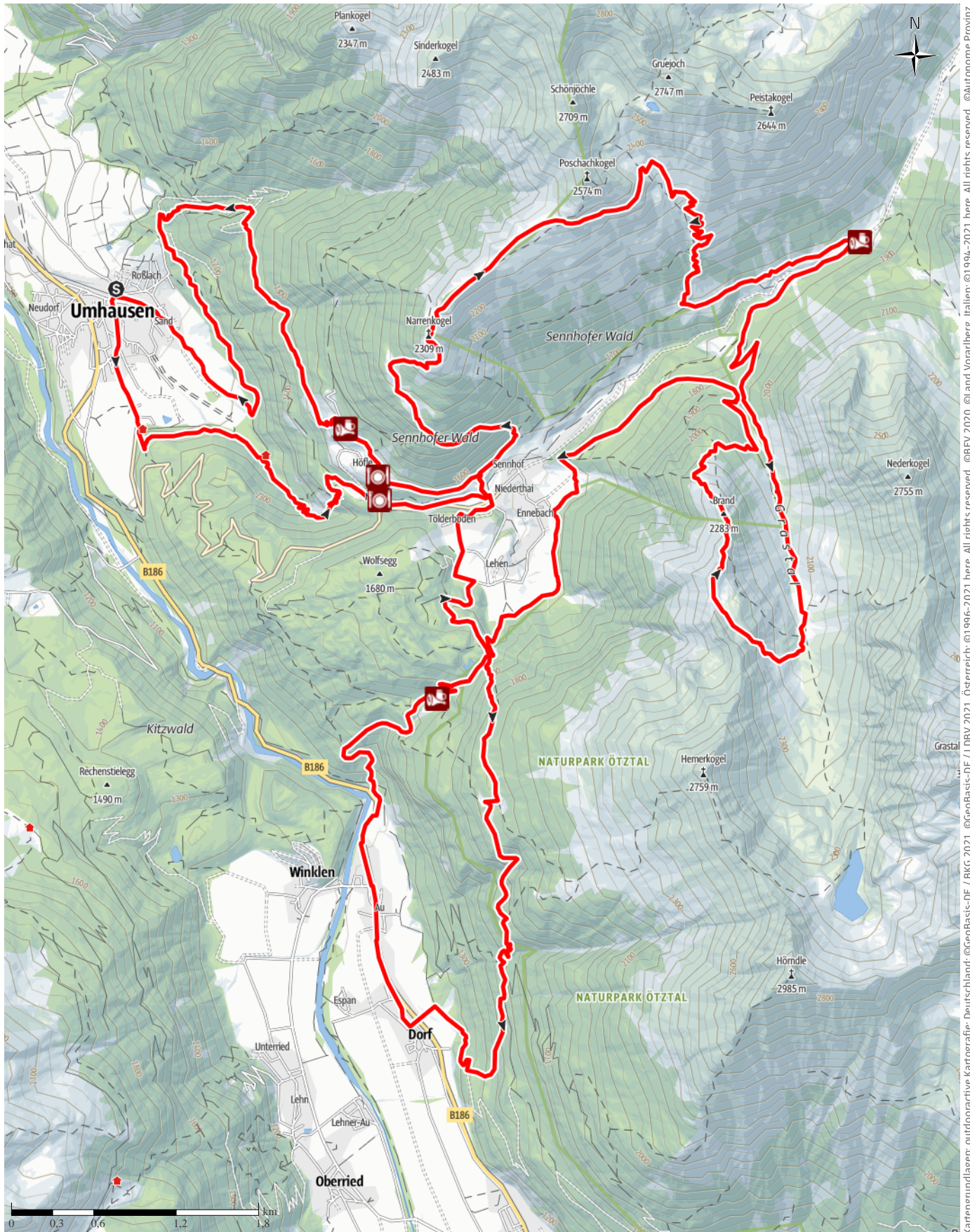


TOP **Stuiben Trail – 42K**

← 44,1 km | ⌚ 10:05 h | ⬆️ 3.039 m | ⬆️ 3.039 m | Schwierigkeit schwer



Kartengrundlagen: outdooractive Kartografie; Deutschland: ©GeoBasis-DE / BKG 2021, ©GeoBasis-DE / LDIV 2021, Österreich: ©1996-2021 here. All rights reserved. ©BBEV 2020, ©Land Vorarlberg, Italien: ©1994-2021 here. All rights reserved. ©Autonome Provinz Bozen – Südtirol – Abteilung Natur, Landschaft und Raumentwicklung, © Cartago S.R.L. Kartengrundlagen: outdooractive Kartografie; ©OpenStreetMap (www.openstreetmap.org)

