



MTB & eMTB Bikeguide

MARIA ALM | DIENTEN | MÜHLBACH

 *Der Gipfel der Gefühle*



Weitere
Information:



More
information:

Kulinarische Königstouren

MIT DEM e-MTB

Genuss wird in der Hochkönig Region das ganze Jahr über großgeschrieben. Mit den kulinarischen Königstouren „Gipfelstürmer“ und „Gipfelglück“ erweitert die Region im Sommer den Genusshorizont um zwei e-Bike-Touren. Das Besondere: Auf diesen speziell ausgewählten Touren verbinden sich optisches, kulinarisches und sportliches Vergnügen zu einem perfekten Mix.

Diese Vielfalt wird nicht nur passionierte Biker begeistern. Beide Touren werden nach Wunsch sogar von einem professionellen Guide begleitet. Dank verschiedener Gourmet-Themen und unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden gibt es für jeden Geschmack und jede sportliche Vorerfahrung die richtige Runde.

Culinary „Königstouren“

With the e-MTB

Culinary pleasure plays an important role in the Hochkönig Region throughout the year. The „Gipfelstürmer“ and „Gipfelglück“ culinary tours extend the horizon of delights in the region this summer by further 2 e-bike tours. What’s more, these specially selected tours offer you pleasure in a perfect mix of visual, taste and physical exercise.

It’s not only passionate bikers that will love the variety. If requested, you can do both tours with a professional guide. Thanks to the variety of gourmet themes and different levels of difficulty, there is sure to be the right ride to suit every taste and every level of experience.



Gutscheine

Die Kulinarischen Königstouren sind auch als Gutscheine erhältlich. Ein tolles Geschenk, mit dem du einem besonderen Menschen eine Freude machen kannst.

Vouchers

The Culinary „Königstouren“ are also available in voucher form. They make a special present that is sure to bring joy. www.hochkoenig.at

MTB-Eldorado Hochkönig

Wer die Berge lieber mit dem Mountainbike statt zu Fuß erklimmen möchte, der muss sich in der Region Hochkönig wie im siebten Himmel fühlen. Erstreckt sich hier doch eine der spannendsten MTB-Regionen Österreichs.

Mehr als 20 Touren bieten Abwechslung ohne Ende. Das top aufbereitete Online-Tourenportal liefert schon vorab alle wichtigen Infos für eure Tour. Ob ihr mit eigener Kraft nach oben tretet, oder euch vom E-Bike unterstützen lässt, ist dann nur noch Formsache. Mit der **HochkönigCard** könnt ihr euch den schweißtreibenden Anstieg übrigens gerne auch ersparen. Ausgewählte Sommerbahnen bringen nicht nur euch, sondern auch euer Bike 1x pro Tag kostenlos nach oben.

MTB-Eldorado Hochkönig

If you're someone who prefers to conquer mountains on a mountain bike instead of on foot, you will love it here in the Hochkönig Region, one of the most exciting MTB regions in Austria.

There are more than 20 tours that bring you practically limitless variety. The superbly designed online tour portal enables you to access all the important information for your tour. Whether you prefer to ride under your own pedal power, or like to be supported by an e-bike is just a question of personal style. The HochkönigCard gives you an easy way of sparing yourself exhausting rides uphill though. Selected summer cable cars not only take you, but also your bike to the top once a day free of charge.



Weitere
Information:



More
information:





KÖNIGSTOUR

BIKE CHALLENGE
HOCHKÖNIG

Königstour Bike

3 Touren
3 Tage
3 Trophäen

King's Tour Bike

3 tours
3 days
3 trophies

Die neueste Herausforderung mit dem (E-)Bike führt Bike- und Naturbegeisterte 3 Tage lang durch die schönsten Ecken der Region Hochkönig. Light, medium oder big? Je nach Kondition und Motivation kann aus 3 verschiedenen Schwierigkeitsstufen zwischen 75 und 165 km ausgewählt werden. Dein Gepäck wird während der Tour zur nächsten Unterkunft transportiert, sodass du dich voll und ganz auf das Radfahren konzentrieren kannst. Dank des dichten Netzes an Ladestationen sind auch E-Biker bestens versorgt. Wer die Tour absolviert, kann sich über eine einzigartige Trophäe und einen Eintrag in die Finisher-Liste freuen.

The latest challenge with the (e-)bike takes bike and nature enthusiasts through the most beautiful corners of the Hochkönig region for 3 days. Light, medium or big? Depending on your level of fitness and motivation, you can choose from 3 different difficulty levels between 70 and 140 kilometres. Your luggage will be transported to your next accommodation during the tour so that you can concentrate fully on cycling. Thanks to the dense network of charging stations, e-bikers are also well catered for. Those who complete the tour can look forward to a unique trophy and an entry in the finisher list.

i Starterpakete, Unterkünfte & Gepäcktransport buchen: www.koenigstour.bike

i Book starter packages, accommodation & luggage transport: www.koenigstour.bike



Königstour light
↔ 75,9 km ▲ 3.687 hm



Königstour medium
↔ 101,7 km ▲ 4.601 hm



Königstour big
↔ 167,3 km ▲ 6.947 hm



Königstour Bike light Maria Alm 1

Start: Bergstation Natrunbahn
Beschilderung: Königstour light

Start: Natrunbahn mountain Station
Signage: Königstour light

Die Königstour light ist die ideale Wahl für alle, die das volle Königstour-Erlebnis genießen möchten – mit weniger Anstrengung, aber genauso viel Fahrspaß. Bereits zum Start an der Bergstation der Natrunbahn kann die Gondel für eine entspannte Auffahrt genutzt werden. Von dort führt der Weg zur Jufenalm und weiter über die neue Brimbachstrecke mit fabelhaften Ausblicken bis nach Hinterthal und weiter nach Dienten. Die zweite Etappe beginnt hier und startet gleich mit dem Anstieg Richtung Wastlhöhe, der alternativ auch mit der Bürglalmbahn zu bewältigen ist. Tag 3 führt von Mühlbach zurück zum Start in Maria Alm, wobei man direkt mit einer Fahrt mit der Karbachalmbahn in den Fahrradtag startet. Mit der HochkönigCard ist täglich ein Biketransport mit der Bahn inkludiert.

The Königstour light is the ideal choice for anyone who wants to enjoy the full Königstour experience – with less effort but just as much fun. The gondola can be used for a relaxed ascent right from the start at the Natrunbahn mountain station. From there, the trail leads to the Jufenalm and continues along the new Brimbach route with fabulous views to Hinterthal and on to Dienten. The second stage begins here and starts immediately with the ascent towards Wastlhöhe, which can also be tackled using the Bürglalm cable car. Day 3 leads from Mühlbach back to the start in Maria Alm, where you start your cycling day directly with a ride on the Karbachalmbahn cable car. The HochkönigCard includes a daily bike transport by train is included.



Tipp: Zum Start kommst du mit der Natrun Gondelbahn.

Tipp: To get to the start, take the Natrun gondola lift.

↔ 75,9 km ⌚ 12:40 Std. / h ▲ 3.687 hm ▼ 4.038 hm 🚲 schwer / hard



2 Königstour Bike Medium Maria Alm

Start: Infobüro Maria Alm
Beschilderung: Königstour medium

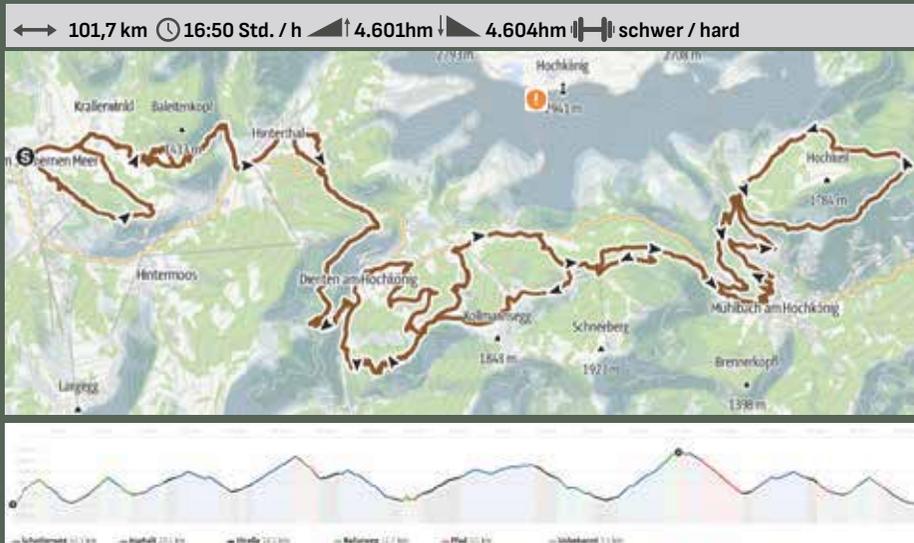
Die ideale Tour für ambitionierte Biker, die eine sportliche Herausforderung suchen, ohne auf Komfort und Genuss zu verzichten. Die Strecke startet in Maria Alm und führt über den Natrun und den neuen Brimbachweg bis nach Hinterthal und weiter nach Dienten. Hier endet die erste Etappe. Die zweite beginnt dann mit einem knackigen Anstieg oder alternativ mit der Bürglalmbahn Richtung Wastlhöhe und führt über den Nani & Mariedl Trail wieder hinunter. Weiter geht es nach Mühlbach, wo dich noch eine besonders aussichtsreiche Tour rund um den Hochkeil erwartet. Die dritte und letzte Etappe führt schließlich zurück zum Ausgangspunkt der Königstour Bike in Maria Alm.

Tipp: Die Bahnen dürfen bei Bedarf und je nach Öffnungszeiten mit genutzt werden.

Start: Maria Alm Tourist Information
Signage: Königstour medium

The ideal tour for ambitious bikers looking for a sporting challenge without sacrificing comfort and enjoyment. The route starts in Maria Alm and leads via the Natrun and the new Brimbachweg to Hinterthal and on to Dienten. The first stage ends here. The second begins with a challenging ascent or alternatively with the Bürglalmbahn cable car towards Wastlhöhe and leads back down via the Nani & Mariedl Trail. The route continues to Mühlbach, where a particularly scenic tour around the Hochkeil awaits you. The third and final stage finally takes you back to the starting point of the Königstour Bike in Maria Alm.

Tipp: The lanes may also be used if required and depending on opening times.



3 Königstour Bike Big Maria Alm

Start: Infobüro Maria Alm
Beschilderung: Königstour big

Die härteste der drei Königstour-Varianten führt über 165 km durch die schönsten Ecken der Region Hochkönig. Bei dieser Tour dürfen keine Lifte mitgenutzt werden. Bereits am ersten Tag verläuft die Strecke von Maria Alm ganz bis nach Mühlbach und inkludiert dabei einige der schönsten Bikewege und Trails der Region. Am zweiten Tag geht es von Mühlbach in einer Runde über Bischofshofen zurück bis nach Dienten, wobei der Flowtrail Hochkönig für besonderen Fahrspaß sorgt. Die letzte Etappe beinhaltet schließlich nochmal ein besonderes Highlight: Am dritten Tag geht es nämlich auf den 2.117 m hohen Hundstein, der ein traumhaftes Panorama bietet, und schließlich wieder hinunter in den Startort Maria Alm.

Tipp: Anspruchsvolle Tour mit spannenden Passagen.

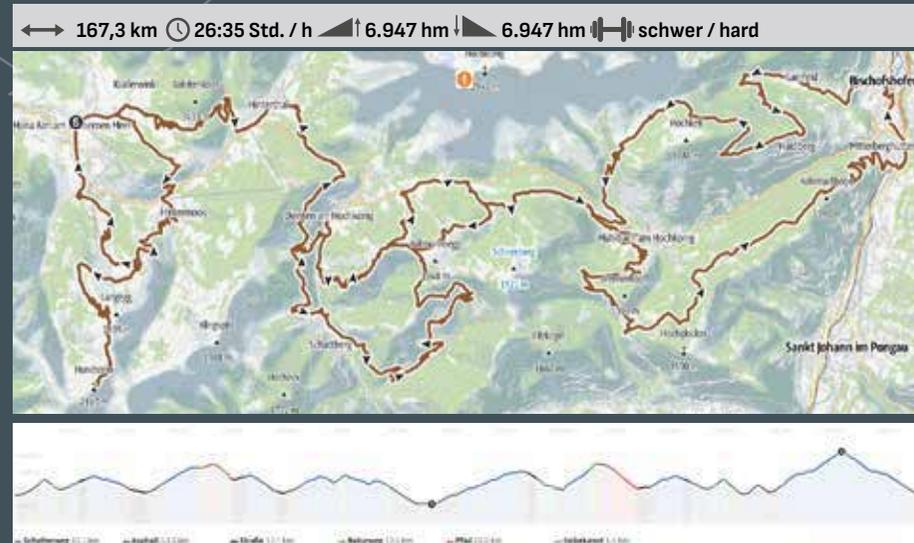
Aufgrund von Baustellen kann es bei dieser Tour zu Änderungen kommen.

Start: Maria Alm Tourist Information
Signage: Königstour big

The toughest of the three Königstour variants leads over 140 kilometres through the most beautiful corners of the Hochkönig region. No lifts may be used on this tour. On the first day, the route runs from Maria Alm all the way to Mühlbach and includes some of the most beautiful bike paths and trails in the region. On the second day, the route takes you from Mühlbach back to Dienten via Bischofshofen, with the Hochkönig flow trail providing extra riding fun. Finally, the last stage includes another special highlight: on the third day, the route leads up to the 2,117 metre high Hundstein, which offers a fantastic panorama, and finally back down to the starting point in Maria Alm.

Tipp: Demanding tour with exciting passages.

Due to roadworks there may be this tour may be subject to changes.



1 Ramseiden Runde Maria Alm

2 Kronreith Runde Maria Alm

Start: Infobüro Maria Alm
Beschilderung: MA 01 Ramseiden-Runde

Vom Infobüro Maria Alm fahrt ihr in Richtung Ortsausgang, nach ca. 100m rechts über eine Brücke, beim Moserwirt, auf einen Weg und folgt diesem bis Saalfelden-Schinking. Hier biegt ihr links ab, fahrt vorbei am Clubhaus des Golfplatzes und nach ca. 300 m kommt ihr rechts in den Ortsteil Rain. Vom Ortsteil Oedt geht es nach Ramseiden. Gegenüber der Anton-Wallner-Kaserne rechts abbiegen, folgt ihr dem Straßenverlauf ca. 1km und danach rechts in die Lichtenbergstraße. Über den Gasthof Kronreith geht es wieder zurück nach Maria Alm.

