

WASSERWELT DACHSERFALL

Water world Dachser waterfall



Im Ortsteil Au befinden sich gleich zwei Wasserfälle: Der Dachserfall und der Trickfall. Zudem können Sie in diesem Bereich den Kräuterlehrpfad entlang spazieren und auf der Plattform direkt beim Austritt des Dachserfalls der Kraft des Wassers ganz nahekommen.

There are two waterfalls in the district Au: The Dachserfall and the Trickfall. In addition, you can walk along the herbal nature trail in this area and come very close to the platform, where you feel directly the power of water.

KNEIPPANLAGE

Kneipp facility

Eine Wasserkur nach Pfarrer Sebastian Kneipp verliert nie an Bedeutung. In der Kneippanlage finden Sie ein Becken zum Wassertreten und ein Armbad, welche die Durchblutung und das Immunsystem fördern und stärken. Eine herrliche Erfrischung nach einer Wanderung oder Radtour.

A water cure according to Pastor Sebastian Kneipp never loses its importance. In the Kneipp facility you will find a pool for treading water and an arm bath, which promote and increase blood circulation and defenses. A wonderful refreshment after a hike or bike ride.

EGELSEE

Lake Egelsee



Das seit 1971 ausgewiesene Landschaftsschutzgebiet ist eine einzigartige und charakteristische Tier- und Pflanzenwelt. Früher ein Ort für Sommerfrischler, welche im damaligen Badehaus am Egelsee die nachweisbar heilende Wirkung der Moorbäder sehr schätzten. Lebenspfad Egelsee: Dieser Lebenspfad bietet eindrucksvolle und abwechslungsreiche Einblicke in die Flora und Fauna dieser Gegend.

The protected landscape area, which has been designated since 1971, is a unique and characteristic area with its flora and fauna. Formerly a place for the mud baths in the bath-house at the lake Egelsee. Egelsee life path: This life path offers impressive and varied insights into the flora and fauna.



GSENGALM 1447 m

Eine Almhütte mitten im Tennengebirge als Ausgangspunkt für viele Bergtouren. Erreichbar nach einer leichten Wanderung von ca. 1½ Stunden ab der Bergstation der Karkogelbahn. Produkte aus eigener Bio-Landwirtschaft werden geboten. Hier ist eine Übernachtung möglich. Das Hüttenteam freut sich auf Ihren Besuch.

An alpine hut in the middle of the mountain range Tennengebirge as a starting point for many mountain tours. It can be reached after an easy hike of approx. 1½ hours from the Karkogel hut. The hut team is looking forward to your visit. An overnight stay is possible here. Look forward to products from their own organic farm.

Tel. +43 664 357 51 53 · julinde.posch@hotmail.com

KARKOGELHÜTTE 1100 m

Die Karkogelhütte an der Bergstation ist zu Fuß oder komfortabel mit der Karkogelbahn erreichbar. Bei einer Einkehr kann man die wunderbare Aussicht über das Abtenauer Becken genießen.

The Karkogel hut at the mountain station can be reached by foot from the valley or comfortably with the Karkogel gondola. With a stop you can enjoy the wonderful view over the Abtenau valley.

Tel. +43 6243 288 28

LAUFENER HÜTTE 1726 m

Auf der familienfreundlichen Selbstversorgerhütte im Tennengebirge werden Getränke und Suppen angeboten (andere Speisen sind selbst mitzubringen). Sie bietet 45 Schlafplätze im Matratzenlager und 19 in Zimmerlagern (unbedingt reservieren!). Rund um die Hütte kann man Almvieh, Murmeltiere und Gämse beobachten und eine vielfältige Bergflora bestaunen. Eine Slackline sowie drei Klettergärten sind ebenfalls in der Nähe.

The family-friendly self-catering hut in the Tennengebirge offers drinks and soups (please bring your own food). It offers 45 beds in mattress dormitories and 19 in room dormitories (book in advance!). Around the hut you can observe alpine cattle, marmots and chamois and marvel at the diverse mountain flora. A slackline and three climbing gardens are also nearby.

Tel. +49 8682 95 69 294 (Deutscher Alpenverein)
info@alpenverein-laufen.de · www.alpenverein-laufen.de

ROCHERALM 1078 m

Die Rocheralmhütte mit ihrer gemütlichen Atmosphäre und herzlichen Gastfreundschaft bietet frische Schmankerl aus der eigenen Bio-Landwirtschaft. Das Almkreuz auf der Rocherhöhe ist ein beliebtes Wanderziel für Jung und Alt.

The Rocheralm hut with its cosy atmosphere and warm hospitality offers fresh delicacies from its own organic farm. The alpine cross on the peak "Rocherhöhe" is a popular hiking destination for young and old.

