

Sportlich am und im Wasser

Österreich ist reich an Seen und Flüssen. Vor allem im Sommer sind sie beliebte Ziele für Wander:innen, Radfahrer:innen und Wassersportler:innen. Zwischen dem Bodensee im Westen und dem Neusiedler See im Osten können Aktive in Österreich so gut wie jeden Wassersport ausüben: von Schwimmen bis Segeln, Rafting bis Canyoning, vom Wildwasserschwimmen bis zum Kitesurfen, vom Tauchen bis zum Stand-Up-Paddeln. Paddeln auf einem Board ist sogar in einer Eishöhle am Gletscher möglich.

Wasserreiches Österreich in Zahlen

Österreich zählt zu den wasserreichsten Ländern in Europa. Rund 100.000 Kilometer lang ist das Netz der Fließgewässer. Zählt man stehende Gewässer zusammen, die größer als 250 m² sind, kommt man auf die beachtliche Zahl von über 25.000 Seen, Teichen und Lacken.

- Bezogen auf den Flächenanteil in Österreich ist der Neusiedler See (320 km²) der größte See Österreichs.
- Der Bodensee (535 km²) ist größer, jedoch ist Österreichs Uferanteil nur ca. 27 Kilometer lang.
- Auf der Liste der großen Seen folgen der Attersee (46 km²), der Traunsee (24 km²) und der Wörthersee (20 km²).
- Der längste Fluss in Österreich ist die Donau (350 km), gefolgt von der Mur (348 km), dem Inn (280 km) und der Drau (261 km).

„Wandern“ auf Flüssen

Vom Kajak oder Kanu aus Flusslandschaften erkunden, mit oder gegen den Strom übers Wasser gleiten: Für Flusswander:innen gibt es einige wunderschöne Reviere in Österreich. Manche Angebote beinhalten den Gepäcktransport und den Rücktransfer zum Ausgangsort.

- Etappenweises oder mehrtägiges Paddeln auf der Drau in Kärnten: <https://draupaddelweg.com>
- Kanuwandern im Thayatal im Waldviertel in Niederösterreich: www.waldviertel.at/kanuwandern-im-thayatal
- Mit Kanu und Kajak durch die Leithauen zwischen Niederösterreich und dem Burgenland: www.bisamjimm.at

- Geführte Kanutouren auf der Donau und Traisen in Niederösterreich:
www.kanu-touren.at
- Im kärntnerisch-slowenischen Petzen durchs Bergwerk paddeln:
www.suedkaernten.at/de/urlaubsplaner/erlebnisse/

Wandern und Radfahren an Flüssen und Seen

So gut wie jedes Gewässer in Österreich ist mit Spazier-, Wander- und Radwegen erschlossen. Zur Wahl stehen auch eine Reihe von Weitwanderwegen und Fernradwegen, die am Wasser entlangführen.

- Lagunenwanderung an der Rheinmündung in Vorarlberg:
www.vorarlberg.travel/aktivitaet/lagunen-rundweg-rhein-bodensee
- Auf dem Innradweg durch Tirol und Oberösterreich radeln:
<https://innradweg.com/php/portal.php>
- In der Region Schladming-Dachstein zu den schönsten Bergseen wandern:
www.schladming-dachstein.at/de/Sommer/Wandern-und-Bergsport/Klamm-Wasserwanderungen
- Von See zu See im Salzkammergut radeln:
www.radtouren.at/radtouren/salzkammergutradweg/
- Im Salzkammergut über Berge zu Seen wandern:
www.salzkammergut.at/trail.html
- Die Donau beim Radfahren erkunden: www.donau-oesterreich.at/donauradweg
- Die Donau in Oberösterreich erwandern:
www.donauregion.at/wandern-am-donausteig.html oder die Wachau in Niederösterreich wandernd umrunden:
www.donau.com/de/wachau-nibelungengau-kremstal/ausflug-bewegen/bewegung/welterbesteig-wachau/
- Wandern in Kärnten mit Seeblick: www.kaernten.at/slowtrails
- Wandernd die Isel in Osttirol begleiten:
www.osttirol.com/entdecken-und-erleben/sommer/wandern/weitwanderwege/iseltrail/
- Den Neusiedler See umradeln:
www.burgenland.info/erleben/sportlich-aktiv/mit-dem-rad/top-radrouten/neusiedler-see-radweg
- Weitere Seen- und Fluss- bzw. Wasserfallwanderungen:
www.austria.info/de/bewegung/sommer/wandern-am-wasser

Rafting und Canyoning

Da schlägt das Herz höher. Egal ob beim Rafting im Schlauchboot in Neoprenanzug mit Helm und Schwimmweste den Gebirgsfluss hinabfahren oder beim Canyoning den Bachlauf beim Klettern, Springen, Schwimmen und Abseilen entlang einer Schlucht verfolgen.

- Raftingtour auf der Bregenzerach in Vorarlberg:
www.canyoning-team.com/aktiv-programm/rafting
- Rafting in der Imster Schlucht in Tirol:
www.rafting-oetztal.at/rafting-tirol-oetztal/rafting-imster-schlucht
- Wildwassertour auf der Salza in der Steiermark: <https://rafting-salza.at>
- Raftingtour auf der Sanna in Tirol: www.rafting-canyoning.de/rafting/sanna.htm
- Wildwassertour auf der Öztaler Ache in Tirol:
www.rafting-oetztal.at/rafting-tirol-oetztal/rafting-oetztaler-ache
- Canyoning im Bruckgraben in der Steiermark:
www.rafting.at/canyoning-steiermark/bruckgraben.html
- Canyoning durch den Archbach und die Stuibenfälle hinab in Tirol:
www.bergfex.at/sommer/tirol/touren/canyoning/60500.canyoning-erlebnis-archbach-stuibenfalle/
- Canyoning dem Frauenbach entlang in Osttirol:
www.outdooractive.com/de/poi/osttirol/tipp-abenteuer-trip-tirol-canyoning-frauenbach-bei-lavant/55489462/
- Canyoning in der Seisenbergklamm im SalzburgerLand:
www.lofer.com/de/aktiv-im-sommer/wilde-wasser/canyoning
- Canyoning im Höllgraben in Oberösterreich:
www.urlaubsregion-pyhrn-priel.at/oesterreich-angebot/detail/5608/canyoning-hoellgraben.html

