



GROSSGLOCKNER ULTRA-TRAIL® POWERED BY DYNAFIT

Kals am Grossglockner | Zell am See-Kaprun



OFFIZIELLES PROGRAMM

26.-28. Juli 2019 / www.ultratrail.at



Foto: Markus Frühmann

**GROSSGLOCKNER
ULTRA-TRAIL®**
110 km | 6.500 hm

GGUT
110 | 2
60 km | 4.500 hm +
50 km | 2.000 hm

**GROSS-
GLOCKNER
TRAIL**
75 km | 4.000 hm

**KALSER
TAUERN
TRAIL**
50 km | 2.000 hm

**GLETSCHER-
WELT
TRAIL**
30 km | 1.000 hm



MORE OUTDOOR MOMENTS

SILVA
www.silva.se

HERZLICH WILLKOMMEN

BEIM GROSSGLOCKNER ULTRA-TRAIL 2019!

Wir freuen uns, euch auch 2019 wieder einen der schwierigsten und beeindruckendsten ULTRA-TRAILS der Ostalpen zu präsentieren und laden euch herzlich ein, eines der größten Abenteuer rund um den höchsten Berg Österreichs mit uns zu erleben.

Als Hauptsponsor freut sich DYNAFIT über die große Anziehungskraft des Großglockner ULTRA-TRAILS. Für DYNAFIT ist der Großglockner ULTRA-TRAIL zum wichtigsten internationalen Rennen der Saison geworden. Zum 5-jährigen Jubiläum widmen wir dem Event und euch eine eigene Ultra-Running Kollektion mit dem Namen „GLOCKNER“. Außerdem sind sämtliche Marketing-Aktivitäten, u.a. das MOUNT-TOPIA Gewinnspiel, dem GGUT gewidmet. Wir laden alle Läufer und Besucher recht herzlich ein, im Zielgelände in der von uns neu gestalteten DYNAFIT-AREA zu entspannen und sich zu erholen.

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 weiterentwickelt. Folgende Services sind neu oder ausgebaut: Live-Tracking und Live-Videos/Reportagen aus unserem „GGUT-Studio“, neue Location für den Check-in und neu gestaltete Zielarena. Mehr dazu gleich auf den Folgeseiten.

2018 haben Thomas Farbmacher und Kristin Berglund für neue Streckenrekorde gesorgt: Tom ist nach 14 Stunden und 25 Minuten über die Ziellinie gelaufen, Kristin war nach 17 Stunden und 3 Minuten zurück in Kaprun. Tom und Kristin stehen auch heuer wieder an der Startlinie, um ihre Titel zu verteidigen. Unter den mehr als 1800 Läuferinnen und Läufern aus mehr als 40 Nationen, sind auch wieder viele internationale Top-Läufer am Start, darunter Pau Capell, Jordi Gamito Baus, Anna Comet, Eva Sperger, Malene Haukoy, Sandra Kobelmüller, Scotty Hawker, Flo Reichert, Matthias Baur, Martin Halasz oder Jiri Cipa. Wer wird heuer als Erste/Erster zurück in Kaprun sein?

Allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern wünschen wir ein unvergessliches Abenteuer, ein sicheres Rennen und viele magische Momente auf den Trails um diesen wunderschönen Berg! Wir sehen uns im Juli in Kaprun, Kals am Großglockner oder Uttendorf!



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



PROGRAMM

FREITAG 26. JULI - SONNTAG 28. JULI 2019

FREITAG 26. JULI 2019

| Uhrzeit | Programm |
|--------------------------------|--|
| 10.00 - 13.00 14.30 - 20.00 | Startnummernausgabe für alle Bewerbe bei Bründl Sports, Maiskogel Parkplatz, Kaprun |
| 10.00 - 20.00 | GGUT Expo, Maiskogelbahn, Kaprun |
| 16.00 | Präsentation Top Athleten GGUT, GGT, KTT und GWT bei Start und Ziel |
| 21.40 | Race-Briefing ULTRA-TRAIL: Start und Ziel, Maiskogel Parkplatz, Kaprun; Alle Läufer sind zur Teilnahme verpflichtet! |
| 22.00 | Start GROSSGLOCKNER ULTRA-TRAIL®: Maiskogel Parkplatz, Kaprun |

