

Engadin. Nord

Hub/Hub

Die sogenannten **Hubs** sind zentrale Knotenpunkte und dienen als Ausgangs- und Treffpunkt verschiedener Sportarten. Sie tragen zum sportlichen wie auch sozialen Austausch bei und bieten Gästen und Einheimischen vielfältige Dienstleistungen. Die **Hubs** sind mit Sternen klassiert. Je nachdem welche Infrastruktur der jeweilige **Hub** anbietet, wird er mit ein bis vier Sternen ausgezeichnet.

The **Hubs** serve as starting and meeting points for various sports. They contribute to the crossover between different sports, foster social interaction, and offer guests and locals various services. The **Hubs** are classified with stars. Depending on the infrastructure the respective **Hub** offers, it is rated one to four stars.

Mehr Informationen zu den Hubs.
More information about the Hubs.

Legende Legend

- Loipe / Trail
 - leicht / easy
 - mittelschwer / medium
 - schwer / difficult
 - Loipe – nur klassisch / Trails – classic only
 - Loipe – nur skating / Trails – skating only
 - Nachtloipe / Night trail
 - Hundeloipe / Dog trail
 - Engadin Skimarathon Strecke / Engadin Skimarathon trail
- Bahnlinie / Railway line
- Strasse / Road
- Nationalparkgrenze / Border National Park
- Landesgrenze / Border Country

- Langlaufzentrum / Cross-country ski centre
- Langlauf Cross Park / Cross-country skills park
- Biathlon Anlage / Biathlon facility
- Standseilbahn / Funicular
- Gondelbahn / Gondola
- Sesselbahn / Chair lift
- Skilift / Ski lift
- Tourist Information / Tourist Information
- Bahnhof, Haltestelle / Railway station, train stop
- Bushaltestellen / Bus stop
- Flugplatz / Airport
- Parkplatz / Parking
- Parkhaus / Indoor parking
- Kutschfahrt / Horse carriage
- Öffentliche Bäder und Spa / Public baths and spa
- Mineralbad & Spa Samedan / Mineral bath & Spa Samedan
- Berg- und Ausflugsrestaurant / Mountain and excursion restaurants
- Berghütte / Mountain hut
- Spital / Klinik / Hospital / Clinic
- SchweizMobil Routen / Switzerland Mobility routes
- Hub / Hub

Bitte beachten Sie, dass der Handyempfang in den Seitentälern nicht überall gewährleistet werden kann. / Please note that in the side valleys, mobile phone reception is not always available.

Engadin Skimarathon Engadin Skimarathon

Die Faszination Engadin Skimarathon zieht jährlich 14 000 Langlaufbegeisterte an den Start in Maloja. Kein Wunder, bietet die gut 42 km lange Strecke bis nach S-chanf oder die Halbmarathonstrecke bis nach Pontresina doch ein unvergleichliches Langlauferebnis durch das wunderschöne Oberengadin.

Every year 14 000 cross-country skiing fans travel to the start of the Engadin Skimarathon in Maloja. But that is hardly surprising as both the 42 km long stretch to S-chanf and the Half Marathon route to Pontresina pass through some of the most spectacular landscape of the Engadin Valley.

www.engadin-skiarathon.ch
+41 81 851 60 60



Langlauftipps für klassisch Läufer / Cross-country skiing tips for classic technique

Rosegal-Loipe
→ 7,1 km Ⓢ 232 m Ⓣ 0 m

Fitness / Fahrtechnik: mittel
Fitness / Technical level: intermediate

Langlaufzentrum, Pontresina / Cross-country ski centre, Pontresina

Restaurant Roseg Gletscher / Restaurant Roseg Gletscher

Zuoz-Zernez
→ 18,2 km Ⓢ 152 m Ⓣ 351 m

Fitness / Fahrtechnik: mittel
Fitness / Technical level: intermediate

Langlaufzentrum, Zuoz / Cross-country ski centre, Zuoz

Langlaufzentrum, Zernez / Cross-country ski centre, Zernez

Mehr Informationen zur Rosegal-Loipe.
More information about the Roseg valley trail.

