Kals am Grossglockner | Zell am See-Kaprun

GROSSGLOCKNER ULTRA-TRAIL® POWERED BY DYNAFIT

OFFIZIELLES PROGRAMM

27.-29. Juli 2018 / www.ultratrail.at

GROSSGLOCKNER ULTRATRAIL®	GGUT 110 I 2	GROSS-GLOCKNER TRAIL	KALSER TAUERN TRAIL	GLETSCHER-WELT TRAIL
110 km | 6.500 hm	60 km | 4.500 hm + 50 km | 2.000 hm	75 km | 4.000 hm	50 km | 2.000 hm	30 km | 1.000 hm

Raiffeisen
Zell am See Kaprun
KALS am Großglockner
HAMMER NUTRITION ENDURANCE FUELS
Urlaubsregion Zell am See-Kaprun Hohe Tauern
Osttirol
SUUNTO
SPAR Natur pur
Julbo

HERZLICH WILLKOMMEN

BEIM GROSSGLOCKNER ULTRA-TRAIL 2018!

Wir freuen uns, euch auch 2018 wieder einen der schwierigsten und beeindruckensten ULTRA-TRAILS der Ostalpen zu präsentieren und laden euch herzlich ein, eines der größten Abenteuer mit uns zu erleben.

Als Hauptsponsor freuen wir uns bei DYNAFIT über die große Anziehungskraft des Großglockner ULTRA-TRAILS. Uns gibt dieses tolle Rennen sogar Ansporn, eine eigene GLOCKNER Kollektion zu entwickeln. Allen Teilnehmern wünschen wir ein unvergessliches Abenteuer, ein sicheres Rennen und viele magische Momente auf den Trails um diesen wunderschönen Berg!

2018 begrüßen wir ein neues Rennen, den Grossglockner Trail 75 km, durch die schönsten Teile der Glocknergruppe. Bewährtes bleibt: Die Strecke GGUT 110 führt auch heuer wieder auf 110 km und 6500 Höhenmetern rund um den höchsten Berg Österreichs, den Großglockner (3798 m). Das Event wurde in vielen Details weiter entwickelt, folgende Services sind neu oder ausgebaut: Live-Tracking und Live-Videos/Reportagen aus unserem „GGUT-Studio“, Startergeschenk von DYNAFIT und freier Thermeneintritt für Starter. Mehr dazu gleich auf den Folgeseiten.

2017 haben Gerald Fister und Klaus Gösweiner nach 15 Stunden 13 Minuten gemeinsam die Ziellinie überquert. Bei den Damen lief Juliette Blanchet mit 18 Stunden 43 Minuten einen neuen Streckenrekord. Mit dabei sind rund 1500 Teilnehmer aus mehr als 40 Nationen, auch viele internationale Top-Läufer, wie Juliette Blanchet, Pau Capell, Kristin Berglund oder Gediminas Grinuis, Janosch Kowalczyk, Sascha Devillaz, Michael Geisler, Markus Stock, Maria Koller, Hannes Namberger & Tom Farbmacher und viele mehr. Wer wird heuer als Erste/Erster zurück in Kaprun sein?

Euch wünschen wir viel Spaß, tolle Erlebnisse und eine gesunde Rückkehr. Wir sehen uns im Juli in Kaprun, Kals am Großglockner oder Uttendorf!

Hubert Resch, Head of OC GGUT (li)
Michael Költringer, DYNAFIT (re)

DYNAFIT
Raiffeisen
Zell am See Kaprun
KALS am Großglockner
Uttendorf The Base of Weißsee
HOHE TAUERN

PROGRAMM

FREITAG 27. JULI - SONNTAG 29. JULI 2018

FREITAG 27. JULI 2018

Uhrzeit	Programm
10.00 - 13.00 14.30 - 20.00	Startnummernausgabe für alle Bewerbe bei Start/Ziel, Schaufelberg Parkplatz, Kaprun
10.00 – 20.00	GGUT Expo, Schaufelberg Parkplatz, Kaprun
21.00	Präsentation Top Athleten GGUT, GGT, KTT und GWT bei Start und Ziel
21.40	Race-Briefing ULTRA-TRAIL: Start und Ziel, Schaufelberg Parkplatz, Kaprun; Alle Läufer sind zur Teilnahme verpflichtet!
22.00	**Start GROSSGLOCKNER ULTRA-TRAIL®: Schaufelberg Parkplatz, Kaprun**

SAMSTAG 28. JULI 2018

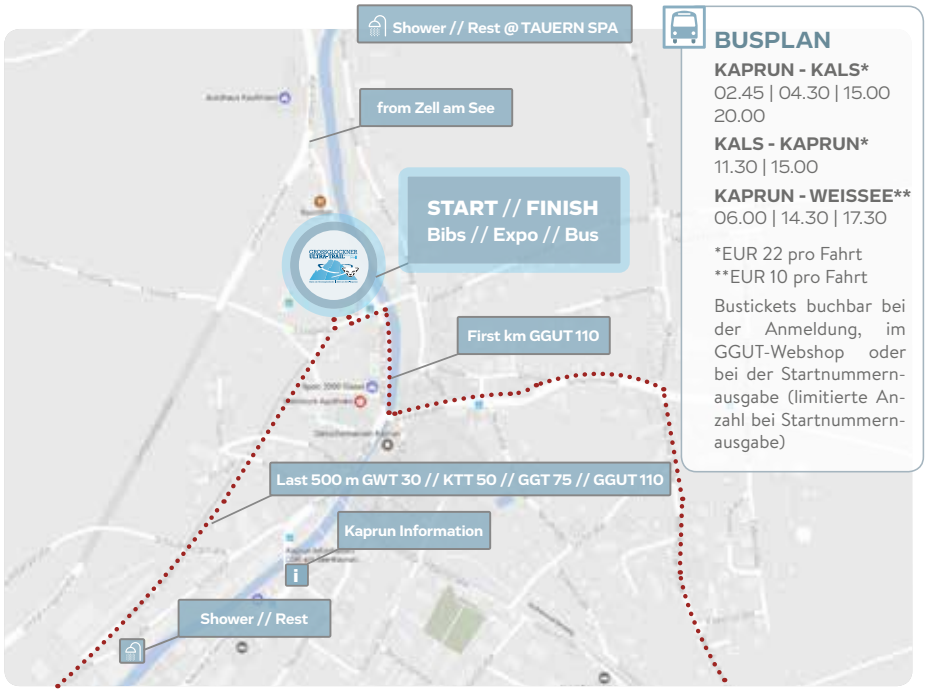
Uhrzeit	Programm
04.00 - 04.45	Zusätzliche Startnummernausgabe GGT 75 in Kals am Großglockner
04.45	Race-Briefing GGT 75 in Kals; Alle Läufer sind zur Teilnahme verpflichtet!
05.00	**Start Grossglockner Trail (GGT 75)**
05.30 – 06.30	Zusätzl. Startnummernausgabe GWT 30, Start/Ziel, Schaufelberg Parkpl, Kaprun
06.00 - 06.45	Zusätzliche Startnummernausgabe KTT 50, Kals am Großglockner
06.45	Race-Briefing KTT 50 in Kals; Alle Läufer sind zur Teilnahme verpflichtet!
07.00	**Start Kalser Tauern Trail (KTT 50) in Kals am Großglockner**
07.45	Race-Briefing GWT 30, Staudamm Weissee, Berghotel Rudolfshütte (kostenlose Auffahrt mit Startnummer); Alle Läufer sind zur Teilnahme verpflichtet!
08.00	**Start Weissee Gletscherwelt Trail (GWT 30), Staudamm Weissee, Berghotel Rudolfshütte**
ab 10.45	Zieleinlauf Weissee Gletscherwelt Trail (GWT 30)
ab 11.45	Zieleinlauf Kalser Tauern Trail (KTT 50)
ab 12.15	Zieleinlauf Grossglockner Trail (GGT 75)
ab 13.30	Zieleinlauf GROSSGLOCKNER ULTRA-TRAIL®
19.00 - 20.30	Sonnenuntergang auf der Rudolfshütte und Nachtfahrt Seilbahn Weissee Gletscherwelt, Betriebszeiten Sa 07.00 - 12.00, 13.00 - 17.00 und 19.00 - 20.30.
21.00	Siegerehrung alle Bewerbe, geehrt werden die 5 gesamt Schnellsten aller Bewerbe, Schaufelberg Parkplatz, Kaprun
ab 22.00	GGUT-After-Race Party