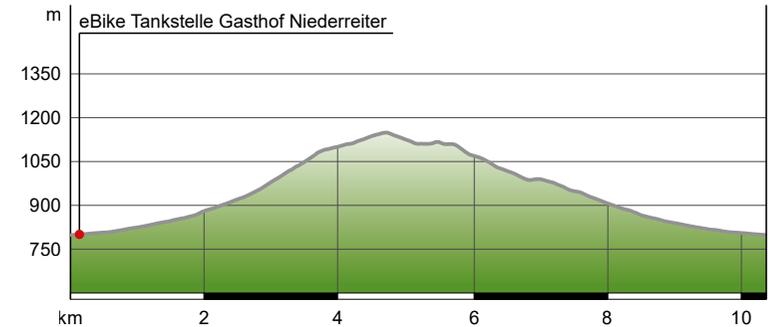
Tipp: Toller Aussichtspunkt beim Gasthof Kronreith

Start: Maria Alm Tourist Information
Signage: MA 01 Ramseiden-Runde

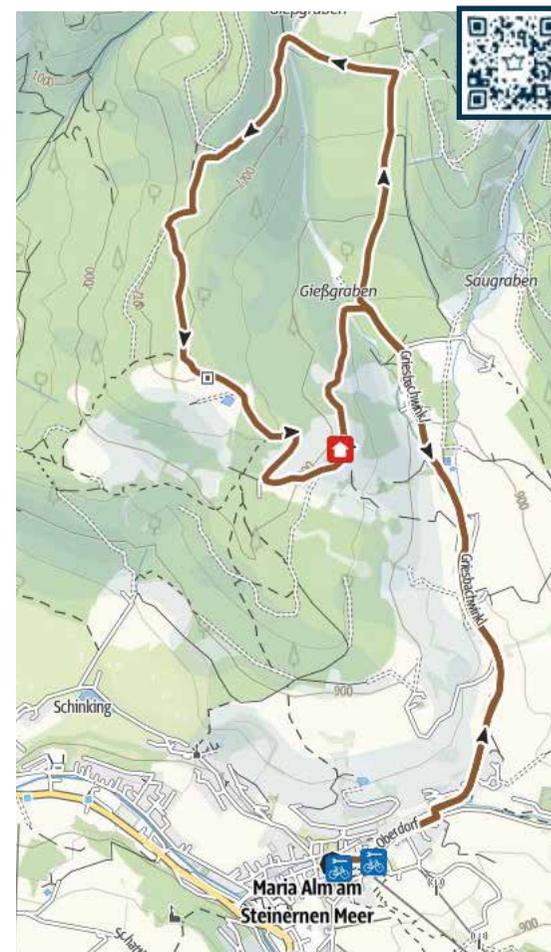
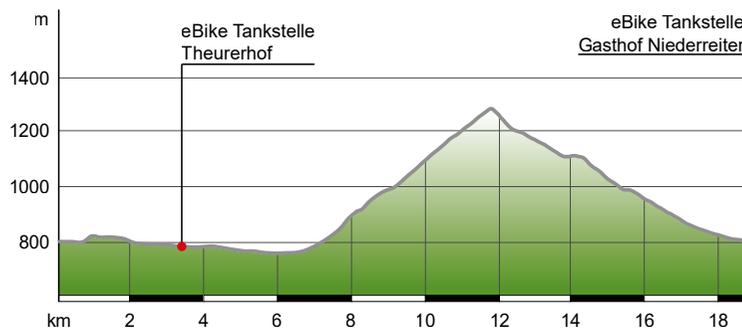
From Maria Alm Tourist Information, head in the direction of the exit to the village, and after approximately 100 m turn right over a bridge onto a trail. Stay on this until you reach Saalfelden-Schinking. Turn left here, past the golf course clubhouse. After about 300 m turn right into Rain. Then, from Oedt you continue to Ramseiden. Turn right opposite the Anton-Wallner barracks and follow the road for about 1 km, then turn right into Lichtenbergstraße. Your route back to Maria Alm is via Kronreith mountain restaurant.

Tipp: Great viewpoint at Gasthof Kronreith

↔ 10,4 km
 ⌚ 1:35 Std. / h
 ▲ 356 m
 ▼ 356 m
 🚲 leicht / easy



↔ 18,9 km
 ⌚ 2:40 Std. / h
 ▲ 638 m
 ▼ 638 m
 🚲 mittel / medium



Start: Infobüro Maria Alm
Beschilderung: MA 02 Kronreith-Runde

Vom Infobüro Maria Alm aus fahrt ihr Richtung Gießbachwinkl / Krallerwinkl. Nach ca. 500m geht es links über eine Brücke und entlang des Gießbaches bis zur Abzweigung Kronreith / Parkplatz Riemannshaus. Von dort aus folgt ihr dem Weg über den Güßgraben und Hochreith bis zum Gasthof Kronreith. Zurück nach Maria Alm geht es anschließend wieder entlang des Gießbaches.

Tipp: Ein Stopp beim Hofladen „Liebmannhof“ oder der Käserei Onemoos lohnt sich für Feinschmecker immer.

Start: Maria Alm Tourist Information
Signage: MA 02 Kronreith-Runde

From Maria Alm Tourist Information, head in the direction of „Gießbachwinkl / Krallerwinkl“. After about 500 m turn left over a bridge along the River „Gießbach“ until junction Kronreith / Parkplatz Riemannshaus. From here, follow route 22 over „Güßgraben“ and „Hochreith“ until „Gasthof Kronreith“. Your way back follows along the River „Gießbach“.

Tipp: A stop at the 'Liebmannhof' farm shop or the Onemoos cheese dairy is always worthwhile for gourmets.

3 Natrun Runde Maria Alm

Start: Infobüro Maria Alm
Beschilderung: MA 03 Natrun-Runde

Vom Infobüro Maria Alm fahrt ihr am Friedhof vorbei zur Hauptstraße. Bei der Bushaltestelle auf Dorfseite, fahrt ihr dahinter hinauf zur TOM Almhütte. Von dort aus fahrt ihr rechts weiter über das Grammlergut zur Jufenalm. Ab hier geht es über einen breiten Weg durch den Enterwinkl zurück zum Ausgangspunkt.

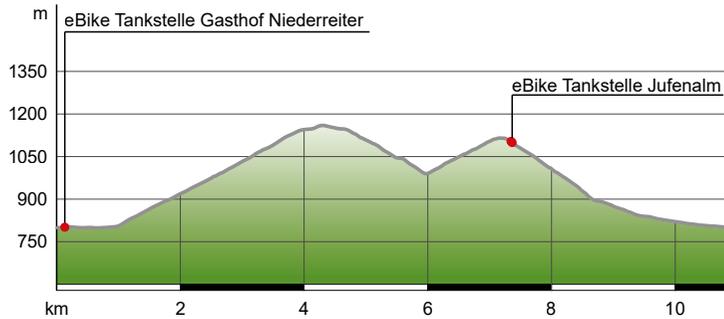
Tipp: Mach einen Stop an der Prinzenseeplattform und genieße die atemberaubende Aussicht!

Start: Maria Alm Tourist Information
Signage: MA 03 Natrun-Runde

From Maria Alm Tourist Information go past the cemetery to the main road. At the bus stop on the village side, head up towards TOM Almhütte. From here, go right to Grammlergut, then continue to Jufenalm. From here, you get back to where you started by taking the wide route down via Enterwinkl.

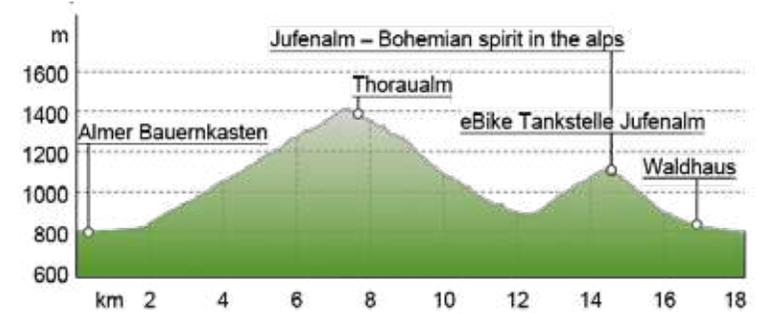
Tipp: Make a stop at the Prinzensee platform and enjoy the breathtaking view!

↔ 11,3 km
 ⌚ 1:55 Std. / h
 ▲ 500 m
 ▼ 500 m
 🚲 leicht / easy



Hintermoos - Jufenrunde Maria Alm 4

↔ 18,2 km
 ⌚ 3:00 Std. / h
 ▲ 843 m
 ▼ 843 m
 🚲 mittel / medium



Start: Infobüro Maria Alm
Beschilderung: MA 04 Hintermoos - Jufenrunde

Startet beim Infobüro Maria Alm, nehmt die Straße hinter der Kirche bis zur Hauptstraße. Nach 50m biegt ihr rechts ab, um die Urslau zu überqueren. Unmittelbar nach der Brücke biegt ihr links ab und folgt dem Weg bis in den Ortsteil Unterberg. Dort nehmt ihr den Weg, welcher euch über den Berggasthof Christernerreith hinauf zur Thoraualm (nicht bewirtschaftet) führt. Von dort geht es stetig bergab bis in den Ortsteil Hintermoos. An der Bundesstraße biegt ihr rechts ab. Nach ca. 150m nehmt ihr den Güterweg Hintersonnberg-Jufen bis zur Jufenalm. Anschließend geht es nur noch bergab bis ins Ortszentrum von Maria Alm.

Tipp: Jufenalm mit Wildtiergehege.

Start: Maria Alm Tourist Information
Signage: MA 04 Hintermoos - Jufenrunde

Starting from Maria Alm Tourist Information, take the road behind the church to the main road. After 50 m, turn right and cross the River Urslau. Immediately after the bridge, turn left and continue to Unterberg. Here, take the route up to the Thoraualm (not managed) via the Berggasthof Christernerreith. From here, continue downhill into Hintermoos. When you reach the main road, turn right and after 150 m take the Hintersonnberg-Jufen turning to the Jufenalm. From here, the route continues downhill until you reach the centre of Maria Alm.

Tipp: Jufenalm with wild animal enclosure.

5 Hundstein Runde Maria Alm

Start: Infobüro Maria Alm
Beschilderung: MA 05 Hundstein-Runde

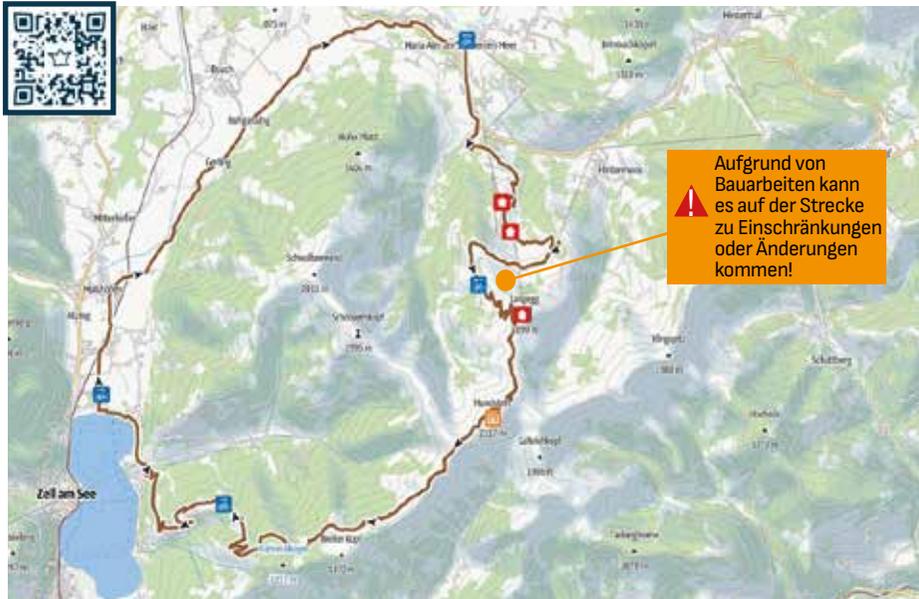
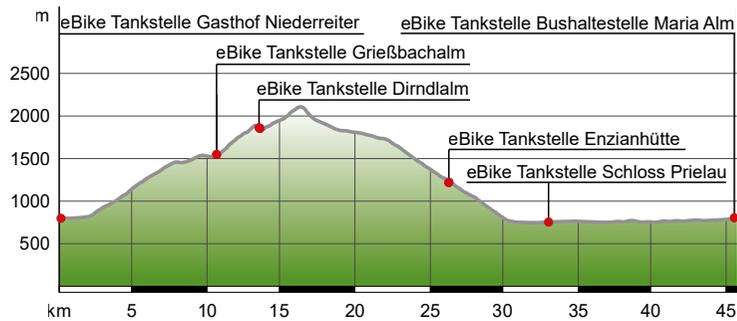
Beim Infobüro Maria Alm nehmt ihr die Straße hinter der Kirche bis zur Hauptstraße (B164). Nach ca. 50m auf der Bundesstraße rechts abbiegen und die Urslau überqueren. Unmittelbar nach der Brücke links abbiegen und dem Weg nach Unterberg folgen. Weiter auf dem Weg, welcher euch über den Gasthof Christernreith, Grießbachalm, die Lohning Alm und Dirndlalm bis zum Ziel, dem Statzerhaus (2117m), führt. Vom Gipfel des Hundsteins rollt ihr ca. 200m auf derselben Strecke zurück, bei der ersten Abzweigung links, den „Rad&Bike Pinzgau“ Schildern nach Thumersbach folgend. Anschließend fahrt ihr über den Tauernradweg zurück nach Maria Alm.
Tipp: Aussichtsreiche Tour zum höchsten grasbedeckten Berg.