Mehr Informationen zur Loipe Zuoz-Zernez.
More information about the trail Zuoz-Zernez.

Langlauftipps für Skater / Cross-country skiing tips for skating technique

Traumloipe Celerina
→ 3,9 km Ⓢ 75 m Ⓣ 25 m

Fitness / Fahrtechnik: sehr gut
Fitness / Technical level: advanced

Langlaufzentrum, Celerina / Cross-country ski centre, Celerina

Langlaufzentrum, Pontresina / Cross-country ski centre, Pontresina

Mehr Informationen zur Traumloipe Celerina.
More information about the dream trail Celerina.

Maloja-St. Moritz
→ 15 km Ⓢ 23 m Ⓣ 38 m

Fitness / Fahrtechnik: wenig
Fitness / Technical level: basic

Capolago, Maloja / Capolago, Maloja

Langlaufzentrum, St. Moritz / Cross-country ski centre, St. Moritz

Mehr Informationen zur Loipe Maloja-St. Moritz.
More information about the trail Maloja-St. Moritz.

Langlaufzentren / Cross-country ski centres

	Wachraum Wax room	Garderober* Changing rooms*	Schließfächer* Lockers*	WC Toilets	Dusche* Shower*	Shop, Vermietung Shop, rental	Restaurant Restaurant	Langlaufschule cross-country ski school
Maloja	Mehrzweckhalle	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Sils	Sportzentrum Mulets	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Silvaplana	Sportzentrum Mulets	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
St. Moritz	OVAVERVA	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Celerina	Langlaufzentrum	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Pontresina	Langlaufzentrum Cuntschett	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Samedan	Golfhaus	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Bever	Isellas	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
La Punt	Holzhitte	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Zuoz	Langlaufzentrum	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Zernez	Sportzentrum	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓

* erkundigen Sie sich vorab, ob Garderoben, Schließfächer und Duschen zur Verfügung stehen.
* check in advance if changing rooms, lockers and showers are available.

Langlauf Winter 2022/23



Engadin. Diese Berge, diese Weite, dieses Licht.



Engadin Skimarathon Engadin Skimarathon

Engadin Skimarathon: Jeweils am 2. Sonntag im März
Engadin Skimarathon: 2nd Sunday in March

Engadin Nachtlauf: Jeweils am Donnerstag vor dem Engadin Skimarathon
Engadin Night Race: Thursday before Engadin Skimarathon

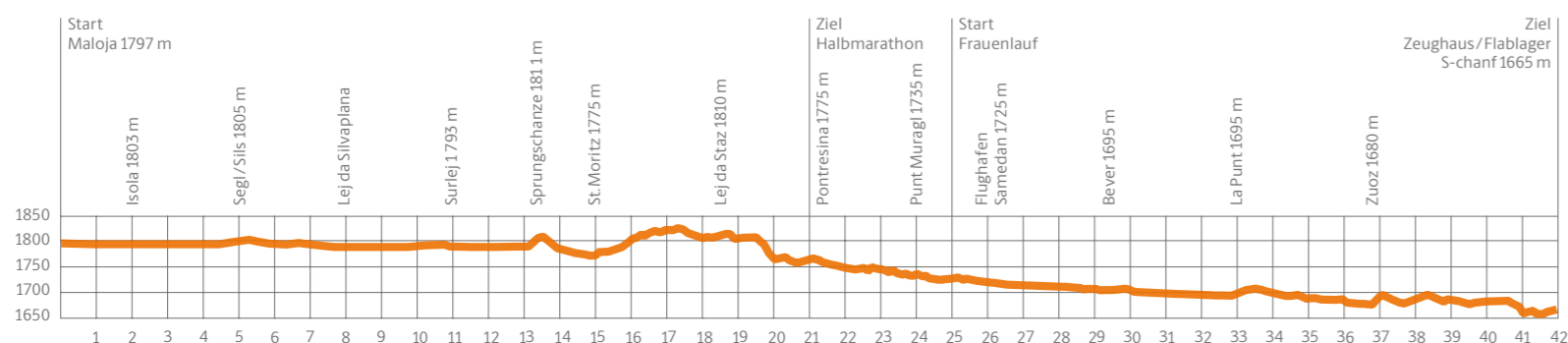
Frauenlauf: Jeweils am 1. Sonntag im März
Women's Race: 1st Sunday in March

