



**2023 WORLD MOUNTAIN AND
TRAIL RUNNING CHAMPIONSHIPS**

Tirol
AUSTRIA



www.tirol.at

INFORMACIÓN PARA LA PRENSA

World Mountain and Trail Running Championships 2023

Innsbruck — Stubai
6–10 de junio 2023



¡Bienvenidos al Tirol!

¡Qué bien que esté aquí! Le informamos sobre el **WMTRC 2023 Innsbruck-Stubai**. Tirol quiere ayudar a inspirar a su público: con datos apasionantes y pequeñas historias sobre las sedes de las competiciones, y valiosa información del Tirol para su presentación. Con datos y cifras que vale la pena conocer para sus retransmisiones, y – en el sentido más auténtico de la palabra – con contenidos conmovedores alrededor de los Campeonatos del Mundo en las regiones de Innsbruck y Stubai. Esperamos que este folleto sea un compañero útil para sus tareas en el contexto del WMTRC 2023.

Saludos cordiales
Su equipo de Tirol

Índice

Tirol de un vistazo: Cifras, datos, hechos	4
Montaña arriba, montaña abajo y campo a través Tirol y el trail running	5
Animar a los deportistas: Los principales eventos deportivos en Tirol	6
¡Empezamos! Trail running en Tirol – verano 2023	8
Las mejores regiones de trail running en el Tirol	8
Ciudad. Campo. Montaña Las regiones anfitrionas de Innsbruck y Stubai	10
¡Mira qué bonito! Lugares de interés a lo largo de las rutas de la Copa del Mundo	12
VERTICAL: 07.06.2023	13
TRAIL SHORT: 08.06.2023	15
TRAIL LONG: 09.06.2023	21
MOUNTAIN CLASSIC: 10.06.2023	25
Para más información	26

Tirol de un vistazo:

Cifras, datos, hechos



El corazón de los Alpes

Tirol está situado al oeste de la República de Austria y, con **12.648 km²**, es el **tercero más grande de los 9 estados federados de Austria**. Tirol está dividido en 9 distritos. La región anfitriona de Innsbruck incluye los distritos políticos de Innsbruck Stadt e Innsbruck Land. El valle Stubaital pertenece a Innsbruck Land.



El sobrenombre "Tierra en las montañas" no es casualidad

Sólo el 12,5 % de Tirol está poblado, el resto pertenece a la naturaleza. Hay más de **1.200 montañas**, 573 de las cuales superan los tres mil metros de altura. El récord nacional lo ostentan el **Großglockner, con 3.798 metros**, seguido de cerca por el Wildspitze, con 3.768 metros. La montaña más alta del valle Stubaital es el Zuckerhütl (3.507m), el techo de la región de Innsbruck es el Östliche Praxmarerspitze con sus 2.638 metros de altitud.



El turismo como motor económico

En la temporada turística de verano de 2022, Tirol contabilizó un total de **22,4 millones de pernoctaciones**. Como primera industria, el sector turístico da empleo a 48.800 personas. 25.000 empresas viven del turismo en Tirol, de las cuales el 92 % son **empresas familiares**.



Verano activo en Tirol

En los meses más cálidos del año, los habitantes y visitantes pueden disfrutar de unos **24.000 kilómetros de rutas de senderismo** señalizadas con más de 170 refugios alpinos, unos **6.200 kilómetros de rutas en bicicleta de montaña** y **5.000 rutas de escalada alpina**. Innumerables, por incontables: las posibilidades de practicar trail running en paisajes urbanos, rurales o de alta montaña. **7 de cada 10 visitantes del Tirol pasan sus vacaciones en la montaña**. La proporción de los que salen a correr aumenta constantemente.

Montaña arriba, montaña abajo y campo a través

Tirol y el trail running

¿Quizás fueron los tirolese quienes **"inventaron" el trail running**? Al fin y al cabo, los ganaderos y agricultores también tenían prisa de vez en cuando. Los coches, las bicicletas y otros vehículos fueron durante mucho tiempo lujos, sobre todo en los remotos valles de montaña. Y así, durante décadas, si no siglos, antes incluso de que existieran las palabras "trail running" y "carreras de montaña", la gente del Tirol corría por el terreno como algo natural.

Cinco años después de que se coronaran los primeros campeones del mundo de carreras de montaña, Tirol ya era la sede de campeonatos: en 1990 y de nuevo en 1996, los Campeonatos del Mundo se celebraron en Telfes, en el valle Stubaital, y la capital de la provincia, Innsbruck, acogió este mismo evento en 2002. Tirol está familiarizado con los **grandes eventos deportivos**: los Juegos Olímpicos de Invierno se celebraron aquí dos veces (1964 y 1976), en 2018 se celebraron en el Tirol los Campeonatos del Mundo de Ciclismo en Ruta de la UCI y los Campeonatos del Mundo de Escalada, y hace solo unos meses se lograron los mejores resultados en los Campeonatos del Mundo Junior de Esquí 2023 en St. Anton.

Las principales regiones de trail running de Tirol, como Stubai, Innsbruck, Wilder Kaiser, Pitztal, Ötztal e Imst, ya disponen de una amplia gama de ofertas en el sector del trail running. Campamentos de trail running, **talleres y jornadas de trail** se celebran constantemente en el marco de numerosos eventos, pero también fuera de ellos la oferta es muy amplia.