TOP **Stuiben Trail – 42K**

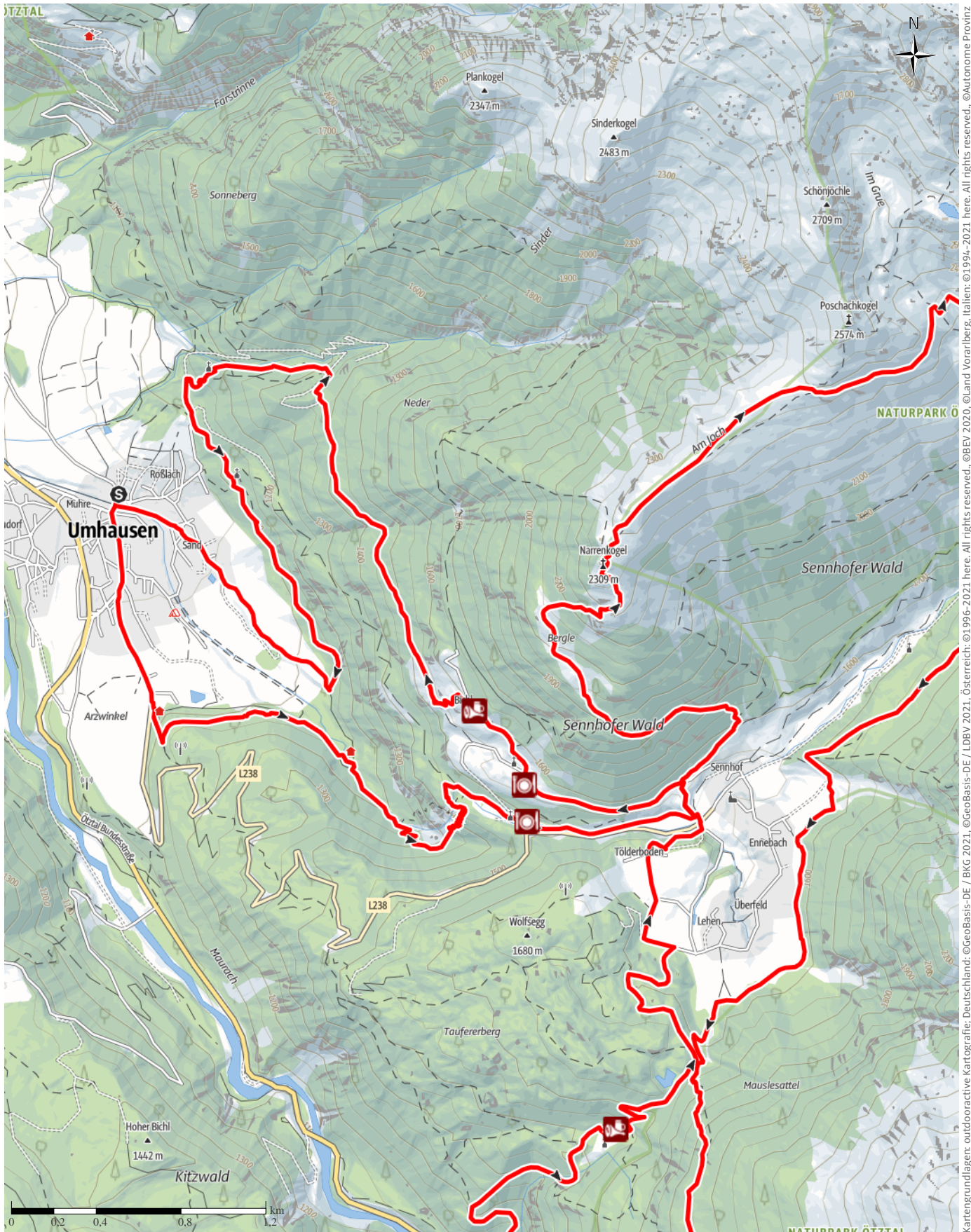
↔ 44,1 km

🕒 10:05 h

⬆️ 3.039 m

⬆️ 3.039 m

Schwierigkeit schwer



Kartengrundlagen: outdooractive Kartografie; Deutschland: ©GeoBasis-DE / BKG 2021, ©GeoBasis-DE / LDBV 2021, Österreich: ©1996-2021 here. All rights reserved. ©BBEV 2020, ©Land Vorarlberg, Italien: ©1994-2021 here. All rights reserved. ©Autonome Provinz Bozen – Südtirol – Abteilung Natur, Landschaft und Raumentwicklung, © Cartago S.R.L. Kartengrundlagen: outdooractive Kartografie; ©OpenStreetMap (www.openstreetmap.org)