Maloja-S-chanf
→ 44,3 km Ⓢ 124 m Ⓣ 266 m

Fitness / Fahrtechnik: mittel
Fitness / Technical level: intermediate

Capolago, Maloja / Capolago, Maloja

Flabliager, S-chanf / Flabliager, S-chanf



La Diagonela La Diagonela

La Diagonela
→ 55 km

La Diagonela ist das Highlight für alle Klassisch-Fans im Januar.
La Diagonela is the highlight for all fans of classic style cross-country skiing in January.

Pontresina / Pontresina

Zuoz / Zuoz

www.ladiagonela.ch
+41 81 851 60 88



La Pacifica
→ 30 km

La Pacifica bedeutet auf Rätoromanisch «die Gemütliche».
La Pacifica means the "easy-going one" in Romansh.

Pontresina / Pontresina

Zuoz / Zuoz

La Cuorta
→ 11 km

Wer in der klassischen Technik schnuppern möchte, dem bietet die La Cuorta über 11 km die optimale Möglichkeit.
If you are a beginner in the classic technique, the La Cuorta with a track of 11 km offers the best option.

Zuoz / Zuoz

Zuoz / Zuoz

Weiterführendes Kartenmaterial Detailed maps

Weitere Tourenvorschläge und interaktive Karte.
Further tour tips and an interactive map.

Zustand der Loipen.
Condition of cross-country ski trails.

SchweizMobil Routen: SchweizMobil ist das nationale Netzwerk für den Langsamverkehr insbesondere für Freizeit und Tourismus. / Switzerland Mobility routes: Switzerland Mobility is the national network for non-motorized traffic in particular in the leisure and tourism fields.

Ausflugsrestaurants Excursion restaurants

Im Engadin steht das kulinarische Angebot ganz im Zeichen der Tradition der Gastronomie. Bei den typischen Engadiner Restaurants mit ihrem rustikal eleganten Charme stehen exquisite lokale Spezialitäten auf der Speisekarte. Zahlreiche Restaurants befinden sich auch direkt an der Loipe.
The Engadin region is home to a strikingly rich, varied and imaginative gastronomic scene. At typical Engadin restaurants, with their rustic yet stylish charm, menus feature exquisite local specialties. Numerous restaurants are also located directly on the cross-country ski trail.

Mehr Informationen zu den Ausflugsrestaurants.
More information about excursion restaurants.

Kontakt Contact information

Engadin St. Moritz Tourismus AG
7500 St. Moritz
T +41 81 830 00 01
allegra@engadin.ch
www.engadin.ch

Notrufnummern Emergency numbers

Internationaler Notruf International emergency number	112
Sanitätsnotruf / Ambulance	144
Polizei / Police	117
REGA - Rettungsluftwacht REGA - Swiss Air Rescue	1414
Spital Oberengadin Samedan Upper Engadin Hospital, Samedan	+41 81 851 81 11
Klinik Gut St. Moritz Gut Clinic, St. Moritz	+41 81 836 34 34

Engadin. Süd

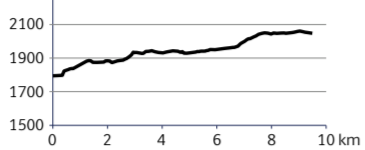
Allegra liebe Gäste! Dear guests, welcome!

Auf langen, schmalen Brettern durch eine einmalig vielseitige Landschaft gleiten: Das Engadin bietet auf über 240 variantenreichen Kilometern Langlauf à discrétion. Ob im eleganten klassischen Stil oder der dynamischen Skating-Technik – auf den gut ausgebauten und präparierten Loipennetzen lässt sich nordischer Skisport in einer eigenen Dimension erleben.
Glide on long, narrow skis through a landscape like no other. Engadin offers over 240 km (150 miles) of cross-country ski trails for all styles and levels. No matter if you prefer the elegant classic style or the dynamic skating technique, the excellent network of well-prepared cross-country trails are a place where Nordic skiing enthusiasts can enjoy the sport on a new level.

