

45. Steirerlauf 2025

presented by GrimmingTherme Bad Mitterndorf



Bad Mitterndorf
TaufnitzAlm, Ödensee



-  A 50 km Freie Technik
-  B 30 km Klassisch
-  C 25 km Freie Technik
-  D 10 km Genusslauf
-  D 10 km DIRNDL-Steirerlauf
-  E 1,5 - 4,5 km Kids Race

Bad Mitterndorf
Fr. 31. 01 / Sa. 01. 02. 2025



Liebe Langlauftreunde,

Herzlich willkommen zum 45.Steirlauf 2025 im wunderschönen Ausseerland! Dieses traditionsreiche Langlauf Event verbindet sportliche Höchstleistungen von Groß und Klein mit der beeindruckenden Natur unserer Region und ist ein Highlight des Wintersports für alle – ob Hobbyläufer oder Profis.

Als Tourismusverband Ausseerland sind wir stolz darauf, dieses einzigartige Langläuferlebnis zu unterstützen. Unser Engagement zielt darauf ab, die Begeisterung für den Langlaufsport zu fördern und die Schönheit unserer Region in den Mittelpunkt zu rücken.

Ein besonderer Dank gilt den vielen freiwilligen Helferinnen und Helfern, die mit ihrem unermüdlichen Einsatz und ihrer Leidenschaft dafür sorgen, dass dieses Event reibungslos stattfinden kann. Ohne sie wäre der Steirlauf in dieser Form nicht möglich – dafür gebührt ihnen unsere höchste Anerkennung!

Wir wünschen allen Teilnehmenden viel Erfolg und Freude auf der Strecke sowie allen Zuschauerinnen und Zuschauern unvergessliche Momente. Lassen Sie uns gemeinsam den Steirlauf 2025 zu einem Fest des Sports und der Gemeinschaft machen!

Herzlichst,

Pamela Binder

Geschäftsführerin Tourismusverband Ausseerland Salzkammergut!



Der 45. Steiralauf presented by GrimmingTherme

Freitag, 31. Jänner 2025

- 11.00 - 17.00 Uhr Ski- und Wachsservice (HWK) im Startgelände
Infostand unserer Partner Fischer Sports/Grimmingsport im Startgelände
- 13.00 - 17.00 Uhr Ausgabe Startnummern (Holzknechtstube ÖBF Nähe GrimmingTherme), Nachnennungen
- 15.00 Uhr Start Kids-Race für Bambinis, Kinder und Schüler:innen
- ab ca. 17.00 Uhr Siegerehrung Kids-Race im Theater der GrimmingTherme
Alle Starter beim Kids-Race erhalten einen gratis Thermeneintritt (gültig 1 Jahr)

Samstag, 01. Februar 2025

- ab 7.00 Uhr Ausgabe Startnummern (Holzknechtstube ÖBF Nähe GrimmingTherme), Nachnennungen
In der GrimmingTherme gibt es ein Frühstückangebot (zu bezahlen)
- ab 8.00 Uhr Ski- und Wachsservice (HWK) im Startgelände / Verkaufsstand von **4ENDURANCE**
Schmecke den Sieg.
Infostand unserer Partner Fischer Sports/Grimmingsport im Startgelände
- 09.45 Uhr Start Strecke B - 30 km in klassischer Technik
- 10.15 Uhr Start Strecke A - 50 km (frei), Strecke C - 25 km (frei), Strecke D - 10 km Genusslauf (frei)
- 10.30 Uhr Start Strecke D - 10 km „**DIRNDL**-Steiralauf“
- ab ca. 10.30 Uhr Zieleinlauf D - 10 km Genusslauf
- ab ca. 10.50 Uhr Zieleinlauf „**DIRNDL**-Steiralauf“
- ab ca. 11.00 Uhr Zieleinlauf B - 30 km in klassischer Technik
- ab 11.30 Uhr Verpflegung in der Grimminghalle möglich
- ab ca. 11.10 Uhr Zieleinlauf C - 25 km in freier Technik
- ab ca. 12.00 Uhr Zieleinlauf A - 50 km in freier Technik

Nach den Zieleinläufen der jeweiligen Rennen findet im Start/Zielgelände die Flower Zeremonie statt