SONNTAG 29. JULI 2018

Uhrzeit	Programm
03.00 - 04.00	Empfang der letzten Finisher GGUT 110 und Abschluss GROSSGLOCKNER ULTRA-TRAIL®

KAPRUN & DIE BESTEN HOTSPOTS

ALLES RUND UM DEN GGUT



BUSPLAN

KAPRUN - KALS*
02.45 | 04.30 | 15.00
20.00

KALS - KAPRUN*
11.30 | 15.00

KAPRUN - WEISSEE**
06.00 | 14.30 | 17.30

*EUR 22 pro Fahrt
**EUR 10 pro Fahrt

Bustickets buchbar bei der Anmeldung, im GGUT-Webshop oder bei der Startnummernausgabe (limitierte Anzahl bei Startnummernausgabe)

HOTSPOTS

KAPRUN (Schaufelbergparkplatz)

Fr. 22.00 Uhr: Start Grossglockner ULTRA-TRAIL® 110
Zieleinläufe (SA): GWT 30 (10.45) // KTT 50 (11.45) // GGT 75 (12.15) // GGUT 110 (13.30)
Sa. 21.00 Uhr: Siegerehrung aller Bewerbe
Kapruner Hochgebirgsstauseen: Durchlauf aller Strecken: Sa. 09.30 - So. 02.00 Uhr

FUSCH AN DER GLOCKNERSTRASSE

Gemeindeamt Fusch: 23.15 – Sa 01.00 Uhr: Durchlauf GGUT 110

HEILIGENBLUT

Glocknerhaus / Glocknerstraße: Sa. 04.00 - 09.00 Uhr: Durchlauf GGUT 110

KALS AM GROSSGLOCKNER

Lucknerhütte & Lucknerhaus: Sa. 05.00 - 13.00 Uhr: Durchlauf GGUT 110 und GGT 75
Musikpavillon Kals: Sa 05.00 - 14.00 Uhr: **Start GGT 75 (05.00), Start KTT 50 (07.00)**
Durchlauf GGUT 110 (06.30 – 14.00)
Kalser Tauernhaus: Sa 07.30 – 16.00 Uhr: Durchlauf GGUT 110, GGT 75, KTT 50

UTTENDORF – WEISSEE

Berghotel Rudolfshütte : Sa 08.00 - 19.00: **Start GWT 30 (08.00)**, Durchlauf alle Bewerbe
Betrieb Seilbahn bis 20.30 Uhr

ZELL AM SEE - KAPRUN

HOTSPOTS & INFOS

Kaprun ist der ideale Ausgangs- und Zielpunkt für diese einzigartige Herausforderung. Bereits im vorigen Jahrhundert war unser Ort Ausgangspunkt für diverse anspruchsvolle Glocknertouren. Wir wünschen den Teilnehmer/innen für diese einzigartige Veranstaltung bleibende Eindrücke und einen unfallfreien Verlauf.

Manfred Gassner, Bürgermeister Kaprun

Der ULTRA-TRAIL in Zell am See-Kaprun ist bereits ein etabliertes Großevent in der Region und zählt zu einem der Höhepunkte im Jahreskalender. Wir freuen uns jedes Jahr mehr als 1500 Läufer und Läuferinnen aus mehr als 40 Nationen auf einer der schönsten Laufstrecken Europas begrüßen zu dürfen. Ich wünsche allen Teilnehmern viel Spaß auf der Strecke, die sich besonders durch die vielen Höhenmeter, aber auch durch die Schönheit der Region auszeichnet. Viel Erfolg!

Mag. Renate Ecker, Geschäftsführerin Zell am See-Kaprun Tourismus GmbH

Mautstelle Ferleiten
Sa, 23.45 - 02.00 Uhr
GGUT km 22

Zufahrt mit Auto bis Hotspot gratis. Weitere Auffahrt Großglockner Hochalpenstraße zum Glocknerhaus 05.00 - 21.30 Uhr (Mautpflicht, EUR 36/ Tag, Infos: www.grossglockner.at)

Gemeindeamt Fusch
an der Glocknerstraße
Sa, 23.15 – 01.00 Uhr
GGUT km 16

Start/Ziel Kaprun	Fr, 22.00 Uhr
Schaufelberg	Sa, 10.00 -
Parkplatz	So, 03.00 Uhr

Kapruner Hochgebirgsstausee
Sa, 10.00 – 24.00 Uhr
GGUT km 92, GGT km 57,
KTT km 32, GWT km 12

Auffahrt: Schrägaufzug ab Kesselfall Alpenhaus (8-17 Uhr). Vergünstigte Tickets unseres Partners Verbund Tourismus GmbH im Starter-Pack.

Großglockner Hochalpenstraße
Zell am See Kaprun
Verbund
DER KAPRUNERHOF
ALPINES LEBENSGEFÜHL
INTERSPORT BRÜNDL
KAPRUN – KITZSTEINHORN
Großglockner Zellersee
TOURIST-INFO BRUCK & FUSCH

