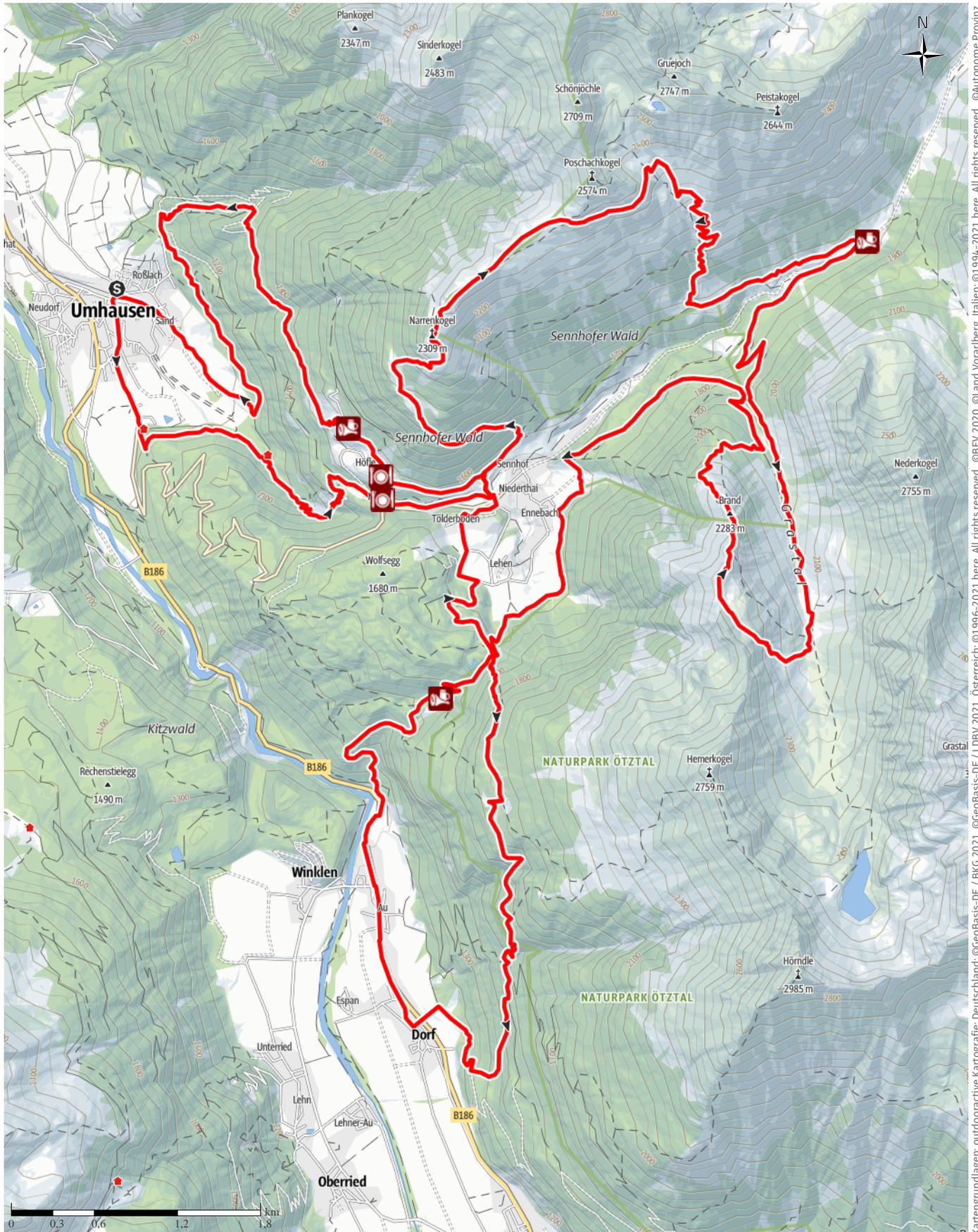


TOP **Stuiben Trail – 42K**

← 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**

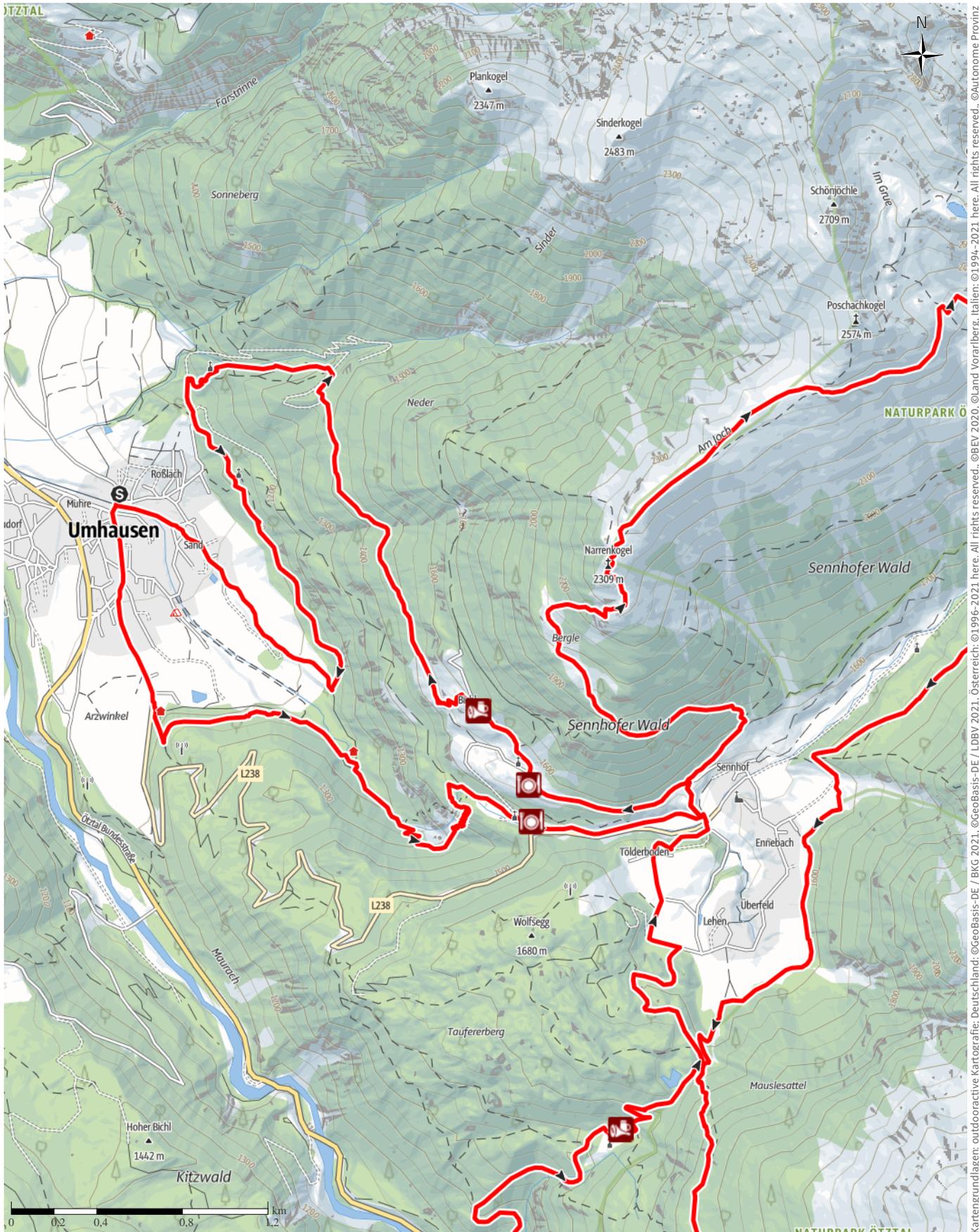
↔ 44,1 km

🕒 10:05 h

⬆️ 3.039 m

⬆️ 3.039 m

Schwierigkeit schwer



Kartengrundlagen: outdooractive Kartografie; Deutschland: ©GeoBasis-DE / 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**