- ab 14.00 Uhr Siegerehrungen, Grimminghalle, ca. 15.00 Uhr: Verlosung der Sachpreise
- 16.45 Uhr Yoga zum Steiralauf (www.so-neu.at/termine) - € 5,--



Distanzen

-  **E 1,5 – 4,5 km Kids Race:** Start und Ziel im Startgelände Grimmingtherme
Freitag, 31. Jänner - Start: 15.00 Uhr
-  **A 50 km freie Technik:** Start GrimmingTherme -> Obersdorf -> Kumitzberg -> Neuhofen -> Heilbrunn -> Krungl -> Zauchen -> GrimmingTherme -> 2 Runden mit Ziel GrimmingTherme
Samstag, 01. Februar - Start: 10.15 Uhr Zielankunft: ab ca. 12.00 Uhr
NEU – Es gibt für die 50Km Strecke ein Zeitlimit!
Ab einer Laufzeit von 2:30 Stunden oder länger nach 25Km werden die Teilnehmer ins Ziel geleitet und dafür bei der 25Km Strecke gewertet!
-  **B 30 km klassische Technik:** Start GrimmingTherme -> Obersdorf -> Kumitzberg -> Neuhofen -> Heilbrunn -> Kulm -> Krungl -> Zauchen -> Ziel GrimmingTherme
Samstag, 01. Februar - Start: 09.45 Uhr Zielankunft: ab ca. 11.00 Uhr
-  **C 25 km freie Technik:** Start GrimmingTherme -> Obersdorf -> Kumitzberg -> Neuhofen -> Heilbrunn -> Krungl -> Zauchen -> Ziel GrimmingTherme
Samstag, 01. Februar - Start: 10.15 Uhr Zielankunft: ab ca. 11.10 Uhr
-  **D 10 km Genusslauf:** Start GrimmingTherme -> Obersdorf -> Kumitzberg -> Neuhofen -> Ziel GrimmingTherme
Samstag, 01. Februar - Start: 10.15 Uhr Zielankunft: ab ca. 10.30 Uhr
-  **D 10 km DIRNDL–Steiralauf:** Start GrimmingTherme -> Obersdorf -> Kumitzberg -> Neuhofen -> Ziel GrimmingTherme
Samstag, 01. Februar - Start: 10.30 Uhr Zielankunft: ab ca. 10.50 Uhr

Mittelzeitwertung: Beim **DIRNDL–Steiralauf** werden in den jeweiligen Klassen Ehrenpreise vergeben. Die Hauptpreise gewinnen jene „Dirndl'n“ (Damen) welche der Mittelzeit am nächsten sind bzw. diese genau erreichen. **Als Hauptpreis gibt es ein original Ausseer Dirndl von Grimmingwand in Bad Mitterndorf!**

Teambewerb (Einheitlichen Teamnamen der Läufer:innen bei der Nennung bekanntgeben!)

Auf allen Distanzen, drei Läufer:innen, gleiche Strecke! Jede(r) Läufer:in nimmt an der gewählten Teamdistanz teil. Mixteams erlaubt. Am Ende werden die Zeiten addiert, das Team mit der schnellsten Gesamtzeit ist Sieger.

Regionalwertung

Auf allen Distanzen, ohne Jahrgangsklassen, getrennte Damen- / Herrenwertung! Teilnehmer:innen aus dem Ausseerland-Salzkammergut werden zusätzlich in einer eigenen Regionalwertung geführt. Gewertet werden dabei alle Läufer:innen aus Bad Mitterndorf (8982 / 8983 / 8984), Bad Aussee (8990), Altaussee (8992) und Grundlsee (8993).



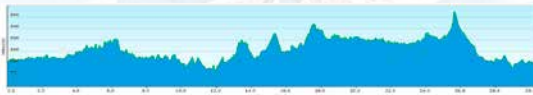
Altersklassen 25 km / 50 km / 30 km / 10 km