Start: Maria Alm Tourist Information
Signage: MA 05 Hundstein-Runde

From Maria Alm Tourist Information take the road behind the church to the main road (B164). After approximately 50 m on the road, turn right over a bridge over the River Urslau. Once across, turn immediately left and follow the trail to Unterberg. Here, follow the trail which takes you via Gasthof Christernreith, Grießbachalm, Lohning Alm and Dirndlalm all the way to the Statzerhaus (2117m). From the Hundstein summit you then begin down the same route back for about 200 m, then take the path to the left, and follow the "Rad&Bike Pinzgau" signs to Thumersbach. Once here, follow the Tauernradweg cycle route back to Maria Alm.

Tipp: Scenic tour to the highest grass-covered mountain.

↕ 45,9 km
 ⌚ 7:25 Std. / h
 ↗ 1664 m
 ↘ 1664 m
 🚲 schwer / hard



Hinterreit Runde Maria Alm 6

Start: Infobüro Maria Alm
Beschilderung: MA 06 Hinterreit-Runde

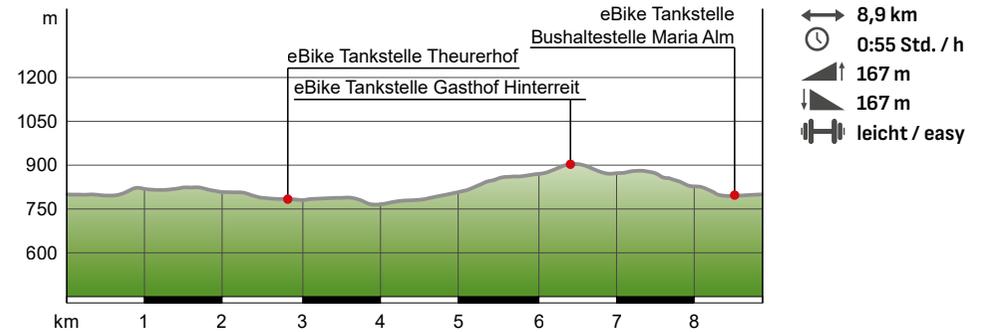
Vom Infobüro Maria Alm fahrt ihr in Richtung Ortsausgang, nach ca. 100m rechts über eine Brücke auf einen Weg. Folgt diesem zum Golfplatz Urslautal bis in den Ortsteil Oedt. Dort biegt ihr scharf links ab und folgt dem Weg bis zur Bundesstraße (B164). Nachdem die Bundesstraße gequert ist, folgt ihr einer kleinen Seitenstraße über Almdorf bis zum Gasthof Hinterreit. Über den Schlossberg (kurze Schiebstrecke ca. 70m) zurück ins Ortszentrum von Maria Alm.

Tipp: Erkunde den Walk of Fame entlang deiner Strecke!

Start: Maria Alm Tourist Information
Signage: MA 06 Hinterreit-Runde

From Maria Alm Tourist Information begin towards the village exit, then after about 100 m turn right over a bridge onto a trail. Follow this trail to the Urslautal golf course and into Oedt. Here, take a sharp left and follow the trail to the road (B164). Once you have crossed the road, take a smaller side road through Almdorf to Gasthof Hinterreit. Then, head back to Maria Alm via Schlossberg (there is a short 70 m section where you will need to push your bike).

Tipp: Explore the Walk of Fame along your route!



Start: Infobüro Maria Alm

Start beim Infobüro Maria Alm, bis Almdorf, in Almdorf rechts die Bundesstraße überqueren nach Rain. Weiter nach Ramseiden bis zur Kaserne und dem Tauernradweg folgend bis Weissbach und Lofer. In Lofer gehts durchs Ortszentrum in Richtung Pass Strub. Als Alternative ist die Bundesstraße (Achtung: Tunnel) möglich. Hier nehmt ihr links von der Hauptstraße die Straße bis nach Waidring und wieder links Richtung Pillersee und Schwendt.

Von hier aus folgt ihr dem Radweg weiter nach Hochfilzen. Am Grießensee vorbei nach Leogang/Saalfelden, zurück nach Maria Alm.

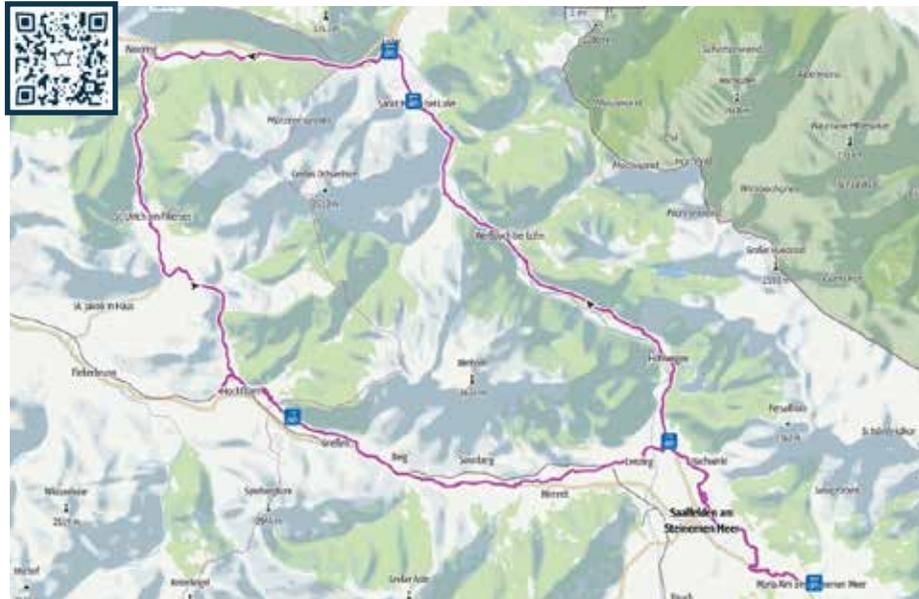
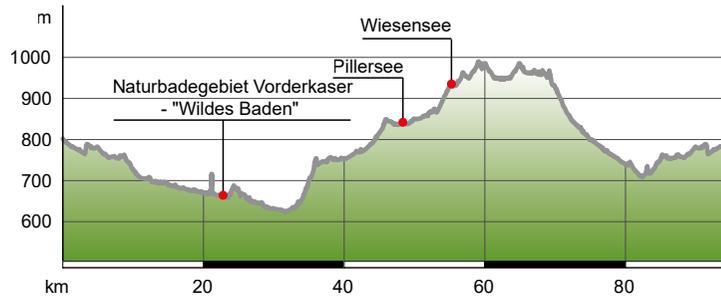
Tipp: St. Adolarie (Gasthaus) und Seealm (auf Kaffee und Kuchen) Wichtiges Ersatzmaterial: Werkzeug, Ersatzschlauch.

Start: Maria Alm Tourist Information

Start from Maria Alm Tourist Information to Almdorf. Here, cross the main road and continue first to Rain, then Ramseiden to the barracks, then follow the Tauernradweg route to Weissbach and Lofer. In Lofer, you go through the centre towards Pass Strub. You can take the main road as an alternative (Caution: tunnel). Then turn left off the main road and head to Waidring, then left again towards Pillersee and Schwendt. From here, follow the cycle path to Hochfilzen. Go past the Grießensee to Leogang/Saalfelden and then back to Maria Alm.

Tipp: St. Adolarie (inn) and Seealm (for coffee and cake) Important spare material: tools, spare inner tube.

↕ 94,9 km
⌚ 6:15 Std. / h
▲ 550 m
▼ 550 m
🚲 leicht / easy



Start: Bergstation Natrunbahn
Beschilderung: MA Natrun Resi Trail

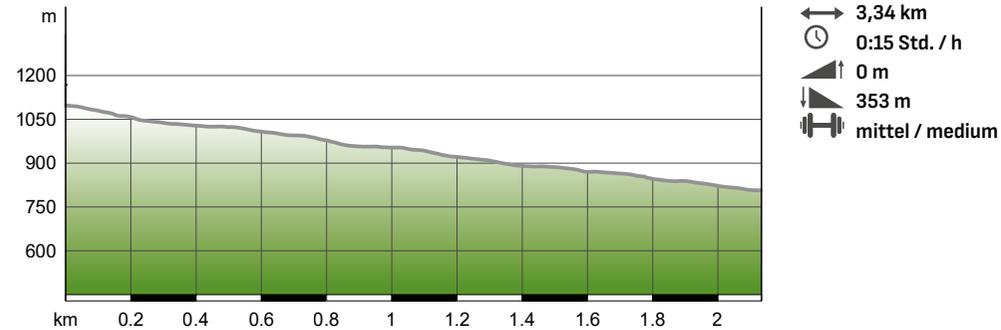
Auf einer Länge von mehr als zwei Kilometer verspricht der „Flow One“ Spaß & Action auf dem Mountainbike. Die Strecke zieht sich über 300 Höhenmeter und unterschiedliches Gelände von der Bergstation Natrunbahn (1x täglich kostenloser Biketransport mit der HochkönigCard) bis ins Tal, Fahrspaß pur. Der Flowtrail ist sowohl für Anfänger und Familien, als auch für Single-Trail Könner bestens geeignet.

Tipp: Unsere Bikeguides unterstützen dich mit maßgeschneiderten Tipps und Übungen. Mit der richtigen Technik am Trail macht's mehr Spaß!

Start: Bergstation Natrunbahn
Signage: MA Natrun Resi Trail

At a length of more than three kilometers, the „Flow One“ promises fun and action on the mountain bike. The route goes over 352 meters in altitude and different terrain, from the top lift station (1x daily free bike transport with the HochkönigCard) to the valley. Ideal for beginners and families, as well as for single-trail experts.

Tipp: Our bike guides will support you with customised tips and exercises. With the right technique on the trail, it's more fun!



9 Primbach Traudi und Wawi Trail Maria Alm

Start: Primbachsattel

Beschilderung: Primbach Traudi und Wawi Trail

Die Route verläuft überwiegend über Forststraßen und weist teils kurze, steilere Anstiege auf, sowohl unterhalb als auch oberhalb der Primbach Alm. Drei Two-Way-Trailabschnitte sorgen für Abwechslung und sind 1,4 bis 1,6 m breit mit insgesamt 2,1 km Länge. Diese Abschnitte ermöglichen MTB-Gegenverkehr und sind leicht zu bewältigen. Die Tour bietet traumhafte Ausblicke auf das imposante Hochkönigsmassiv und die umliegende Bergwelt.

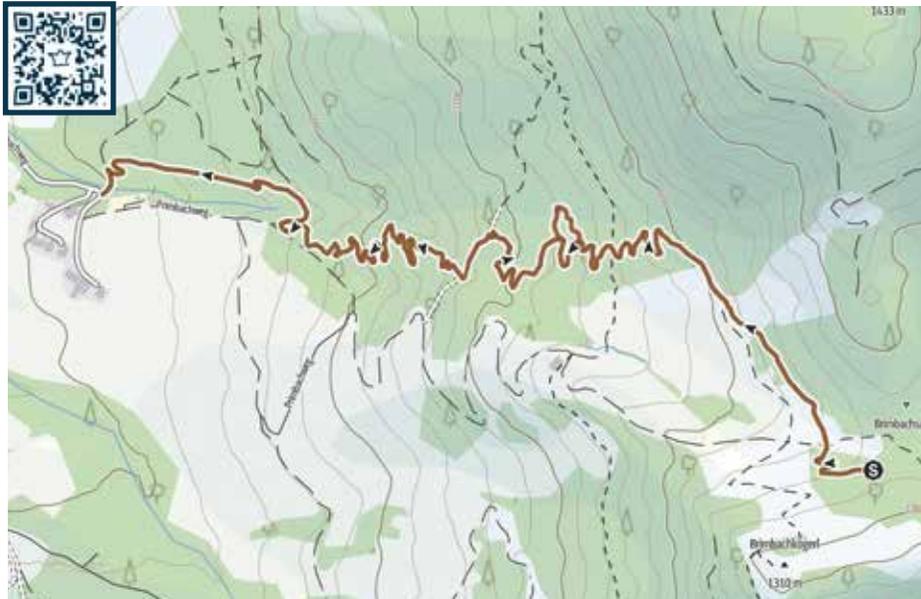
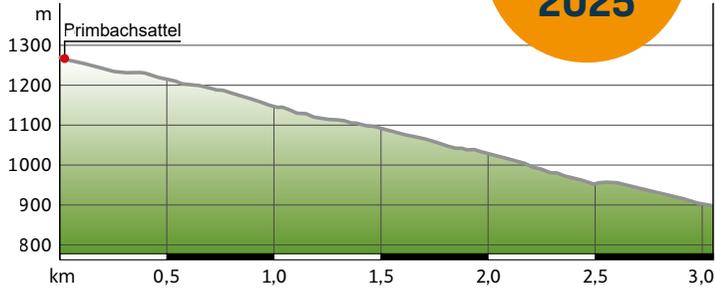
Start: Primbachsattel

Signage: Primbach Traudi und Wawi Trail

The route runs mainly along forest roads and has some short, steeper climbs, both below and above the Primbach Alm. Three two-way trail sections provide variety and are 1.4 to 1.6 m wide with a total length of 2.1 km. These sections allow for two-way MTB traffic and are easy to master. The tour offers fantastic views of the imposing Hochkönig massif and the surrounding mountains.

Neu Sommer 2025

- 3,1 km
- 0:10 Std. / h
- 0 m
- 370 m
- leicht / easy



10 Primbachtour Maria Alm / Hinterthal

Start: Infobüro Maria Alm
Beschilderung: Primbachtour

Die Tour verbindet die Orte Maria Alm und Hinterthal über Forststraßen mit teils kurzen, steileren Anstiegen unterhalb und oberhalb der Primbach Alm und drei Two-Way-Trailabschnitten. Die Two-Way-Trailabschnitte sind 1,4 bis 1,6 m breite, leichte Trailabschnitte mit MTB-Gegenverkehr und insgesamt 2,1 km lang. Auf Euch warten traumhafte Ausblicke auf das Hochkönigsmassiv und die umliegende Bergwelt.