SAMSTAG 27. JULI 2019

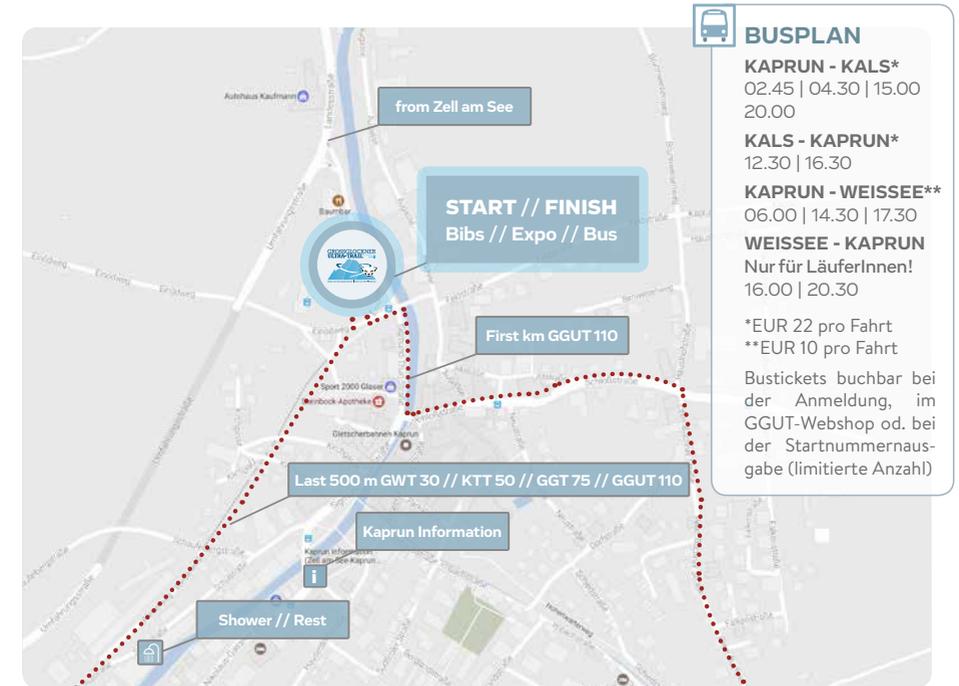
| Uhrzeit | Programm |
|---------------|---|
| 04.00 - 04.45 | Zusätzliche Startnummernausgabe GGT 75 in Kals am Großglockner |
| 05.00 | Race-Briefing GGT 75 in Kals; Alle Läufer sind zur Teilnahme verpflichtet! |
| 05.15 | Start Großglockner Trail (GGT 75) |
| 06.00 - 06.45 | Zusätzliche Startnummernausgabe KTT 50, Kals am Großglockner |
| 06.30 - 07.15 | Zusätzl. Startnummernausgabe GWT 30, Talst. Weissee Gletscherwelt, Uttendorf |
| 06.45 | Race-Briefing KTT 50 in Kals; Alle Läufer sind zur Teilnahme verpflichtet! |
| 07.00 | Start Kaiser 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 Kaiser Tauern Trail (KTT 50) |
| ab 13.00 | Zieleinlauf Großglockner Trail (GGT 75) |
| ab 13.15 | Zieleinlauf GROSSGLOCKNER ULTRA-TRAIL® |
| 19.00 - 20.00 | Sonnenuntergang auf der Rudolfshütte und Nachtfahrt Seilbahn Weissee Gletscherwelt, Betriebszeiten Sa 07.00 - 12.00, 13.00 - 17.00 und 19.00 - 20.00. |
| 21.00 | Siegerehrung alle Bewerbe, geehrt werden die 5 gesamt Schnellsten aller Bewerbe, Maiskogel Parkplatz, Kaprun |

SONNTAG 28. JULI 2019

| 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*
12.30 | 16.30

KAPRUN - WEISSEE**
06.00 | 14.30 | 17.30

WEISSEE - KAPRUN
Nur für LäuferInnen!
16.00 | 20.30

*EUR 22 pro Fahrt
**EUR 10 pro Fahrt

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

HOTSPOTS

- KAPRUN (Maiskogel Parkplatz)**
Fr. 22.00 Uhr: **Start Großglockner ULTRA-TRAIL® 110**
Zieleinläufe (SA): GWT 30 (10.45) // KTT 50 (11.45) // GGT 75 (13.00) // GGUT 110 (13.15)
Sa. 21.00 Uhr: Siegerehrung aller Bewerbe
Kapruner Hochgebirgsstauseen: Durchlauf aller Strecken: Sa. 09.30 - So. 24.00 Uhr
- FUSCH AN DER GLOCKNERSTRASSE**
Gemeindeamt Fusch: 23.15 - Sa 01.00 Uhr: Durchlauf GGUT 110
- HEILIGENBLUT**
Glocknerhaus / Glocknerstraße: Sa. 04.00 - 08.00 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 (05.15), Start KTT 50 (07.00)**
Durchlauf GGUT 110 (06.30 - 14.00)
Kaiser 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
Seilbahn-Betrieb: 07.00-12.00, 13.00-17.00, 19.00-20.00 Uhr

ZELL AM SEE - KAPRUN

HOTSPOTS & INFOS



Manfred Gassner, Bürgermeister Kaprun

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.



Mag. Renate Ecker, Tourismusdirektorin Zell am See-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 1800 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!



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.grosglockner.at)

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

Start/Ziel Kaprun
Maiskogel
Parkplatz
Fr, 22.00 Uhr
Sa, 10.00 -
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.



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.