Animar a los deportistas: Los principales eventos deportivos en Tirol

Tirol es y siempre ha sido un lugar muy popular para celebrar grandes eventos deportivos:

- Los **Campeonatos del Mundo de Esquí Nórdico** se celebraron en Tirol en 1933, 1985 y, más recientemente, en Seefeld en 2019.
- Los **Campeonatos del Mundo de Biatlón** se han celebrado varias veces en Tirol (1963, 1978, 1998, 2005, 2017).
- En 1964 y 1976 Innsbruck acogió los **Juegos Olímpicos de Invierno**.
- En 1984 y 1988 se celebraron en Innsbruck los **Juegos Paralímpicos de Invierno**.
- El **Campeonato del Mundo de Carreras por Montaña** (antes también conocido como Trofeo Mundial de Carreras por Montaña – World Mountain Running Championship) se ha celebrado tres veces en Tirol: en 1990 y 1996 como parte de la carrera Schlickeralmlauf en Telfs, en el valle de Stubai y en 2002 en Innsbruck. Este formato se considera el predecesor del WMTRC que se celebra desde 2021/2022.
- Las pruebas de eslalon gigante que se celebran anualmente en Rettenbach-Ferner en Sölden desde la temporada 2000/2001 anuncian tradicionalmente el inicio de la temporada de la Copa del Mundo de Esquí.
El punto culminante del calendario de deportes de invierno es la legendaria **carrera de descenso Hahnenkamm** de Kitzbühel que se celebra desde 1931 y atrae la atención de todos los amantes de los deportes de invierno.
- St. Anton fue sede de los **Campeonatos del Mundo de Esquí Alpino** en 2001 y volverá a ser candidata después de la celebración de los Campeonatos del Mundo en Saalbach (Austria).
- En 2008 fue la sede austriaca del **Campeonato Europeo de Fútbol**. Aquí se decidieron tres partidos de la ronda preliminar.



Neustift im Stubaital, cerca de Starckenburger Hütte

- En 2012, los **Juegos Olímpicos de la Juventud** se celebraron con éxito en Innsbruck
- En 2014, los Campeonatos del **Mundo de Carreras de Montaña para Masters** se celebraron en el valle Stubaital con la participación de más de 1.000 corredores de montaña de entre 35 y 79 años de edad.
- Desde 2017, el **Tour of the Alps** transfronterizo, una desafiante carrera de ciclismo de carretera profesional, conduce por las atractivas zonas de la región europea Tirol – Tirol del Sur – Trentino. Fuera de las carreteras asfaltadas se ofrece anualmente mucha acción en el **Crankworx Innsbruck**, un evento que reúne la élite del descenso y del freestyle en bicicleta de montaña.
- En 2018 se celebraron dos campeonatos del mundo en Tirol: el **Campeonato del Mundo de Carretera de la UCI** llevó a los atletas de Kufstein a Innsbruck, y en el **Campeonato del Mundo de Escalada de la IFSC** compitieron los mejores escaladores internacionales. En el Campeonato del Mundo de Escalada, los atletas estuvieron acompañados en todo momento por el gran ambiente del Pabellón Olímpico y en el Centro de Escalada de Innsbruck. Por cierto, la **Copa del Mundo de Escalada de la IFSC** volverá a celebrarse en Innsbruck en 2023.

¡Empezamos!

Trail running en Tirol – verano 2023

En Tirol reina la fiebre del trailrunning. Hace unos días se celebró en Innsbruck el **Innsbruck Alpine Trailrun Festival**. La 8ª edición del popular evento, que tuvo lugar del 01 al 03.06.2023, giró en torno a la Copa del Mundo. Los participantes pudieron disfrutar de un ambiente muy profesional y competir en las rutas de la WMTRC 2023.

Después de los Campeonatos del Mundo está antes la Silvrettarun, la Steinbocklauf y otra docena de **pruebas de trail running y carreras de montaña de primera categoría**. Los atletas de montaña podrán plantearse nuevos retos en las regiones más bellas del Tirol en las próximas semanas. Los que añoren las sedes de la Copa del Mundo de Innsbruck y Stubai pueden volver a los senderos de la WMTRC23 en julio para la Stubai Ultratrail o en septiembre para la Schlickeralmlauf.

Todos los eventos de trail running en el Tirol:
www.tyrol.com/top-trailrunning-events



