



Фотом: © Fotostudio Creativa (Tourismusverband Rauris)

# По снегу БЕЗ ЛЫЖ

КАК РАЗНООБРАЗИТЬ ОТДЫХ НА ГОРНОЛЫЖНОМ КУРОРТЕ? ЧТО ДЕЛАТЬ В СВОБОДНОЕ ОТ КАТАНИЯ ВРЕМЯ? ЧЕМ ЗАНЯТЬСЯ, ЕСЛИ И ВОВСЕ НЕ УВЛЕКАЕШЬСЯ ГОРНЫМИ ЛЫЖАМИ? ВОТ СЕМЬ СПОСОБОВ АКТИВНО ОТДОХНУТЬ И С ПОЛЬЗОЙ ПРОВЕСТИ ВРЕМЯ В ОТПУСКЕ ВНЕ ЛЫЖНИ.

## 1. ПОДЪЕМ НА СНЕГОСТУПАХ

**З**ачем подниматься на гору, да еще в странной обуви, напоминающей теннисные ракетки? Все просто – чтобы бросить вызов природе и получить незабываемые впечатления от покорения снежной целины.

Снегоступы – это самое древнее приспособление для передвижения по снежным склонам. Современная конструкция представляет собой платформу с когтями в передней части, препятствующими скольжению; она имеет специальное крепление к ботинку и позволяет подниматься в гору по снегу. С помощью снегоступов можно добраться до таких отдаленных мест, где в буквальном смысле слова не ступала нога человека.

Одна из самых впечатляющих троп расположена в долине *Раурис (Rauris)* в федеральной земле Зальцбург. Панорама ве-



Фотом: © TVB Rauris / Florian Bachmeier

личественных пиков высотой свыше 3 000 м будет сопровождать вас на протяжении всего пути.

После 3-часового подъема особенно приятно заглянуть в ресторан гостиницы *Alpengasthof Ammererhof* и подкрепиться перед обратной дорогой. Впрочем, спуститься можно и на санях, которые вам здесь любезно предложат. А если впечатлений на сегодня уже достаточно, можно заночевать в одном из уютных номеров – тогда ваш следующий день начнется в настоящей сказке.

## 2. ЗИМНИЕ ПРОГУЛКИ

Те, кто предпочитает занятия попроще, могут отправиться в поход прямо от дверей отеля – большинство горнолыжных гостиниц расположены у специально подготовленных трасс. Очищенные от снега и промаркированные тропы можно найти по всей Австрии даже в самых высокогорных районах. Они ведут по живописным склонам через хвойные леса. Желающие могут подняться наверх по канатной дороге, как, например, в лыжной области *Маутерндорф (Mauterndorf)*, и продолжить прогулку, исследуя высокогорные ландшафты. Многие тропы предлагают туристам не только восхитительные виды, но и дают возможность узнать что-то новое. Так, в области *Марианфарр (Mariapfarr)* есть «тропа естественного солнца», вдоль которой размещена любопытная информация о Солнечной системе, об ориен-



Фотом: © Ferienregion Salzburger Lungau

тировании по Солнцу, а также о способах использования солнечной энергии в жизни.

## 3. СТРОИТЕЛЬСТВО ИГЛУ

То, что когда-то было необходимо людям для выживания в холодном климате, сегодня стало зимним развлечением для туристов. В Восточном Тироле вас научат древнему методу строительства настоящих ледяных иглу – такому, какой

использовали на протяжении многих веков коренные жители Крайнего Севера – эскимосы.

Построить настоящее ледовое жилище своими руками и провести в нем ночь можно в *Лиенце в Доломитах (Lienz Dolomiten)*. Это будет поистине незабываемый опыт для людей любого возраста. Что удивительно – даже в самые холодные дни температура внутри иглу не опускается ниже нуля, а одежда и спальные мешки остаются сухими в течение всей ночи.



Фотом: © Ostfrol Werbung / Willi Seebacher

**ДАЖЕ В САМЫЕ ХОЛОДНЫЕ ДНИ  
ТЕМПЕРАТУРА ВНУТРИ ИГЛУ  
НЕ ОПУСКАЕТСЯ НИЖЕ НУЛЯ**



Фото: © Österreich Werbung / Robert Herbst

ров-каюров вы промчитесь по специальным трассам в парках Вальдфиртеля: *Husky Time в Этласе (Etlas)*, *Husky Ranch в Фридерсбахе (Friedersbach)* и *Huskyhof Waldviertel в Альтнагельберге (Altnagelberg)*.