Tel. +43 664 431 11 10 · mariaquehenberger@gmail.com

ROHRHOFHÜTTE 850 m

Diese kleine gemütliche Hütte ist nach einer kurzen leichten Wanderung erreichbar. Genießen Sie hier frische Produkte aus eigener Bio-Landwirtschaft. Junge Wanderer freuen sich über einen kleinen Kinderspielplatz.

This cozy little hut can be reached after a short hike. Enjoy the fresh products from the own organic farm. Young hikers can look forward to a small children's playground.

Tel. +43 664 260 05 81 · www.rohrhofhütte.at · info@rohrhofhütte.at

SEITENALM 940 m

Die urige Hütte auf der Sonnenseite des Flichthofberges bietet einen einzigartigen Blick auf das malerische Tennengebirge. Gut erreichbar wunderbar geeignet für Almwanderungen, Biker, Ausflügler, Feiern jeglicher Art (Grillplatz). Für das leibliche Wohl gibt es selbstgeräucherten Speck, Alm- und Kasjause sowie Tagesgerichte. Hier ist eine Übernachtung möglich. Als besondere Attraktion gilt das Alpinarium Abtenau!

The rustic hut on the sunny side of the Flichthofberg offers a unique view of the picturesque Tennengebirge mountains. Easily accessible and wonderfully suitable for alpine hikes, bikers, excursionists and celebrations of all kinds (barbecue area). For the physical well-being there is home-smoked bacon, alpine- and cheese snacks as well as daily specials. Overnight stays are possible here. A special attraction is the Alpinarium Abtenau!

Tel. +43 664 59 63 198 · www.seitenalm.net

REGIONALE SPEZIALITÄTEN

Regional specialities



GenussLäden

Gourmet shops

Zur Sonnleit'n

www.sonnleitn-abtenau.at
info@sonnleitn-abtenau.at
Schratten 27, 5441 Abtenau
Tel. +43 664 307 92 23

Obstveredelung

Buchegger

www.buchegger-schnaps.at
info@buchegger-schnaps.at
Hallseiten 9, 5441 Abtenau
Tel. +43 664 388 31 03

Bauernbogen Abtenau

www.bauernbogen.at
office@bauernbogen.at
Markt 304, 5441 Abtenau
Tel. +43 664 20 42 21 5



Nähere Infos finden Sie im Genuss-Planer

GenussWirtshäuser

Gourmet restaurants

Gasthaus Traunstein

www.buchegger-schnaps.at
info@buchegger-schnaps.at
Hallseiten 9, 5441 Abtenau
Tel. +43 664 388 31 03

Gasthof Poschenhof

untere.sonnleiten@aon.at
Döllerhof 2, 5441 Abtenau
Tel. +43 6243 24 40

GenussAlmen

Gourmet huts

Rettenegghütte

www.retteneqghuette.at
barbara.gsenger@gmx.at
Postalm
Tel. +43 664 588 24 98

Rocheralm

mariaquehenberger@gmail.com
Tel. +43 664 431 11 10

Schnitzhofalm

www.schnitzhof.eu
schnitzhof@aon.at
Postalm
Tel. +43 664 448 96 77

KULINARIK

Culinary



Nicht nur auf der Alm, sondern auch in den Wirtshausstuben werden Sie mit regionalen Gerichten sowie kulinarischen Spezialitäten verwöhnt. Von Fisch aus dem Gebirgsbach, heimischem Wild, frischen Mehlspeisen bis zum selbstgemachten Eis, hier wird ein Urlaubstag köstlich abgerundet.

Not only on the alm, but also in the inns, you will be spoiled with regional dishes and culinary specialties. From fish from the mountain stream, local venison, fresh pastries to home-made ice cream, a day's holiday is deliciously rounded off.

EINKAUFEN IN ABTENAU

Shopping in Abtenau

Das Ortszentrum von Abtenau ist einzigartig. Neben den Restaurants und Cafés laden die Geschäfte mit einem abwechslungsreichen Angebot zum Bummeln ein. Ob Mode, Sportartikel, Spielwaren oder Dekoration, hier findet man sicher ein schönes Andenken an den Urlaub in Abtenau.

The center of Abtenau is unique. In addition to the restaurants and cafes, the shops invite you to stroll with a wide variety of offers. Whether fashion, sporting goods, toys or decorations, you are sure to find a nice souvenir of your holiday in Abtenau here.

