

PANORAMA LOIPE

M Ü R Z Z U S C H L A G - G A N Z



— 1 — **Panorama-Runde: 5,6 km**

— 3 — **Zubringer Bismarckhöhe: 1 km**

— 4 — **Flutlichtrunde: 2,3 km**
Flutlicht täglich bis 20:30 Uhr

Der Loipenbetreuer freut sich über Ihre Spende!
(Box beim Einstieg Steinbauer)

Gesamte Loipe mit klassischer und Skating-Spur

FIS Loipenregeln

1. Rücksichtnahme auf die anderen

Jeder Langläufer muss sich so verhalten, dass er keinen anderen gefährdet oder schädigt.

2. Signalisation, Laufrichtung und Lauftechnik

Markierungen und Signale (Hinweisschilder) sind zu beachten. In Loipen ist in der angegebenen Richtung und Lauftechnik zu laufen.

3. Wahl der Spur

Auf Doppel- und Mehrfachspuren muss in der rechten Spur gelaufen werden. Langläufer in Gruppen müssen in der rechten Spur hintereinander laufen. In freier Technik ist ebenfalls rechts zu laufen.

4. Überholen

Überholt werden darf rechts oder links. Der vordere Läufer braucht nicht ausweichen. Er sollte aber ausweichen, wenn es ihm gefahrlos möglich ist.

5. Gegenverkehr

Bei Begegnungen hat jeder nach rechts auszuweichen. Der abfahrende Langläufer hat Vorrang.

6. Stockführung

Beim Überholen, Überholt werden und bei Begegnungen sind die Stöcke eng am Körper zu führen.

7. Anpassung der Geschwindigkeit an die Verhältnisse

Jeder Langläufer muss, vor allem auf Gefällstrecken, Geschwindigkeiten und Verhalten seinem Können, den Geländebedingungen, der Verkehrsdichte und der Sichtweise anpassen. Es muss einen genügenden Sicherheitsabstand zum vorderen Läufer einhalten. Notfalls muss er sich fallen lassen, um einen Zusammenstoß zu verhindern.

Bei Flutlichtbetrieb ist den Sichtverhältnissen angepasst zu laufen.

ACHTUNG! Das Licht schaltet sich automatisch um 20.30 Uhr ab! Bitte achten Sie darauf, dass Sie die Loipe rechtzeitig verlassen.

8. Freihalten der Loipe

Wer stehen bleibt, tritt aus der Loipe. Ein gestürzter Langläufer hat die Spur möglichst rasch freizumachen.

9. Hilfeleistung

Bei Unfällen ist jeder zur Hilfeleistung verpflichtet.

10. Ausweispflicht

Jeder, ob Zeuge oder Beteiligter, ob verantwortlich oder nicht, muss im Falle eines Unfalles seine Personalien angeben.

SPORT:stadt
mürzzuschlag