## 5. КАТАНИЕ НА САНЯХ

Прокатиться с ветерком на санях по специальной трассе *Цауберберг (Zauberberg)* в *Земмеринге (Semmering)* можно не только днем, но и ночью. Трехкилометровый извивающийся снежный спуск с захватывающими петлями и тоннелями освещается мощными световыми конструкциями. Всё это создает невероятную атмосферу безудержного веселья.

А самая длинная в мире освещенная трасса для езды на санях расположена на *Вильдкогеле (Wildkogel)* в федеральной земле Зальцбург. Здесь туристы могут получить порцию адреналина, если пронесутся на огромной скорости по 14-километровому спуску, успевая вписаться во все его петли и повороты.

## 6. КОННЫЕ ПРОГУЛКИ

Наслаждаться заснеженными пейзажами приятнее всего, катаясь в санях, запряженных лошадьми, или во время не-

## 4. ЕЗДА НА СОБАЧИХ УПРЯЖКАХ

Этот вид отдыха не оставит равнодушным никого. Когда вы стоите в санях, запряженных сибирскими хаски, то чувствуете невероятный прилив сил и ощущаете себя настоящим путешественником. Это уникальное приключение можно испытать в са-

мом сердце Австрии – регионе *Вальдфиртель (Waldviertel)*. Здесь вас сначала познакомят с очаровательными голубоглазыми хаски с добрейшим и покладистым характером, научат основным способам маневрирования в санях, продемонстрируют команды, которые будут понятны собакам. После этого можно приступить к практике – под наблюдением опытных инструкторо-



Фото: © SalzburgerLand / Eva-Maria Repolusk

**САМАЯ ДЛИННАЯ В МИРЕ (14 КМ!) ОСВЕЩЕННАЯ ТРАССА ДЛЯ ЕЗДЫ НА САНЯХ РАСПОЛОЖЕНА НА ВИЛЬДКОГЕЛЕ (WILDKOGEL) В ФЕДЕРАЛЬНОЙ ЗЕМЛЕ ЗАЛЬЦБУРГ.**

спешной прогулки верхом. В заповедной области *Гонталь / Качберг (Gontal / Katschberg)* в Каринтии катания организованы таким образом, чтобы туристам непременно было тепло и комфортно – для этого им предлагаются мягкие одеяла и шнапс.

Идиллический пейзаж *Хохкёнига (Hochkönig)* в Зальцбурге откроется вам из уютного конного экипажа во время прогулок вокруг окрестных романтических заснеженных деревень.

В Нижней Австрии предлагаются часовые поездки в *Зауграбен (Saugraben)* на кормление дичи, где, если повезет, можно понаблюдать за благородными оленями. Помимо поездок на санях в лошадиной упряжке, почти везде предлагаются курсы верховой езды для начинающих.

## БЕГОВЫЕ ЛЫЖИ И СКАНДИНАВСКАЯ ХОДЬБА

Бег на лыжах снова входит в моду. Всё больше молодых людей открывают для себя этот вид спорта. Чтобы отдыхающие получали сервис самого высокого уровня, в Австрии был разработан специальный знак качества – *Loipengütesiegel*, который определяет требования к предоставляемым услугам.

Получившие этот знак обеспечивают туристам сеть постоянно обслуживаемой лыжни протяженностью минимум 30 км с гарантией снежного покрова в течение 80 дней, маркировку и информационные панорамные стенды, достаточное количество парковочных мест, туалетов и пунктов пи-



Фотом: © SalzburgLand Tourismus / Michael Grossinger

тания. Обязательно также наличие школы лыжного бега с прокатом инвентаря.

Этот знак качества распространяется на еще один вид активности – *скандинавскую ходьбу*, которая набирает все большую популярность в мире. Благодаря использованию лыжных палок, во-первых, можно увеличить скорость ходьбы, а во-вторых, на 30 % разгрузить суставы и позвоночник. В об-

щей сложности при занятии лыжным бегом и скандинавской ходьбой тренируются **600 МЫШЦ**, что значительно больше, чем при беге трусцой.

Чем бы вы ни решили заняться зимой в Австрии, для вас везде будут созданы самые лучшие условия и заботливо продумана каждая мелочь. Так что вам останется только наслаждаться отдыхом!

**Источник:** [www.austria.info](http://www.austria.info)



Фотом: © Imbuck Tourismus / Christian Vorhofer