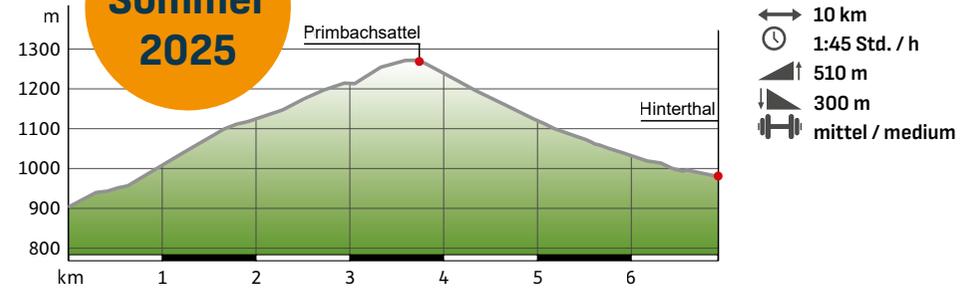
Start: Maria Alm Tourist Information
Signage: Primbachtour

The tour connects the villages of Maria Alm and Hinterthal via forest roads with some short, steeper climbs below and above the Primbach Alm and three two-way trail sections. The two-way trail sections are 1.4 to 1.6 m wide, easy trail sections with two-way MTB traffic and are 2.1 km long in total. Fantastic views of the Hochkönig massif and the surrounding mountains await you.

Tipp: Bergab vom Primbachsattel Richtung Maria Alm gibt es einen roten, lässigen Singletrail (2,7 km), der sich durch flache und steile Passagen schlängelt.

Tipp: From the Primbachsattel in the direction of Maria Alm there is a red, easy single trail (2.7 km) that winds its way through flat and steep sections.

Neu Sommer 2025



- 10 km
- 1:45 Std. / h
- 510 m
- 300 m
- mittel / medium



1 Gabühel Runde DIENTEN

Start: Dienten / Skizentrum
Beschilderung: DI 01 Gabühel-Runde

Von Dienten/Skizentrum – in Richtung Maria Alm (Bundesstraße B164) bis auf den Filzensattel. Hier links abbiegen auf die Forststraße Neuberg in Richtung Gabühel/Grünegg – weiter bis zur Abzweigung Gabühel, hier dem Weg rechts bis zur Gabühelhütte bzw. der Steinbockalm folgen. Von hier dieselbe Strecke zurück bis zur Abzweigung – rechts abbiegen – bis zur Grünegg Alm. Von dieser geht's bergab zur Dientner Landesstraße und wieder zurück ins Dorf.

Tipp: Geniesse das Panorama mit Blick auf den Hochkönig zwischen der Gabühel und der Steinbockalm.

Start: Dienten / Ski centre
Signage: DI 01 Gabühel-Runde

The route runs mainly along forest roads and has some short, steeper climbs, both below and above the Primbach Alm. Three two-way trail sections provide variety and are 1.4 to 1.6 m wide with a total length of 2.1 km. These sections allow for two-way MTB traffic and are easy to master. The tour offers fantastic views of the imposing Hochkönig massif and the surrounding mountains.

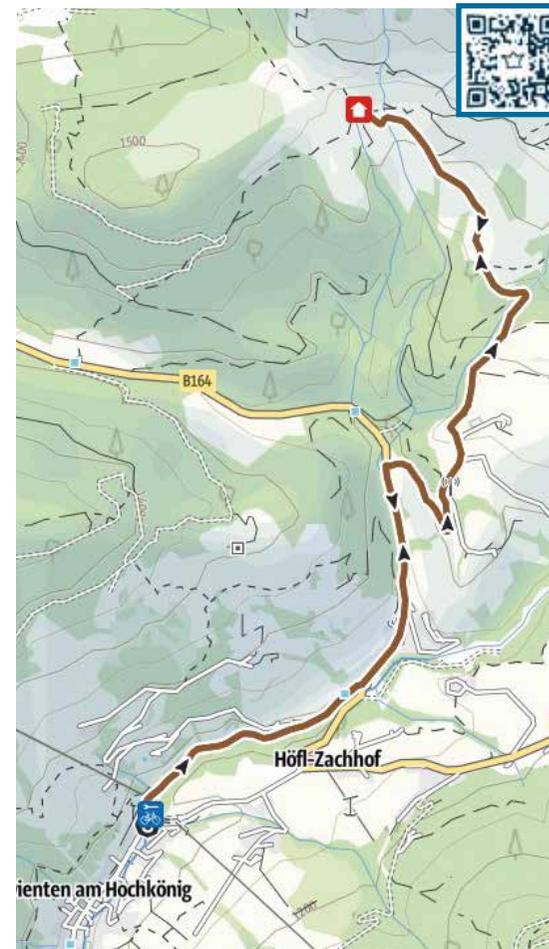
Tipp: Enjoy the panorama with a view of the Hochkönig between the Gabühel and the Steinbockalm.

↔ 15,8 km
 ⌚ 3:00 Std. / h
 ▲ 607 m
 ▼ 608 m
 🚲 mittel / medium



2 Pichlalm Tour DIENTEN

↔ 7,7 km
 ⌚ 1:30 Std. / h
 ▲ 371 m
 ▼ 370 m
 🚲 mittel / medium



Start: Dienten / Skizentrum
Beschilderung: DI 02 Pichlalm-Tour

Vom Skizentrum Dienten – in Richtung Maria Alm (Bundesstraße B164). Nach ca. 1,5 km steilen Anstiegs rechts abbiegen auf dem Güterweg – Richtung Rohrmoosgut. Kurz vor dem Bauernhof beginnt auf der linken Seite eine grobe Schotterstraße – diese führt bis zur Pichlalm. Der grobe Schotter erschwert den kurzen Aufstieg. Der Rückweg erfolgt über dieselbe Strecke und führt uns auch wieder zurück zu unserem Ausgangspunkt.

Tipp: Geniesse die Natur und den Genuss – am Donnerstag ist Bladtag in der Pichlalm! Entdecke die Marmeltierkolonie und lass dich von der alpinen Atmosphäre verzaubern!

Start: Dienten / Ski centre
Signage: DI 02 Pichlalm-Tour

From Skizentrum Dienten – Towards Maria Alm (Bundesstraße B164). After about 1.5 km steep ascent, turn right onto the track towards Rohrmoosgut. Shortly before the farm, a rough gravel track appears on your left hand side. This takes you to the Pichlalm. The course gravel makes this ride a bit difficult. Take the same route back to your starting point.

Tipp: Enjoy nature and pleasure – Thursday is Bladtag at the Pichlalm! Discover the marmot colony and be enchanted by the alpine atmosphere!

3 Zachhofalm Runde DIENTEN

Bürglalm Runde DIENTEN 4

Start: Dienten / Skizentrum
Beschilderung: DI 03 Zachhofalm-Runde

Durch das Parkdeck auf die Anrainerstraße "Reizegg" - bis zur Kreuzung auf die Bundesstraße Richtung Mühlbach. Die Straße bergauf bis zum Parkplatz Liebenaualm/Zachhofalm (ca. 2 km). Von hier der Forststraße entlang bis zur Zachhofalm. Entlang des Feldweges weiter bergauf zur Wastlhöhe (ca. 1 km) - weiter bis zur Weggabelung Richtung Sunnhüttl, Dientner Sattel oder Richtung Bürglalm und zurück zum Ausgangspunkt.

Variante: Sulzbühel bis Wastlhöhe

Tipp: Biketransport mit der Bürglalmbahn möglich.

Start: Dienten / Ski centre
Signage: DI 03 Zachhofalm-Runde

Through the car park to the local road "Reizegg", then up to the junction on the main road towards Mühlbach. Follow the road uphill to the Liebenaualm/Zachhofalm car park (approximately 2 km). From here, follow the forest track to the Zachhofalm. Then, follow the field paths for about 1 km up to the Wastlhöhe and continue to the fork towards Sunnhüttl, Dientner Sattel or towards Bürglalm and back to your starting point.

Variant: Sulzbühel to Wastlhöhe

Tipp: Bike transport with the Bürglalmbahn possible.

Start: Dienten / Skizentrum
Beschilderung: DI 04 Bürglalm-Runde

Durch das Parkdeck auf die Anrainerstraße "Reizegg" - bis zur Kreuzung auf die Bundesstraße Richtung Mühlbach. Der Straße ca. 500 m bergauf folgen - danach rechts auf den Weg abbiegen, der bis zur Bürglalm, Wastlhöhe und weiter bis zum Sunnhüttl (unbewirtschaftet) führt. Von hier geht es bergab zur Tiergartenalm und weiter bis zum Dientner Sattel Links auf die Bundesstraße abbiegen und zurück zum Ausgangspunkt.

Variante: Sulzbühel bis Wastlhöhe

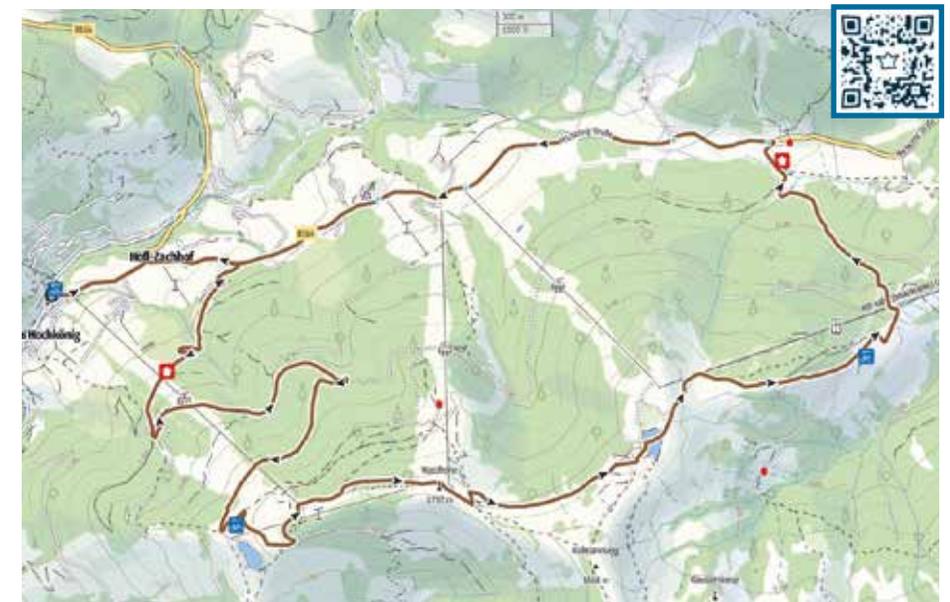
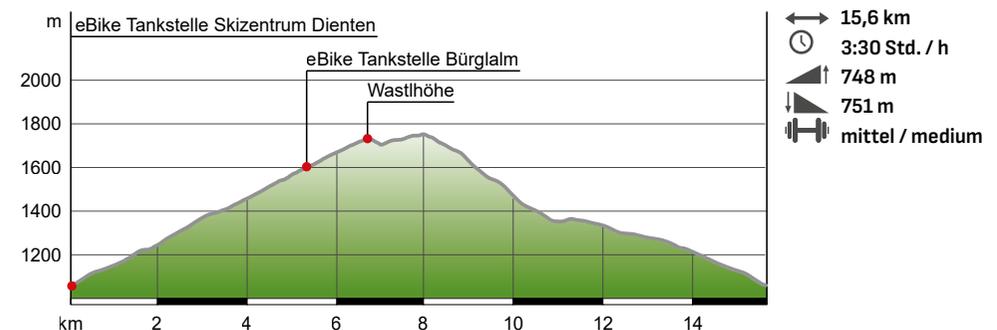
Tipp: Bei der Bürglalm gibt's leckere Schmankerl der Region.

Start: Dienten / Ski centre
Signage: DI 04 Bürglalm-Runde

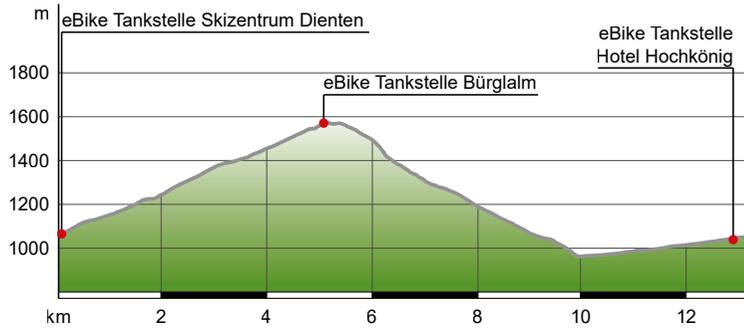
Through the car park to the lane "Reizegg", then up to the junction on the main road towards Mühlbach. Follow the road for about 500 m uphill, then turn right onto the path that leads to the Bürglalm, Wastlhöhe and on to the Sunnhüttl (unmanaged). From here it goes downhill to the Tiergartenalm and on to the Dientner Sattel. Turn left onto the main road and follow it back to your starting point.

Variant: Sulzbühel to Wastlhöhe

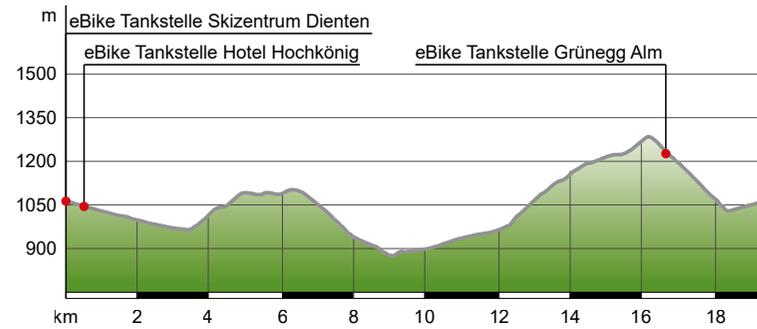
Tipp: At the Bürglalm you can enjoy delicious delicacies from the region.



13,3 km
 3:00 Std. / h
 666 m
 666 m
 mittel / medium



19,3 km
 3:15 Std. / h
 595 m
 597 m
 mittel / medium



Start: Dienten / Skizentrum
Beschilderung: DI 05 Hirscheggalm-Runde

Durch das Parkdeck auf die Anrainerstraße "Reizegg" - bis zur Kreuzung auf die Bundesstraße Richtung Mühlbach - bergauf bis zur Abzweigung Richtung Bürglalm, hier rechts abbiegen. Direkt unterhalb der Bürglalm führt ein Weg an der Pumpstation des Speicherteichs vorbei, der bergab bis zur Hirscheggalm (unbewirtschaftet) führt - Ebenbauer - bis zur Dientner Landesstraße (L216). Dort rechts abbiegen und ca. 3 km leicht ansteigend zurück zum Ausgangspunkt.