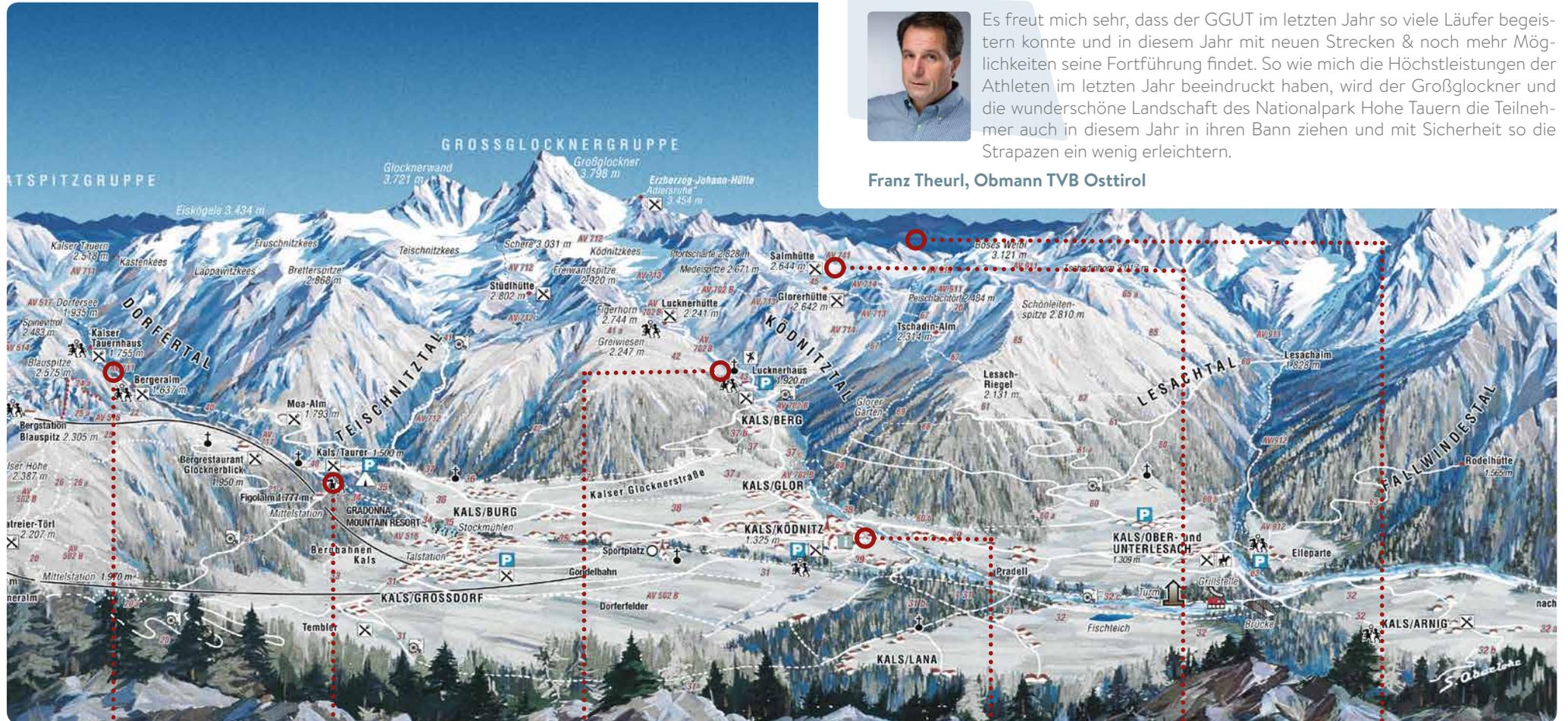


Martin Gratz, Vize-Bürgermeister von Kals am Großglockner



Franz Theurl, Obmann TVB Osttirol

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.



Berger Alm (1640 m),
Kaiser Tauernhaus (1755 m)

GGUT km 67/71,
GGT km 30/34,
KTT km 5/9

Sa, 07.30 - 16.00 Uhr

Zufahrt über Kals bis Vitalhotel
Taurerwirt, ab dort Aufstieg, ca 1 - 2 h

TIPP
Samstag ab 11.00
FRÜHSCHOPPEN
beim Kaiser
Tauernhaus

Taurerwirt
GGUT km 64
GGT km 2 u. 27
KTT km 2
Sa, 05.15 - 14.30 Uhr
Zufahrt über Kals am Großg.

Lucknerhütte & -haus (1912 m)
Sa, 05.30 - 13.00 Uhr
GGUT km 50, GGT km 13
Auffahrt über Kals, Kaiser Glocknerstraße
bis Lucknerhaus (Mautpflicht EUR 4-10),
Aufstieg Lucknerhütte ca. 30 min.