Las mejores regiones de trail running en el Tirol

Innsbruck
www.innsbruck.info/es

Stubaital
www.stubai.at

Pitztal
www.pitztal.com

Ötztal
www.oetztal.com

Imst
www.imst.at

Wilder Kaiser
www.wilderkaiser.info

Innsbruck Alpine Trailrun Festival
Innsbruck, 01.–03.06.2023

Stubai Ultratrail
Innsbruck-Stubai, 29.06.–01.07.2023

Schlickeralmlauf
Telfes im Stubaital, 09.09.2023

Pitz Alpine Glacier Trail
St. Leonhard im Pitztal, 04.–06.08.2023

Gletscher Trailrun
Gurgl, 21.–22.07.2023

Tschirgant Sky Run
Imst, 10.–11.06.2023

Kaiserkrone Trail
Scheffau, 23.–24.06.2023

Tour de Tirol
Söll, 06.–08.10.2023

Más eventos de trail running

Koasamarsch Ebbs | Ebbs, 17.06.2023

terra raetica trails | Feichten, 04.–08.07.2023

Silvrettarun 3000 | Galtür, 14.–15.07.2023

Großglockner UltraTrail | Kals am Großglockner, 27.–30.07.2023

KAT100 by UTMB® | Fieberbrunn, 03.–05.08.2023

Zillertaler Steinbockmarsch & Steinbocklauf | Ginzling, 19.08.2023

Karwendelmarsch | Scharnitz, 26.08.2023

Kitzbüheler Horn-Bergstraßenlauf | Kitzbühel, 03.09.2023

Mayrhofen Ultraks | Mayrhofen, 08.–09.09.2023



Neustift im Stubaital, Kalkkögel, Seejöchel



WMTRC para corredores y corredoras

Los que se decidan en el último momento podrán participar en dos disciplinas de los Campeonatos del Mundo de Carreras por Montaña 2023: La carrera “Race to Höll”, el 6 de junio, y la “Vertical”, el 7 de junio, están abiertas a corredores aficionados.



Más información:
www.innsbruck-stubai2023.com/en/public-races

Ciudad. Campo. Montaña

Las regiones anfitrionas de Innsbruck y Stubai



A los lugareños les gusta decir de **Innsbruck** que la capital del Tirol no es más que un pueblo sobredimensionado. La cuarta ciudad más grande de Austria es lo suficientemente pequeña como para que casi todas las distancias puedan recorrerse a pie, pero lo suficientemente grande como para ser atractiva para unos **30.000 estudiantes**, una **escena cultural** diversa, innumerables **restaurantes** y pubs para todos los gustos e intereses.

No es raro que los lugareños den un rápido paseo en bicicleta de montaña a uno de los prados alpinos de los alrededores después del trabajo. Es lo más normal del mundo completar una exigente excursión de esquí durante el día y disfrutar de una ópera en el Teatro Nacional de Tirol o bailar al ritmo de un DJ en la zona Bogenmeile por la noche.

Pero Innsbruck no es sólo para las clásicas vacaciones en la ciudad: enmarcada por la majestuosa cordillera Nordkette en el norte y la montaña Patscherkofel en el sur, se puede llegar en pocos minutos a **dos estaciones de esquí** que en verano ofrecen fabulosas vistas y rutas de senderismo para todos los niveles de dificultad, la mayoría también ideal para hacer corriendo.

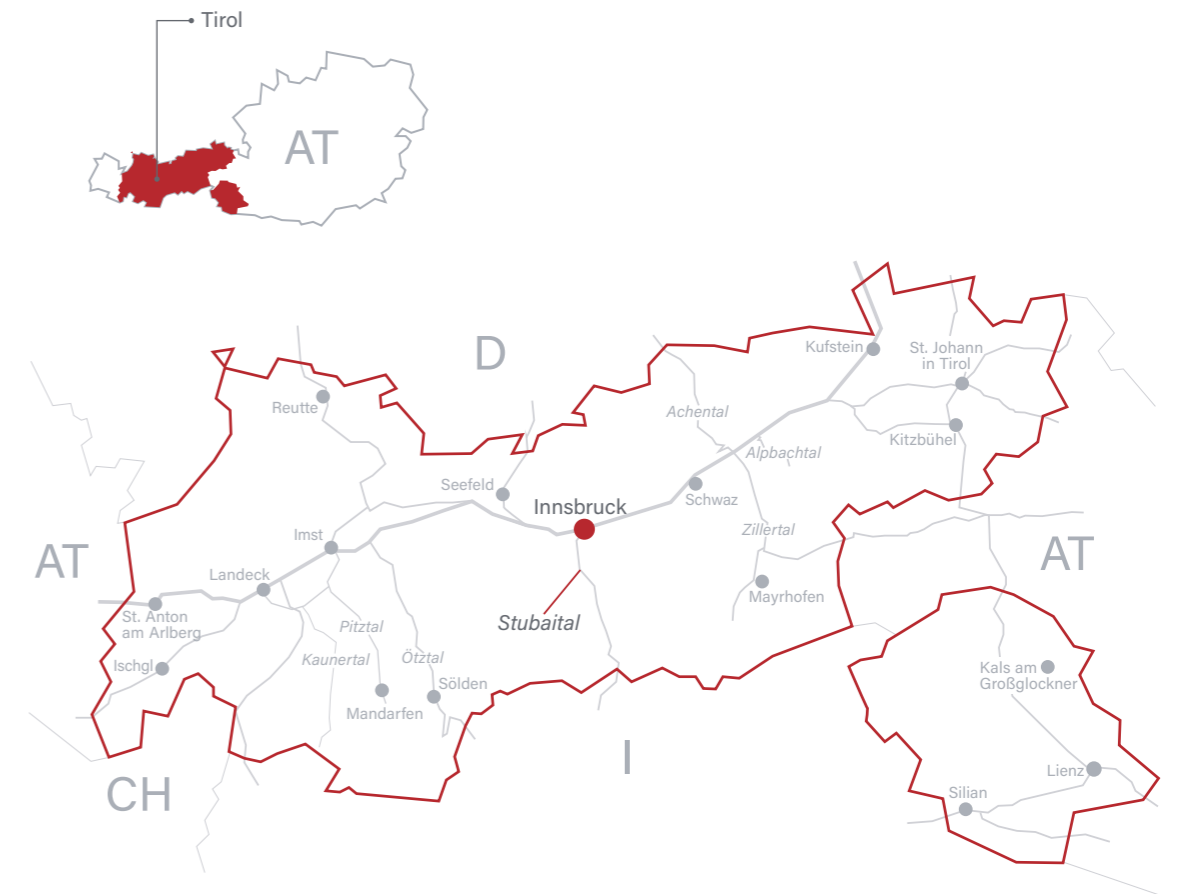


Desde las verdes afueras de Innsbruck hasta la imponente cresta alpina principal: El **valle Stubaital** se extiende casi en línea recta desde su confluencia con el valle del Wipptal, al suroeste, hasta el final del valle con el glaciar