Abtenau

Ausflugsziele · Adventure Tips



Natur · Wasser · Genuss
Nature · Water · Culinary

Dachstein
west
Natürlich im
Salzkammergut

Tennengau
Natur · Kultur · Genuss

KARKOGEL

Ein Berg mit vielen Möglichkeiten
A mountain with many possibilities



Ob jung, ob alt, dieser Spaß lässt niemanden kalt! Mit der Gondel geht's rauf, zurück ins Tal auf der Sommerrodelbahn. Bei der Talstation gibt es noch weitere Aktivitäten wie Minigolf, einen Kinderspielplatz und einen kleinen Kletterpark. Die Karkogelbahn ist der ideale Startpunkt für Wanderungen ins Tennengebirge oder zur Gsengalm. Auch zwei Weitwanderwege, der Arnweg und der Salzalpensteig, führen über den Karkogel bzw. das Tennengebirge.

Whether young or old, there's fun for everyone!

The gondola takes you up and afterwards you can have a ride back down with the summer toboggan run. At the valley station there are other activities such as mini golf, a children's playground and a small climbing park. The Karkogel gondola is the ideal starting point for hikes, e.g. to the Gsengalm. Two long-distance hiking trails, the Arnweg and the Salzalpensteig, also lead over the Karkogel and the mountain range Tennengebirge.

Abtenauer Bergbahnen GmbH • Au 99 • 5441 Abtenau
Tel.: +43 (0) 62 43 / 24 32 • info@karkogel.com • www.karkogel.com

POSTALM

Österreichs größtes Alm(en)gebiet
Austria's largest alp-area



Die Postalm erreicht man über eine wunderschöne Panoramastraße, die mitten ins Herz des Alm- und Wanderparadieses Postalm führt. Ein besonderer Wanderweg ist der Almblumenweg; ein leicht begehbarer Rundweg mit ca. 3 km Länge und einer Gehzeit von rund einer Stunde. Die charakteristische Almvegetation bietet eine einzigartige Pflanzenwelt – vielleicht entdecken Sie den berühmten „Almrausch“. Nach einer herrlichen Wanderung freut man sich auf eine deftige Jause bei einer der zahlreichen Hütten.

The Postalm can be reached via a beautiful panoramic road that leads right into the heart of the Postalm alpine and hiking paradise. A special hiking trail is the Alpin Flower Tour; an easily walkable circular route with a length of approx. 3 km and a walking time of around an hour. The characteristic alpine vegetation offers a unique flora - maybe you will discover the famous "Almrausch" (Alpine Rose). After a wonderful hike, you can look forward to a hearty snack at one of the numerous huts.

Postalm-Panoramastraße • Tel.: +43 664 231 73 85
info@postalm.net • www.postalm.net

ARLERHOF

Heimatmuseum
Local history museum



Aus dem 13. Jh. stammend, gibt der denkmalgeschützte Arlerhof Einblicke in das Leben längst vergangener Tage. Angeschlossen sind die über 200 Jahre alte Fischbachsäge, eine 170 Jahre alte Mühle, ein Feuerwehr-, Bienen- und Vogelkundemuseum sowie ein original nachgebauter Kalkofen.

Dating from the 13th century, the listed farm Arlerhof gives an insight into the life of days long past. Attached are saw mill (the "Fischbachsäge"), which is over 200 years old, a 170 years old mill, a fire brigade, a bee and an ornithological museum as well as an original rebuilt lime kiln

Heimatmuseum Arlerhof • Au 9a, 5441 Abtenau • Tel. +43 664 113 60 03
museum@abtenau.at • www.museum-abtenau.at



SPORTLICH AKTIV

Active in sports



18-Loch Filzminigolfanlage 18-hole felt mini golf course

Kann auch bei nassem Wetter
bespielt werden.
*Can also be played even in wet
weather.*

Landhotel Gasthaus Traunstein
www.gasthaustraunstein.at
info@gasthaustraunstein.at
Au 66, 5441 Abtenau
Tel. +43 6243 24 38

Reitgut Lammertal Riding hall Lammertal

www.reitgut-lammertal.at
reitgut.lammertal@aon.at
Halleseiten 29, 5441 Abtenau
Tel. +43 664 940 32 02

Tennis

Freiplätze / Outdoor tennis courts
Sportunion Abtenau, Sektion
Tennis, Tourist Info Abtenau
Tel. +43 6243 4040

Tennishalle / Tennis hall
Rosenkranz
tennisschulerosenkranz.members.
cablelink.at | tsr@sbg.at
Halleseiten 29, 5441 Abtenau
Tel. +43 664 541 15 51

Kinderspielplatz Children's playground

• Zentrum (mit Pumtrack) / centre
(with pump track)
• Tal- & Bergstation der Abtenauer
Bergbahnen / Valley and
mountain station of the gondola
• Landhotel Gasthaus Traunstein

Skaterpark Skatepark

Au 190, 5441 Abtenau
nahe Abtenauer Bergbahnen

Outdoor Sport

outdoor unlimited
www.outdoor-unlimited.at
office@outdoor-unlimited.at
Au 99, 5441 Abtenau
Tel. +43 6243 288 74