TOP **Stuiben Trail – 42K**

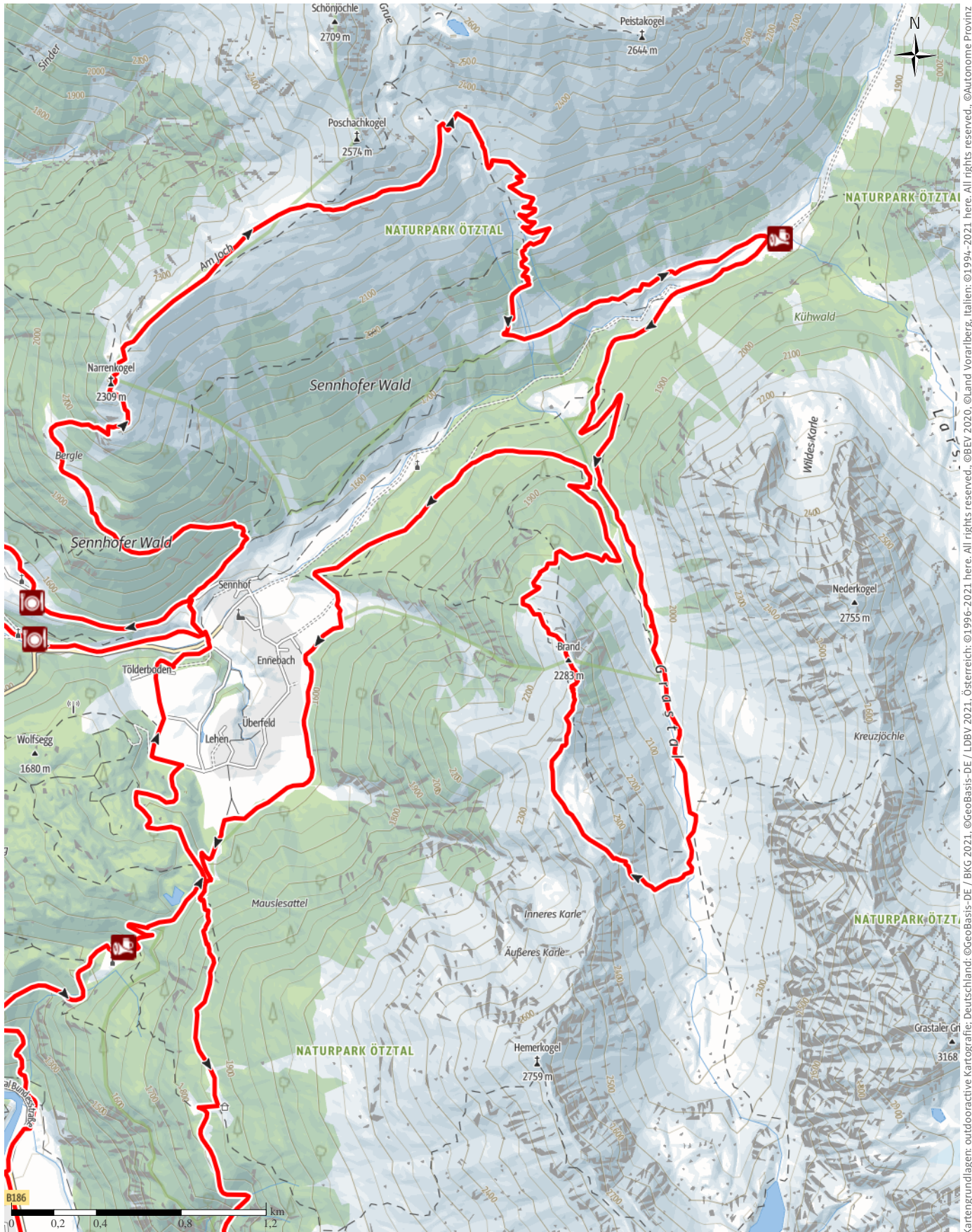
↔ 44,1 km

🕒 10:05 h

⬆️ 3.039 m

⬆️ 3.039 m

Schwierigkeit schwer



Kartengrundlagen: outdooractive Kartografie; Deutschland: ©GeoBasis-DE / LDBV 2021, Österreich: ©1996-2021 here. All rights reserved. ©BBEV 2020, ©Land Vorarlberg, Italien: ©1994-2021 here. All rights reserved. ©Autonome Provinz Bozen – Südtirol – Abteilung Natur, Landschaft und Raumentwicklung, © Cartago S.R.L. Kartengrundlagen: outdooractive Kartografie; ©OpenStreetMap (www.openstreetmap.org)