Musikpavillon Kals
Start GGUT und KTT
Übergabe GGUT 110|2
GGUT km 62
Sa, 05.00 - 14.00 Uhr

Salmhütte (2644 m)
Sa, 04.30 - 11.00 Uhr
GGUT km 45
Zufahrt über Kals bis Lucknerhaus
(Mautpflicht EUR 4-10), Aufstieg
vom Lucknerhaus 2 - 3 Stunden

Glocknerhaus (2132 m)
Sa, 04.00 - 08.00 Uhr / GGUT km 37
Auffahrt Großglockner Hochalpenstraße (www.grossglockner.at) über die Gemeinde Fusch oder
Heiligenblut 05.00 - 21.30 (Mautpflicht, Preis Pkw
EUR 36 pro Tag)



WEISSEE GLETSCHERWELT

HOTSPOTS & INFOS



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 Weisssee Gletscherwelt

- Parkplatz und Ende Transport Shuttlebus
- Auffahrt Berghotel Rudolfshütte ab 06.30 Uhr
- Frühstück ab 06.00 Uhr im Alpengasthof Enzingerboden, Anmeldung: alpengasthof@enzingerboden.at
- Frühstück Rudolfshütte ab 06.30 (€ 10,-)

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 Lerchbauer, 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.

Sabine Lerchbauer, Geschäftsführerin Tourismusverband Uttendorf/Weißsee

Uttendorf
The Base
Weißsee

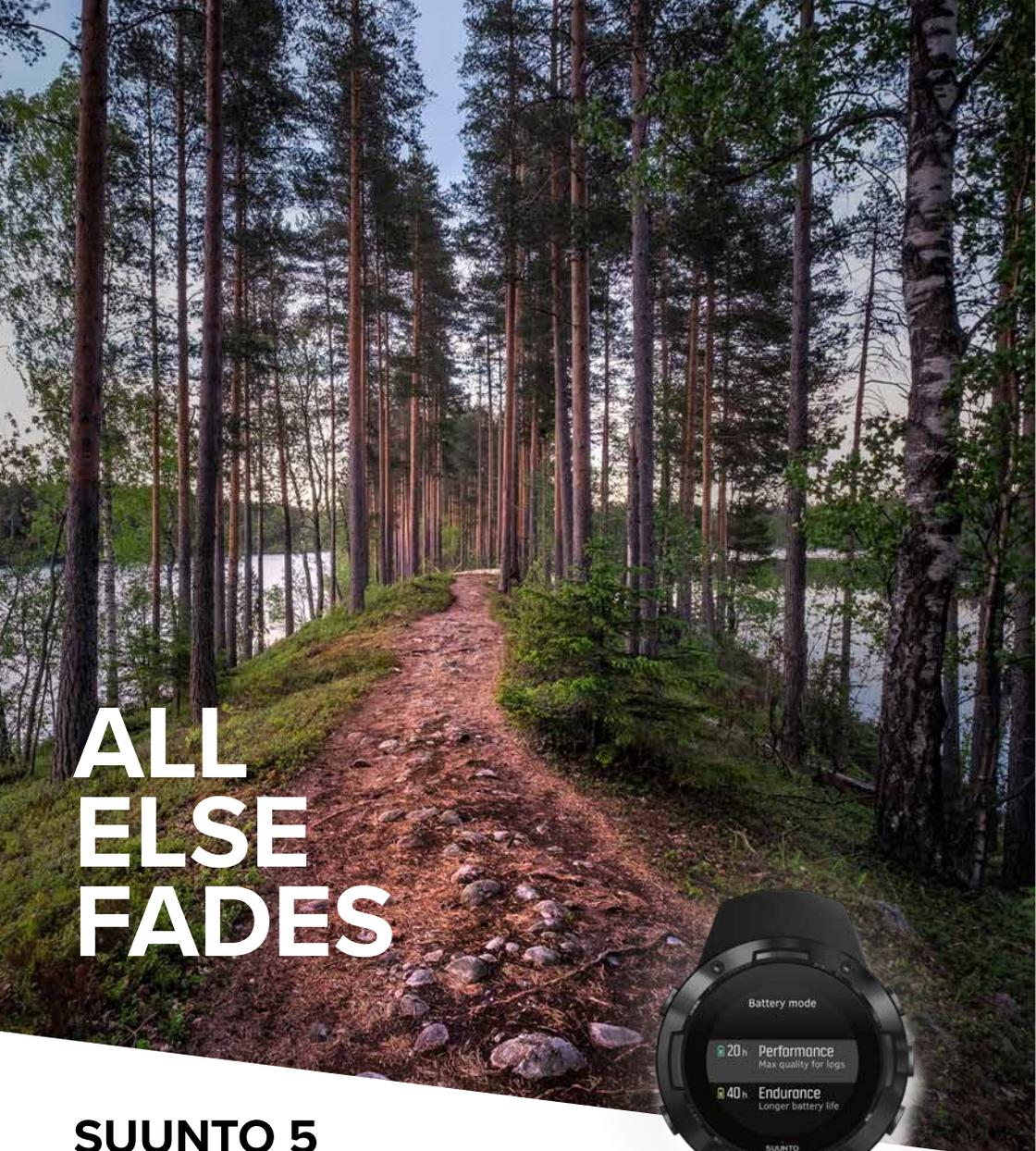
HOHE
TAUERN

Berghotel
Rudolfshütte
2.315 m

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 Weisssee Gletscherwelt/Enzingerboden bis Parkplatz. Dann Auffahrt mit Bergbahn Weisssee Gletscherwelt (www.gletscherwelt-weisssee.at)