| Klasse | JG von | JG bis | 25 km Freistil | 50 km Freistil | 30 km klassisch | Genusslauf / DIRNDL- Steiralauf | Kids-Race |
|-----------------------|--------|--------|-------------------|-------------------|--------------------|---------------------------------------|-----------|
| Bambini w/m | 2018 | 2019 | | | | | 1 Runde |
| Kinder I w/m | 2017 | 2017 | | | | | 1 Runde |
| Kinder II w/m | 2015 | 2016 | | | | | 2 Runden |
| Schüler I w/m | 2013 | 2014 | | | | | 2 Runden |
| Schüler II w/m | 2011 | 2012 | | | | X | 3 Runden |
| Jugend I w/m | 2009 | 2010 | X | | | X | |
| Jugend II w/m | 2007 | 2008 | X | | | X | |
| Junioren w/m | 2005 | 2006 | X | X | X | | |
| AK Damen / Herren | 1995 | 2004 | X | X | X | | |
| AK I Damen / Herren | 1985 | 1994 | X | X | X | | |
| AK II Damen / Herren | 1975 | 1984 | X | X | X | | |
| AK III Damen / Herren | 1965 | 1974 | X | X | X | | |
| AK IV Damen / Herren | 1955 | 1964 | X | X | X | | |
| AK V Damen / Herren | 1945 | 1954 | X | X | X | | |
| AK VI Damen / Herren | 1900 | 1944 | X | X | X | | |
| Damen / Herren U40 | 1985 | 2006 | | | | X | |
| Damen / Herren Ü40 | 1900 | 1985 | | | | X | |