TOP **Stuiben Trail – 42K**

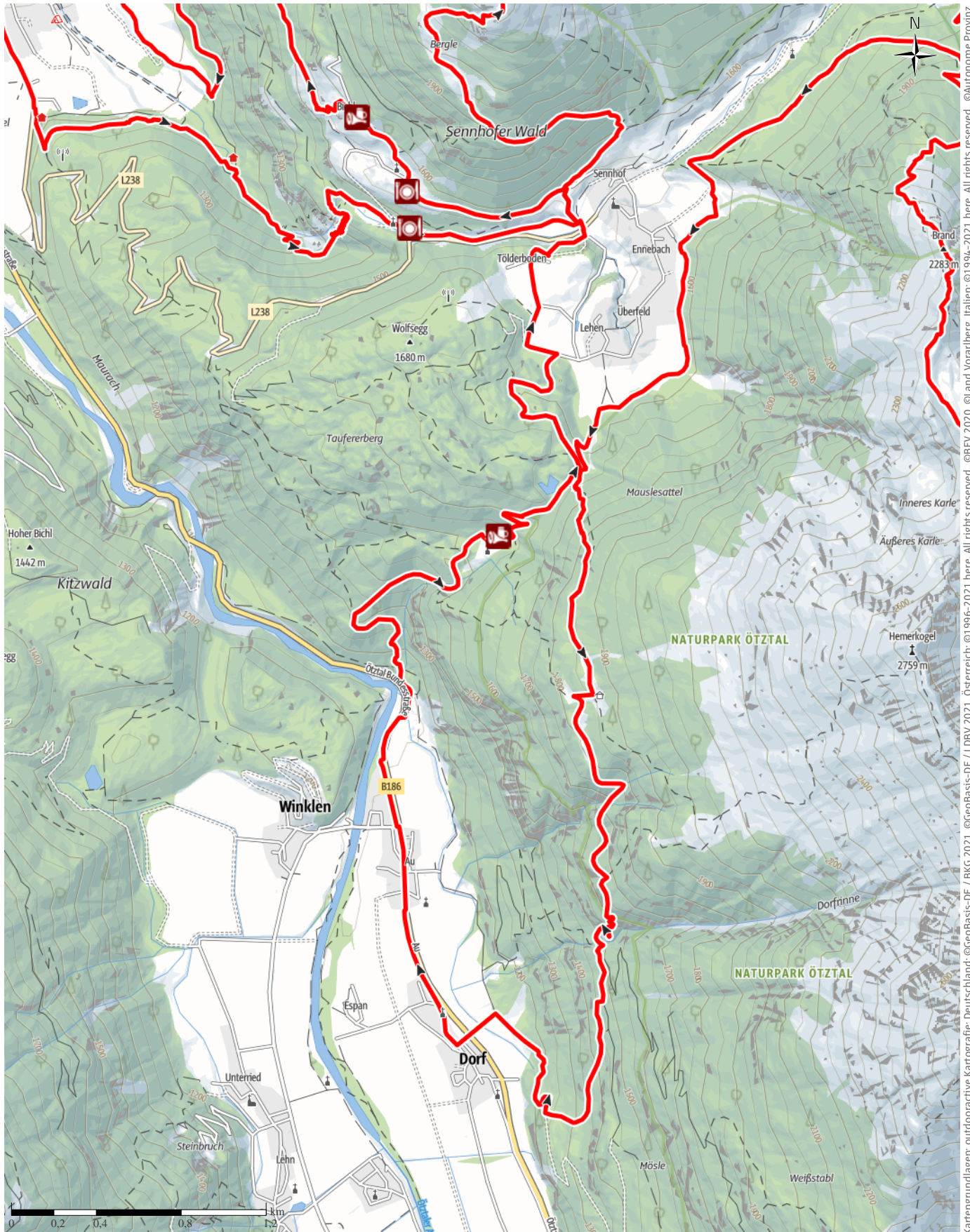
↔ 44,1 km

🕒 10:05 h

⬆️ 3.039 m

⬆️ 3.039 m

Schwierigkeit schwer



Kartengrundlagen: outdooractive Kartografie; Deutschland: ©GeoBasis-DE / BKG 2021, ©GeoBasis-DE / LDBV 2021, Österreich: ©1996-2021 here. All rights reserved. ©BBEV 2020, ©Land Vorarlberg, Italien: ©1994-2021 here. All rights reserved. ©Autonome Provinz Bozen – Südtirol – Abteilung Natur, Landschaft und Raumentwicklung, © Cartago S.R.L. Kartengrundlagen: outdooractive Kartografie; ©OpenStreetMap (www.openstreetmap.org)