La entrada del valle Stubaital está muy cerca de Innsbruck, a apenas 10 kilómetros de distancia. Pero, contemplando el imponente **glaciar de Stubai**, el ajetreo de la ciudad parece muy lejano. Después de travesar el famoso puente Europabrücke, ya habrá llegado a Schönberg, el primer pueblo del valle Stubaital. No muy lejos se encuentra el pueblo de Mieders, situado a los pies del majestuoso Serles, que elogiado por Goethe como el “altar mayor del Tirol”. El río Ruetz transcurre por el verde fondo del valle de gran belleza

enmarcado por los picos de los Alpes de Stubai que se elevan hasta el fondo del valle. Las cumbres más destacadas alcanzan los 3.507 metros (**Zuckerhütl**) y están rodeados por **más de 109 picos de tres mil metros y 80 glaciares**.

El valle Stubai es un lugar perfecto para visitar en todas las estaciones del año, tanto para turistas activos como para los que buscan paz y tranquilidad. En verano, el **Sendero de Gran Altitud de Stubai** (Stubaiyer Höhenweg) lleva a alpinistas en búsqueda de una experiencia única hasta 3.000 metros sobre el nivel del mar a un mundo de cabañas y prados alpinos, cascadas, lagos de montaña y glaciares. La pista de trineo de verano de Mieders, el parque de aventuras de Fulpmes, la piscina de aventuras de Stubay o el parque de aves rapaces de Telfes ofrecen actividades variadas para familias. En invierno puede elegir entre cuatro zonas de esquí, entre las que el glaciar de Stubai es probablemente la más conocida, siendo la **mayor zona de esquí glaciar en Austria**.



¡Mira qué bonito!

Lugares de interés a lo largo de las rutas de la Copa del Mundo

¿Típico Tirol? Por supuesto. Los variopintos paisajes entre la capital de la provincia, Innsbruck, y los picos del valle Stubaital son un claro ejemplo de la maravillosa variedad paisajística del Tirol. Lo **alpino y lo urbano** se dan la mano, hay una joya natural tras otra ¿Tendrán los corredores tiempo para contemplar el paisaje durante la carrera? Si no es así, les recomendamos: ¡Vuelva! Porque como dicen en Tirol: **las montañas no se van a ninguna parte.**



Grinzens, Salfeins



VERTICAL: 07.06.2023

SALIDA Vertical Uphill masculino	13:00
TIEMPO ESTIMADO GANADOR	13:42
SALIDA Vertical Uphill femenino	14:00
TIEMPO ESTIMADO GANADORA	14:51

PUNTOS DESTACADOS PARA ESPECTADORES

- 1 Start FZZ
- 2 Sonnenuhr / Elferbahn Bergstation
- 3 Elferhütte Finish

Empinada, más empinada, vertical. Con sus **7 kilómetros** de longitud y **1.020 metros** de desnivel, esta ruta entre el centro de ocio Neustift y el refugio alpino Elferhütte es todo un reto. Tras un breve bucle por el pueblo, el sendero asciende muy empinado por un bosque de abetos hasta el refugio Elferhütte.

Centro de ocio de Neustift (KM 0)

¡En marcha! El punto de partida de la Vertical es el centro de ocio de Neustift. Del 6 al 10 de junio, en el marco de los Campeonatos del Mundo de Carreras de Montaña y Trail, también tendrán lugar aquí la Expo: Food trucks, pruebas de productos, concursos y mucho más se ofrecerá en un amplio programa de apoyo.

Fuera de la Copa del Mundo, a los habitantes de Stubai y a sus invitados les gusta reunirse en el centro de ocio para charlar (**Ratscher – cotillar, hablar**), ir a la bolera o asistir a un concierto. El centro de ocio se rediseñará en breve. Los preparativos para el nuevo edificio ya están en marcha.

Pueblo de Neustift (KM 0–1,0)

Bienvenido al **tercer municipio más grande del Tirol**. El **pueblo principal del valle Stubaital** se extiende hasta las zonas glaciares. El pueblo, con 4.882 habitantes, es una meca para deportistas de todas las disciplinas tanto en verano como en invierno. A los habitantes de principios de la Edad de Bronce ya les gustaba este lugar, al igual que a los antiguos romanos y al emperador Maximiliano (que iba aquí de caza). El punto de referencia del pueblo es la iglesia parroquial de San Jorge, de una dimensión inusualmente grande.

Refugio Autenalm (KM 3,9)

Los excursionistas “normales” necesitan dos horas y media para la ruta Neustift – Autenalm. El empinado sendero que lleva a los pastos alpinos de 1.665 metros de altitud discurre en su mayor parte por un **sombreado bosque de abetos**. Con sus 350 años de existencia, el Autenalm es **una de las de las granjas alpinas más antiguas de la región** y un destino popular para excursiones. Hay dos buenas razones para ello: El legendario Goulash de ternera tirolés y el magnífico panorama. Desde aquí se ven las cumbres Brennerspitze (2.877 m), Zwölferspitze (2.562 m), Burgstall (2.611 m) e incluso la cordillera Innsbrucker Nordkette.

