

## Die größte "Fitnessstation" der Welt

### Aquastiege in Tschagguns

Ein beliebtes Ziel ist die Aquastiege in Tschagguns, die mit ihren 914 Stufen sicherlich eine Herausforderung darstellt und nur Geübten empfohlen wird. Ausgangspunkt ist das Gampadelswerk im Ortsteil Zelfen.

Man fährt mit dem Bus in Richtung Zelfen bis zur Haltestelle Birkenweg und folgt der Hinweistafel Aquastiege rechts am Kraftwerk vorbei. Entlang der Aquastiege verläuft eine Druckrohrleitung. Zielpunkt ist ein Drehkreuz in der Nähe der Jausenstation Bitschweil.

Nach einer gemütlichen Einkehr bietet sich die Möglichkeit den Aquaweg in umgekehrter Richtung zu begehen.

### Europatreppe 4000

Die Möglichkeiten einer körperlichen Betätigung sind beinahe unerschöpflich und beschränken sich nicht nur auf Sport im engeren Sinn. Abseits von Sportplätzen, Wanderwegen, etc. bietet die Europatreppe (4000 Stufen) in Partenen den ultimativen Fitnesskick.

Was einst als Versorgungsstrecke für den Bau der großen Stauseen in der Silvretta errichtet wurde, ist heute als „größtes Fitnessgerät der Welt“ mit 4000 Stufen (Zum Vergleich: Ulmer Münster 768 Stufen), 700 m Höhendifferenz und einer maximalen Steigung von bis zu 86% eine Herausforderung für Profi- und Hobbysportler. Neben der Österreichischen Damen National - Mannschaft im Skifahren integrieren auch zahlreiche Fußballteams und Marathonläufer die Europatreppe 4000 in ihren Trainingsplan.

Um Ihre persönliche Bestzeit festzuhalten ist am Start und Ziel der Treppe eine Stechuhr installiert. Für die Begehung empfehlen wir einen Pulsmesser, die man in den Tourismusbüros Gaschurn & Partenen ausleihen kann. Sollte den Treppensteigern die Luft ausgehen: Ruhebänke entlang der Stiege laden zur Rast ein und liefern einen herrlichen Blick über die Landschaft von Gaschurn und Partenen.



F  
I  
T  
T  
  
M  
A  
C  
H  
  
M  
I  
T