TOP **Stuiben Trail – 42K**

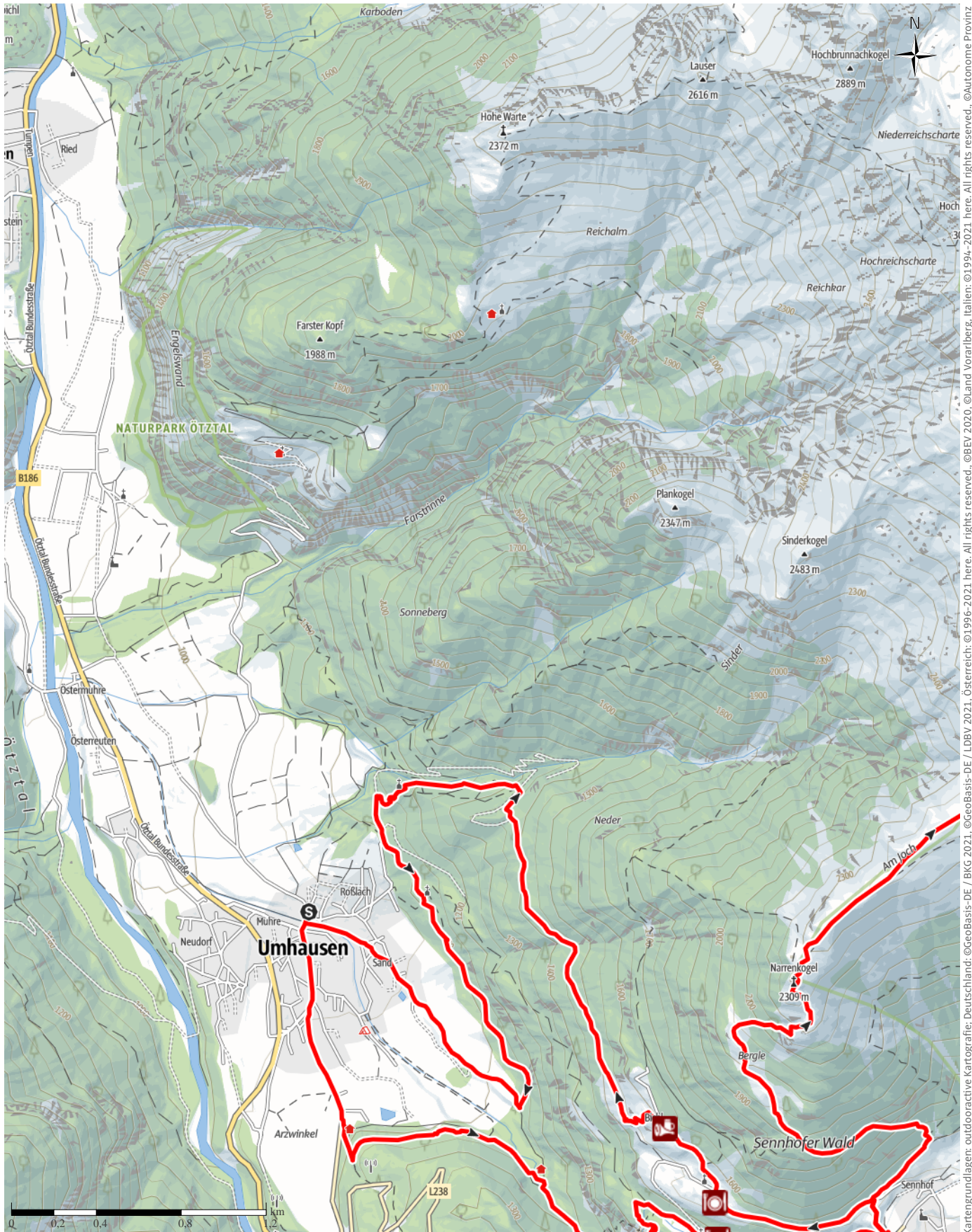
↔ 44,1 km

🕒 10:05 h

⬆️ 3.039 m

⬆️ 3.039 m

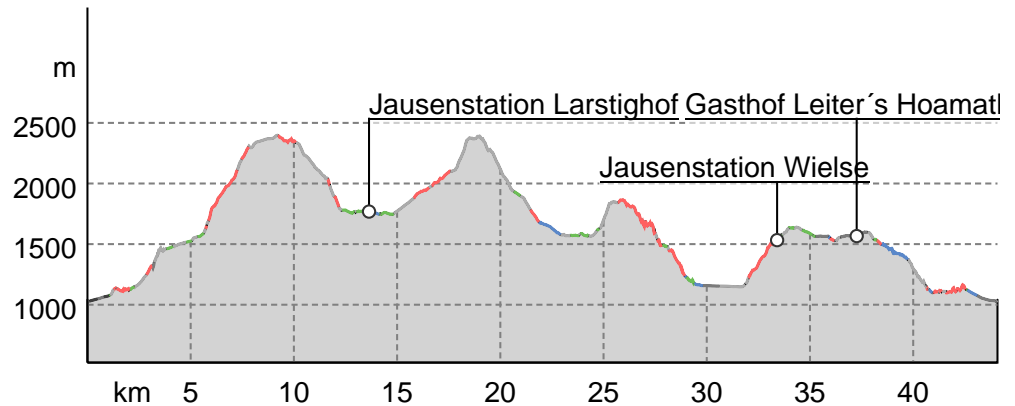
Schwierigkeit schwer



Kartengrundlagen: outdooractive Kartografie; Deutschland: ©GeoBasis-DE / BKG 2021, ©GeoBasis-DE / LDBV 2021, Österreich: ©1996-2021 here. All rights reserved. ©BBEV 2020, ©Land Vorarlberg, Italien: ©1994-2021 here. All rights reserved. ©Autonome Provinz Bozen – Südtirol – Abteilung Natur, Landschaft und Raumentwicklung, © Cartago S.R.L. Kartengrundlagen: outdooractive Kartografie; ©OpenStreetMap (www.openstreetmap.org)

TOP **Stuiben Trail – 42K****Wegarten**

Asphalt	4,2 km
Schotterweg	4 km
Naturweg	6,2 km
Pfad	12 km
Straße	0,6 km
Unbekannt	17 km

Höhenprofil**Tourdaten****Trailrunning**

Strecke ↔ 44,1 km

Dauer ⌚ 10:05 h

Aufstieg ▲ 3039 m

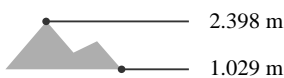