KALS AM GROSSGLOCKNER

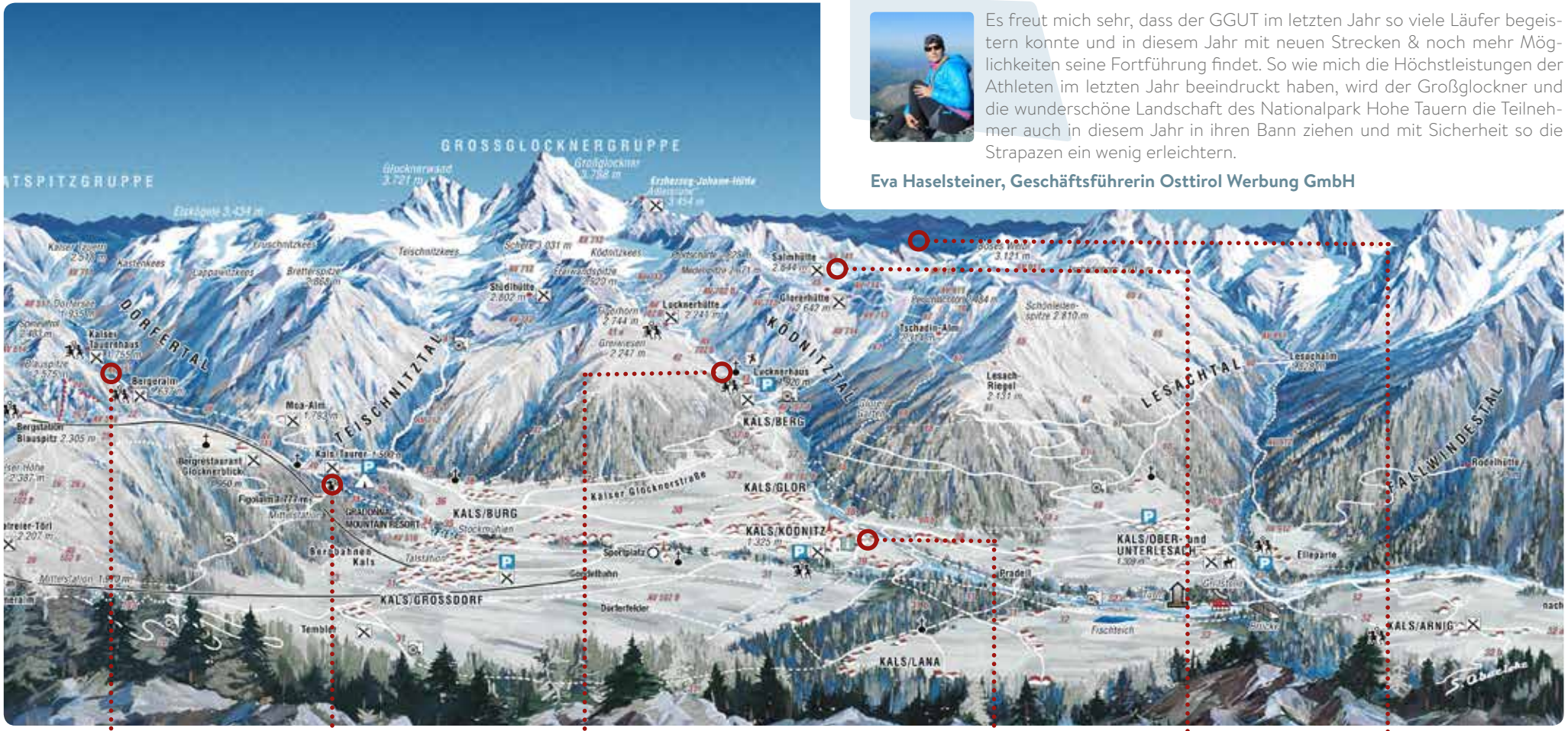
HOTSPOTS & INFOS

Der GGUT ist für Kals am Großglockner und Osttirol eine Bereicherung und das sportliche Highlight. Gemeinsam mit unseren Partnern und örtlichen Vereinen stellen wir unsere Bergkompetenz gerne zur Verfügung. Als Teilnehmer ist es für mich eine Herausforderung, aber in erster Linie eine große Freude, Teil dieses Events sein zu dürfen.

Martin Gratz, Vize-Bürgermeister von Kals am Großglockner

Es freut mich sehr, dass der GGUT im letzten Jahr so viele Läufer begeistern konnte und in diesem Jahr mit neuen Strecken & noch mehr Möglichkeiten seine Fortführung findet. So wie mich die Höchstleistungen der Athleten im letzten Jahr beeindruckt haben, wird der Großglockner und die wunderschöne Landschaft des Nationalpark Hohe Tauern die Teilnehmer auch in diesem Jahr in ihren Bann ziehen und mit Sicherheit so die Strapazen ein wenig erleichtern.

Eva Haselsteiner, Geschäftsführerin Osttirol Werbung GmbH


GROSSGLOCKNERGRUPPE
DORFERTAL
TEISCHNITZTAL
KÖDNITZTAL
LESACHTAL
FALLWINDESTAL
KALS/BERG
KALS/GLOR
KALS/BURG
KALS/KÖDNITZ
KALS/GROSSDORF
KALS/LANA
KALS/ARNIG
KALS/OBER- und UNTERLESACH
Kalser Glocknerstraße
Lucknerhütte
Lucknerhaus
Salmhütte
Glorerhütte
Studlhütte
Berger Alm
Kalser Tauernhaus
Taurerwirt
Mea-Alm
Bergrestaurant Glocknerblick
Bergbahnen Kals
Sportplatz
Tschadin-Alm
Lesach-Riegel
Lesachalm
Roeinhütte
Ellegarte
Fischteich
Pradell
Dorferfelder
Tennis
Schönleiten-spitze 2.810 m
Böses Weibl 3.121 m
Blauspitze 2.575 m
Bergstation Blauspitz 2.305 m
Figolalm 1.777 m
Stockmahlen
Talstation
Mittelstation
Glocknerwand 3.721 m
Großglockner 3.798 m
Erzherzog-Johann-Hütte
Elisabethe 3.454 m
Teischnitzkees
Kastenkees
Lapenwitzkees
Brettersp. 2.865 m
Kötschachkees
Kleinelendkees
Schober 3.031 m
Glocknerkees
Adlerruhe 3.454 m
Glocknerhaus 2.132 m
Grieswiesen 2.247 m
Eiskögele 2.744 m
Kalser Tauern 2.511 m
Kastenkees
Lapenwitzkees
Bretterspitze 2.865 m
Schober 3.031 m
Kötschachkees
Kleinelendkees
Glocknerkees
Adlerruhe 3.454 m
Glocknerhaus 2.132 m
Grieswiesen 2.247 m
Eiskögele 2.744 m
Schönleiten-spitze 2.810 m
Böses Weibl 3.121 m
Lesachalm 1.879 m
Roeinhütte 1.923 m
Ellegarte
Fischteich
Pradell
Dorferfelder
Tennis
Talstation
Mittelstation
Figolalm 1.777 m
Stockmahlen
Bergstation Blauspitz 2.305 m
Blauspitze 2.575

WEISSEE GLETSCHERWELT

HOTSPOTS & INFOS

Die Rudolfshütte in der Weißsee Gletscherwelt in Uttendorf ist ein idealer Ausgangspunkt für den Gletscherwelt Trail. Trailrunning ist hier, inmitten unserer einzigartigen Hochgebirgslandschaft, umgeben von mehreren 3.000ern, besonders naturnah, zeitgleich ist das Terrain technisch anspruchsvoll und herausfordernd. Ich wünsche allen Sportlerinnen und Sportlern ein eindrucksvolles Naturerlebnis, viel Erfolg und eine unfallfreie Teilnahme!

Hannes Lerchbaumer, Bürgermeister Gemeinde Uttendorf

Für Uttendorf mit dem Weißseegebiet auf 2.315 m, eingebettet in den Nationalpark Hohe Tauern, ist es eine Ehre eine wichtige Etappe der Veranstaltung GGUT sein zu dürfen.
Das Bewältigen der enormen körperlichen Herausforderungen in der atemberaubenden Naturkulisse mit all seinen Facetten, lassen die LäuferInnen unsere Gegend sicher nie wieder vergessen. Wir wünschen allen TeilnehmerInnen und den Veranstaltern des GGUT Erfolg und freuen uns auf ein Wiedersehen in Uttendorf-Weißsee, im Nationalpark Hohe Tauern.

Lisa Loferer BA, Geschäftsführerin Tourismusverband Uttendorf/Weißsee

Kapruner Törl (2639 m)

- Auffahrt Rudolfshütte oder Aufstieg von Enzingerboden, dann über "Austriaweg" zum Kapruner Törl (ca 3 h)
- Abstieg zur Verpflegungsstelle Kapruner Hochgebirgsstauseen möglich (+ ca 2-3 h)
- danach Abfahrt nach Kaprun (siehe Karte Kaprun)

Talstation Bergbahn Weissee Gletscherwelt

- Parkplatz und Ende Transport Shuttlebus
- Auffahrt Berghotel Rudolfshütte
- Frühstück ab 06.00 Uhr im Alpengasthof Enzingerboden, Anmeldung: alpengasthof@enzingerboden.at

Berghotel Rudolfshütte (2315 m) Sa, 08.00 - 19.00 Uhr
GGUT km 80, GGT km 43, KTT km 18, Start GWT

Auffahrt von Uttendorf Richtung Weissee Gletscherwelt/Enzingerboden bis Parkpatz. Dann Auffahrt mit Bergbahn Weissee Gletscherwelt (www.gletscherwelt-weissee.at)

- Für Starter GWT 30 gegen Vorweis der Startnummer kostenlos
- Voucher für vergünstigte Tickets beim Infopoint
- Nachtfahrt Seilbahn Rudolfshütte, Sa, 19.00 - 20.30 Uhr

KOLLEKTIONS PREVIEW SOMMER 2019

Um einen Ultra Lauf bestreiten zu können, ist die Ausstattung der Läufer das A. und O. Hierfür hat DYNAFIT Senior Product Managerin Sybille Egele zusammen mit ihrem Team eine Kollektion entworfen, die keine Wünsche übrig lässt. In einem Interview mit Sybille Egele erfahrt ihr mehr über die Glockner Ultra Kollektion, welche ab Sommer 2019 erworben werden kann.

