

**BUCHSTEINRUNDE** - MTB-Tour in 3 Tagesetappen durch die Alpenregion Nationalpark Gesäuse

Ausgangs- und Endpunkt: St. Gallen  
Länge: 158 Kilometer - Höhenmeter: 4700 m - Buchbar von: April - Oktober

1. Etappe: GH Hensle in St. Gallen bis GH Stiegenwirt in Palfau
2. Etappe: GH Stiegenwirt bis GH Kölblwirt in Johnsbach
3. Etappe: GH Kölblwirt bis GH Hensle

Rund um den großen Buchstein, durch den Nationalpark Gesäuse und Naturpark Steirische Eisenwurzen, verläuft diese malerische Mountainbikestrecke. Als Teil der ehemaligen „Alpentour Steiermark“, kombiniert mit Verbindungsstrecken in den Tälern von Salza und Enns ergibt sich eine stimmige und erlebnisreiche Tour. Start in St. Gallen über die Breital ins Laussatal, über Weißenbach an der Enns in die Wolfsbachau hinauf zur Pflegeralm und über den Erbsattel nach Großreifling. Durch abgelegene Wälder geht es im Salzatal hinauf zur Bergbauern-Lackneralm, über die Moaralm hinunter nach Palfau, zum Gasthof Stiegenwirt.

Weiter führt die Strecke über den Krautgraben nach Gams - Geopark -, über die Radstatthöhe nach Mooslandl, über den Hafnerboden nach Hieflau, in den Nationalpark Gesäuse. Es folgt eine Bergwertung hinauf zur romantischen Hochscheibenalm, talwärts hinunter nach Gstatterboden. Nach einem kurzen Straßenstück nehmen wir vor der Bahnüberquerung die neue MTB-Route über den Rauchbodenweg bis zum Weidendom.

Richtung Johnsbach radeln wir bis zum Gasthof Kölblwirt, bevor wir die Johnsbacher Almenrunde in Angriff nehmen. Der Rückweg führt wieder über Johnsbach und die Gesäuseschlucht nach Weng im Gesäuse und über den Kletzenberg und den Buchauer Sattel zurück nach St. Gallen, Ziel- und Endpunkt ist der Gasthof Hensle.



**Gasthof Hensle \*\*\***

Hensle Hotel Betriebs GmbH  
8933 St. Gallen, Markt 43  
T +43(0) 3632 / 71 71, F -DW 23  
M +43(0) 664 / 252 73 25  
office@hensle.at  
www.hensle.at



Der 3-Sterne Gasthof befindet sich direkt am Marktplatz von St. Gallen und wird seit 1983 von der Familie Guttmann geführt. Den Gästen servieren wir täglich frisch zubereitete Speisen mit regionalen Produkten wie das bekannte Styria-Beef, das feine Xeis-Edelwild aus der NP-Region und der einzigartige Xeis-Alpenlachs aus der Oberlaussa am Hengstpass. Im Gewölbekeller des Hauses befindet sich ein Juwel für Weingenießer, wo Spitzenweine aus dem In- und Ausland lagern. Außerdem verfügt der Gasthof über wunderschöne Komfortzimmer und modern ausgestattete Seminarräume. Für Radler und Mountainbiker bieten wir eine versperrbare Garage, gepäckfreies Mountainbiken und Rückholung vom jeweiligen Etappenort.

**Gasthof Stiegenwirt \*\*\***

Dagmar Zwettler  
8923 Palfau 159  
T +43(0) 3638 / 219, F -DW-4  
M +43(0) 664 / 41 44 251  
office@stiegenwirt.at  
www.stiegenwirt.at



Beim Stiegenwirt findet jeder seinen Ansprechpartner: 4 Generationen der Familie Zwettler-Thalhuber kümmern sich um die Gäste. Morgens erwartet Sie ein Frühstücksbuffet mit hausgemachten Marmeladen, Kräutertee aus dem Nationalpark Gesäuse, Apfelsaft vom Veitlbauer, Schafkäse von der Birgit... Das à la carte Restaurant ist bekannt für die originellen Pfandgerichte. Das Haus ist Basis für Rafting auf der Salza und anderen Outdoorsportarten, wie Canyoning, Hochseilgarten und Bogenschießen, die von erfahrenen Partnern angeboten werden. Nach einem erlebnisreichen Tag steht Ihnen der Saunabereich mit Dampfsauna, Infrarotkabine, finnischer Sauna, Regenwaldbrause, Kneippbecken, Solarium und Ruheraum zur Verfügung.