Abstieg ▼ 3039 m

Schwierigkeit schwer

Kondition ●●●●●●●●

Technik ●●●●●●●●

Höhenlage

**Beste Jahreszeit**

JAN | FEB | MÄR
 APR | MAI | JUN
 JUL | AUG | SEP
 OKT | NOV | DEZ

Bewertungen**Autoren**

Erlebnis ●●●●●●

Landschaft ●●●●●●

Weitere Tourdaten**Eigenschaften**

mit Bahn und Bus erreichbar aussichtsreich

Gipfel-Tour**Auszeichnungen**

🍴 Einkehrmöglichkeit

**Ötztal Tourismus**

Aktualisierung: 22.09.2022

Quelle
ÖtztalGemeindestraße 4
6450 Sölden

Telefon +43 (0)57200-200

Fax +43 (0)57200-201

info@oetztal.com

https://www.oetztal.com

Anspruchsvoller Trailmarathon entlang des höchsten Wasserfall Tirols mit traumhafter Kulisse und schönem Panorama

Der Start erfolgt im Zentrum von Umhausen auf einer Höhe von 1.036m. Nach einem Kilometer auf Asphalt und entlang des Wasserwaalweges gelangen man zum Fuße des Stuibenfalls, wo 728 spektakuläre Natur- und Stahlstufen, sowie eine Traumkulisse warten.

Angekommen in Niederthai gibt es etwas Zeit zum Erholen, ehe es Richtung Narrenkogel stetig steil bergauf geht. Dort genießen die Läufer das Panorama, bevor ein knackiger Singeltrail über die Bergmähder wieder nach unten führt. Über das Grastal führt ein traumhaft schöner Trail zur Mahdebene auf 2.392m, von wo die Runde wieder nach Niederthai verläuft.

Nach einem erneuten Anstieg zur unteren Hemerachalm wartet auf die Teilnehmer ein weiterer Downhill über 5km und 700 Hm. Bei der Kapelle Nösslach angekommen geht es Richtung Wiesle und

TOP **Stuiben Trail – 42K**

wieder nach Niederthai. Hier sind die letzten Reserven für den Downhill nach Umhausen gefragt. Der letzte Abschnitt des Rennens verläuft entlang des Steppsteigs Richtung Stuibenfall bis zum Dorfzentrum.