WIE SEID IHR AUF DIE GLOCKNER ULTRA KOLLEKTION GEKOMMEN?
DYNAFIT verbindet mit dem Großglockner Ultra Trail eine langjährige Partnerschaft. Der GGUT ist einer der härtesten Ultra Trails in den Alpen und somit natürlich DER Härtetest nicht nur für die Athleten, sondern auch für die Ausrüstung. Dies hat uns dazu veranlasst, eine Kollektion zu entwerfen, die perfekt an die Bedürfnisse von Ultra Läufern angepasst ist.

FÜR WAS STEHT DIE KOLLEKTION?
Die Kollektion steht für die Kernwerte von DYNAFIT: Speed – Lightness – Technology – Endurance. Maximaler Tragekomfort, minimalistisches Design und die funktionellsten Materialien zeichnen die Kollektion aus. Das Ziel, das Set-up von Kopf bis Fuß unter 1kg zu halten, war eine zusätzliche Herausforderung und Motivation für uns als Bekleidungsentwickler. Für jede Bekleidungsschicht haben wir an den technischen Details gefeilt: Unsere GLOCKNER ULTRA GORE-TEX® SHAKEDRY™ JACKE ist eine der leichtesten und atmungsaktivsten wasserdichten Jacken auf dem Markt. Mit unserem patentierten „expandable Backpack System" zieht man die Jacke ohne stehen bleiben zu müssen einfach über den Rucksack und hält somit nicht nur den Läufer, sondern auch den Rucksack samt Inhalt bei Regen trocken.

WAS IST DEIN HIGHLIGHT IN DER KOLLEKTION?
Mein Highlight der Kollektion ist ganz klar der GLOCKNER ULTRA 2IN1 ROCK für Damen bzw. die GLOCKNER ULTRA 2IN1 SHORT für Herren. Bei der Innenhose setzen wir erstmals auf unsere neue nahtlose Konstruktionsweise S-TECH, damit wird die Reibung extrem vermindert und mit dem Materialmix in Dryarn hat die Innenhose einen hervorragenden Feuchtigkeitstransport. Der elastische Bund bietet viele Taschen für Gels oder sogar bis zu 1,5l Flüssigkeit in Softflasks, die während dem Rennen einfach zugänglich sind. Mit dem stilisierten Camouflage Look wollten wir auch ein Statement setzen, was das Design betrifft.

GLOCKNER ULTRA GORE-TEX® SHAKEDRY™ JACKET

GLOCKNER ULTRA 2IN1 SHORTS

DIE TOP LÄUFER/INNEN

1500 LÄUFER/INNEN AUS 40 NATIONEN

Kristin Berglund
GGUT 110
Salomon Running Team AUT

Juliette Blanchet
GGUT 110
Team Vibram

Sacha Devillaz
KTT 50
La Sportiva

Thomas Farbmacher
GGT 75
Salomon Running Team AUT

Gerald Fister
GGT 75
Salomon Running Team AUT

Michael Geisler
GGT 75
DYNAFIT

Scott Hawker
KTT 50
Team Vibram

Peter Kienzl
GGUT 110
DYNAFIT

Sandra Koblmüller
GGT 75
Salomon Running Team AUT

Janosch Kowalczyk
KTT 50
Adidas Terrex

Gösweiner & Amon
GGUT 110|2
Crossing Austria & DYNAFIT

Lukas Naegele
GGUT 110
ASICS Frontrunner

Hannes Namberger
GGT 75
DYNAFIT

Capell&Grinius
GGUT 110|2
Team Vibram &
The North Face

Markus Stock
KTT 50
DYNAFIT

Marjan Zupancic
GGUT 110
HokaOneSlovenia

MIT SICHERHEIT
EIN AUSSERGEWÖHNLICHES RENNEN

Der GGUT ist weder ein Marathon noch ein gewöhnlicher Trail. GGUT 110 bewegt sich zum Großteil über 2000 m, mit vielen Passagen über 2.500 m. Auch der beste Läufer kann einen Unfall haben, der mitten in der Nacht, bei Kälte und Schnee oder Regen im Gebirge passiert. Widrige Umstände können dazu führen, dass Du länger als vorgesehen auf Hilfe warten musst. Deine persönliche Sicherheit kann daher von der Qualität der Ausrüstung abhängen, die Du mitführst.

AUSRÜSTUNG

Daher: **Pflichtausrüstung ist Mindestausrüstung!** Jeder Teilnehmer muss diese seinen eigenen Bedürfnissen anpassen. Wichtig, die Ausrüstung nicht nach dem Gewicht zu wählen (möglichst leicht, um ein paar Gramm weniger zu tragen), sondern Bekleidung mitzunehmen, die im Gebirge am besten gegen Kälte, Wind und Schnee schützt und so die größte Sicherheit bietet.

WETTER & UMWELTBEDINGUNGEN

Mit Schlechtwetter und Wettereinbrüchen muss jederzeit gerechnet werden. Bitte beachten, dass der Veranstalter auf Grund der Geländesituation nur beschränkt reagieren kann. Der Veranstalter wird alle Entscheidungen nach Prüfung der Fakten, sorgfältiger Abwägung, aber im Zweifel im Sinne der Sicherheit der Teilnehmer treffen. Beachte besonders:

- **Vorbeugung gegen große Kälte und extreme Hitze (Sonnenschutz!)**
- **Halte nie an einem Punkt in großer Höhe**
- **Warte nicht bis Du zitterst, bevor Du mehr anziehst**
- **Nicht bei stärkstem Wind umziehen: Vorher umziehen oder bis zu einer geschützten Stelle gehen**

ORIENTIERUNG

Bleib auf den Wegen. Wenn Du keine Markierung mehr siehst, kehre um, bis Du wieder eine findest.

STÖCKE

Achte darauf, was Du mit Deinen Stöcken machst (vor allem im ersten Teil des Laufes, wenn die Teilnehmer noch gedrängt sind). Gib die Hände beim Bergablaufen nicht in die Schlaufen, denn dadurch kannst du dich beim Sturz nicht mit den Händen auffangen.

NICHT ÜBERSCHÄTZEN

Alle Bewerbe sind lange Bewerbe, auf die man gut vorbereitet sein muss. Insbesondere der GGUT stellt höchste Anforderungen an Kondition, Willensstärke und Erfahrung im Hochgebirge dar. Bei Zweifel bei der Anmeldung oder am Start, raten wir zunächst die kürzere Strecke zu wählen oder von einem Start Abstand zu nehmen. Laufe immer unter Deiner Leistungshöchstgrenze (besonders im ersten Teil), damit dir genug Energie bleibt, um eine eventuelle, schwierige Situation, wie etwa einen plötzlichen Wetterumschwung, bewältigen zu können.