- Für Starter GWT 30 gegen Vorweis der Startnummer kostenlos
- Wertgutschein € 5 für Auffahrt Seilbahn im Starter-Pack
- Nachtfahrt Seilbahn Rudolfshütte, Sa, 19.00 - 20.00 Uhr



ALL ELSE FADES

SUUNTO 5

Ein Schritt, ein Zug, eine Revolution, nochmal. Die Welt um dich herum verschwimmt. Suunto 5 wurde für diese Momente geschaffen. Sie wurde designed um mit dir zu perfomen. So lange du sie brauchst. Eine kompakte GPS Sport Uhr mit großartiger Batterielaufzeit.



suunto.com

DIE TOP LÄUFER/INNEN

2.000 LÄUFER/INNEN AUS 40 NATIONEN



Kristin Berglund

GGUT 110

Salomon Running Team AUT



Eva Sperger

GGUT 110

Team Gore Wear



Malene Haukoy

GGUT 110

DYNAFIT



Thomas Farbmacher

GGT 110

Salomon Running Team AUT



Florian Grasel

GGUT 110

Boa Running Team



Pau Gil Capell

GGT 75

The North Face



Jordi Gamito Baus

GGT 75

Compressport



Markus Stock

GGT 75

DYNAFIT



Martin Halasz

GGT 75

Slovak Ultra Trail



Anna Comet

KTT 50

DYNAFIT



Scotty Hawker

KTT 50

Team Vibram



Jiri Cipa

KTT 50

Salomon / Suunto



Flo Reichert

KTT 50

Salomon



Matthias Baur

GWT 30

Salomon



Sandra Koblmüller

GWT 30

Salomon

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 aufhängen.

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.

Fuel Right. Feel Great!®

Real endurance fuel—not candy since 1987

- Ohne Einfachzucker
- Ohne Künstliche Zusätze
- + Dafür sehr gut verträglich



hammernutrition.at



TRINKEN UND NAHRUNG

Trinken, Nahrungs- und Energiezufuhr müssen den Witterungsverhältnissen angepasst sein und durch Zufuhr von Salz regelmäßig ergänzt werden.

TIPP!
Teste die Hammer-Produkte vor dem Rennen auf der GGUT-Expo oder vorher ordern unter hammernutrition.at.

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.

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 Wettkampfsseite (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. Regelmäßige Renn-Updates, die Zieleinläufe und Top-Stories rund um Österreich's größten Trail-Event. 2 Kamerateams und die Top Läufer Philipp Reiter und Michael Geisler werden am Track unterwegs sein und live Videos vom Rennen und den Hots-pots einspielen. Werde schon jetzt Fan von GGUT auf Facebook und du verpasst nichts mehr!



[www.facebook.com/
GROSSGLOCKNERUT/](https://www.facebook.com/GROSSGLOCKNERUT/)



Moderator Joschi Peharz

LEKI



MICRO TRAIL PRO

100% Carbon | Packmaß: 37 cm [120 cm] | Gewicht: 195 g [120 cm] | Längen: 110 - 135 cm

Klein, leicht, einfaches und schnelles Handling: das erwarten Trail Runner von ihrem ultimativen Trail Running Stock. Genau das hat der Micro Trail Pro mit seinem einzigartigen Trigger Shark 2.0 Griff zum schnellen Ein- und Ausklicken zu bieten. Neben dem neuen Design im typischen LEKI Rot und Gelb hat der Top-Faltstock auch die neue Trigger Shark Schlaufe aus Mesh-Material erhalten, die sich durch eine breite Auflage und höchste Atmungsaktivität auszeichnet.

WWW.LEKI.COM

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 Maiskogelbahn, Kaprun. Rückgabe in Kaprun ab 18.00 Uhr Maiskogelbahn, Kaprun.

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, Maiskogelbahn, Kaprun.



DYNAFIT VERTICAL 4 BACKPACK & DYNAFIT NECK GAITER

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 ein DYNAFIT NECK GAITER.



BERGHOTEL RUDOLFSHÜTTE UTTENDORF-WEISSEE

Kostenlose Auffahrt für alle Läufer mit der Startnummer. € 5,- Wertgutschein für Seilbahn Weissee für Bergleiter im Starter-Paket.



TAUERN SPA

50%-Ermäßigung auf 1 Eintritt in die Therme TAUERN SPA für jeden Starter (Sa oder So).