Langlaufen in den Seitentälern Cross-country skiing in the side valleys

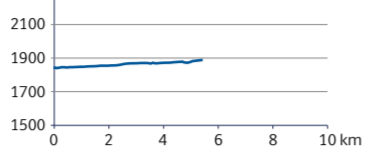


1 Furtschellas – Val Fex – Plaun Vadret
→ 9,6 km Ⓞ 286 m Ⓞ 14 m
Fitness / Fahrtechnik: sehr gut
Fitness / Technical level: advanced
Talstation Furtschellas Bahn / Valley station of the Furtschellas cable car
Plaun Vadret / Plaun Vadret



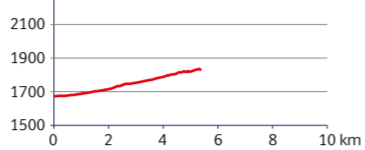
Mehr Informationen zur Loipe
Furtschellas – Val Fex – Plaun Vadret.
More information about the trail
Furtschellas – Val Fex – Plaun Vadret.

2 Pontresina – Morteratsch
→ 5,5 km Ⓞ 107 m Ⓞ 28 m
Fitness / Fahrtechnik: wenig
Fitness / Technical level: basic
Bahnhof Surovas / Railway station Surovas
Hotel Restaurant Morteratsch / Hotel restaurant Morteratsch
Variante: Gletscheroipe Morteratsch (2,5 km)
Extended route: glacier trail Morteratsch (2,5 km)



Mehr Informationen zur Loipe
Pontresina – Morteratsch.
More information about the trail
Pontresina – Morteratsch.

3 Bever – Spinass
→ 5,4 km Ⓞ 127 m Ⓞ 4 m
Fitness / Fahrtechnik: mittel
Fitness / Technical level: intermediate
Bever Isellas / Bever Isellas
Gasthaus Spinass / Gasthaus Spinass



Mehr Informationen zur Loipe
Bever – Spinass.
More information about the trail
Bever – Spinass.

Rundloipen Circular trails

4 Rundloipe Suot Ovas / Furtschellas
→ 2,6 km Ⓞ 8 m Ⓞ 9 m
Fitness / Fahrtechnik: wenig
Fitness / Technical level: basic
Talstation Furtschellas Bahn / Valley station of the Furtschellas cable car

5 St. Moritzersee Loipe
→ 3,7 km Ⓞ 0 m Ⓞ 0 m
Fitness / Fahrtechnik: wenig
Fitness / Technical level: basic
Bahnhof oder Katholische Kirche, St. Moritz / Railway station or catholic church, St. Moritz

6 Pontresina Rundloipe
→ 3,1 km Ⓞ 29 m Ⓞ 29 m
Fitness / Fahrtechnik: wenig
Fitness / Technical level: basic
Langlaufzentrum, Pontresina / Cross-country ski centre, Pontresina

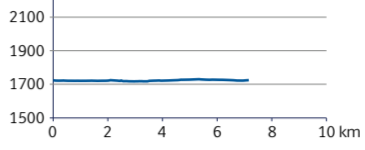
Spezielle Loipen Special cross-country ski trails

7 Hundeloipen / Dog trails
Auch für das Erlebnis mit Ihrem vierbeinigen Freund ist gesorgt: Vier Hundeloipen von Madulain nach Zuoz, Zuoz nach S-chanf, auf der Rundloipe La Punt – Madulain und in Samedan. / We've even included trails you can enjoy with your four-legged friend. Four dog trails: From Madulain to Zuoz, Zuoz to S-chanf, the circuit trail at La Punt – Madulain and in Samedan.
Fitness / Fahrtechnik: wenig
Fitness / Technical level: basic

8 Cross Park
Der Langlauf Cross Park bei den Golfseeli in Samedan oder in St. Moritz bietet mit seinen verschiedenen Elementen ein spannendes Erlebnis für Junggebliebene und die ganze Familie. / The Cross-country skills park at the Golfseeli in Samedan or in St. Moritz with its various elements offers an exciting experience for the young at heart and the whole family.