TRINKEN UND NAHRUNG

Trinken, Nahrungs-und Energiezufuhr müssen den Witterungsverhältnissen angepasst sein und durch Zufuhr von Salz regelmäßig ergänzt werden. Achte darauf, dass das Verhältnis zwischen langsam und schnell aufgenommenem Zucker gleich bleibt.

ERMÜDUNG

Bei den Verpflegungsstellen in Kals und auf der Rudolfshütte sind Ruheplätze vorgesehen, wo du dich ausruhen oder einige Zeit schlafen kannst. Niemals allein irgendwo auf der Strecke schlafen; das ist gefährlich. Müdigkeit und fehlende Wachsamkeit können zu Unfällen führen.

Notruf – SOS:

NOTRUFNUMMER

+43 680 443 77 39

(Notrufnummer muss in ihrem Mobiltelefon gespeichert sein).

ALPINER NOTRUF
(wenn kein eigenes Netz verfügbar):

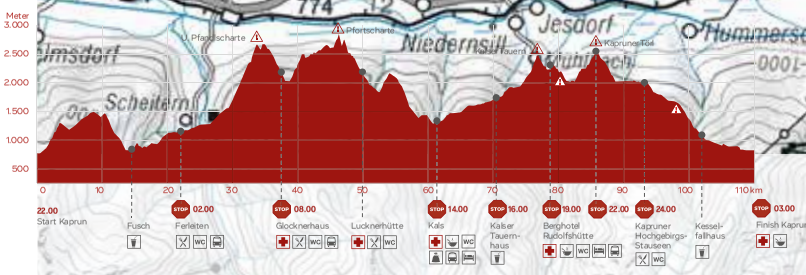
SIM Karte rausnehmen und 112 wählen.

Ein Mobiltelefon gehört zur Pflichtausrüstung: mit internationaler Gesprächsmöglichkeit, mit guten Batterien (achte darauf, dass sie sich nicht zu schnell entladen).

ACHTUNG: Ein in Schwierigkeiten befindlicher Läufer darf niemals allein gelassen werden.

STRECKENKARTE GGUT

ALLES AUF EINEN BLICK



START // ZIEL
Schaufelberg Parkplatz // Kaprun
STOP 03:00

KAPRUN - KALS:
02.45 | 04.30 | 15.00 | 20.00
KAPRUN - WEISSEE:
06.00 | 14.30 | 17.30

FUSCH
an der Glocknerstraße

KESSELFALL HAUS

TALSTATION
ENZINGERBODEN
BUS: 16.00 & 21.00
(Abandons only)

KAPRUNER
HOCHGEBIRGS-
STAUSEEN
STOP 24:00

FERLEITEN
STOP 04:00
BUS: 02.00
(Abandons only)

KAPRUNER TÖRL
STOP 22:00

START GWT 30 (8.00)
Berghotel Rudolfshütte
STOP 19:00

KALSER TAUERNHAUS
STOP 16:00

GLOCKNERHAUS
STOP 08:00
BUS: 06.00 & 08.30
(Abandons only)

SALMHÜTTE

GGT 75

LUCKNERHÜTTE

START GGT 75 (5.00)
START KTT 50 (7:00)
Kals am Großglockner
STOP 14:00
BUS: 11.30 & 15.00

Rest | Dropbag | Toilettes | Bus | Doctor | Difficult | Drinks | Supply Station | Supply Station + Warm Meal

Raiffeisen Meine Bank

Wenn's laft, dann laft's!

Sport braucht starke Partner.
Schwarz auf Gelb online nachzulesen:

raiffeisen.foerdert.tirol

GGUT LIVE

DAS ABENTEUER GGUT HAUTNAH MITERLEBEN

Das Abenteuer GGUT hautnah miterleben und mitfiebern, ob an der Strecke, zu Hause oder sonst wo. So seid ihr live dabei:

DATASPORT EVENT-APP

Mit der Datasport Event-App bist du immer gut informiert. Sei es an Wettkampftagen mit News rund um den Event und Resultaten oder unter der Woche mit unseren Interviews und Tipps und Tricks.

DATASPORT LIVE

DS Live ist der Realtime Ergebnis- und Informations-Service von Datasport im Internet, auf Mobilephones, Tablets und Computern.

DATASPORT LIVE GOLD

Es gibt keine bessere Motivation, deine Bestleistung zu bringen, als die Anfeuerungsrufe deiner Familie und Freunde. Dank DS Live Gold kannst du sicher sein, dass sie genau dann für dich da sind, wenn du sie am meisten brauchst – zum Beispiel an der für dich schwierigsten Stelle. Denn mit DS Live Gold verfolgen sie das Rennen in jeder auch noch so heißen Phase live.

DS Live Gold bietet Live Tracking auf der Karte, Statistiken, Rennprognosen und eine persönliche Wettkampfseite (Du erhältst einen Link, den du mit deinen Freunden und Supportern shearst). DS Live Gold ist bei GGUT 110 und 110 I 2 im Nenngeld enthalten, für alle anderen Bewerbe kannst Du es gegen geringes Entgelt bei Datasport buchen.

GGUT STUDIO

Mehr als 24 Stunden Live rund um den GGUT

Kommst du nicht zum GGUT kommt er zu dir nach Hause:

Mit unserem GGUT STUDIO gibt's das Original-GGUT-Gänsehaut-Feeling live on Facebook. Regelmäßige Renn-Updates, die Zieleinläufe und Top-Stories rund um Österreich's größten Trail-Event. Unter anderem wird der GGUT Sieger 2016, Trailbeard - Florian Grasel, am Track unterwegs sein und live Videos vom Rennen und den Hotspots einspielen. Werde schon jetzt Fan von GGUT auf Facebook und du verpasst nichts mehr!

www.facebook.com/GROSSGLOCKNERUT/

Moderator Joschi Peharz

GOODIES & BENEFITS

RUCKSACK, TAUERN SPA, DROP BAGS, FINISHER-MEDAILLEN

DROP-BAGS (35 L)

Drop-Bags stehen für die Teilnehmer des GGUT 110, 110 I 2, GGT 75 und KTT 50 zur Verfügung

GGUT 110: Drop-Bags werden von Kaprun nach Kals und wieder zurück gebracht: Abgabe Freitag 20.00 bis 21.30 Uhr im Startgelände. Rückgabe in Kaprun ab 18.00 Uhr beim Ziel.

GGT 75 und KTT 50: Drop-Bags werden von Kals nach Kaprun gebracht: Abgabe Samstag 04.00 – 07.00 Uhr im Startgelände Kals. Rückgabe in Kaprun ab 12.00 Uhr beim Ziel.

DYNAFIT VERTICAL 4 BACKPACK & DYNAFIT SLEEVES

Alle StarterInnen der Distanzen GGUT 110, GGUT 110|2, GGT 75, KTT 50 erhalten als Startergeschenk einen DYNAFIT VERTICAL 4 BACKPACK, StarterInnen am GWT 30 erhalten DYNAFIT SLEEVES.

BERGHOTEL RUDOLFSHÜTTE UTTENDORF-WEISSEE

Ermäßigte Tickets für die Auffahrt auf die Rudolfshütte - erhältlich am Infopoint im Start/Ziel-Bereich in Kaprun.