**Gasthof Kölblwirt**

Familie Ingrid Wolf  
8912 Johnsbach 65  
T +43(0) 3611 / 216  
F +43(0) 3611 / 339  
M +43(0) 676 / 661 13 39  
koelblwirt@aon.at, www.koelblwirt.at



Der Kölblwirt liegt auf 860m und ist der ideale Ausgangspunkt für Wanderungen und Bergtouren. Ein Wanderschuh-, ein Mountainbike-, wie auch ein Tourenskiverleih bieten hierfür die optimalen Voraussetzungen. Die besondere Spezialität unserer steirischen Küche ist das zarte „Styria-Beef“ aus eigener Bio-Landwirtschaft. Vom Kölblwirt nicht wegzudenken ist die 900 Jahre alte Kölblalm, die Sommerresidenz des „Styria-Beef“, die im Sommer bewirtschaftet ist. Die Führungen durch die Odelsteinhöhle starten direkt (nach Voranmeldung!) beim Gasthof. Die Familie Wolf-Berghofer ist stets bemüht, Sie persönlich zu betreuen und Ihnen erholsame Tage in Johnsbach zu ermöglichen. Einzel- und Mehrbettbelegungen möglich, 3 günstigere Bergsteigerzimmer vorhanden, 1 Zimmer rollstuhlgerecht!

**Leistungen**

- 3 Nächte im DZ oder EZ in einem der Partnerbetriebe
- Frühstücksbuffet mit Köstlichkeiten aus dem Naturpark Steirische Eisenwurzen und Nationalpark Gesäuse
- aktuelle Tourenkarte
- Gepäcktransport
- versperrbare Radgarage
- Duschen am Abreisetag
- Parkplatz

**Buchbar bei:**

Gasthof Hensle, St. Gallen  
T +43 (0) 3632 / 71 71-0  
office@hensle.at, www.hensle.at

**Preise:**

Nächtigung mit Frühstück  
im Doppelzimmer € 195,00  
im Einzelzimmer € 219,00

Nächtigung mit Halbpension  
im Doppelzimmer € 239,00  
im Einzelzimmer € 263,00

Gruppenpreise (ab 6 Pers.) auf Anfrage

Mountainbiketour  
**BUCHSTEINRUNDE**

Wo sportlicher Anspruch auf Bilderbuch-Landschaften trifft.  
In den Bergen hoch über den wilden Wassern von Salza und Enns.

Satz & Layout, Bilder Gasthöfe: © fuernholzer.com



Mit  
Gepäck-  
transport!

Mountain-  
bike-Tour in 3  
Tagesetappen!

Großartige  
Ausblicke

- kristallklare Wasser
- spektakuläre Berge
- endlose Wälder

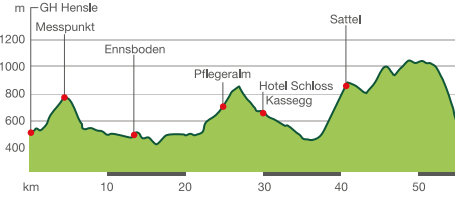
Bewegen in Natur und Kultur!



www.buchsteinrunde.at

### 1. Etappe

Schwierigkeit: schwer  
 Strecke: 55,1 km  
 Aufstieg: 1766 m - Abstieg: 1730 m  
 Dauer: 7:30 h  
 Niedrigster Punkt: 423 m  
 Höchster Punkt: 1064 m



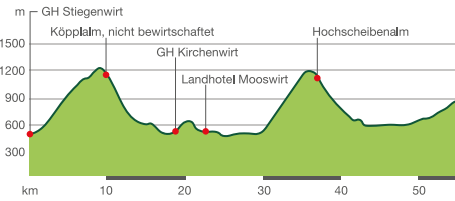
**Startpunkt der Tour:** St. Gallen - Naturpark Steirische Eisenwurz  
**Zielpunkt der Tour:** Palfau - Naturpark Steirische Eisenwurz