Tipp: Entdecke feine Kräuterprodukte auf der Bürglalm.

Start: Dienten / Skicentre
Signage: DI 05 Hirscheggalm-Runde

Through the car park to the lane "Reizegg", then up to the junction on the main road towards Mühlbach - then take the turning up towards the Bürglalm. Directly beneath the Bürglalm is a track that takes you past the reservoir pump station, then downhill to the Hirscheggalm (not open for refreshments) - Ebenbauer - then to the Dientner road (L216). Turn right, and a gentle uphill stretch of about 3 km takes you back to your starting point.

Tipp: Discover fine herbal products at the Bürglalm.



Start: Dienten / Skizentrum
Beschilderung: DI 06 Bergbauernhof-Runde

Entlang der Landesstraße ca. 3 km talauswärts bis zur Abzweigung Güterweg „Lindl“. Den gesamten Weg entlang, vorbei an den zahlreichen Bauernhöfen, bis zum Sägewerk Feroli. Rechts auf die Dientner Landesstraße abbiegen. Dieser ca. 3 km folgen (leicht steigend) bis zur Abzweigung Güterweg „Dacheben“. Hier geht es stetig bergauf bis zur Weggabelung zu den Bauernhöfen „Hirschegg“ und „Scheibegg“ – weiter auf einem Forstweg bis zur Grüneegg Alm. Von dieser geht's bergab zur Dientner Landesstraße und wieder zurück ins Dorf.

Tipp: Traditionelle Bauernhöfe entlang der Route. Gemütliche Einkehr Kräuteralm Grüneegg Alm (eBike Tankstelle).

Start: Dienten / Skicentre
Signage: DI 06 Bergbauernhof-Runde

Along the main road for approximately 3 km out of the valley until the turning onto the "Lindl" track. Follow this past numerous farms all the way to the Feroli sawmill. Turn right onto the Dientner road, and follow this for approximately 3 km (gently uphill) until you turn off onto the "Dacheben" track. This takes you steadily uphill until you reach the fork to the farms "Hirschegg" and "Scheibegg". Continue on a forest track to the Grüneegg Alm. From here, your route back into the village takes you down the Dientner road.

Tipp: Traditional farms along the route. A cosy stop at the Kräuteralm Grüneegg Alm (eBike filling station)

Start: Dienten / Skizentrum

Beschilderung: DI 07 Schwarzenbachtal-Runde

Entlang der Landesstraße bis zum Sägewerk Feroli. Dort links auf den Güterweg Schwarzenbach abbiegen – diesem bergauf folgen – weiter auf dem Forstweg Richtung Moosalm / Moaralm. Nach ca. 500 m folgt ein weiterer Forstweg, der talwärts zur Huberalm führt. Von dieser nehmen wir den Almweg bergab bis zum Forstweg. Nach ca. 1 km, empfehlen wir einen Abstecher (links) zur Königsbergalm (ca. 1 km). Zurück folgen wir dem Forstweg bis zum Güterweg Lindl, bergab bis zur Landesstraße und zurück zum Ausgangspunkt.

Variante: Sulzbühel bis Wastlhöhe

Tipp: Einkehrmöglichkeiten: Moosalm, Huberalm oder die Königsbergalm (eBike Tankstelle).

Start: Dienten / Skicentre

Signage: DI 07 Schwarzenbachtal-Runde

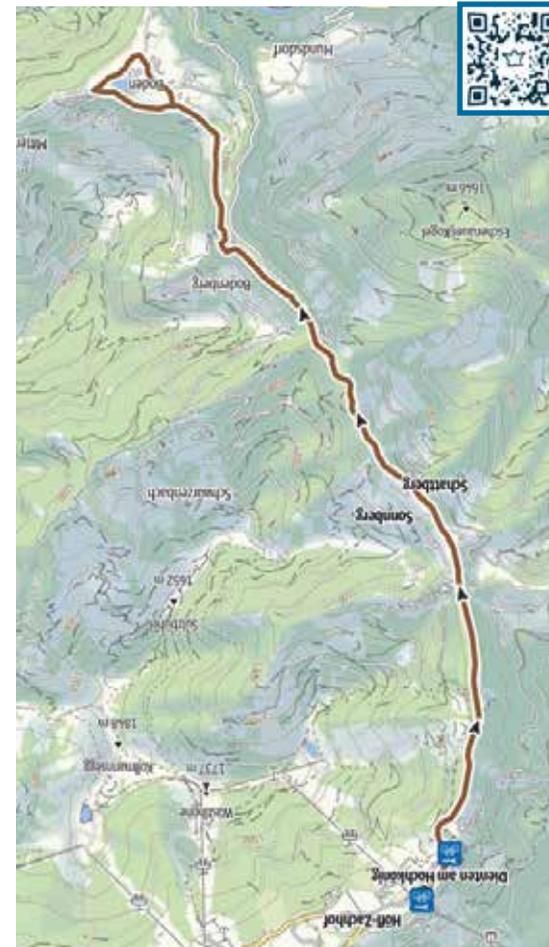
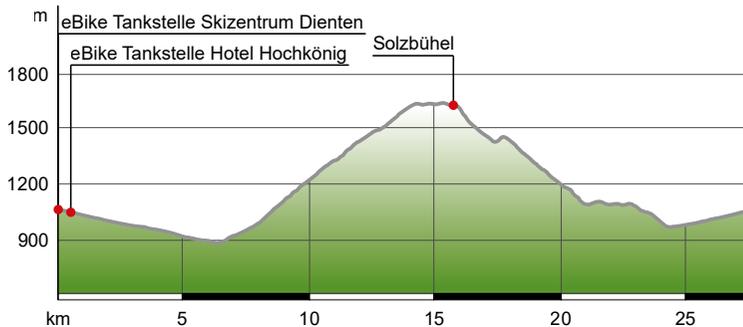
Take the main road as far as the Feroli sawmill. Here turn left onto the Schwarzenbach track, and follow this uphill. Continue on the forest track towards Moosalm / Moaralm, and after approximately 500 m follow another forest track that takes you into the valley to the Huberalm. From here, take the path down that leads you to a forest track, and after approximately 1 km we recommend a little detour (left) to the Königsbergalm (approximately 1 km). To return, follow the forest track to the Lindl track, then down to the main road and back to your starting point.

Variant: Sulzbühel to Wastlhöhe

Tipp: Refreshment stops: Moosalm, Huberalm or the Königsbergalm (eBike petrol station).



32 km
4:00 Std. / h
1127 m
1127 m
schwer / hard



Start: Dienten / Skizentrum

Beschilderung: DI 08 Böndlsee-Tour

Entlang der Landesstraße bis zum Sägewerk Feroli. Dem Straßenverlauf ca. 500 m folgen, dann links auf den Traktorweg "Wallreitweg" abbiegen (teilweise steile Abschnitte) – bis zum Bauernhof Hinterbühel. Von hier führt eine asphaltierte Straße bergab bis zu den Bauernhöfen Unterdorf/Oberdorf, weiter rund um den See. Der Rückweg erfolgt über dieselbe Strecke. Der Weg wird von Anrainern und Landmaschinen befahren – ansonsten generelles Fahrverbot!

Tipp: Zur Abkühlung kannst du einen Sprung in den kleinen natürlichen Böndlsee wagen. Achtung: manche Stellen sind sehr abschüssig.

Start: Dienten / Skicentre

Signage: DI 08 Böndlsee-Tour

Take the main road as far as the Feroli sawmill. Follow the road for about 500 m, then turn left on the tractor track "Wallreitweg" (steep sections) to Hinterbühel farm. From here, take the tarmac road down to the Unterdorf/Oberdorf fans, and continue around the lake. Your way back follows the same route. You may encounter residents' and farm vehicles, no other vehicles are allowed.

Tipp: To cool off, you can take a dip in the small natural Böndlsee lake. Attention: it is very steep in some places.

9 Bürglalm Mitzi Trail und Skill Area DIENTEN

Start: Bergstation Bürglalmbahn
Beschilderung: DI 09 Bürglalm Mitzi Trail

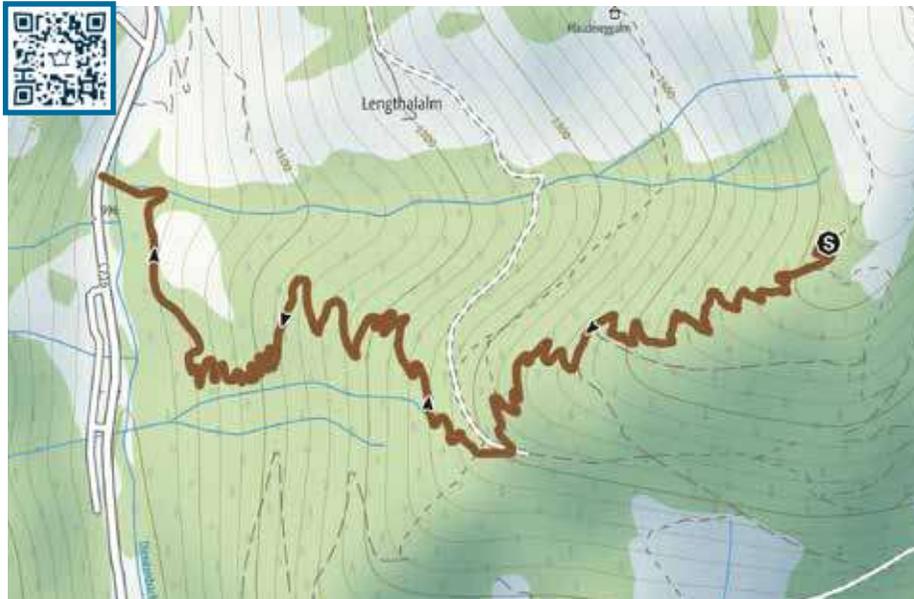
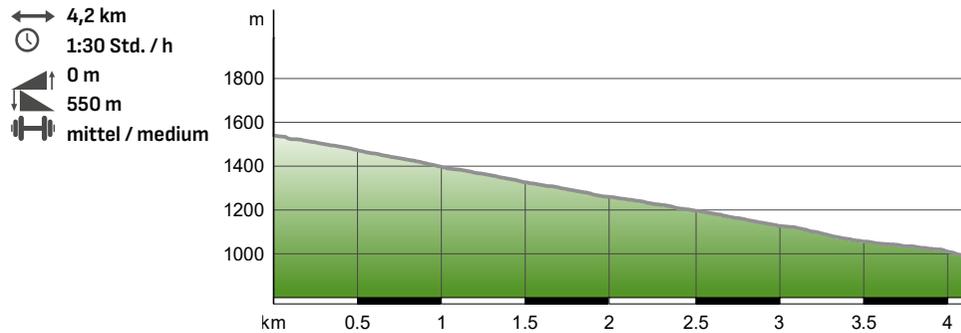
Von der Bergstation Bürglalmbahn aus geht es zunächst dem Wanderweg entlang zur Bürglalm und weiter in Richtung Hirscheggalm. Kurz nach dem Speicherteich startet der Flowtrail durch den Wald talwärts! Spannender Trail für die ganze Familie. Der Trail endet beim Fußballplatz in Dienten, von dort aus radeln wir gemütlich 1,5 km zurück ins Dorf.

- » mit der Bürglalmbahn bequem zum Start
- » 4.2 km Fahrspaß durch Wiesen und Wälder
 - » 550 Höhenmeter Fahrspaß
- » zahlreiche Hindernisse & Herausforderungen sind zu bewältigen

Start: Top lift station Bürglalmbahn
Signage: DI 09 Bürglalm Mitzi Trail

Follow the hiking trail to the „Bürglalm“ and further towards the „Hirscheggalm“. Shortly after the reservoir the flowtrail starts through the forest into the valley. Exciting trail for the whole family. The trail ends at the soccer field in Dienten, from there cycle 1.5 km back to the village.

- » with the Bürglalm cable car comfortably to the start
- » 4.2 km of riding fun through meadows and forests
- » 550 metres of riding fun
- » numerous obstacles & challenges to overcome



Nani und Mariedl Trail DIENTEN 10

Start: Dienten / Skizentrum
Beschilderung: DI 10 Nani & Mariedl Trail

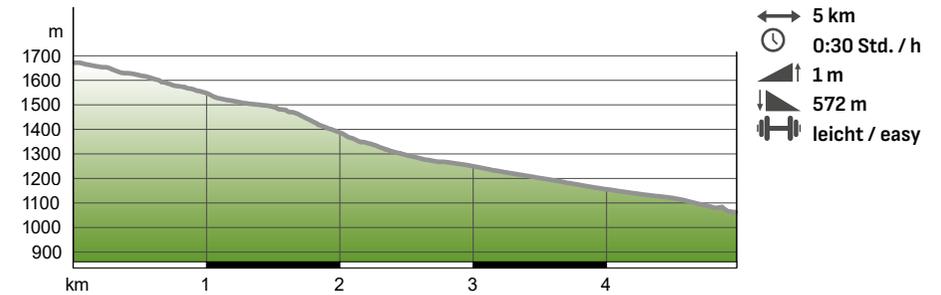
Gemütlicher Aufstieg mit der Bürglalm Sesselbahn. Der Einstieg in die beiden single trails ist ca. 300 m oberhalb der Bergstation Bürglalmbahn (Richtung Wastlhöhe). Diese zeichnen sich durch wurzeligen Passagen und teils engen Kurven aus. Zwischen Nani & Mariedl Trail ist eine kurze Schiebestrecke zu überwinden. Toller Trail mit Schwierigkeitsgrad S1-S2. Am Ende gelangt man auf die Bundesstraße (B164) – von hier aus fährt man bis zur Anrainerstraße „Reizegg“ und entlang dieser zurück zum Ausgangspunkt.

Tipp: Einkehrmöglichkeit in den urigen Kräuteralmen Bürglalm und Zachhofalm.

Start: Dienten / Skicentre
Signage: DI 10 Nani & Mariedl Trail

Easy ride up on the chairlift. Entry to both of the single trails is about 300 m above the Bürglalmbahn top lift station (towards the Wastlhöhe). These trails feature rooty sections and steep bends. There is a short section where you need to push your bike between the Nani & Mariedl trails. Difficulty level of this great trail is S1-S2. At the finish, you meet the main road (B164). Take this to the "Reizegg" lane, then along this back to your starting point.