TAUERN SPA

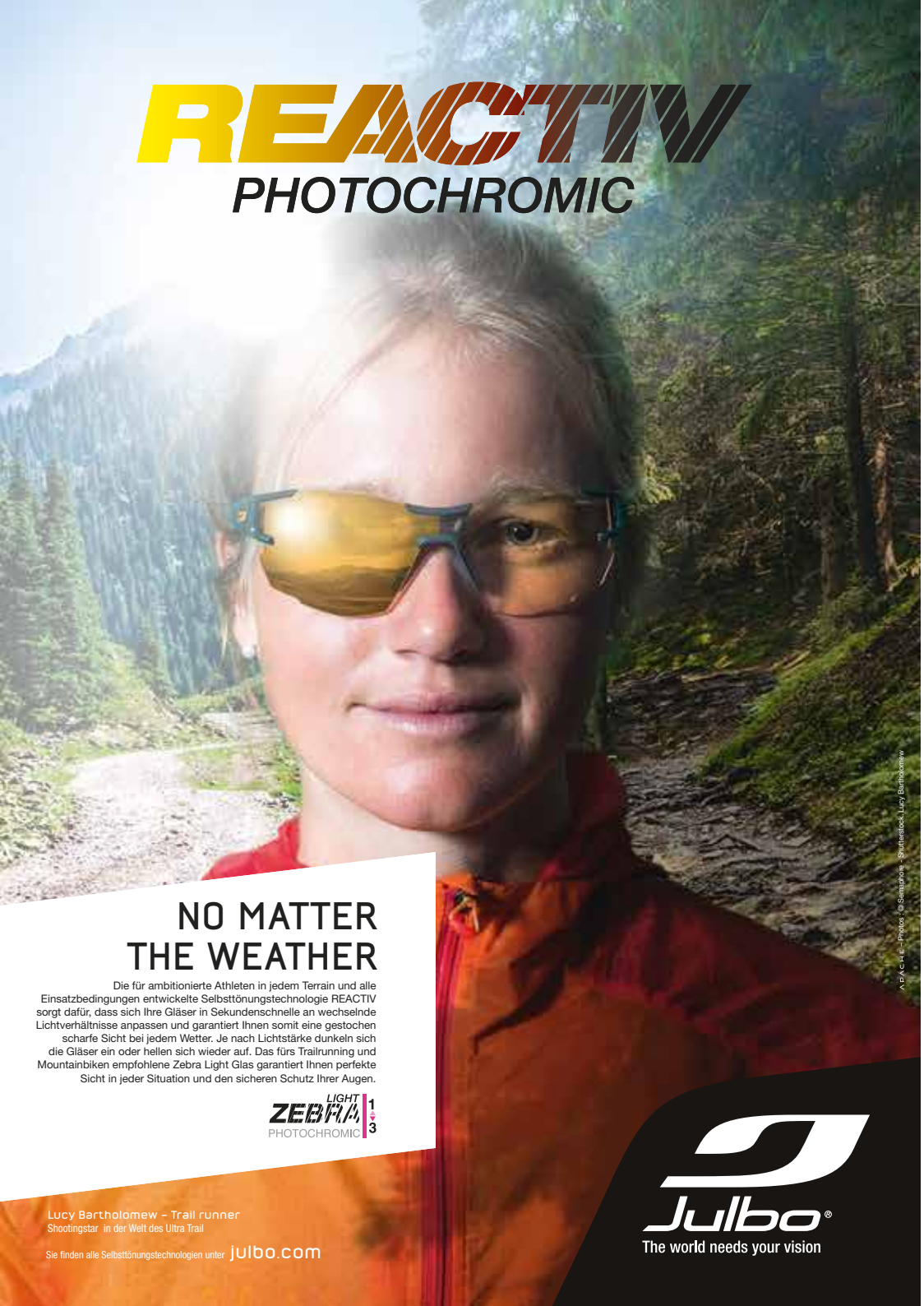
Gratiseintritt in die Therme Tauern Spa für jeden Starter

KAPRUNER HOCH-GEBIRGS-STAUSEEN

Kostenlose Auffahrt zu den Kapruner Hochgebirgs Stauseen (Voucher im Starter-Paket)

FINISHER MEDAILLEN

Zur Erinnerung an diesen besonderen Event erhält jeder Finisher eine Großglockner ULTRA-TRAIL-Medaille.



GROSSGLOCKNER ULTRA-TRAIL©

EINER DER HÄRTESTEN ULTRAS. RUND UM DEN GROSSGLOCKNER

GGUT 110 110 KM / 6.500 HM

ERLEBE DAS ABENTEUER GGUT 110 ALS 2ER STAFFEL

GGUT 110|2 60 KM / 4.500HM + 50 KM / 2.500 HM

GROSSGLOCKNER ULTRA-TRAIL®

110 km / 6500 hm
Start:
Freitag 22.00,
Schaufelberg Parkplatz, Kaprun

Ziel: Schaufelberg Parkplatz, Kaprun

GGUT 110 | 2

60 km / 4.500 hm + 50 km / 2.500 hm
Start:
Freitag 22.00,
Schaufelberg Parkplatz, Kaprun

Übergabe: Kals am Großglockner
Ziel: Schaufelberg Parkplatz, Kaprun

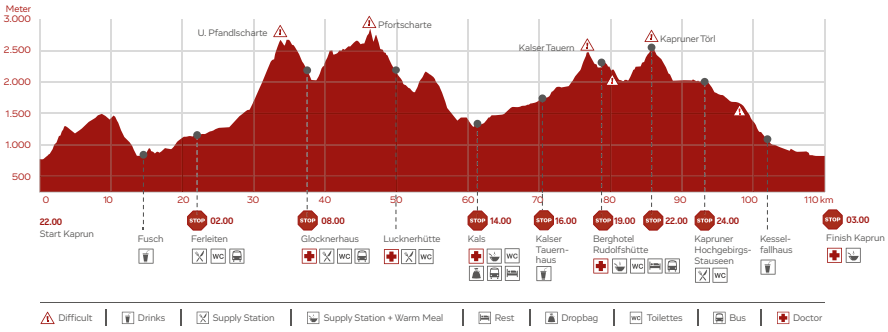
DIE SCHNELLSTEN 2017 / GGUT 110

Damen
Juliette Blanchet (FRA) 17:27.49,5

Herren
Gerald Fister (AUT) /
Klaus Gösweiner (AUT) 15:03.45,8

Der Großglockner ULTRA-TRAIL® (GGUT) führt weitgehend auf Wanderwegen der so gennannten „Glocknerrunde“ rund um Österreichs höchsten Berg, den Großglockner (3.798 m). Der GGUT ist eine extreme Laufveranstaltung, die zum Großteil in hochalpinem Gelände verläuft, mit 1 Passage über 2.800 m und 3 Passagen über 2.500 m. Es sind mindestens 2 - 4 Schneefelder zu queren, bei schlechten Bedingungen auch mehr. Über weite Teile (80 %) führt die Strecke über Trails, die technisch (teils sehr) anspruchsvoll sind. Schlechte Witterungsbedingungen (Kälte, Regen, Schnee) und die Nacht bilden zusätzliche Erschwernisse.

Die Hauptschwierigkeiten liegen im Anstieg/Abstieg zu den hohen Pässen: zur Unteren Pfandlscharte (2.663 m), im Anstieg zum Wiener Höhenweg, zur Pfortscharte (2.828 m), zum Kalser Tauern (2.518 m), Kapruner Törl (2.639 m) sowie im Abstieg von der Rudolfshütte und (teilweise) im Abstieg von den Kapruner Hochgebirgsstauseen.