KAPRUNER HOCHGEBIRGS-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.

bezwinge den
höchsten Berg
Österreichs

25. Glocknerkönig Sonntag, 7. Juni 2020

bis zu ▶ 1.814 Höhenmeter ▶ 28,9 km Streckenlänge ▶ 15% Steigerung



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,
Maiskogel Parkplatz, Kaprun

Ziel: Maiskogel Parkplatz, Kaprun

GGUT 110 | 2

60 km / 4.500 hm + 50 km / 2.500 hm

Start:

Freitag 22.00,
Maiskogel Parkplatz, Kaprun

Übergabe: Kals am Großglockner
Ziel: Maiskogel Parkplatz, Kaprun

DIE SCHNELLSTEN / GGUT

Damen:

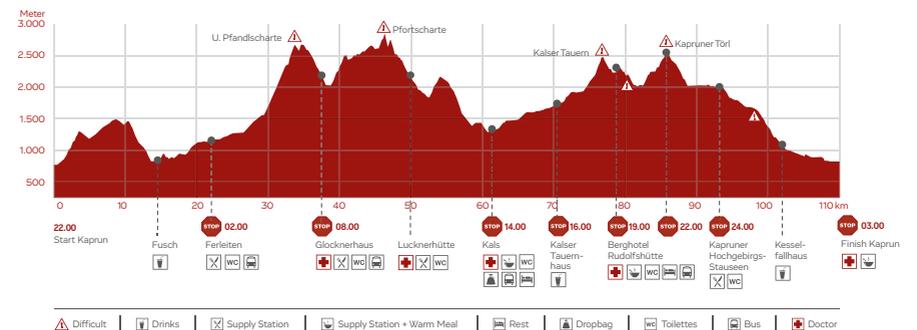
Kristin Berglund (SWE) 17:03.15,0

Herren:

Thomas Farbmacher (AUT) 14:25.41,6

Der Großglockner ULTRA-TRAIL® (GGUT) führt weitgehend auf Wanderwegen der sogenannten „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 Pfandscharte (2.663 m), im Anstieg zum Wiener Höhenweg, zur Pfortscharte (2.828 m), zum Kaiser 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

GROSSGLOCKNER TRAIL

75 km / 4.000 hm

Start:

Samstag 05.15

Musikpavillon, Kals am Großglockner

Ziel:

Maiskogel Parkplatz, Kaprun

DIE SCHNELLSTEN

Damen:

Meryl Cooper (UAE) 11:07.27,9

Herren:

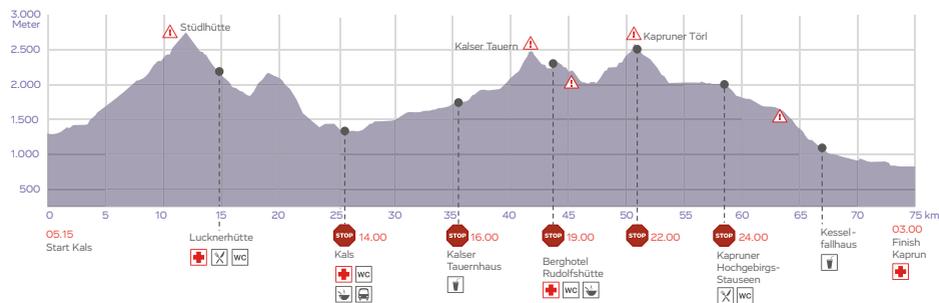
Hannes Namberger (GER) 8:01.38,0

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

genannten „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 Kapruner 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:

Maiskogel Parkplatz, Kaprun

DIE SCHNELLSTEN

Damen:

Iren Tiricz (HUN) 5:35.59,2

Herren:

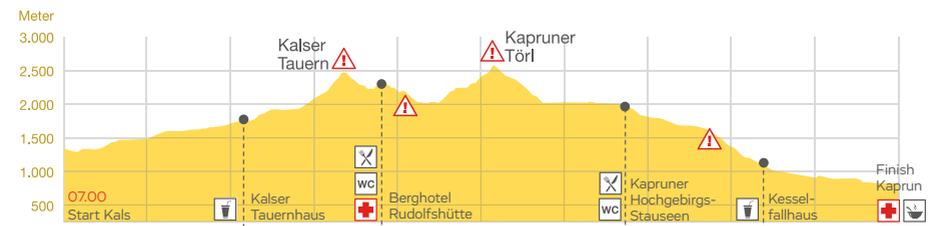
Flo Reichert (GER) 4:37.13,8

Der Kalser Tauern Trail (KTT 50) führt über den 2. Teil der Strecke des Großglockner ULTRA-TRAIL® (GGUT) weitgehend auf Wanderwegen der so genannten „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 Kapruner Hochgebirgsstauseen.



⚠ Difficult | 🍷 Drinks | 🏠 Supply Station | 🍲 Supply Station + Warm Meal | 🚽 Toilettes | 🚌 Bus | 🏥 Doctor

EXTREME PERFORMANCE



AERO SEGMENT SEHEN UND GESEHEN WERDEN

Segment steht für die Kombination aus leichten, ergonomischen Aero-, Aerolite- und Aerospeed-Fassungen mit einer neuen REACTIV® Scheibe in sehr breitem Selbsttönungsspektrum von Schutzkategorie 0 bis 3. Alle Modelle bieten perfekte Sicht sowohl bei sehr geringer Lichtintensität als auch bei praller Sonne sowie sicheren Halt und hohen Tragekomfort. Perfekt für Läufer, Triathleten und Radfahrer die das Maximum erreichen wollen.