Tipp: Refreshments available in the rustic Bürglalm and Zachhofalm mountain huts.



11 Reicheralm Runde DIENTEN

↔ 17,5 km
🕒 4:00 Std. / h
⬆️ 691 m
⬆️ 691 m
🚲 schwer / hard



Start: Dienten / Skizentrum
Beschilderung: DI Reicheralm Runde

Fahre in Richtung Lend, ca. 100 Meter nach der Ortstafel führt rechts ein asphaltierter Güterweg hinauf zur Grünegg Alm (eBike Tankstelle). Danach folgen wir dem Forstweg (Nr. 50/54) Richtung Reicheralm. Von dort geht's denselben Weg wieder zurück bis zur Abzweigung Grünegg Alm. Dort schnappst du dir den Weg Nr. 50 zu den Bauernhöfen Scheibegg und Hirschegg. Von dort aus rollt ein asphaltierter Güterweg bis ins Tal zur Dientner Landesstraße. Wir biegen links ab und radeln die letzten 3 km auf der Dientner Landesstraße zurück zum Ausgangspunkt.

Tipp: Die Reicheralm wird von Donnerstag bis Sonntag im Sommer bewirtschaftet!

Start: Dienten / Ski centre
Signage: DI Reicheralm Runde

Through the village in the direction of Lend. Approx. 100 metres after the village sign, an asphalt road leads up to the Grünegg Alm (eBike filling station). Then follow the forest path (no. 50/54) towards Reicheralm. From the Reicheralm, take the same route back to the Grünegg Alm junction. From there, take trail no. 50 to the Scheibegg and Hirschegg farms. From there, a tarmac goods road rolls down into the valley to the Dientner Landesstraße. We turn left and cycle the last 3 kilometres on the Dientner Landesstraße back to the starting point.

Tipp: The Reicheralm is open from Thursday to Sunday in summer!



Bikeverleih & Service

In der ganzen Region findest du top ausgestattete Sportgeschäfte mit Mountainbike- und e-Bike Verleih. On top gibt es mit der HochkönigCard auch noch 10% Ermäßigung auf den Bikeverleih deiner Wahl.

Die Sportgeschäfte bieten auch Service und Reparaturen am Bike an.

(nicht in der HochkönigCard inkludiert)

Bike hire & service

Throughout the region you will find equipped sports shops with mountain bike and e-bike hire.

On top of that, with the HochkönigCard you also get a 10% discount on the bike hire of your choice.

The sports shops also offer bike servicing and repairs.

(not included in the HochkönigCard)



Tourenportal

Plane hier direkt deine Wander- oder Radtour inmitten der Bergregion Hochkönig.



Tour portal

Plan your hiking or cycling tour in the heart of the Hochkönig mountain region right here.

Dein persönliches Ruftaxi | Taxi

Maria Alm Taxi Eder | +43 6584 7191

Dienten Taxi Bürgler | +43 664 5024884

Mühlbach Taxi Watschonig | +43 660 5505111

Bikeprogramm

- » Geführte Touren
- » Fahrtechniktrainings für MTB & eMTB in Maria Alm, Dienten und Mühlbach
- » Anmeldung erforderlich!
- » Kostenlos mit der HochkönigCard

Bike programme

- » Guided tours
- » Riding technique training for MTB & eMTB in Maria Alm, Dienten and Mühlbach
- » Registration required!
- » Free of charge with the HochkönigCard



1 Hochkeil Runde Mühlbach

Start: Ortszentrum Mühlbach
Beschilderung: MB 01 Hochkeil-Runde

Nach dem Gasthof Lederer nimmt ihr die erste Abzweigung rechts (ca. 1 km) und folgt den Schildern der „Watzmann Hochkönig-Runde“ bis ihr die Mandlwandstraße (L246) erreicht. Nach einem kurzen Stück auf der Landesstraße biegt ihr rechts ab und folgt dem Weg bis zum Arthurhaus. Von dort geht es bergab zurück ins Ortszentrum.

Tipp: Das Beste an unseren Bike-Touren ist das schöne Panorama der Region Hochkönig!

Start: Mühlbach town centre
Signage: MB 01 Hochkeil-Runde

After Gasthof Lederer take the first turning right (approximately 1 km) and follow the "Watzmann Hochkönig-Runde" signs until you get to the Mandlwandstraße (L246). After a short section on the road, follow the this trail to the right and continue to the Arthurhaus. From here, it's downhill back to the village centre.

Tipp: The best thing about our bike tours is the beautiful panorama of the Hochkönig region!

↔ 22 km
 ⌚ 4:00 Std. / h
 ▲ 771 m
 ▼ 771 m
 🚲 mittel / medium



2 Große St. Veit Runde Mühlbach

Start: Ortszentrum Mühlbach
Beschilderung: MB 02 Große St.Veit-Runde

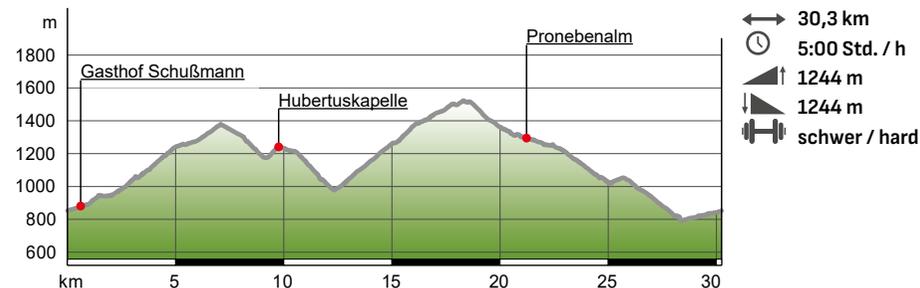
Entlang der Bundesstraße (B164) in Richtung Dienten. Nach ca. 900 m biegt ihr links Richtung Schlöglberg ein. Vor dem Bauernhof Brennerlehen führt eine Forststraße nach rechts zum Althaus-sattel und weiter steil bergauf zur Hubertuskapelle. Nun geradeaus in Richtung St. Veit halten. Beim großen Wegkreuz zur Kinderalm einbiegen. Es geht wieder bergauf bis zu Pronebenalm. Von dort geht es weiter am Güterweg „Bliem“ bis zur Bundesstraße (B164), welche euch wieder zum Ausgangspunkt führt.

Tipp: Abstecher nach St. Veit!

Start: Mühlbach town centre
Signage: MB 02 Große St.Veit-Runde

Take the main B164 road towards Dienten. After about 900 m turn left towards Schlöglberg. Before you reach Brennerlehen farm, take a forest road on the right to the Althaus-sattel, and from there head steeply uphill to the Hubertuskapelle. Now go straight on towards St. Veit. At the large crossroads, turn to the Kinderalm then continue uphill to the Pronebenalm. From here continue on the "Bliem" lane until you reach the road (B164) which takes you back to your starting point.

Tipp: A detour to St. Veit!



↔ 30,3 km
 ⌚ 5:00 Std. / h
 ▲ 1244 m
 ▼ 1244 m
 🚲 schwer / hard



3 Mosott - Arthurhaus Runde Mühlbach

Start: Ortszentrum Mühlbach

Beschilderung: MB 03 Mosott-Arthurhaus-Runde

Vom Ortszentrum Mühlbach entlang der Bundesstraße (B164) in Richtung Bischofshofen. Nach ca. 1,5 km rechts abbiegen auf den Güterweg „Bliem“ bis zur Gabelung Bischofshofen/Pronebenalm. Nehmt die Abzweigung Bischofshofen. An der Bundesstraße links abbiegen und gegenüber vom „Autohaus Brötzner“ wieder links, bergauf Richtung Zimmerberg. Zurück auf der Bundesstraße links in Richtung Mühlbach und der Beschilderung zur Mosottalm folgen, danach der Beschilderung „Watzmann Hochkönig-Runde“ folgen, links Richtung Arthurhaus/Hochkeil und ca. 2,5 km entlang fahren. Danach rechts abzweigen bis zum Berghotel Arthurhaus. Anschließend führt euch die Mandlwandstraße zurück ins Ortszentrum.

Tipp: Anspruchsvolle Bike-Tour, für Biker die sich gerne auspowern!

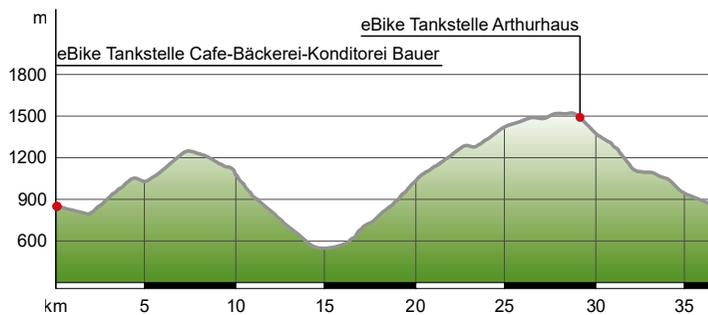
Start: Mühlbach town centre

Signage: MB 03 Mosott-Arthurhaus-Runde

From the center of Mühlbach along the main road (B164) in the direction of Bischofshofen. After approx. 1.5 km, turn right onto the „Bliem“ estate road until the Bischofshofen/Pronebenalm fork. Take the Bischofshofen junction. Turn left at the main road and left again opposite the „Autohaus Brötzner“, uphill towards Zimmerberg. Back on the main road, turn left towards Mühlbach and follow the signs to Mosottalm, then follow the signs to „Watzmann Hochkönig-Runde“, turn left towards Arthurhaus/Hochkeil and continue for approx. 2.5 km. Then turn right there to the Berghotel Arthurhaus. The Mandlwandstraße then leads you back to the village center.

Tipp: Challenging bike tour for bikers who like to push themselves to the limit!

- ↔ 37,1 km
- 🕒 6:45 Std. / h
- ▲ 1476 m
- ▼ 1476 m
- 🏋️ schwer / hard



Bischofshofen - Arthurhaus Runde Mühlbach 4

Start: Ortszentrum Mühlbach

Beschilderung: MB 04 Bischofshofen-Arthurhaus-Runde

Entlang der Bundesstraße (B 164) bis ins Zentrum von Bischofshofen. Vorbei am Gasthof Alte Post fährt ihr über die Alte Bundesstraße, die Hochköniggasse und den Gainfeldweg zur Oberlehenkapelle. Vorbei an der Kematenalm und der Asteggalm folgt ihr der Beschilderung der „Watzmann Hochkönig-Runde“. Biegt dann rechts ab und folgt dem Weg Richtung Arthurhaus, bis ihr die Mandlwand-Landesstraße erreicht. Danach geht's bergab zurück in den Ort.

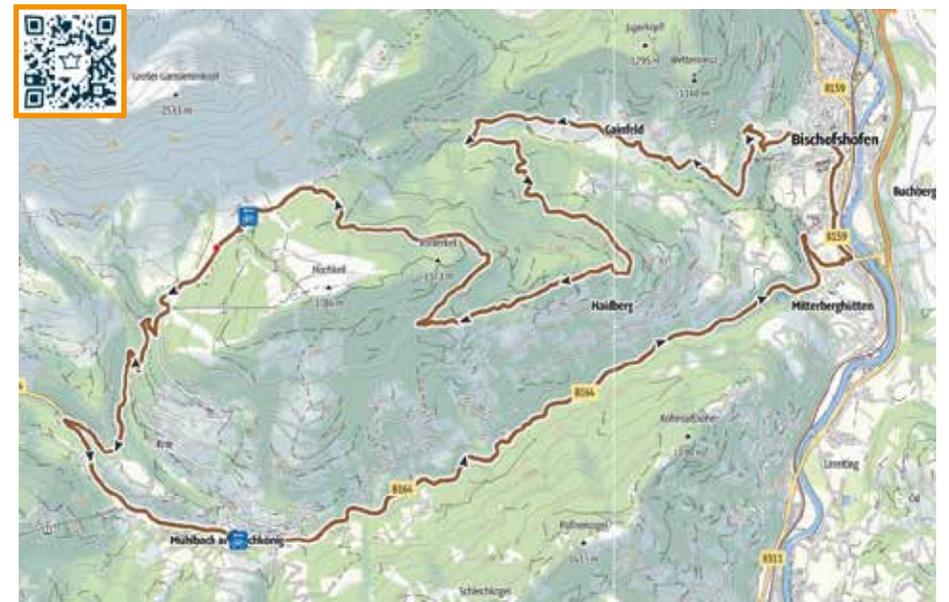
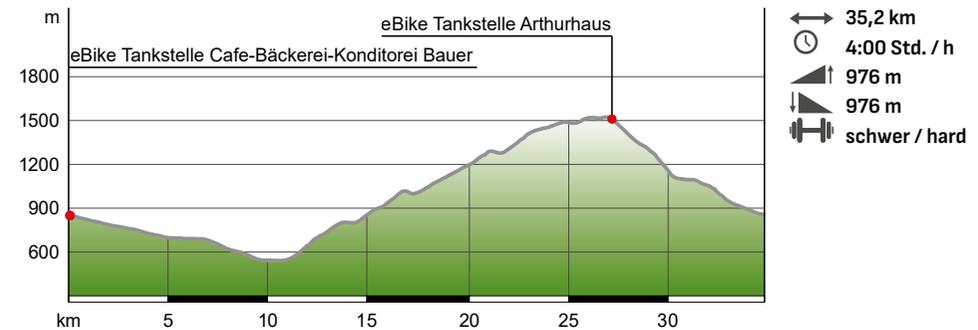
Tipp: Abstecher zur Paul-Ausserleitner-Schanze oder zum Wasserfall.

Start: Mühlbach town centre

Signage: MB 04 Bischofshofen-Arthurhaus-Runde

Head along the B164 road into the centre of Bischofshofen. Pass the Gasthof Alte Post and continue on the old main road, the Hochköniggasse and the Gainfeldweg to the Oberlehenkapelle. You then pass the Kematenalm and the Asteggalm and follow the „Watzmann Hochkönig-Runde“ signs. Then turn right and continue towards the Arthurhaus until you reach the Mandlwand Landesstraße. Then it's downhill back into the village.

Tipp: Detour to the Paul Ausserleitner ski jump or the waterfall.