GROSSGLOCKNER TRAIL

DURCH DIE SCHÖNSTEN TEILE DER GLOCKNERGRUPPE

GGT 75 75 KM / 4.000 HM (ERSTAUSTRAGUNG 2018)

GROSSGLOCKNER TRAIL

75 km / 4.000 hm

Start:
Samstag 05.00
Musikpavillon, Kals am Großglockner

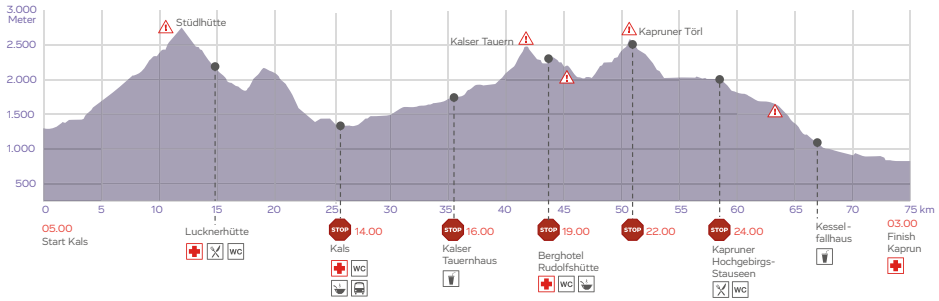
Ziel:
Schaufelberg Parkplatz, Kaprun

Erstaustragung 2018

Der Grossglockner Trail führt durch die schönsten Teile der Glocknergruppe direkt zum Großglockner: Von Kals über das Teischnitztal zur Stüdlhütte (2.801 m), über die GGUT 110-Strecke zurück nach Kals. Weiter über den 2. Teil der Strecke des Grossglockner ULTRA-TRAIL® (GGUT) weitgehend auf Wanderwegen der so gennannten „Glocknerrunde“ von Kals am Großglockner (Osttirol) nach Kaprun (Salzburg).

Der Grossglockner Trail (75 km) ist eine extreme Laufveranstaltung, zum Großteil in hochalpinem Gelände mit 1 Passage über 2.800 m und 2 Passagen über 2.500 bzw. 2.600 m. Es sind mindestens 2 Schneefelder zu queren, bei schlechten Bedingungen auch mehr. Über weite Teile (90 %) führt die Strecke über Trails, die technisch (teils sehr) anspruchsvoll sind. Schlechte Witterungsbedingungen (Kälte, Regen, Schnee) und die Nacht bilden zusätzliche Erschwernisse.

Die Trails sind durchwegs technisch schwierig. Die Hauptschwierigkeiten liegen im Anstieg/Abstieg zu den hohen Pässen: Zur Stüdlhütte (2.801 m), zum Kalser Tauern und Kapruner Törl (2.639 m) sowie im Abstieg von der Rudolfshütte sowie (teilweise) im Abstieg von den Kapuner-Hochgebirgsstauseen.



Difficult | Drinks | Supply Station | Supply Station + Warm Meal | Toilettes | Bus | Doctor

KALSER TAUERN TRAIL

DER KLASSIKER ENTLANG DES GROSSGLOCKNERS

KTT 50 50 KM / 2.000 HM

KALSER TAUERN TRAIL

50 km / 2.000 hm

Start:
Samstag 07.00
Musikpavillon, Kals am Großglockner

Ziel:
Schaufelberg Parkplatz, Kaprun

DIE SCHNELLSTEN 2017

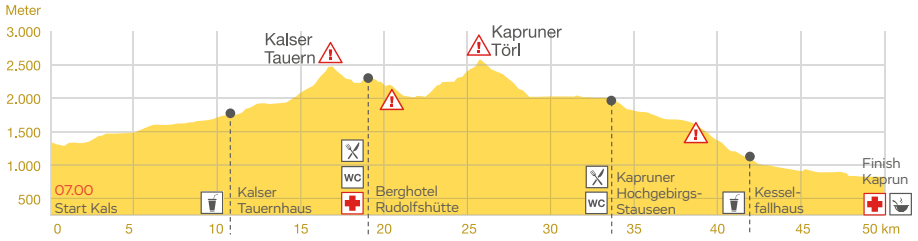
Damen:
Sandra Koblmüller (AUT) 5:37.36,3(2017)

Herren:
Markus Stock (AUT) 4:47.49,3(2017)

Der Kalser Tauern Trail (KTT 50) führt über den 2. Teil der Strecke des Grossglockner ULTRA-TRAIL® (GGUT) weitgehend auf Wanderwegen der so gennannten „Glocknerrunde“ von Kals am Großglockner (Osttirol) nach Kaprun (Salzburg). Die Strecke verläuft entlang Österreichs höchstem Berg, dem Großglockner (3.798 m) durch die einzigartige Landschaft des Nationalparks Hohe Tauern.

Auch der KTT 50 ist eine extreme Laufveranstaltung, zum Großteil in hochalpinem Gelände, mit 2 Passagen über 2.500 bzw. 2.600 m. Es sind mindestens 2 Schneefelder zu queren, bei schlechten Bedingungen auch mehr. Über weite Teile (80 %) führt die Strecke über Trails, die technisch (teils sehr) anspruchsvoll sind. Schlechte Witterungsbedingungen (Kälte, Regen, Schnee) und die Nacht bilden zusätzliche Erschwernisse.

Die Trails sind durchwegs technisch schwierig zu laufen. Die Hauptschwierigkeiten liegen im Anstieg/Abstieg zu den hohen Pässen: Zum Kalser Tauern und Kapruner Törl (2.639 m) sowie im Abstieg von der Rudolfshütte sowie (teilweise) im Abstieg von den Kapuner Hochgebirgsstauseen.



Difficult | Drinks | Supply Station | Supply Station + Warm Meal | Toilettes | Bus | Doctor

Foto: www.oskarverant.com

SÜDTIROL Vinschgau
Kulturregion in Südtirol
Val Venosta - cultura viva in Alto Adige

STILFSERJOCH
STELVIO
MARATHON

16.06.2018

www.stelviomarathon.it

Marathon:
42,195 km - 2.350 Hm

Classic/Marsch:
26 km - 2.250 Hm

Kurzdistanz:
14 km - 1.180 Hm

Reschenseelauf
Giro Lago di Resia

14.07.2018

www.reschenseelauf.it

15,3 km
mit Bambini-Lauf
und Nordic Walking

WEISSEE GLETSCHERWELT TRAIL

EINTRITTSTOR IN DIE WELT DES GGUT

GWT 30 30 KM / 1.000 HM

WEISSSEE GLETSCHERWELT TRAIL

30 km / 1.000 hm

Start
Samstag 08.00
Berghotel Rudolfshütte, Uttendorf

Ziel:
Schaufelberg Parkplatz, Kaprun

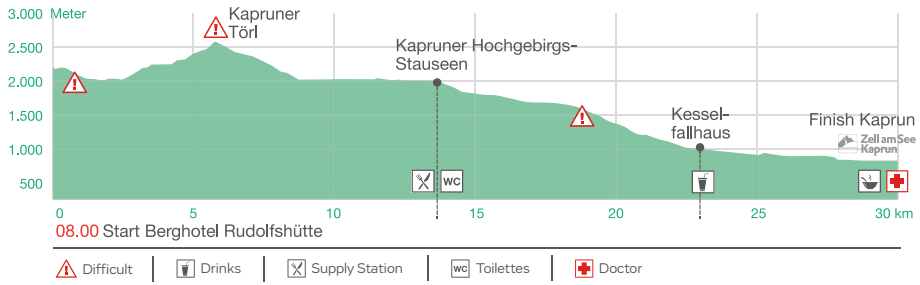
DIE SCHNELLSTEN 2017

Damen:
Johanna Erhart (AUT) 3:17.15,4

Herren:
Matthias Baur (GER) 2:56.18,7

Der Weissee Gletscherwelt Trail (GWT 30) führt über den letzten Teil der Strecke des Großglockner ULTRA-TRAIL® (GGUT). Vom Weissee kurz bergauf zur Rudolfshütte (2315 m) führt die Strecke zunächst bergab zum Stausee Tauernmoos. Von dort wieder bergab durch das Rifflkar und entlang des Rifflkees über das Kapruner Törl (2.639 m). Dann bergab und entlang vom Stausee Mooserboden, über dessen gewaltige Staumauer und dann nur noch bergab bzw. flach ins Ziel nach Kaprun.