WEISSEE GLETSCHERWELT TRAIL

EINTRITTSTOR IN DIE WELT DES GGUT

GWT 30 30 KM / 1.000 HM

WEISSEE GLETSCHERWELT TRAIL

30 km / 1.000 hm

Start:

Samstag 08.00

Berghotel Rudolfshütte, Uttendorf

Ziel:

Maiskogel Parkplatz, Kaprun

DIE SCHNELLSTEN

Damen:

Johanna Erhart (AUT) 3:17.15,4

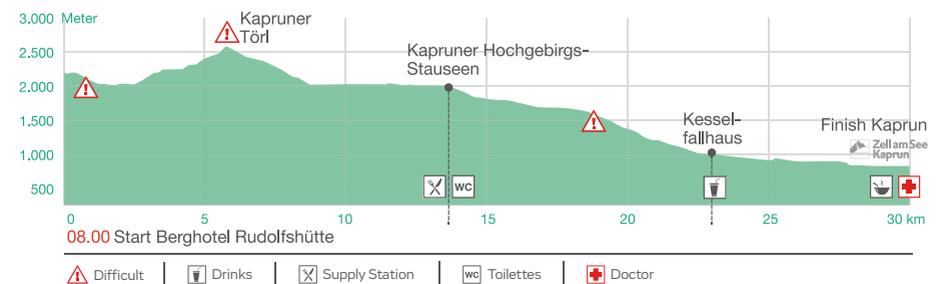
Herren:

Christian Kreidl (AUT) ex aequo Gerhard Schneider (SUI) 2:49.27,1

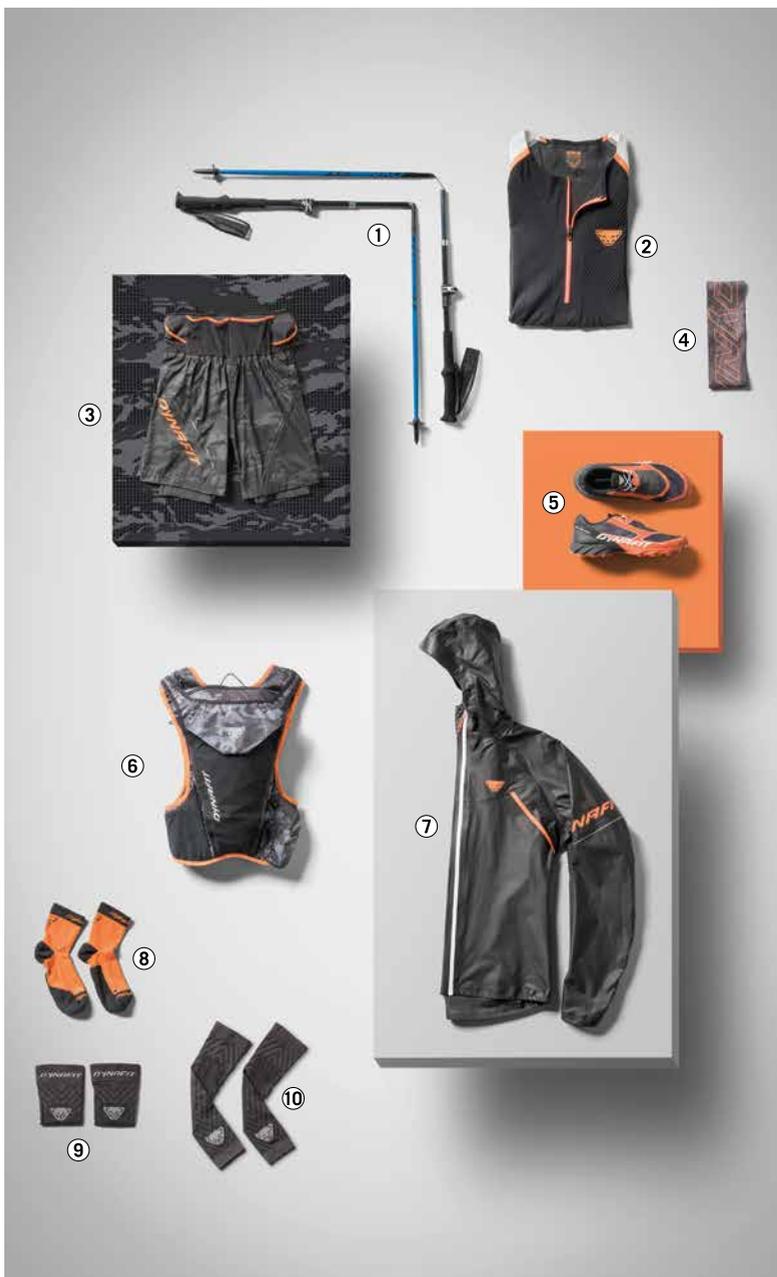
Der Weisse Gletscherwelt Trail (GWT 30) führt über den letzten Teil der Strecke des Großglockner ULTRA-TRAIL® (GGUT). Vom Weissee kurz bergauf zur Rudolfshütte (2315 m) führt die Strecke zunächst

bergab zum Stausee Tauernmoos. Von dort wieder bergab durch das Riffkar und entlang des Riffkees über das Kapruner Törl (2.639 m). Dann bergab und entlang vom Stausee Mooserboden, über dessen gewaltige Stauauer 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.