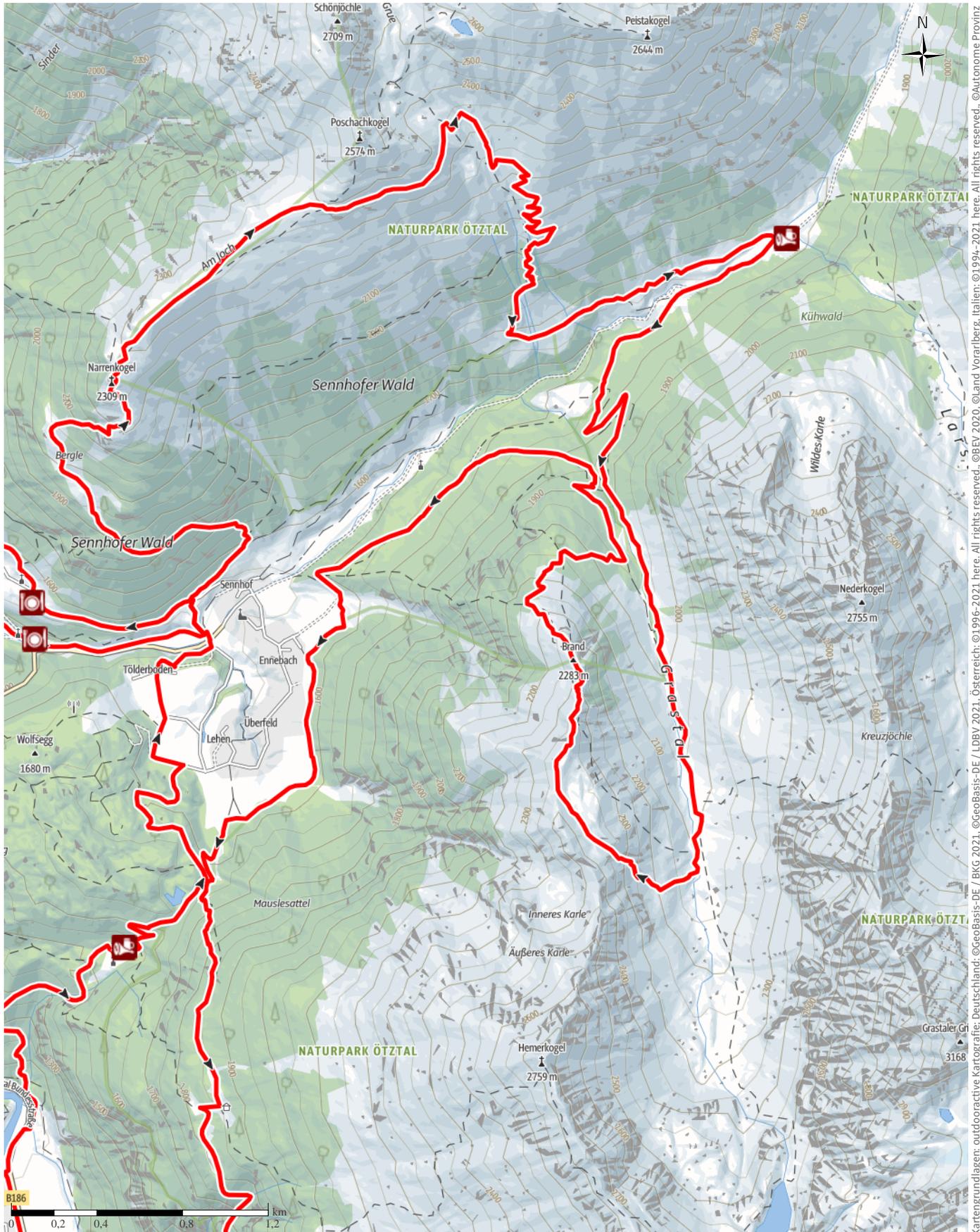
↔ 44,1 km

🕒 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**

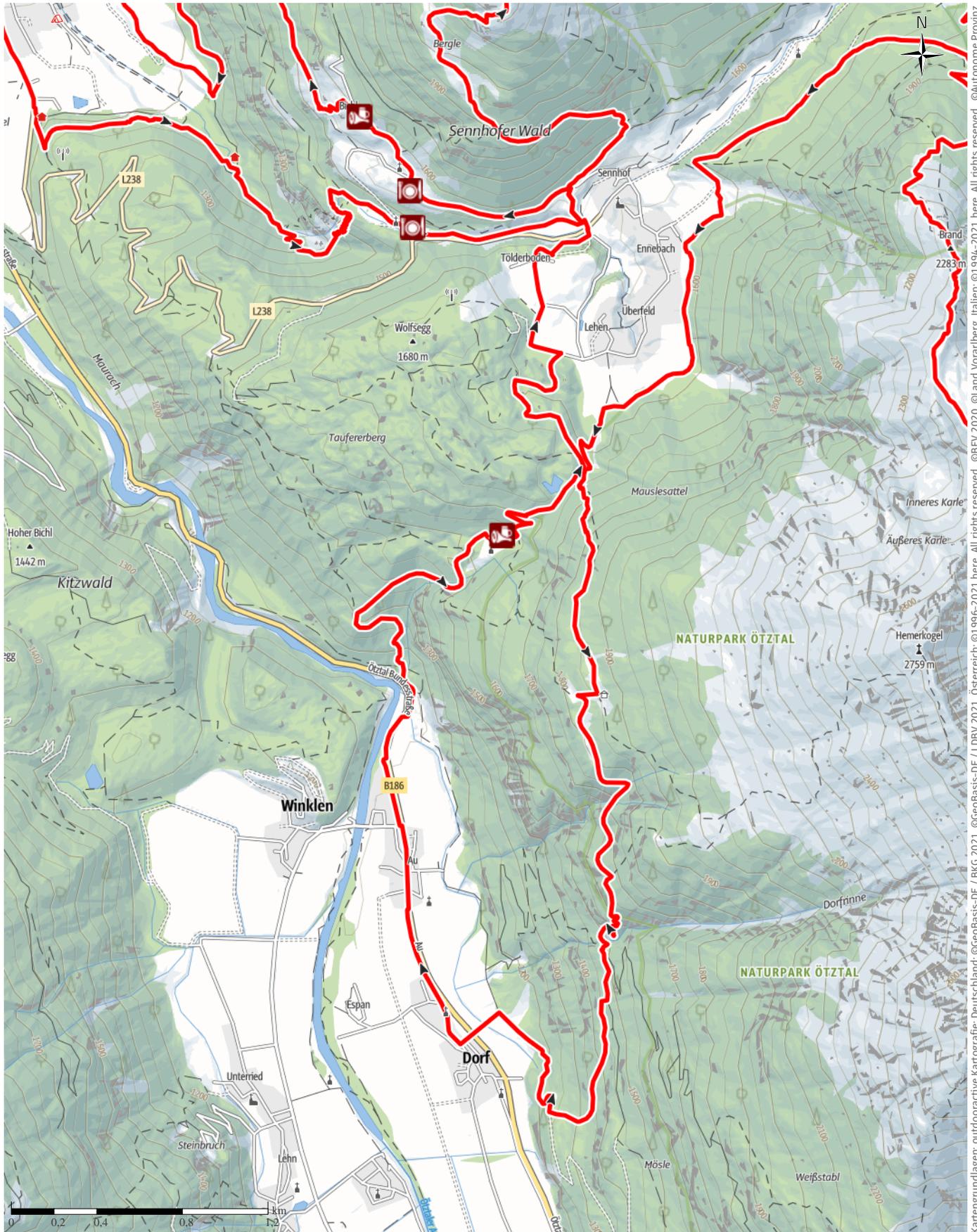
↔ 44,1 km

🕒 10:05 h

⬆️ 3.039 m

⬆️ 3.039 m

Schwierigkeit schwer



Kartengrundlagen: outdooractive Kartografie; Deutschland: ©GeoBasis-DE / 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**