Surfen und Wildwasserschwimmen

Vom Wildwasserschwimmen bis zu Kajakfahrten auf sprudelnden Flüssen oder im Wildwasserkanal spannt sich der Bogen für alle, die das Abenteuer suchen. „Wilde“ Wassererlebnisse vom Speed-Rutschen bis zum Wakeboarding macht im Ötztal in Tirol die AREA 47 möglich. Nahe des Traunsees ist die „River Wave“ eine ganzjährige Attraktion.

- Wildwasserschwimmen im Lech in Vorarlberg:
www.vorarlberg.travel/aktivitaet/wildwasserschwimmen/
- Wildwasserschwimmen und Canyoning am Achensee:
www.achensee.com/aktivurlaub/sommerurlaub/wassersport/canyoning/
- Der Wildwasserkanal in Wien:
www.wien.info/de/lifestyle-szene/sport/wildwasserkanal-donauinsel-365964
- Die Welle südlich von Wien: www.city-wave.at/surfen/
- Die Surfelle am Almkanal in der Stadt Salzburg:
www.salzburg.info/de/reiseinfos/salzburg-a-z/surfelle-am-almkanal_az_11564
- Kajakfahren im Lesachtal: www.lesachtal.com/kajak
- Wilde Wassererlebnisse in der AREA 47 im Ötztal: <https://area47.at>
- Die Flusswelle auf der Traun in Ebensee im Salzkammergut:
www.theriverwave.com

Stand-Up-Paddling (SUP) und Rudern

Stehend auf einem Board übers Wasser fahren: Stand-Up-Paddling erfreut sich großer Beliebtheit und kann in Österreich vielerorts praktiziert werden, sogar in einer Eishöhle am Gletscher. Mancherorts ist es auch möglich, Yogastunden auf dem SUP-Board zu absolvieren. Fast lautlos gleiten Ruder:innen über Seen, zum Beispiel beim Buchtenwandern am Millstätter See. In Kärnten führt eine Kanutour in ein Bergwerk. Für Fliegenfischer:innen ist der Nationalpark Hohe Tauern in Kärnten ein beliebtes Gebiet.

- SUP im Natureispalast am Hintertuxer Gletscher in Tirol:
www.natureispalast.info/de/natur-eispalast/stand-up-paddling.html
- SUP in Wien: <https://supcenter-wien.at>
- SUP am Wörthersee: <https://sup2gether.com>
- SUP und Yoga in Vorarlberg: www.vorarlberg.travel/aktivitaet/standup-paddling/
- Buchtenwandern mit dem Ruderboot am Millstätter See:
<https://www.millstaettersee.com/de/region-orte/see-und-bergberuehrungen.html>
- SUP, Kajak-, Kanu- und Tretbootfahren am Achensee in Tirol:
www.achensee.com/erleben/sommerurlaub/sup-tretboot-kajak-kanu-wassersport-tirol/
- An den meisten Seen Österreichs ist es möglich, ein Ruder-, Tret- oder Elektroboot auszuleihen und sich selbst auf den Wasserweg zu begeben.

Segeln und Kitesurfen

Seen wie der Bodensee, der Traunsee und der Neusiedler See zeichnen sich durch ihre exzellenten Windverhältnisse aus. Zur Freude von allen, die mit einem Segelboot, auf dem Surfbrett oder kitesurfend unterwegs sein wollen.

- Wassersport und Segeln am Bodensee:
www.vorarlberg.travel/aktivitaet/wassersport-am-bodensee
- Wind- und Kitesurfen am Achensee:
www.achensee.com/aktivurlaub/sommerurlaub/wassersport/wind-und-kitesurfen-am-achensee/
- Die Wassersportarena Traunsee: www.wassersportarena.at
- Segeln und Kitesurfen am Neusiedler See:
www.neusiedlersee.com/aktivitaeten/bewegung/wassersport

Tauchen

Zu den besonderen Revieren für Taucher:innen zählen der Achensee in Tirol und der Attersee in Oberösterreich. In beiden Seen verbergen sich unter Wasser Objekte und Naturbesonderheiten. Im Attersee handelt es sich noch dazu um prähistorische Pfahlbausiedlungen des UNESCO-Welterbes „Prähistorische Pfahlbauten um die Alpen“. Für Eistaucher:innen bietet sich der Weissensee in Kärnten an, für Nachtttaucher:innen der Klopeiner See, ebenfalls in Kärnten. Originell: Wanderungen mit Taucherbrille im Hinterland des Attersees.

- Tauchen im Achensee:
www.achensee.com/aktivurlaub/sommerurlaub/wassersport/tauchen-am-achensee
- Eistauchen im Weissensee:
www.weissensee.com/de/Winter-World/Ice-World/Eistauchen
- Nachtttauchen am Klopeiner See: <https://kanzian.at/tauchen-am-klopeiner-see/>
- Mit der Taucherbrille im Hinterland des Attersees wandern:
www.up-divecenter.at/tauchen-am-attersee/wandern-mit-der-taucherbrille/
- Tauchen im Attersee:
<https://attersee-attergau.salzkammergut.at/aktivitaeten/sport-und-gesundheit/tauchen.html>