El reloj de sol de la estación de montaña Elferbahnen (KM 5,9–6,1)

“El Elfer” es LA **montaña para hacer deporte de los habitantes del valle Stubai**. Aquí se puede practicar senderismo, ciclismo y atletismo. La estación de montaña de Elfer se encuentra a 1.812 metros y es un punto de despegue muy popular para los parapentistas. Si viene por primera vez, no puede perderse la obligada selfie al reloj de sol. Con un diámetro de 8 metros, el reloj de sol de Elfer es el reloj de sol ecuatorial de pie más grande de la región alpina y se fabricó con madera de alerce de los alrededores. Especialmente atractiva: la vista al recóndito valle Pinnistal.

Refugio Elferhütte (FINISH KM 7,1)

Los últimos 200 metros de ascenso hasta la línea de meta exigen un máximo esfuerzo a los participantes. Pero sólo las vistas sobre todo el valle de Stubai hasta Innsbruck ya recompensan el esfuerzo. La meta del recorrido está a 2.080 metros sobre el nivel del mar. La Elferhütte está regentada por la familia Haasbe desde hace 50 años y hasta 1964 todo el material se subía en carros tirados por caballos. Hoy existe un teleférico para el transporte de material. El camino desde la estación de montaña hasta la Elferhütte es fácil de recorrer en poco más de media hora, incluso para personas sin experiencia en montaña.



TRAIL SHORT: 08.06.2023

SALIDA	09:00
TIEMPO ESTIMADO GANADOR HOMBRES	13:02
TIEMPO ESTIMADO GANADORA MUJERES	13:35

PUNTOS DESTACADOS PARA ESPECTADORES

- 1 El casco antiguo de Innsbruck
- 2 Mutterer Alm
- 3 Kreuzjoch
- 4 Starkenburger Hütte
- 5 Finish

Esplendor barroco del casco antiguo e imponentes formaciones calcáreas: El segundo día de la carrera no podría ser más variado. Entre el punto de salida delante teatro Landestheater de Innsbruck y el centro del pueblo de Neustift im Stubaital como punto de llegada, aguardan muchos futuros nuevos lugares favoritos a lo largo de la ruta de **45 kilómetros** y los **3.132 metros** de desnivel.



El casco antiguo de Innsbruck

El casco antiguo de Innsbruck (KM 0)

¡Qué esplendor! El casco antiguo de Innsbruck es un regalo para la vista. En el centro: el legendario **Tejadillo de Oro** – construido bajo el reinado del emperador Maximiliano I – con sus 2.657 tejas de cobre dorado y situado muy cerca del punto de partida delante del teatro Landestheater de Innsbruck. También muy cerca: el Palacio Imperial (Hofburg) de Innsbruck, la catedral y: ¡las altas montañas! El funicular diseñado por Zaha Hadid lleva a los visitantes hasta la estación Hungerburg en sólo 10 minutos, desde donde pueden tomar la telecabina hasta el Seegrube, a 1.905 metros sobre el nivel del mar.



La cordillera Nordkette, Hafelekar

La cordillera Nordkette (KM 3,5–8,0)

Un parque alpino para los entusiastas del deporte, una zona de recreo de un verde intenso (o blanca como la nieve) y la puerta de Innsbruck a las **montañas Karwendel**: la cordillera Nordkette (los geógrafos la llaman “Inntalkette”) cumple todas las expectativas. Aquí encontrará MTB-singletrails, el Hafelekar (con una de las rutas de esquí más empinadas de Europa), cabras montesas y las aves alpinas chovas piquigualda.

El Parque Natural Karwendel

La cordillera Nordkette, con la legendaria formación rocosa “Frau Hitt” y el pico Hafelekar (de la palabra tirolesa “Haferl” que significa copa) de 2.334 metros, pertenece al Parque Natural de Karwendel. Con una superficie de más de 737 kilómetros cuadrados, es el mayor parque natural de Austria. El Parque Natural de Karwendel es una especie de Arca de Noé alpina; aquí viven águilas reales, búhos reales, becardas y andarríos. Raras orquídeas silvestres y arces centenarios también gustan de echar raíces en este maravilloso paisaje de montaña.

Höttinger Bild (KM 3,9)

Cuando un número especialmente elevado de estudiantes (en Innsbruck hay 30.000) se pasea por el bosque a los pies de la cordillera Nordkette, debe de ser época de exámenes.

La Höttinger Bild es una **pequeña capilla** de peregrinación y se encuentra a algo menos de 900 metros sobre el nivel del mar. El nombre se remonta a un estudiante del siglo XVII que ató una imagen de la Virgen María a un alerce en este lugar y pidió ayuda celestial para sus exámenes. Los primeros vestigios de asentamientos en el distrito de Hötting se remontan al Neolítico.

Rauschbrunnen (KM 6,1)

La cercanía de la ciudad con la naturaleza se hace patente de camino al Rauschbrunnenalm que remonta la Nordketten Downhill Trail con un desnivel de más de 505 metros. El refugio alpino Rauschbrunnen (1.060 m) es un **popular destino de excursiones** para los habitantes de Innsbruck. Los observadores de aviones disfrutaban de la vista despejada del aeropuerto de Innsbruck.