### Wegbeschreibung

St. Gallen, Start beim Gasthof Hensle, über Unterlaussa und Platzl in einer kleinen Runde nach Weißenbach. Weißenbach an der Enns, entlang der Enns in die Wolfsbachau und dann hinauf zur Pfliegeralm. Erbsattel, vom Erbsattel bis zur Hackenschmiede und dann Richtung Großreifling auf der Hauptstraße weiter. Großreifling, entlang der türkisen Salza bis zum Kraftwerk, dann links abzuweichen und auf Forststraßen bis zur Naturfreundehütte Palfau folgen. Naturfreundehütte, weiter bis zur Moaralm und die Forststraße nach Palfau nehmen. Beim Gasthof Stiegenwirt endet die 1. Etappe der Buchsteinrunde. Wegkennzeichen: Gelbe Buchsteinrunde-Tafeln

### 2. Etappe

Schwierigkeit: schwer  
 Strecke: 55,9 km  
 Aufstieg: 2153 m - Abstieg: 1820 m  
 Dauer: 7:30 h  
 Niedrigster Punkt: 470 m  
 Höchster Punkt: 1242 m



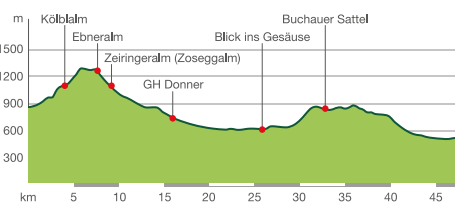
**Startpunkt der Tour:** Palfau - Naturpark Steirische Eisenwurz  
**Zielpunkt der Tour:** Johnsbach - Nationalpark Gesäuse

### Wegbeschreibung

Palfau, beginnt beim GH Stiegenwirt. Gams bei Hieflau. Mooslandl - abzuweichen auf die Nebenstraße und über Hafnerboden bis Hieflau. Hieflau, im Ortszentrum die Enns überqueren und auf der Hochscheibentaltour des Nationalparks Gesäuse weiter. Hochscheibental, hoch über dem Gesäuse der Tour weiter folgen und nach der Einmündung in die Gesäusestraße bei Gstatterboden entlang der Enns über den Rauchbodenweg bis zur Abzweigung Johnsbach - noch ca. 7 km Landesstraße bis zum GH Kölblwirt. Wegkennzeichen: Gelbe Buchsteinrunde-Tafeln

### 3. Etappe

Schwierigkeit: mittel  
 Strecke: 47,4 km  
 Aufstieg: 1075 m - Abstieg: 1430 m  
 Dauer: 6:00 h  
 Niedrigster Punkt: 498 m  
 Höchster Punkt: 1323 m



**Startpunkt der Tour:** GH Kölblwirt - Parkplatz Ebnerklamm  
**Zielpunkt der Tour:** GH Hensle - Naturpark Steirische Eisenwurz

### Wegbeschreibung

Am Ende des Johnsbachtals befindet sich der Ausgangspunkt für eine gemütliche Almwanderung und Radtour für die ganze Familie. Die sogenannte „Johnsbacher Almrunde“ führt über aussichtsreiche Wege zu 3 bewirtschafteten Almen, die sowohl einzeln, als auch als gemütliche Runde erwandert oder erradelt werden können. Wir empfehlen Ihnen folgenden Routenverlauf: Parkplatz Ebnerklamm - Kölblalm - Ebneralm - Zeiringeralm - Parkplatz Ebnerklamm. Anschließend geht es wieder hinaus aus dem Johnsbachtal, entlang der Johnsbachstraße, weiters auf der Gesäusebundesstraße nach Weng im Gesäuse (durch das Gesäuse und den Nationalpark Gesäuse) über den Buchauer Sattel nach St. Gallen. Endpunkt GH Hensle. Wegkennzeichen: Gelbe Buchsteinrunde-Tafeln

**Karte:** Freytag & Berndt - WK 62 - Wegnummer: 79, 80 und 669  
 Alpstein-Freizeitkarte  
**GPS-Tracks:** [www.gesaeuse.at](http://www.gesaeuse.at), [www.bikeboard.at](http://www.bikeboard.at)

