

# STUIBEN TRAILRUN

UMHAUSEN-NIEDERTHAI

## STUIBEN TRAIL – 24K

Strecke	Höhe [m]	Distanz [km]	Zieldistanz [km]	Zeit schnell [12 km/h]	Zeit langsam [5 km/h]	Zeitlimit
<b>START</b> Dorfzentrum Umhausen	1036	0,0	25,5	09.00		
<b>V1</b> GH Stuibenfall	1481	4,0	21,5	09.30	10.05	
Narrenkogel	2309	7,9	17,6	10.07	11.24	
Abzweigung Horlachtal	1746	13,3	12,2	10.32	12.32	
<b>V2</b> Grastal	1880	14,8	10,7	10.44	12.57	<b>13.00</b>
Niederthai – Sennhof	1547	17,8	7,7	10.57	13.38	
<b>V3</b> GH Bichl	1600	19,3	6,2	11.06	13.58	
<b>V4</b> Steppsteig	1097	22,4	3,1	11.18	14.36	
<b>ZIEL</b> Dorfzentrum Umhausen	1036	25,5	0	11.35	15.14	<b>15.30</b>

**Startzeit:** 09.00 Uhr  
**Gesamt Kilometer:** 25,5 km  
**Gesamt Höhenmeter im Aufstieg:** 1.700 Hm  
**Gesamt Höhenmeter im Abstieg:** 1.700 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!**