Der GWT 30 ist eine Laufveranstaltung, die zum Großteil in hochalpinem Gelände durchgeführt wird, mit einer Passage über 2600 m. Es ist mindestens 1 Schneefeld zu queren, bei schlechten Bedingungen auch mehr. Über weite Teile (80 %) führt die Strecke über Trails, die technisch (teils sehr) anspruchsvoll sind. Schlechte Witterungsbedingungen (Kälte, Regen, Schnee) und die Nacht bilden zusätzliche Erschwernisse. Die Hauptschwierigkeiten liegen im Abstieg von der Rudolfshütte, Anstieg/Abstieg Kapruner Törl (2.639 m) und (teilweise) im Abstieg von den Kapruner Hochgebirgsstauseen.



MATERIALTIPPS
TRAILRUNNING MUST-HAVES

DYNAFIT ULTRA Pro /W
Ultra Pro Laufschuh, für Trailrunner, die nach Dämpfung, Schutz und Stabilität auf ihren 40km+ Läufen suchen.

Sprengung: 8mm
Gewicht: 320 g
UVP: € 155,-

SILVA TRAIL RUNNER 3 ULTRA

Der ultraleichte Begleiter für Ultra-Läufer, die sehr lange Strecken laufen möchten.

SILVA Intelligent Light, leichte Passform, doppelte Batteriepacks, Batteriestand-Anzeige, Sicherheitslicht inklusive und wasserdicht. Das bei max 250 lm und 65 m Licht Distanz.

UVP € 109,95

JULBO AEROSPEED

Sicht und Leistung in neuen Dimensionen
Die Aerospeed ist die perfekte Brille für passionierte Ausdauersportler, Triathleten, Radfahrer und Läufer, die auch bei hohen Geschwindigkeiten perfekte Sichtverhältnisse brauchen. Ihre riesige Scheibe aus selbsttönendem Reactiv-Glas sorgt für ein Sichtfeld im XXL-Format und ihre innovative Aerodynamik verbindet angenehme Abdeckung mit minimalem Luftwiderstand. Ein schnittiges Leichtgewicht für perfekte Sicht: Garant für Bestzeiten!

UVP: € 99,95 - € 215,95 (picture € 174,95)

ENDURO 12 BACKPACK

Leichter athletisch geschnittener 12 Liter Ultra Running Rucksack mit zahlreichen Taschen

Gewicht: 289g
UVP: € 90,-

DINAFIT Ultra Gore-Tex® SHAKEDRY™ JACKET 150 M/W

Ultraleichte, minimalistische und extrem atmungsaktive Gore-Tex® SHAKEDRY™ Alpine Running Jacke mit unserem innovativen „ZipOver" – erweiterbarem Rucksacksystem.

Gewicht: 138g
UVP: € 330,-

COMPEX SP 8.0

optimiert deine Kraft und Ausdauer und verkürzt deine Regenerationszeit bei gleichzeitiger Vorbeugung von Verletzungen und Linderung bestehender Schmerzen.

Der SP 8.0 ist der König unter den Elektrostimulationsgeräten und für täglich trainierende Athleten geschaffen. Er verfügt über die neuartige mi-Autorange Funktion, die eine kontinuierliche Verbesserung der Ergebnisse ermöglicht. Zudem können Sie über das Compex Portal Ihre Trainingsziele festlege und Diese auf Ihr Gerät übertragender SP 8.0 ist somit ein aktiven Trainingspartner.

https://at.compexstore.com/product/compex-sp-80

UVP: € 1.229

HAMMER PERPETUEM DE

Ultra Ausdauer Sportgetränk

- Wirkt präventiv gegen Muskelermüdung
- Maximiert die Fettverwertung
- Bietet zuverlässige, lang anhaltende Energie
- Schützt die Muskelmasse

UVP: € 39,95
www.hammernutrition.eu

EXPO@GGUT: MEET US THERE
DIREKT IM START-/ZIELBEREICH IN KAPRUN

ÖFFNUNGSZEITEN
FREITAG, 27. JULI 2018
09.00 - 20.00

SAMSTAG, 28. JULI 2018
10.00 - 20.00

GGUT SHIRTS, TRUCKER CAPS, STIRNBÄNDER & VIELES MEHR gibt's auf der EXPO und im brandneuen GGUT WEB-SHOP auf
www.ultratrail-shop.at

ULTRATRAIL SHIRT

ERWACHSENEN SHIRT: 24€
KINDER-SHIRT: 19€

AUSSTELLER DER GGUT-EXPO

DYNAFIT
Osttirol Dein Berg Tirol.
KAIS am Großglockner
Uttendorf The Base Weißsee
HOHE TAUERN
Zell am See Kaprun
HAMMER NUTRITION ENDURANCE FUELS
salomon
SILVA
Julbo
SUUNTO
PETZL
Compex
CAMELBAK
TRAIL RUNNING SZENE
ŁEMKOWYNA ULTRA-TRAIL
HOCHKÖNIG MAN TRAIL RUNNING
Warmini
Bjaks Trail- & Runningshop

GGUT **PARTNER & SPONSORS**

TITEL SPONSOR

DYNAFIT

Sponsors

Osttirol – Dein Berg Tirol.

Raiffeisen

Julbo

INTERSPORT BRÜNDL

SILVA

ALPINSPORT GRATZ – KALS AM GROSSGLOCKNER

SUUNTO

Event Locations and Regions

Zell am See Kaprun

KALS am Großglockner

Uttendorf – The Base Weißsee

HOHE TAUERN

Grossglockner Zellersee

Support Organisations

Bergrettungsdienst Österreich

TAUERN KRAXXLA

ÖSTERREICHISCHES ROTES KREUZ – Aus Liebe zum Menschen.

ASKÖ

SPORTUNION

Partner & Main Supplier

GLOCKNER HAUS

SPORTOGRAF.COM

LUCKNER HÜTTE

Verbund

Nationalpark Hohe Tauern

ÖSTERREICHISCHE BUNDESFORSTE

HAMMER NUTRITION – ENDURANCE FUELS

SPAR Natur pur

Compex

Partner Hotels

Das Vital Hotel am Großglockner – TaurerwirT

Berghotel Rudolfshütte 2.315 m

DER KAPRUNERHOF – ALPINES LEBENSGEFÜHL

TAUERN SPA – ZELL AM SEE · KAPRUN

Media Partner

ADVENDURE

SPORT aktiv

TestyOutdoorowe.pl

trail MAGAZIN.DE

TRAIL RUNNING SZENE

Partner, Races & Associations

ŁEMKOWYNA ULTRA-TRAIL®

ISTRIA 100 MILES OF ISTRIA ULTRATRAIL

WESTERN STATES ENDURANCE RUN

ATRA Cup

ITRA INTERNATIONAL TRAILRUNNING ASSOCIATION MEMBER

SCHNEEBERG TRAIL

UTMB QUALIFIKATIONS-LÄUFE 2018

DYNAFIT
WHAT'S YOUR
MOUNTOPIA?
Marco Buehler's Mountopia –
Mittellegigrat at Eiger
Reach your Mountopia with dynafit.com
Official Partner
GUARANTEED TO KEEP YOU DRY
GORE-TEX
Concept and Design Pascher+Heinz, Photo KME Studios – Michael Müller