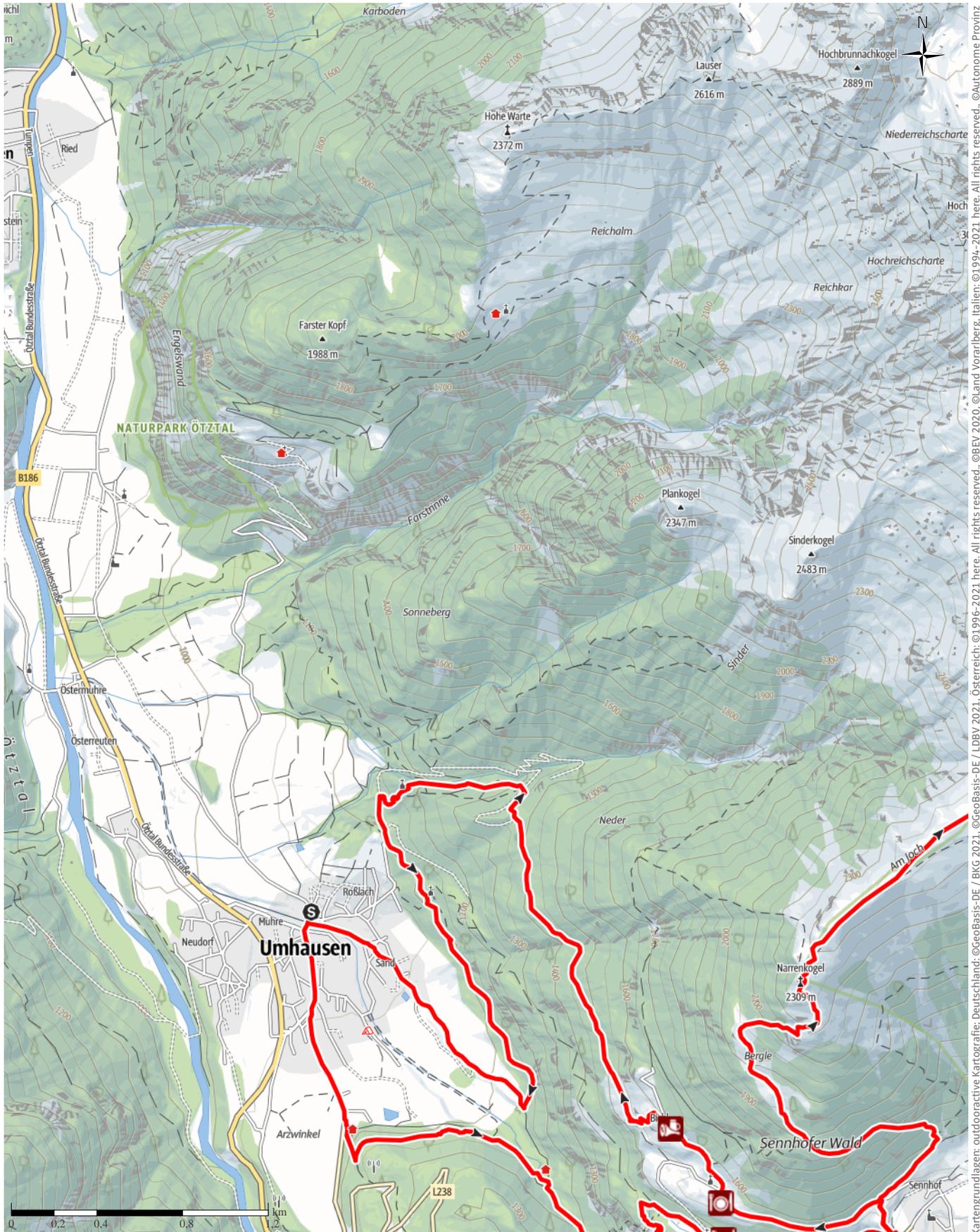
↔ 44,1 km

🕒 10:05 h

⬆️ 3.039 m

⬆️ 3.039 m

Schwierigkeit schwer



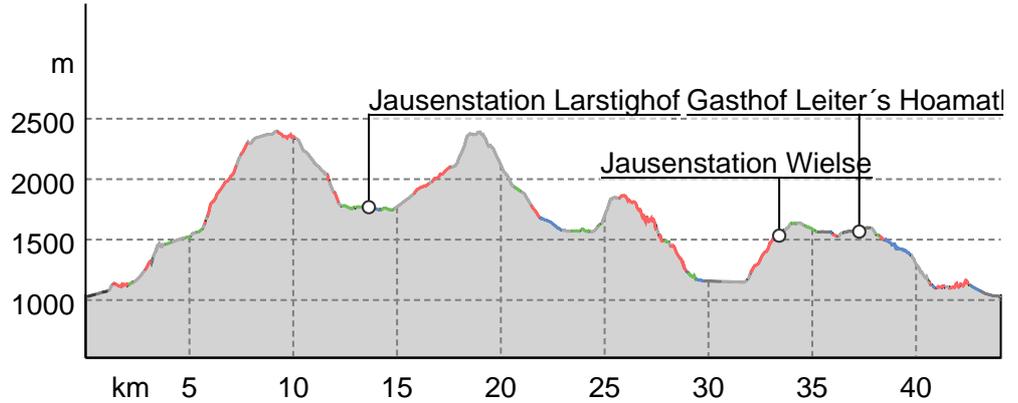
Kartengrundlagen: outdooractive Kartografie; Deutschland: ©GeoBasis-DE / BKG 2021, ©GeoBasis-DE / LDBV 2021, Österreich: ©1996-2021 here. All rights reserved. ©BBEV 2020, ©Land Vorarlberg, Italien: ©1994-2021 here. All rights reserved. ©Autonome Provinz Bozen – Südtirol – Abteilung Natur, Landschaft 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

2.398 m

1.029 m

**Beste Jahreszeit**

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

**Bewertungen**

<b>Autoren</b>	●●●●●●
Erlebnis	●●●●●●
Landschaft	●●●●●●

**Weitere Tourdaten**

**Eigenschaften**

mit Bahn und Bus erreichbar aussichtsreich

**Gipfel-Tour**

**Auszeichnungen**

🍴🕒 Einkehrmöglichkeit



**Ötztal Tourismus**

Aktualisierung: 22.09.2022



Quelle  
**Ötztal**

Gemeindestraße 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](http://www.oetztal-trailrunning.at) & [www.umhausen.com/stuibentrailrun](http://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](mailto: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](mailto: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](mailto:bichl@riml.com)

<http://www.bichl.cc>

Quelle: Ötztal

---