Mutterer Alm (KM 21,7)

En el “Trail Short”, la ruta desciende primero hacia Stubai: por el barrio de Kranebitten, en Innsbruck, a través del valle del río Inn, por los pueblos de Völs y Birgitz hasta los pies del imponente Nockspitze (2.404 m). En el kilómetro 22, los corredores alcanzan el Mutterer Alm. En invierno, familias y esquiadores disfrutaban de los 15 kilómetros de pistas. En verano, se convierte en un paraíso para ciclistas. El **Muttereralmpark** es la única sede europea del Crankworx World Tour. Del 21.06.2023 al 25.06.2023 la élite internacional de la bicicleta de montaña, corredores profesionales y equipos de descenso competirán aquí.



Mutterer Alm

Pfriemesköpfl (KM 22,9)

Los aficionados a los deportes de invierno conocen, por supuesto, esta montaña, por su pista de eslalon en invierno o su ruta de esquí de travesía que lleva de Mutterer Alm a Pfriemesköpfl. Se trata de una ruta muy atractiva también en verano. La zona de los **prados alpinos** ofrecen grandes vistas de la ciudad de Innsbruck. Con un poco de suerte, a principios de junio se pueden ver las rosas alpinas en flor, de un intenso color magenta.

Schlick 2000 (KM 31,5–38,0)

Un paraíso para los amantes del deporte en verano y en invierno. Situado a sólo 10 minutos en coche de Innsbruck, el Schlick 2000 se extiende por las laderas del hermoso valle del Schlick hasta el Kreuzjoch, de 2.140 metros de altitud. En invierno, hay **22 kilómetros de pistas y 19 pistas de descenso**; en verano esperan rutas de senderismo temáticas y para familias, como la ruta de la casa del árbol o la ruta Scheibenweg. La estación de montaña se encuentra a 2.136 m sobre el nivel del mar y está flanqueada por los impresionantes riscos calcáreos. 500 metros más arriba se encuentra la cumbre del Hoher Burgstall, que es una de las **Siete Cumbres Stubai**.

Uno de sus conquistadores más famosos: Sir Edmund Hillary.



Telfes im Stubai, Kalkkögel, Schlick 2000



Telfes im Stubai, Schlick 2000

Kreuzjoch (KM 35,7)

Los espectadores lo tienen fácil: pueden tomar el teleférico en Fulpmes y llegar en pocos minutos al Kreuzjoch, de 2.136 metros de altura. El **mirador “Stubablick”** ofrece una vista panorámica de los Alpes de Stubai, el valle de Stubai y el valle del río Inn. Si le interesa la botánica, debería seguir el sendero didáctico sobre las plantas alpinas (Alpenpflanzenlehrpfad), que comienza en la estación de montaña y conduce como un sendero circular con más de 60 alpinas diferentes.

Niederer Burgstall (KM 37,9)

El Niedere Burgstall es uno de los 15 picos del Kalkkögel. Esta cadena montañosa se conoce a menudo como las **“pequeñas Dolomitas”**, ya que no tiene nada que envidiar a sus homónimas del sur en cuanto a belleza natural. Los 77,7 km² que rodean las imponentes formaciones calcáreas fueron declarados **“zona de calma”** en 1983, lo que significa que, además de proteger la naturaleza, aquí también se apuesta por el ocio al aire libre y no se pueden construir carreteras ni teleféricos.



Neustift im Stubaital, cerca de Starkenburger Hütte

Refugio Starkenburger Hütte (KM 39,6)

El rústico refugio Starkenburger Hütte se encuentra a 2.237 metros de altitud en la ruta de gran altitud **Stubaier Höhenweg**. Sus siete etapas cubren más de 5.000 metros de desnivel y casi 80 kilómetros de distancia. Se trata de una de las rutas de senderismo de gran altitud más bellas, pero también más exigentes, de los Alpes Orientales. Las sillas delante del refugio son especialmente populares en los días soleados para disfrutar de **vistas panorámicas** de la cresta Serleskamm de enfrente y de toda la cresta principal de Stubai. Por cierto, a poca distancia del refugio se encuentra el **paraje natural de Gletscherblick**, desde donde se pueden ver las “Siete Cumbres” del valle de Stubai.

Neustift (FINISH KM 45,2)

El último tramo de la ruta vuelve a adentrarse en el valle en dirección a Neustift, en el Stubaital. Siempre a la vista: **las cumbres de los tresmiles**. Los hemos contado: Son **exactamente 109**. Si está demasiado cansado (hoy) para abordar alguno de ellos a pie, puede subirse a uno de los cuatro ferrocarriles de montaña del valle.



TRAIL LONG: 09.06.2023

SALIDA	06:30
TIEMPO ESTIMADO GANADOR HOMBRES	15:15
TIEMPO ESTIMADO GANADOR MUJERES	16:52

PUNTOS DESTACADOS PARA ESPECTADORES

- 1 Start FZZ
- 2 Hoadl
- 3 Kranebitten
- 4 Finish

El recorrido más exigente de esta Copa del Mundo tiene **85 kilómetros**, hay que superar un total de **5.554 metros** de desnivel. Termina donde empieza el "Trail Short": delante del teatro Landestheater de Innsbruck. A lo largo de la ruta, las altas montañas alpinas de las regiones de Stubai e Innsbruck son el escenario perfecto para disfrutar de un gran cine de trail running al aire libre.