Streckenübersicht



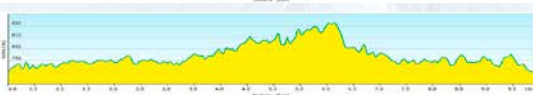
 A 50 Km Freie Technik




 B 30 Km Klassisch




 C 25 Km Freie Technik




 D 10 Km DIRNDL-Steiralauf
10 Km Genusslauf

 Information

 Erste Hilfe


Start Startgelände GrimmingTherme


 Kontrollpunkt

 Parkplatz

Ziel Zieleinlauf GrimmingTherme

 Verpflegung

 Interessanter Zuseherpunkt

 Getränke

OBERSDORF

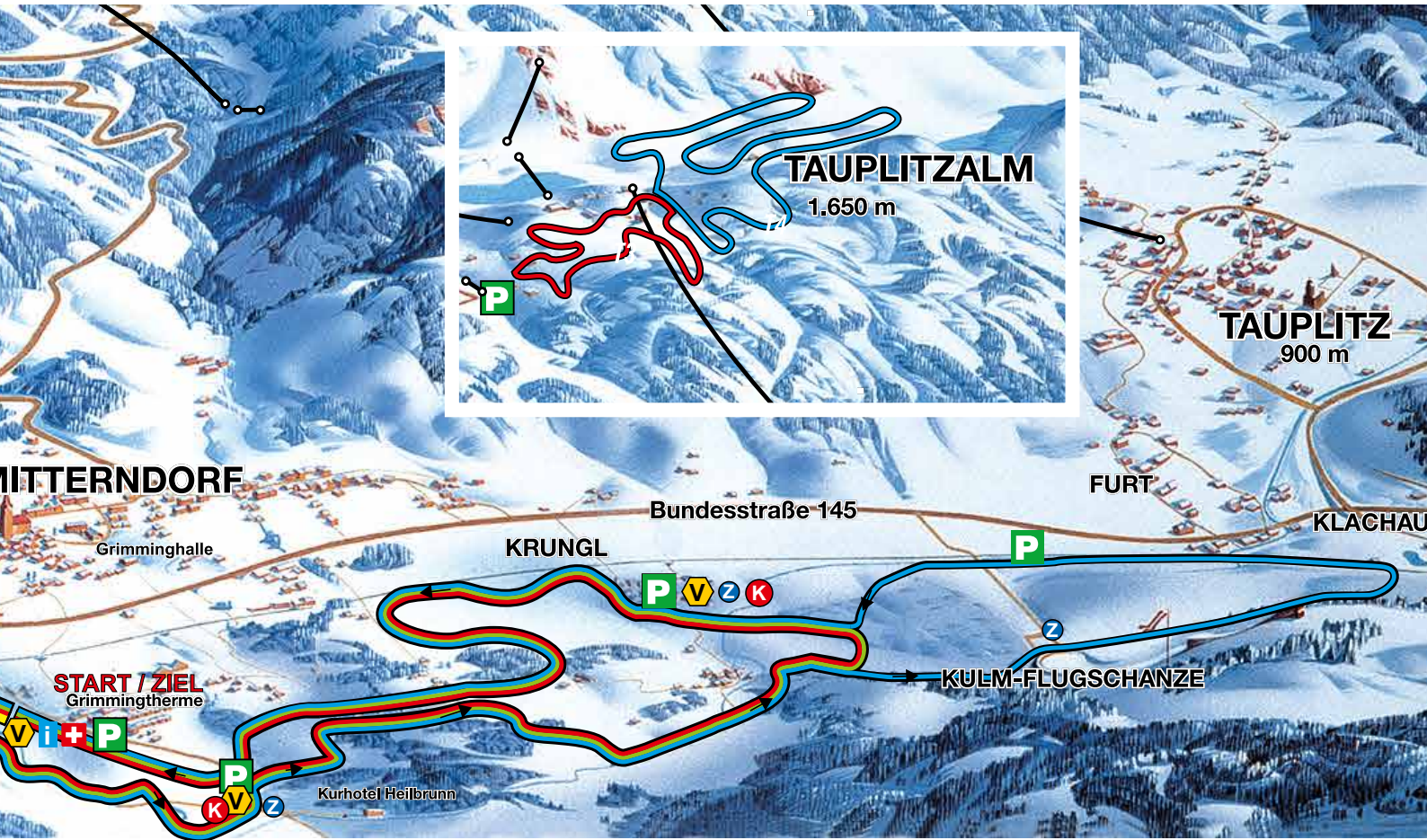
BAD M

MÜHLREITH

812 m

Ödensee
Loipe rund um See

RIEHL-KAINISCH



Anmeldung:

Einfach auf der Website www.steiralauf.at den Link „Anmeldung“ anklicken und ausfüllen.

Leistungen: Steiralauf Medaille und eine hochwertige Sportmütze von Löffler, Energie Gel von 4Endurance, Verpflegung an der Loipe und im Ziel, Loipendienst, Leihgebühr für den Chip, Duschen / Verpflegung nach dem Rennen in der Grimminghalle, 4 Stunden Thermeneintritt in die GrimmingTherme Bad Mitterndorf am Samstag oder Sonntag (Rennwochenende).

Leistungen Kids Race: Steiralauf Kids Race Medaille

Alle Starter beim Kids-Race erhalten einen gratis Thermeneintritt (gültig 1 Jahr)

Zeitnehmung: race result Austria, www.raceresult.at Live Timing!

| | |
|---|-----------|
| Nenngeld: Strecken A 50 km / B 30 km / C 25 km: | 50,- Euro |
| Strecke D 10 km Genusslauf / DIRNDL -Steiralauf: | 35,- Euro |
| Strecke E 1,5 - 5 km Kids-Race: | 8,- Euro |

Nennschluss:

Montag, 20. Jänner 2025, 17 Uhr. Nennungen sind bei erhöhtem Tarif (plus Euro 10,-) bis kurz vor dem Start möglich. Der Veranstalter behält sich vor, Nennungen ohne Angabe von Gründen abzulehnen.

Startberechtigung für den 1. Startblock:

Elite = Kaderläufer, Rang 1 - 30 Gesamtklassament Steiralauf bzw. Nachweis von Top-Platzierungen bei anderen Langlaufevents!

Flower Zeremonie

Wir bitten die 3 schnellsten Damen/Herren jedes Bewerbs sich nach dem Zieleinlauf für die Flower Zeremonie bereitzuhalten.

Die Flower Zeremonie findet direkt nach dem jeweiligen Zieleinlauf im Zielgelände statt.



Wichtige Hinweise:

Rechtzeitiges Anmelden lohnt sich: Jede Teilnehmer:in, dessen **Nenngeld bis 20. Jänner 2025** auf dem Konto des OK-Teams eingelangt ist, nimmt an der **Verlosung wertvoller Sachpreise** teil.

Zeitnehmung: Beim Steiralauf 2025 wird das Chipsystem von race result Austria verwendet. Weitere Informationen erhalten Sie unter www.raceresult.com. Andere Chipsysteme, als die bei der Startnummernausgabe überreichten, sind im Rennen nicht zulässig. Nach dem Zieleinlauf müssen die Chips von den Sportlern in den bereitgestellten Boxen hinterlegt werden. Sollte ein Teilnehmer nicht das Ziel erreichen, muss der Chip im Zielgelände oder bei der Rennleitung abgegeben werden. Nicht zurückgegeben Chips werden von der Firma Race Result mit einem Betrag von € 50.- in Rechnung gestellt.