- ① **ULTRA PRO POLE** 165,-€
- ② **GLOCKNER ULTRA S-TECH S/S TEE M** 100,-€
- ③ **GLOCKNER ULTRA 2IN1 SHORTS M** 120,-€
- ④ **PERFORMANCE DRY HEAD-BAND 2.0** 20,-€
- ⑤ **FELINE UP PRO** 180,-€
- ⑥ **ULTRA PRO 15 BACKPACK** 130,-€
- ⑦ **GLOCKNER ULTRA GTX SHAKE-DRY JKT M** 330,-€
- ⑧ **ULTRA CUSHION SOCKS** 18,-€
- ⑨ **ULTRA KNEE-GUARD** 25,-€
- ⑩ **ULTRA ARM GUARD** 30,-€



- ① **ULTRA PRO POLE** 165,- €
- ② **REACT CAMOUFLAGE BRA W** 60,- €
- ③ **GLOCKNER ULTRA 2IN1 SKIRT W** 120,- €
- ④ **PRIMALOFT NECK GAITER** 20,- €
- ⑤ **ULTRA PRO W** 155,- €
- ⑥ **ULTRA 15 BACKPACK** 110,- €
- ⑦ **GLOCKNER ULTRA GTX SHAKEDRY JACKET W** 330,- €
- ⑧ **ALPINE SHORT SOCKS** 15,- €
- ⑨ **ULTRA KNEE-GUARD** 25,- €
- ⑩ **ULTRA ARM GUARD** 30,- €



VERGABERECHT NEU DENKEN

SCHIEFER

VERGABE · RECHT · ANWÄLTE

schiefer.at



ULTRATRAIL-SHOP.AT

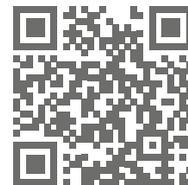
DIREKT IM START-/ZIELBEREICH IN KAPRUN

EXPO-ÖFFNUNGSZEITEN
FREITAG, 26. JULI 2019
10.00 - 20.00

Das brandneue DYNAFIT GLOCKNER OUTFIT sowie tolle GGUT Merchandise - Produkte und ausgewählte Specials aus der aktuellen DYNAFIT-Kollektion gibt's auf der GGUT EXPO und im GGUT-Webshop auf

WWW.ULTRATRAIL-SHOP.AT

**AM BESTEN GLEICH ZU-
SCHLAGEN &
SCHNÄPPCHEN SICHERN!**



**SHOPPEN
& SPAREN!**
Mit dem Gutscheincode:
GGUT2019 bekommst du
**20% auf die
DYNAFIT Stöcke.**
Solange der Vorrat reicht.

GGUT SCHLÜSSELANHÄNGER

AUS SILIKON: 3,50 €



GGUT KAPPE

KLASSISCHES TRUCKER CAP
MIT FLACHER KREMPE: 25,- €

GGUT STIRNBAND

LEICHTES STIRNBAND
IM LÄSSIGEN DESIGN: 18,- €



ULTRA PRO POLE

DER ULTRA PRO SOMMERSTOCK IST EIN LEICHTER **100% CARBON RUNNING STOCK**, WELCHER PER PUSH-BUTTON-KNOPFDRECK IN SEKUNDENSCHNELLE AUF EIN MINIMALES PACKMASS ZUSAMMENGEFALTET WERDEN KANN. DER STOCK IST IN DER HÖHE VON **115 BIS 135 CM VERSTELLBAR**.
NORMALPREIS: 165,- €

**MIT GUTSCHEINCODE JETZT
NUR 132,- EURO!!!**



GGUT PARTNER & SPONSORS

IMPRESSUM:

Der offizielle Event-Guide des Großglockner ULTRA-TRAIL®

Herausgeber: RACE Resch Alpine Competition Events, Sierningstraße 2a, 2734 Puchberg.

Layout: Barbara Meißl Druck: druck.at, 2544 Leobersdorf

TITEL SPONSOR



Sponsors



Event Locations and Regions

Support Organisations



Partner & Main Supplier

Partner Hotels



Media Partner

Partner, Races & Associations





DYNAFIT

**LIMIT.
LESS.**

**YOUR
DYNAFIT
OUTFIT**

< 1KG

#SPEEDUP