Refugio Milderaun Alm (KM 5,8)

Desde el centro del pueblo de Neustift, el sendero sube hasta Milderaun Alm. En invierno, la gente baja por aquí en trineo. El refugio Alpinose al norte, por encima del **distrito de Krößbach**, a 1.675 metros, y es un popular destino de senderismo y zona de caza.

Naturschauplatz Hühnerspiel (KM 7,3)

¿Cuál es la vista de montaña más bonita del Tirol? Las opiniones difieren, pero este lugar está sin duda a la altura: la llanura bajo el pico del Brennero es excepcional. Aquí podrá maravillarse con un **panorama montañoso de 360 grados** o, a principios de verano – lo que explica el nombre – observar a los **gallos lira** (*Lyrurus tetrix*, también conocidos como gallos negros) en pleno cortejo. Los corredores siguen la ruta de la “Stubairunde” que los lleva de vuelta a Neustift antes de dirigirse al refugio Starkenburger Hütte.



Neustift im Stubaital, Naturschauplatz Hühnerspiel

Lago Schlicker See y Seejöchel (KM 25,5–25,8)

Llamado simplemente “el lago” por los lugareños, el Schlicker See, a 2.450 m de altitud, es el más pequeño, pero uno de los lagos de montaña más bonitos, del Stubaital. Un dato interesante para los **geólogos**: por aquí pasa el límite entre los tipos de roca “dolomita” y “Ötztal-Stubai cristalino”. El propio lago alberga el salvelino, que siguen siendo considerablemente más pequeños que sus congéneres del valle debido a la altitud. Especialmente remarcables: las numerosas **marmotas** que viven aquí arriba. Un magnífico mirador es el Seejöchel, de 2.518 metros de altura: el Schlicker Seespitze se asoma poderosamente a la vista, y detrás se pueden ver el Riepenwand y el Hoher Burgstall.

Refugio Adolf Pichler Hütte (KM 28,4)

Al pie del Kalkkögel, a 1.977 metros, se encuentra el refugio Adolf Pichler, construido en 1903 por el Club Alpino Académico de Innsbruck. Lleva el nombre del geólogo y poeta Adolf Pichler (1819–1900). Desde aquí, pioneros del alpinismo como Hermann Buhl abrieron numerosas rutas de escalada. El Große y el Kleine Ochsenwand, el Schlicker Zinnen o la torre RAC son hoy clásicos para los escaladores.

Hoadl (KM 43,1)

Con un poco de suerte, los corredores del WMTRC podrán vislumbrar el “Zwölfer” de camino al refugio Hoadl Haus (2.340 m). Porque exactamente a las 12.00 horas el sol está por encima de la cumbre de 2.562 m de altura del **Zwölferspitze**. El remonte de Hoadl forma parte de la zona de esquí y senderismo Axamer Lizum. A sólo 20 minutos de Innsbruck, se abre un paraíso de 62 kilómetros de rutas de senderismo; en invierno, nueve remontes y unos 40 kilómetros de pistas perfectamente acondicionadas esperan a los esquiadores.

Lago Salfeins See (KM 50,0)

Algunos lo llaman “Salfeins See”, otros “Schönangerlsee”. Este lago de montaña se ha hecho famoso por su **impresionante reflejo del Kalkkögel**, y en los meses de verano se pueden hacer fotos especialmente bonitas. Además, la vista aquí se extiende desde Innsbruck y el valle del Inntal, hasta la cadena Mieminger y las montañas Karwendel, hasta el Zugspitze.



Axamer Lizum, Hoadl



Sellrain, Lago Salfeins See

Kranebitten (KM 67,0–68,8)

A través de los pueblos de Grinzens, Birgitz y Völs, el sendero desciende hacia Innsbruck. En el barrio de Kranebitten, sinónimo del **aeropuerto de Innsbruck** y excelente lugar para la práctica del surf upstream, los atletas tienen que movilizar de nuevo todas sus fuerzas. Sin duda de gran ayuda: los vítores de los aficionados en el mirador público. Tras cruzar el Inntal, la ruta pasa por el Durrachsteig hasta el Höttinger Alm.

Höttinger Alm (KM 76,5) und Umbrügler Alm (KM 78,7)

Quizás el destino más popular para los ciclistas y corredores de Innsbruck: El Höttinger Alm, de 1.487 metros de altura. Los orígenes de este rústico **destino de muchos excursionistas** se remontan al siglo XV. Hoy, los aficionados a la montaña y los amantes del deporte al aire libre pueden descansar aquí y tomar el sol. El Umbrügler Alm ofrece una sensación alpina especialmente elegante. De nueva construcción en 2015, el refugio es considerado una auténtica **joya arquitectónica**. No obstante, se sigue haciendo honor a la tradición; después de todo, el nombre procede del antiguo distrito de “Anbruggn” de Innsbruck y tiene más de 400 años.



Innsbruck, Funicular Nordkettenbahnen

Funicular Nordkettenbahnen (KM 80,0–81,1)

Cerca del Höttinger Alm, el teleférico Nordkettenbahnen parece flotar subiendo la ladera de la montaña. El trío de funiculares Hungerburgbahn, Seegrubenbahn y Hafelekarbahn lleva desde el centro de Innsbruck directamente al **mundo alpino de las montañas Karwendel** en sólo 20 minutos. Todas las estaciones del Hungerburgbahn fueron diseñadas por la arquitecta estrella Zaha Hadid. También diseñó el salto de esquí de Bergisel, visible desde lejos.