Golf Restaurant, Samedan / Golf restaurant, Samedan
Langlaufzentrum, St. Moritz / Cross-country ski centre, St. Moritz

9 Herzloipe San Gian – Golfplatz
→ 7,1 km Ⓞ 17 m Ⓞ 19 m
Fitness / Fahrtechnik: wenig
Fitness / Technical level: basic
Langlaufzentrum, Celerina / Samedan / Cross-country ski centre, Celerina / Samedan



Mehr Informationen zur Herzloipe
San Gian – Golfplatz.
More information about the heart-trail
San Gian – Golfplatz.



Loipennutzung in der Nacht Cross-country skiing at night

Die Loipen werden üblicherweise in der Nacht präpariert und sind deshalb geschlossen. Bitte benutzen Sie nach der Eindämmerung die beleuchteten Nachtloipen in St. Moritz, Pontresina und Zernez. Erkundigen Sie sich hierzu im Loipenbericht. / Due to preparation, the cross-country ski trails are usually closed at night. Please use the floodlit night trails in St. Moritz, Pontresina and Zernez after dusk. Remember to regularly check the cross-country run report for updates.

- 10 Nachtloipe St. Moritz**
täglich beleuchtet 17.00 – 21.00 Uhr
floodlit daily 5.00 pm – 9.00 pm
- 11 Nachtloipe Pontresina**
täglich beleuchtet 17.00 – 21.00 Uhr
floodlit daily 5.00 pm – 9.00 pm
- 12 Nachtloipe Zernez**
nach Bedarf täglich per Knopfdruck bei 22.00 Uhr
floodlit daily by pushing the button until 10.00 pm



Distanzen Distances

- Maloja – Sils → 5,0 km
- Sils – Surlej → 6,0 km
- Surlej – St. Moritz → 4,0 km
- St. Moritz – Pontresina → 6,0 km
- Pontresina – Punt Muragl → 3,0 km
- Punt Muragl – Celerina → 2,0 km
- Celerina – Samedan → 3,5 km
- Punt Muragl – Samedan → 2,0 km
- Punt Muragl – Camping Gravatsha → 3,7 km
- Samedan – Camping Gravatsha → 1,5 km
- Camping Gravatsha – Bever Isellas → 1,5 km
- Bever Isellas – Bever → 0,5 km
- Bever Isellas – Chamues-ch → 5,5 km
- Chamues-ch – Zuoz → 3,7 km
- Zuoz – S-chanf → 2,0 km
- S-chanf – Zernez → 14,0 km
- S-chanf – Brail → 5,0 km

Langlaufschulen Cross-country ski schools

Schweizer Skischule Corvatsch – Pontresina AG	Sils / Silvaplana	www.ssscp.ch	+41 81 544 05 44
Langlaufschule Daniel Sandoz	Silvaplana	www.langlaufschule-silvaplana.ch	+41 81 828 94 38
Schweizer Skischule St. Moritz	St. Moritz	www.skischool.ch	+41 81 830 01 01
Langlaufschule St. Moritz Nordic	St. Moritz	www.suvretta-sports.ch	+41 81 835 62 53
Langlaufschule Celerina	Celerina	www.langlaufzentrum-celerina.ch	+41 81 835 10 77
Schweizer Skischule Corvatsch – Pontresina AG	Pontresina	www.ssscp.ch	+41 81 544 05 50
Bernina Sport	Pontresina	www.bernina-sport.ch	+41 81 842 70 40
Langlaufschule Fährndrich	Pontresina / Samedan	www.faeandrich-sport.ch	+41 81 842 71 55
Bär Snowsports Engadin	Samedan	www.snowsportsengadin.ch	+41 81 852 11 77
Langlaufschule Colani Sport	La Punt Chamues-ch	www.colani-sport.ch	+41 81 854 33 44
Langlaufschule Stefan Schmuckli	La Punt Chamues-ch	www.nordicinstructor.ch	+41 79 304 22 34
Langlaufschule Willy Sport	Zuoz	www.willy-sport.ch	+41 81 854 08 06
ABCLanglaufen	Zuoz	www.abcschneesport.ch	+41 79 610 93 90
Langlaufschule Roman Bühler	Zernez		+41 79 229 10 23

