Langläufer:innen am Stück bewältigt. Alle Starter:innen müssen einen Rucksack mit Mindestgewicht mitführen und selbst für Verpflegung, Wachs und Transport sorgen. Der Startschuss für das Rennen im klassischen Stil ertönt in Schonach um 7 Uhr morgens, um 7:30 Uhr folgt die Gruppe in der freien Technik (Skating). Für den Kleinen Rucksacklauf über 60 Kilometer befindet sich das Ziel bereits in Hinterzarten. Hier werden die ersten Läufer:innen ab 10:30 Uhr erwartet, die Zeitschnellsten werden im Anschluss direkt im Zielbereich geehrt. Zielschluss in Belchen-Multen ist um 17:30 Uhr. Anmeldung und weitere Informationen unter www.fernskiwanderweg.de.