Outdoor Consulting Team
www.o-c-t.com
office@o-c-t.com
Au 66, 5441 Abtenau
Tel. +43 664 301 20 07



ERLEBNISBAD ABTENAU

Adventure pool Abtenau



Wasserratten, die das Abenteuer lieben, sind im Erlebnisbad Abtenau gut versorgt. Ein Erlebnisbecken, ein Kinderbecken und eine Kinderrutsche, eine Whirl-Liege, ein Strömungskanal, ein 25 m Sportbecken, eine 70 m Speed-Wasserrutsche und eine 15 m Breit-Wasserrutsche sowie ein Kletternetz lassen nicht nur die Kids den Alltag vergessen! Für die „Landratten“ gibt's einen Beach-Volleyballplatz, Tischtennis und Tischfußball.

Water rats who love adventure are well supplied at the Abtenau outdoor swimming pool. An adventure pool, a children's pool and a children's slide, a whirlpool lounger, a flow channel, a 25 m sports pool, a 70 m speed water slide and a 15 m wide water slide as well as a climbing net let not only the kids forget everyday life! For the „landlubbers“ there is a beach volleyball court, table tennis and table football.

Erlebnisbad Abtenau
Kehlhof 100, 5441 Abtenau
Tel. +43 6243 22 84
www.erlebnisbad.abtenau.at
erlebnisbad.abtenau@sbg.at



ABTENAUER HEILWASSER

Abtenau Medicinal Water



Wussten Sie, dass die „Jungbrunnen-BERG-Studie“ der Paracelsus Universität Salzburg ergeben hat, dass ein einwöchiger Urlaub mit Heilbädern und Bergwandern im Vergleich zu einem Standard-Urlaub das Immunsystem stärkt und nachweislich ein halbes Jahr lang für höhere körperliche Vitalität sorgt? Bereits vor über 100 Jahren war die Wirkung des Abtenauer Heilwasser weitum bekannt. Im Rahmen einer groß angelegten Studie wird der Tennengauer Gesundheitsschatz nun zu neuem Leben erweckt. Die Ergebnisse dieser Studie zeigen, dass die Natrium-Calcium-Chlorid-Sulfat-Mineralquelle wie ein echter Jungbrunnen wirkt. Eine wichtige Rolle spielt dabei das „Jungbrunnen Bad“. Dort wird in naher Zukunft das Abtenauer Heilwasser für wohltuende Wannenbäder und weitere Anwendungen aufbereitet.

Did you know that the "Fountain of Youth-BERG Study" of the Paracelsus University Salzburg has shown that a one-week holiday with medicinal baths and mountain hiking improves the immune system compared to a standard holiday and demonstrably provides six months of higher physical vitality? The effects of Abtenau's healing water were already well known over 100 years ago. As part of a large-scale study, the Tennengau health treasure is now being awakened to new life. The results of this study show that the Sodium-Calcium-Chloride-Sulphate mineral spring acts like a real fountain of youth. The „fountain of youth bath“ plays an important role in this. In the near future, Abtenau's medicinal water will be prepared there for soothing tub baths and other applications.

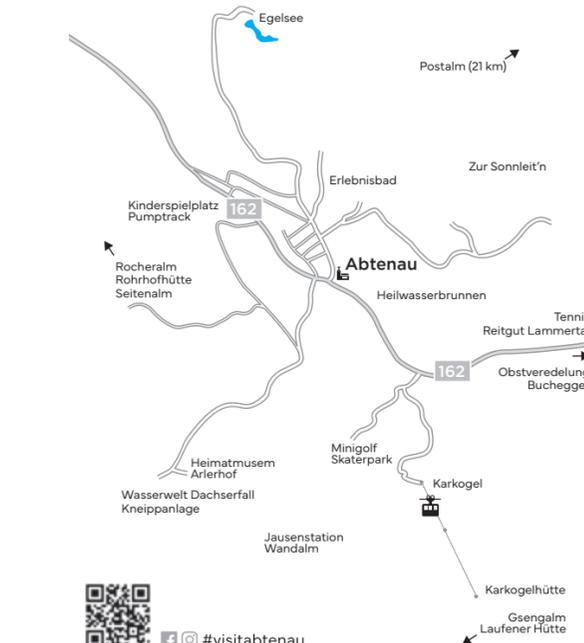


abtenau

Bewegung. Ruhe. Genuss.



Ihr digitaler
Urlaubsbegleiter:
www.staymate.at/Abtenau



#visitabtenau

Tourismusverband Abtenau
Markt 165 • 5441 Abtenau
Tel. +43 6243 40 40
ferien@abtenau-info.at
www.abtenau-info.at