5 Proneben Runde MÜHLBACH

Gasthaus Paussbauer Tour MÜHLBACH 6

Start: Ortszentrum Mühlbach
Beschilderung: MB 05 Proneben-Runde

Entlang der Bundesstraße (B 164) in Richtung Bischofshofen. Nach ca. 1,5 km biegt ihr rechts auf den Güterweg „Bliem“ ein und folgt den Schildern bis zur Pronebenalm. Danach folgt ihr dem Weg zum Althausattel. Von hier gelangt ihr über den Brennermaiß zurück ins Ortszentrum von Mühlbach.

Tipp: Die Proneben Alm bietet eine atemberaubende Aussicht auf das Bergdorf Mühlbach und auf das mächtige Hochkönigmassiv – ein wahrer Genuss!

Start: Mühlbach village centre
Signage: MB 05 Proneben-Runde

Follow the B164 road towards Bischofshofen. After approximately 1.5 km turn right onto the “Bliem” lane and follow signs to the Pronebenalm. After this, follow the trail to the Althausattel. From here, you continue via the Brennermaiß back into the centre of Mühlbach.

Tipp: The Proneben Alm offers a breathtaking view of the mountain village Mühlbach and the mighty Hochkönig massif – a real treat!

Start: Ortszentrum Mühlbach
Beschilderung: MB 06 Gasthaus Paussbauer-Tour

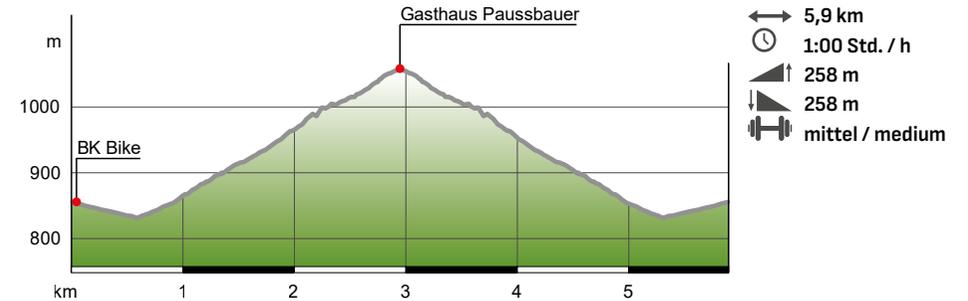
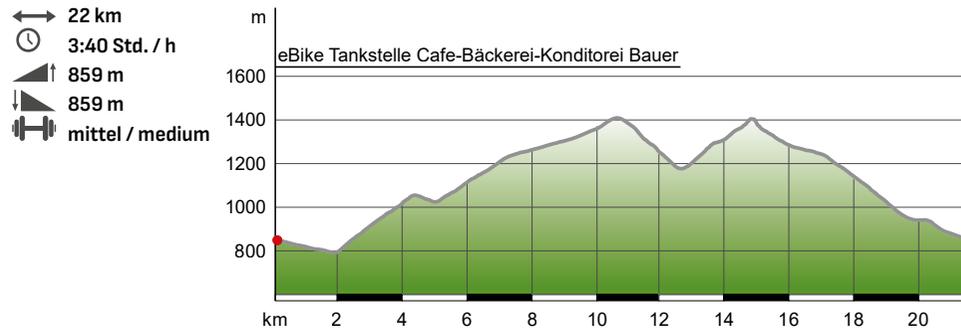
Die Bundesstraße (B164) ca. 500 m talauswärts, bis ihr zu der auf der rechten Seite gelegenen Abzweigung zum Gasthof Paussbauer gelangt. Folgt dem Weg. Nach ca. 2,5 km Anstieg habt ihr euer Ziel erreicht. Zurück ins Ortszentrum von Mühlbach geht es entlang derselben Strecke.

Tipp: Geniesse die Ein- und Ausblicke auf Mühlbach entlang der Paussenberggalerie.

Start: Mühlbach village centre
Signage: MB 06 Gasthaus Paussbauer-Tour

Take the B164 road for about 500 m out of the valley until you get to a turning on the right to the Gasthof Paussbauer. Follow the trail. After about 2.5 km uphill, you arrive at your destination. To get back into the village of Mühlbach, you follow the same route.

Tipp: Enjoy the views of Mühlbach along the Paussenberg Gallery.



7 Karbachalm Tour / Tonis Family Bike Trail Mühlbach

Start: Talstation Karbachalm
Beschilderung: MB 07 Karbachalm-Tour

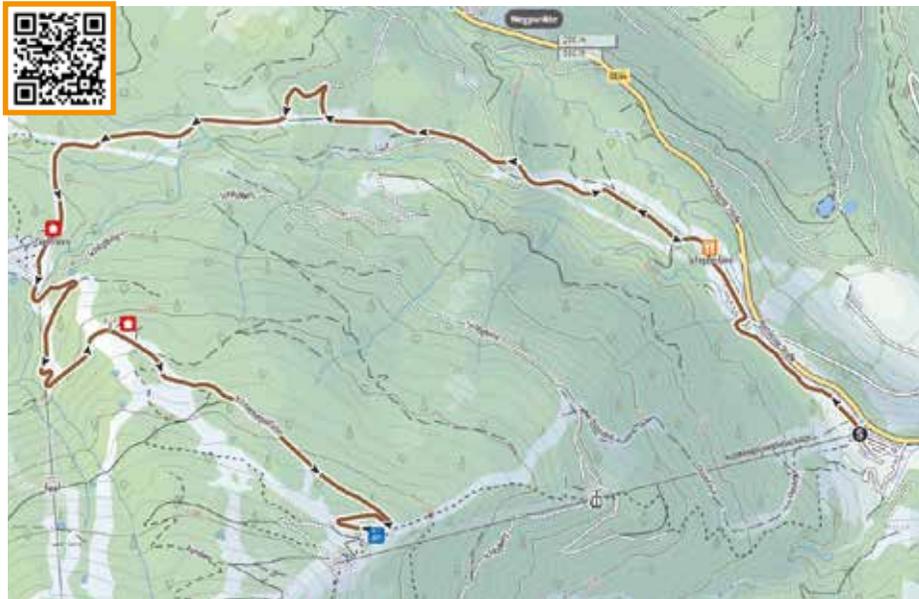
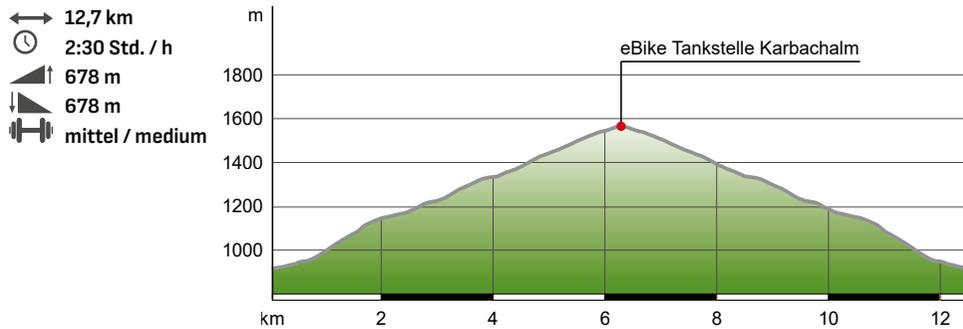
Von der Talstation der Kabinenbahn Karbachalm folgt ihr dem Weg über die Scheppal Alm bis zur Gabelung zweier Wege. Nun folgt ihr dem Weg Richtung Zapferalm. An der nächsten Abzweigung biegt ihr links ab und folgt den Wegen bis zur Karbachalm. Von der Karbachalm führt euch derselbe Wegverlauf (Toni's Family Bike Trail) bergab zurück zum Ausgangspunkt.

Tipp: Mit der Kabinenbahn Karbachalm können auch Mountainbikes auf den Berg befördert werden, ideal für Familien!

Start: Top station of the Karbachalm
Signage: MB 07 Karbachalm-Tour

Take the trail via the Scheppal Alm. Now follow the trail towards the Zapferalm. At the next junction, turn left and follow the trails to the Karbachalm. From the Karbachalm, the same route (Toni's Family Bike Trail) takes you back to your starting point.

Tipp: Mountain bikes can also be transported up the mountain with the Karbachalm cable car ideal for families!



8 Tour zum Logenplatz Hochkeil Mühlbach

Start: Arthurhausparkplatz
Beschilderung: MB 08 Tour zum Logenplatz Hochkeil

Nach dem Absolvieren von einigen steileren Kurven seht ihr schon die Bergstation des Roßwies Schleppliftes. Vor der Bergstation biegt ihr einmal rechts ab und fährt ein kleines Stückchen bis zum Spiegelsee. Danach setzt ihr die Tour fort und erreicht bald darauf den Logenplatz am Hochkeil. Zurück geht es über denselben Weg.

Tipp: Nimm einen Abstecher zum Spiegelsee und lassen dich von dem unfassbar schönen Panorama, welches sich im Wasser spiegelt, faszinieren.

Start: Arthurhaus car park
Signage: MB 08 Tour zum Logenplatz Hochkeil

After several steep bends, the top of the Roßwies drag lift comes into view. Before the top station, turn right and continue for a short section until you reach the Spiegelsee. Then, a little further takes you to the Hochkeil refuge. You then take the same route back.

Tipp: Take a detour to the mirror lake and let the incredibly beautiful panorama reflected in the reflected in the water.



Ironman

Rund um die Pinzgauer Grasberge | Around the Pinzgauer grass mountains

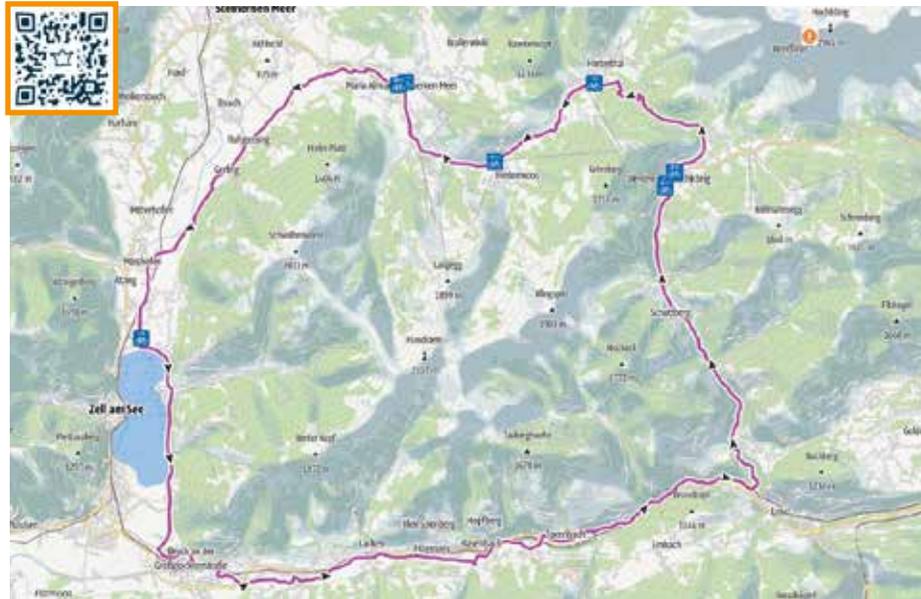
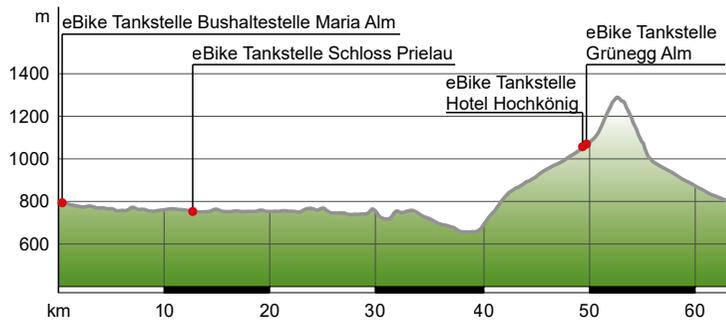
Start: Infobüro Maria Alm

Start beim Infobüro Maria Alm bis Almdorf. Dann weiter Richtung Maishofen. Links Richtung Thumersbach halten. Weiter am Zeller See entlang nach Bruck an der Glocknerstraße. Durchs Zentrum folgt ihr dem Tauernradweg über St. Georgen bis zur Abzweigung Lend/Dienten. Folgt der Landesstraße bis nach Dienten. Am Ortsende beginnt die Bergwertung über den Filzensattel mit gesamt ca. 1268 hm. Bergab nach Hinterthal und entlang der Hochkönig Bundesstraße über Hintermoos bis zum Ausgangspunkt nach Maria Alm.

Start: Maria Alm Info office

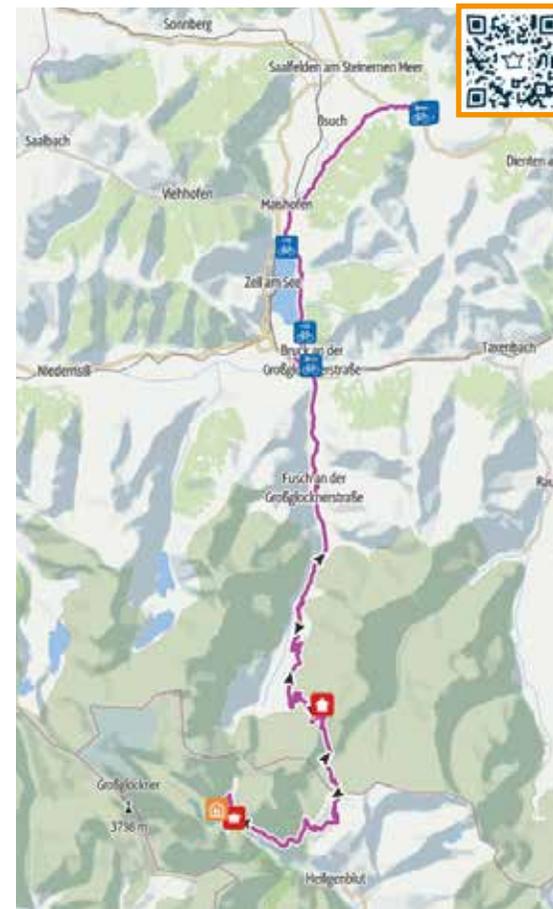
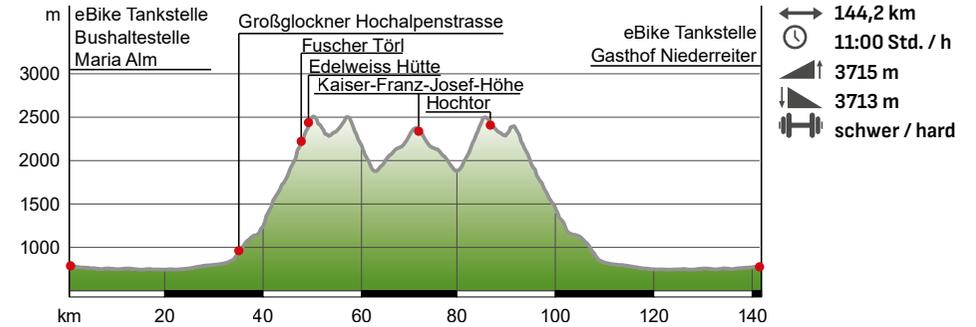
Set off first to Almdorf from Maria Alm Info office, Then continue towards Maishofen. Bear left towards Thumersbach, then on past the Zell Lake to Bruck an der Glocknerstraße. Continue through the centre then follow the Tauernradweg route via St. Georgen as far as the turning to Lend/Dienten. Take the national road to Dienten. As you leave the village, the serious ascent to the Filzensattel (1268 m) really begins. It's then downhill to Hinterthal and follow the Hochkönig Bundesstraße to Hintermoos, then back to your starting point in Maria Alm.