Nordic Hotels Nordic hotels

Im Oberengadin erfüllen Nordic Hotels vereinbarte Qualitätskriterien, um den Bedürfnissen von Langläufern gerecht zu werden. Diese umfassen u.a.: Skiraum inkl. Schubtrockner, Wachsraum, sportlergerechtes Frühstück und ÖV inklusive.
A number of hotels in the Upper Engadin fulfil predefined quality criteria that are geared towards the special needs of cross-country skier. These criteria include: Ski room incl. boot dryer, wax room, breakfast suitable for athletes and public transport included.
Mehr Informationen zu den Nordic Hotels.
More information about Nordic hotels.

Loipengebühren Cross-country ski trail fees

Über 240 Kilometer klassische und Skating-Loipen / Over 240 kilometers (150 miles) of cross-country ski trails
Perfekte Loipen von Mitte November bis April / Perfect trails from mid-November until April
Tägliche Präparierung wenn es Schnee und Wetter zulassen
Daily preparation if snow and weather permit
Beleuchtete Loipenabschnitte / Some trail sections are floodlit
Ihr wertvoller Beitrag:
Your valuable contribution:
Für die erstklassige Langlaufinfrastruktur / For a first-class cross-country skiing infrastructure
Für die unermessliche Arbeit / For the untiring work in preparing trails
Für Ihre und unsere Leidenschaft / For our shared passion.

Tickets / Tickets
Tageskarte / Daypass
Wochenkarte / Weekly pass
Engadin Langlauf Saisonpass / Engadin cross-country season pass
Schweizer Langlaufpass / Swiss cross-country skiing pass
Kinder bis 16 Jahren / Children up to 16 years
Gästeabo Engadinbus / Guest pass Engadinbus

Tageskarte online buchen.
Buy your daypass online.

Preise / Prices
10.00
30.00
80.00
160.00
gratis / free

nur ÖV (Maloja – Cnuos-chel) für 3–7 Tage, 14 Tage und 21 Tage / only public transport (Maloja – Cnuos-chel) for 3–7 days, 14 days and 21 days

Wochenkarte online buchen.
Buy your weekly pass online.

Allgemeine Hinweise General remarks

Die Loipen sind türkis markiert. / The cross-country ski trails are marked in turquoise.
Helfen Sie mit und halten Sie die Natur sauber. Lassen Sie Ihren Abfall bitte nicht liegen. / Help us to keep the Engadin clean: don't litter!
Loipen über die Seen: Begehen Sie die Seen erst, wenn die Loipen offen angezeigt werden. Je nach Witterung ist dies ab ca. Mitte Januar bis Mitte März der Fall. / Never use trails over the frozen lakes until they are officially prepared and marked as open; this is generally from around mid-January until mid-March.
Bitte beachten Sie die Signalisation des Lawendienstes. Pay attention to the avalanche safety signs!
Fussgänger und Bikes sind auf den Loipen nicht erwünscht. Hunde sind nur auf den Hundeloipen erlaubt. Signalisationstafeln beachten! Die Loipen werden ausschliesslich für Langläufer präpariert. / Hikers and bikes are not allowed on the trails. Dogs are only allowed on the specially designated dog trails. Check the signalisation boards! The trails are prepared exclusively for cross-country skiers.



Loipenbericht und Wachstipp Cross-country run report and Wax-tip

Loipenbericht
Cross-country run report

Wachstipp
Wax tip

Buchen Sie Ihre Erlebnisse im Engadin im Experience Shop. / Book your adventures in the Engadin in the Experience Shop.

Herausgeber / Editor
© Oktober 2022, Engadin St. Moritz Tourismus AG
Druck: Gammeter Media AG, St. Moritz
Printed in Switzerland.