Anreise: Aus Richtung Wien/Graz/Linz/Klagenfurt erreichen Sie das Ausseerland-Salzkammergut über die Pyhrnautobahn, ab Abfahrt Liezen folgen Sie den Wegweisern zur GrimmingTherme Bad Mitterndorf.

Aus Richtung Salzburg erreichen Sie das Ausseerland-Salzkammergut über die Wolfgangsee-Bundestraße (B158). In Bad Ischl wechseln Sie bitte auf die B145 in Richtung Bad Goisern. Nach etwa 40 Kilometern erreichen Sie Bad Mitterndorf.

Unterkünfte: Das Ausseerland-Salzkammergut ist eine der beliebtesten Tourismusregionen Österreichs mit 1,5 Million Nächtigungen pro Jahr. Informationen zu Unterkünften erhalten Sie unter www.ausseerland.at und im Infobüro Bad Mitterndorf unter +43 3623 2444 bzw. info.badmitterndorf@ausseerland.at

Haftung: Für eine ausreichende Unfallversicherung ist von den Teilnehmer:innen selbst zu sorgen. Mit der Abgabe der Nennung nimmt der Veranstalter den aufrechten Bestand einer solchen Versicherung als gegeben an. Das OK Steiralauf legt besonderen Wert auf folgenden Grundsatz: Jede(r) Teilnehmer:in trägt selbst die volle Verantwortung für seinen Gesundheitszustand. Bei Nichtbeachtung wird eine Disqualifikation ausgesprochen. Änderungen vorbehalten.





Unsere Genuss-Partner



Die Veranstalter bedanken sich bei der heimischen Wirtschaft für die Unterstützung zur Anschaffung der Ehrenpreise:

Installationen Stuchly - Inh. Gotthard Maier, Autohaus Punkenhofer, Bau Seebacher, Hausverwaltung Gerhard Grill, Hafner & Fliesenlegermeister Schlömicher, KFZ Technik Markus Karner, Strabag, Zörweg Transporte, Erdbau Gassner, Fleischhauerei Aichinger, Baumeister Martin Rainer, Bäckerei Schlömmer, Schwarz Wagendorffer & Co, Malerei Christian Pichler, Singerhauserhütte, Bäckerei Reisinger, Malerei Skiverleih Pürcher, S' Platzl Hinterschweiger, Zahnarzt Dr. Dr. Claudia Feichtner-Ceipek, Zahnarzt Dr. Martin Klein, Wintergärten Harreiter, Installationen Alex Hübl, Tauplitzalm Alpenstraße, Fa. Kneitz, Spedition Schobesberger & Fuchs, AKE, Autohaus Nemetz, Kurapotheke Fam. Pelant, Hubertusalm Zechmann, Steirermärkische Sparkasse, Siedlungsgenossenschaft Ennstal, Tischlerei Franz Egger, Dachdeckerei Seebacher, Kohlröserlhütte - Genuß am See, Biowärme Hansmann, Goashitt'n Hubert Heiß, IPC Logistik, Transporte Haim, Hotel 4-Jahreszeiten Schönberger Richard, Hotel Post Erlbacher, Landmarkt, Mario Burgschweiger MB Hausgeräte Service, Bauunternehmen Granit.



Impressum:

OK Steiralauf, 8983 Bad Mitterndorf, Grimminghalle,
info@steiralauf.at

Gestaltung u. Druck: www.designandcopy.at

Bilder: Bildrechte (c) OK Steiralauf, Martin Huber, Herbert Raffalt

Bild Rückseite: Bildrechte (c) Tourismusverband Ausseerland-Skgt, Tom Lamm





mein*Ausseerland*
der persönliche
Urlaubsguide

Topaktuell durch deinen Urlaub
Das Ausseerland auf einen Blick
mit deinem persönlichen Urlaubsguide!

Veranstaltungen,
Aktivitäten, Restaurants,
Öffnungszeiten, Touren
und vieles mehr..

Hier scannen!



www.ausseerland.at