↔ 63,9 km
⌚ 4:15 Std. / h
▲ 740 m
▼ 739 m
🚲 mittel / medium



Großglockner

2572m Hochgenuss | high pleasure



Start: Infobüro Maria Alm

Start beim Infobüro Maria Alm bis Almdorf. Dann weiter den Tauernradweg Richtung Maishofen. Links halten Richtung Thumersbach. Weiter am Zeller See entlang nach Bruck an der Glocknerstraße. Durchs Zentrum weiter zum Großglockner. Für engagierte Sportler nochmals ca. 440 hm zum Mitterberghof bei Thumersbach mit traditioneller Kost und wunderbarem Blick auf den Zeller See und den Großglockner.

Start: Maria Alm Info office

From Maria Alm Tourist Information Office head to Almdorf. Then, follow the Tauernradweg route towards Maishofen. Keep left towards Thumersbach, then alongside the Zell Lake to Bruck an der Glocknerstraße. Continue towards the Großglockner through the centre. For really hard-core riders, the route to Mitterberghof bei Thumersbach takes in another 440 vertical metres, but here you can enjoy traditional food and wonderful views of the Zell Lake and the Großglockner.

Biker-Fairplay

- » Fahre nur auf gekennzeichneten Wegen! Nimm Rücksicht auf Natur und Wild, verlasse die gekennzeichnete Route nicht, verzichte auf das Fahren abseits der geöffneten Wege und beende deine Biketour vor der Dämmerung. schließe Weidezäune nach der Durchfahrt!
 - » Respektiere Fahrverbote & Naturschutz Ruhezonen!
 - » Fahre mit kontrollierter Geschwindigkeit und auf halbe Sicht, besonders bei Kurven, da jederzeit mit Hindernissen zu rechnen ist!
 - » Verhalte dich respektvoll gegenüber anderen Naturnutzer und dem Forst- und Jagdpersonal!
 - » Land-, Forst- und private Grundeigentümerfahrzeuge sind auf den Forstwegen unterwegs. Fahre vorsichtig und lass die Bewirtschafter unserer schönen Natur sicher überholen.
 - » Halte die Straßenverkehrsordnung ein!
 - » Hinterlasse keine Abfälle in der Natur!
- » Only ride on marked trails! Be considerate of nature and wildlife, do not leave the marked route, refrain from riding off the open paths and end your bike tour before the dam. and close gates after you.
 - » Respect driving bans & nature conservation quiet zones!
 - » Drive at a controlled speed and with half visibility, especially when cornering, as obstacles can be expected at any time!
 - » Behave respectfully towards other nature users and forestry and hunting personnel!
 - » Agricultural, forestry and private landowner vehicles are on the forest roads. Drive carefully and let the managers of our beautiful nature overtake you safely.
 - » Observe all signage!
 - » Don't leave rubbish!

MTB Regeln

Sicher & Fair mit dem Bike

- » Gesund aufs Rad. Mountainbiken ist ein Ausdauersport. Fahr nur gesund und überschätz dich nicht selbst!
 - » Sorgfältig planen. Bereite dich gründlich vor (Karten, Bücher, Internet, Wetter) und passe deine Touren den Gegebenheiten an!
 - » Nur freigegebene Wege befahren. Benütze nur freigegebene Straßen oder Wege und respektiere lokale Sperrungen!
 - » Check dein Bike. Kontrolliere vor jeder Fahrt Bremsen, Luftdruck, Räder, Federung und Schaltung. Lass dein Bike ein Mal im Jahr im Fachbetrieb überprüfen!
 - » Vollständige Ausrüstung. In jeden Rucksack gehören: wärmende Kleidung, Regenschutz, Reparaturset, Erste-Hilfe Paket, Mobiltelefon, Licht, Handschuhe, Brille sowie Essen & Trinken!
 - » Immer mit Helm. Bergauf und bergab, immer mit Helm! Zusätzliche Protektoren können vor Verletzungen schützen.
 - » Fussgänger haben Vorrang. Nimm Rücksicht, indem du dich frühzeitig ankündigst und das Tempo reduzierst! Meide stark begangene Wanderwege!
 - » Hinterlasse keine Spuren. Durch kontrolliertes Bremsen verhinderst du Bodenerosionen und Wegeschäden. Nimm deinen Abfall mit und vermeide Lärm!
- » Consider your level of fitness. Mountain biking is a stamina sport; only do it if you are healthy, and don't push yourself too hard.
 - » Plan thoroughly. Prepare in advance (maps, books, Internet, whether) and choose a tour that suits the prevailing conditions.
 - » Only ride on tracks that are open. Observe any local closure signs and only use roads or tracks where biking is permitted.
 - » Check your bike. Before every ride check brakes, tyre pressure, wheels, suspension, and gears. Have your bike checked once a year by a specialist.
 - » Be properly equipped. In your rucksack you should have: extra clothing, waterproof, repair kit, first aid kit, mobile phone, torch, gloves, glasses, and food & drink.
 - » Always wear a helmet. Uphill or downhill, always wear a helmet. Other protectors can also give added protection against injuries.
 - » Pedestrians have priority. Be considerate, make your presence known early and reduce speed. Avoid busy hiking paths.
 - » Don't leave skid marks. By braking correctly you can prevent ground erosion and damage. Take any rubbish with you, and avoid making a noise.

MTB Roules

Safety & fairness when biking



Übersicht des Bike Energy

E-Bike Ladestationen-Netzes

Für e-Mountainbiker und e-Biker stehen in der gesamten Region Hochkönig Ladestationen kostenlos zur Verfügung. Seit 2015 ist die Region Hochkönig Vorreiter im Bezug auf ein perfekt ausgebautes e-Tankstellennetz, sowohl am Berg als auch im Tal.



Overview of the Bike energy

E-MTB charging stations

Charging stations are available free of charge for e-mountain bikers and e-bikers throughout the Hochkönig region. Since 2015, the Hochkönig region has been a pioneer in terms of a perfectly developed e-charging station network both on the mountain and in the valley.



Maria Alm

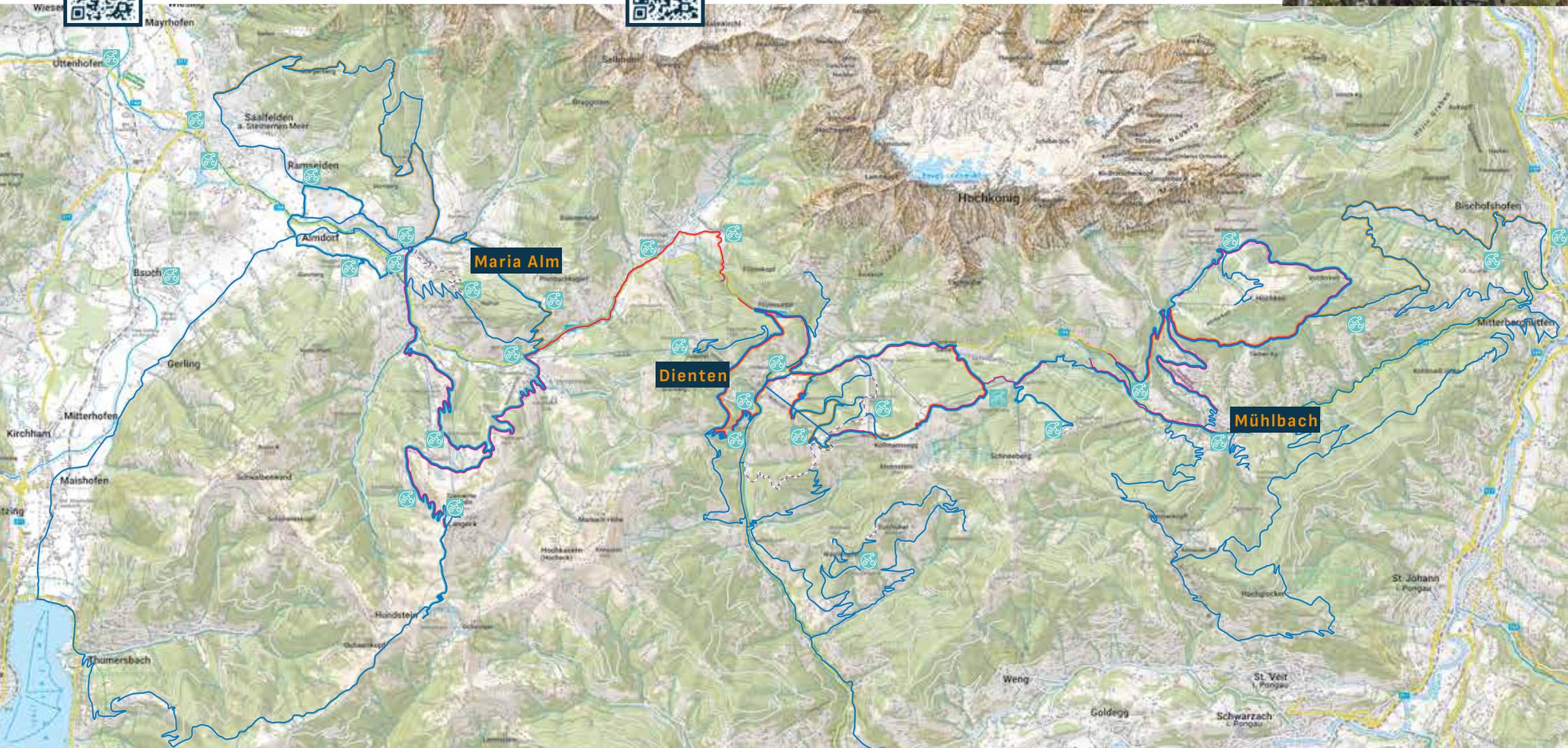
- » Infobüro
- » Dirndlalm
- » Grießbachalm
- » Gasthof Hinterreit
- » Jufenalm
- » Hotel Niederreiter
- » Landhotel Schafhuber
- » Wanderbus-Haltestelle Billa
- » Parkplatz (Billa)
- » Steinbockalm
- » Aueralm
- » TOM Almhütte
- » Hotel Bachschmied
- » Bärmooshütte

Dienten

- » Bürglalm
- » Grünegg Alm
- » Hotel Hochkönig
- » Portis Sport Skizentrum
- » Zachhofalm
- » Königsbergalm

Mühlbach

- » Arthurhaus
- » Cafe-Konditorei-Bäckerei Bauer
- » Karbachalm
- » Tiergartenalm
- » Bike & Snow Lederer





Bike & Hike

Neu ab Sommer | New from Summer 2023

Erlebe das Beste aus Biken und Wandern bei den ausgewählten Bike & Hike Touren in der Region Hochkönig. Mit dem (E-)Mountainbike fährst du über idyllische Forststraßen bis zu einem praktischen Stützpunkt für dein Bike. Ab hier geht es zu Fuß weiter – der Wanderweg führt dich bis zum Gipfel! Nach dem Gipfelerlebnis geht es wieder zurück zu deinem Bike und du kannst dich auf eine flowige Abfahrt freuen.

Experience the best of biking and hiking on the selected Bike & Hike tours in the Hochkönig region. Ride your (e-)mountain bike along idyllic forest roads to a handy base for your bike. From here you continue on foot - the hiking trail leads you to the summit! After the summit experience, you return to your bike and can look forward to a flowing descent.



Top Vorteile im Sommer

Die Hochkönig Card macht den Urlaub in der Region Hochkönig noch komfortabler und preiswerter. Ob im Sommer, Winter oder ganzjährig: Genieße die zahlreichen Vorteile der HochkönigCard vom ersten bis zum letzten Moment deines Aufenthaltes.



» Alle Infos dazu findest du hier.



Top Benefits in summer

The Hochkönig Card makes holidays in the Hochkönig region even more convenient and affordable. Whether in summer, winter or all year round: enjoy the numerous benefits of the HochkönigCard from the first to the last moment of your stay.



» You can find all the information here.

Hol dir von Lois alle wichtigen Informationen über die gesamte Region Hochkönig, du kannst Aktivitäten planen, Neues entdecken und dir Freizeittipps holen. Und das Beste dabei ist: alle Infos sind rund um die Uhr abrufbar. Mit der HochkönigCard Web-App kannst du auf viele Inklusivleistungen und Ermäßigungen zugreifen.



Get all the important information about the entire Hochkönig region from Lois, you can plan activities, discover new things and get leisure tips. And the best thing is: all the information is available around the clock. With the HochkönigCard web app, you can access many included services and discounts.





HOCHKÖNIG

HOCHKÖNIG TOURISMUS GMBH

Am Gemeindeplatz 7

A-5761 Maria Alm

Tel.: +43 6584 20 388

region@hochkoenig.at

www.hochkoenig.at



Herausgeber, Medieninhaber & Fotos: Hochkönig Tourismus GmbH

Druck: www.samsondruck.at, Österreich

Änderungen, Druck- und Satzfehler vorbehalten.