

STUIBEN TRAILRUN

UMHAUSEN-NIEDERTHAI

STUIBEN TRAIL – 24K

Strecke	Höhe [m]	Distanz [km]	Zieldistanz [km]	Aufstieg [m]	Abstieg [m]	Zeit schnell [11 km/h]	Zeit langsam [5 km/h]	Zeitlimit
START Dorfzentrum Umhausen	1036	0,0	24,2			09.00		
V1 GH Stuibenfall	1481	4,0	20,2	453	8	09.30	10.06	10.30
Narrenkogel	2303	7,5	16,7	822		10.06	11.21	
Abzweigung Horlachtal	1749	12,1	12,1	114	658	10.24	12.15	
V2 Grastal	1885	13,7	10,5	136		10.37	12.43	13.30
Niederthai – Sennhof	1529	16,1	8,1		356	10.48	13.14	
V3 GH Bichl	1600	18	6,2	71		10.57	13.33	
V4 Steppsteig	1122	21,4	2,8	35	522	11.13	14.22	
ZIEL Dorfzentrum Umhausen	1036	24,2	0	40	126	11.28	14.59	16.00

Startzeit: 09.00 Uhr
Gesamt Kilometer: 24,2 km
Gesamt Höhenmeter im Aufstieg: 1.671 Hm
Gesamt Höhenmeter im Abstieg: 1.670 Hm

Berechnung anhand der Weg-Zeit Formel für Trailrunning.

Zeiten zzgl. Zu- und Abschläge für Höhenmeter. Die tatsächlichen Kilometer- und Höhenmeterangaben variieren je nach Messmethode zwischen +/- 3%

Alle Angaben ohne Gewähr!