Zoo Alpino (KM 82,5)

¿Quiere conocer de cerca la biodiversidad de los Alpes? Diríjase al zoo de los Alpes. En el recinto se pueden observar más de **150 especies animales**, como íbices, osos pardos, nutrias, águilas y lobos. Es especialmente hermoso en primavera y a principios de verano, cuando están aquí las crías. El zoo de los Alpes existe en su forma actual desde 1962, pero sus orígenes se remontan al siglo XVI.

Innsbrucker Altstadt (KM 83,7–84,9 FINISH)

A 176 metros de altitud por debajo del zoo alpino, los corredores entran por fin en la proverbial **recta final**. Ante el magnífico telón de fondo del Teatro Nacional de Tirol y la Casa de la Música por un lado, el Congreso de Innsbruck y el Palacio Imperial de Innsbruck por otro, los atletas recibirán una bienvenida imperial en la antigua residencia de los Habsburgo.



MOUNTAIN CLASSIC: 10.06.2023

SALIDA JUNIOR MASCULINO	10:00	SALIDA ELITE HOMBRES	12:00
TIEMPO ESTIMADO LLEGADA GANADOR	10:27	TIEMPO ESTIMADO GANADOR	12:56
SALIDA JUNIOR FEMENINO	11:00	SALIDA ELITE MUJERES	14:00
TIEMPO ESTIMADO LLEGADA GANADORA	11:31	TIEMPO ESTIMADO GANADORA	15:05

Un casco antiguo barroco como trail eso probablemente sólo exista en el Tirol. Cuando los adoquines frente al Tejadillo de Oro se convierten en terreno alpino, hay mucho que ofrecer tanto a los corredores como al público. A lo largo de **7 kilómetros y 374 metros** de desnivel, este recorrido sigue las huellas del "Höll", la legendaria ruta de los Campeonatos del Mundo de Ciclismo 2018.

Teatro Landestheater y alrededores

¡Menudo teatro! El imponente y **magnífico edificio** del Rennweg de Innsbruck se inauguró en su forma actual en 1846. Tiene 800 localidades y el programa incluye obras de teatro, danza, ópera y opereta. Desde 2018, la moderna **Haus der Musik** se encuentra en las inmediaciones; el "gran negro" es un reclamo arquitectónico en el que tienen su sede una docena de instituciones, como la Orquesta Sinfónica del Tirol, la Universidad Mozarteum y el Festival de Música Antigua de Innsbruck. Diagonalmente enfrente se encuentra el Palacio de **Congresos de Innsbruck**, donde se celebran regularmente eventos y conciertos de conocidas estrellas del pop y del rock.

El río Inn y el casco antiguo de Innsbruck

Pronunciada Innschbrugg (y no Innschbruck con "K", como suele decirse erróneamente) por los tirolese, la ciudad es impensable sin su río: el verde Inn. Al fin y al cabo, incluso lo lleva en su nombre como "La ciudad en el puente sobre el Inn". La **parte más antigua de la ciudad**, "Anpruggen", es también un recuerdo lingüístico del puente sobre el Inn. Un motivo fotográfico popular es la colorida hilera de casas con la cordillera Nordkette al fondo. Igual de legendaria es la **estrecha callejuela Höttinger Gasse**, por la que se cuelan incluso los autobuses urbanos.

Para más información



www.innsbruck-stubai2023.com/en



www.tyrol.com/things-to-do/sports/trailrunning-tirol



www.innsbruck.info/es/l/trail-running.html



www.stubai.at/en/activities/running-trailrunning

Follow, like & share | Social Media



@wmtrc2023_innsbruckstubai

@sporttirol

@visittirol



@WMTRC 2023 Innsbruck-Stubai

@Tirol – Herz der Alpen

@sport.tirol

Hashtags oficiales: #wmtrc2023
#wmtrcinnbruckstubai2023
#innsbruckstubai2023
#visittirol
#lovetirol
#sporttirol



IMPRESSUM

Editor y propietario de medios: Tirol Werbung GmbH
Maria-Theresien-Straße 55, 6020 Innsbruck, Austria
Innsbruck, mayo 2023.
Salvo errores de imprenta o tipográficos.

CONTACTO PARA LOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN

Tirol Werbung GmbH

Eva Walter

Maria-Theresien-Straße 55
6020 Innsbruck

+43 512 5320 365 *t*

eva.walter@tirolwerbung.at *e*

www.presse.tirol.at/en

www.tirol.at

Innsbruck Tourismus

Alexandra Sasse, MA

Burggraben 3

6020 Innsbruck

+43 664 / 88 63 00 37 *t*

a.sasse@innsbruck.info *e*

Tourismusverband Stubai Tirol

Mag. (FH) Michael Gstrein

Stubaitalhaus, Dorf 3

6167 Neustift im Stubaital

+43 50 1881-0 *t*

+43 664 8268530 *e*

presse@stubai.at *e*

www.stubai.at

Tirol Werbung GmbH
Maria-Theresien-Straße 55
6020 Innsbruck

+43 512 5320-0 *t*
info@tirol.at *e*
www.tirol.at

LEBENSRAUM TIROL
HOLDING