Autorentipp

Entlang der Strecke gibt es mit dem GH Stuibenfall, Leiter's Hoamatl, Jausenstation Wiesle und der Jausenstation Bichl zahlreiche Einkehrmöglichkeiten

Sicherheitshinweise

Im Mai kann es noch zur Querung von Schneefeldern kommen. Informieren Sie sich daher über die Schneesituation entlang der Strecke. In diesem Zeitraum wird das Mitführen von Schuhspikes empfohlen.

Ausrüstung

Da der Stuiben Trail 42K durch hochalpines Gelände führt, wird folgende Ausrüstung empfohlen:

- Laufrucksack
- Genügend Verpflegung
- Trinkbehälter
- Wasserdichte Regenjacke mit Kapuze
- Handschuhe & Mütze
- Mobiltelefon
- Erste Hilfe Set (inkl. Rettungsdecke, Bandage, Tape)
- Trailrunning Schuhe
- Warme Kleidung (Oberteil & lange Hose bzw. Beinlinge)

Informationsmaterial**Weitere Infos und Links**

Der Stuiben Trailrun wird jedes Jahr Ende Mai vom Ötztal Trailrunning Verein veranstaltet. Das Streckenangebot reicht vom Sprintbewerb bis zum Trailmarathon und erfreut sich großer Beliebtheit bei der Trailrun-Community. Weitere Infos und Anmeldung unter www.oetztal-trailrunning.at & www.umhausen.com/stuibentrailrun

Wegbeschreibung**Start der Tour**

Murplatz Umhausen

Koordinaten:

DD: 47.140535, 10.927977

GMS: 47°08'25.9"N 10°55'40.7"E

UTM: 32T 646188 5222584

w3w: ///zwiebel.genau.feigen

Ende der Tour

Murplatz Umhausen

Anreise

Diese Tour ist gut mit Bahn und Bus erreichbar.

Öffentliche Verkehrsmittel

mit Bahn und Bus erreichbar

Reisen Sie mit der Bahn komfortabel und sicher. Endstation bzw. Ausstiegspunkt ist der Bahnhof ÖTZTAL. Anschließend fahren Sie bequem und schnell mit dem öffentlichen Linienverkehr oder den örtlichen Taxiunternehmen bis zur Gemeinde Umhausen. Von der Haltestelle "GH Andreas Hofer" erreichen Sie nach ca. 150m den Startpunkt beim Murplatz. Den aktuellen Busfahrplan gibt's unter: <http://fahrplan.vvt.at>

Anfahrt

Die Anreise mit dem Auto führt über das Inntal bis zum Taleingang und weiter dem Ötztal entlang. Neben der mautpflichtigen Autobahn können auch Landstraßen genutzt werden. Mit dem Routenplaner lässt sich Ihre Fahrt schnell und bequem bestimmen. Zum Routenplaner: <https://www.google.at/maps>

Parken

Parkplätze stehen direkt am Murplatz Umhausen zur Verfügung

Interessante Punkte

Restaurant

1 Gasthof Stuibenfall

Niederthai 47

6441 Niederthai

+43 5255 5512

info@stuibenfall.at

<http://www.stuibenfall.at>

Quelle: Ötztal



„Tipp des Autors“

Jausenstation

2 Jausenstation Larstighof

Quelle: Tiroler Wanderhotels e.V.



„Tipp des Autors“

 Jausenstation

 **Jausenstation Wielse**

Quelle: Tiroler Wanderhotels e.V.



„Tipp des Autors“

 Restaurant

 **Gasthof Leiter's Hoamatl**

Höfle 11

6441 Niederthai

 +43 5255 5025 8

info@gasthof-hoamatl-niederthai.at

<http://www.gasthof-hoamatl-niederthai.at>

Quelle: Ötztal



 Jausenstation

 **Jausenstation Bichl**

Marbergerweg 3

6441 Niederthai

 +43 5255 5532

bichl@riml.com

<http://www.bichl.cc>

Quelle: Ötztal
