



Trekking de Stubai

Tirol austriaco. Alpes

muntania 
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

1	Presentación.....	1
2	El destino	2
3	Datos básicos.....	2
3.1	Nivel físico requerido para este viaje	2
4	Programa	3
4.1	Programa resumen	3
4.2	Programa detallado	3
5	Precio. Incluye/No incluye.....	6
5.1	Incluye	6
5.2	No incluye.....	6
6	Más información	6
7	Puntos fuertes	9
8	Otros viajes similares.....	9
9	Contacto	9

1 Presentación

Los **Alpes de Stubai**, en el Tirol austríaco, son un territorio de alta montaña marcado por una orografía potente y variada: valles glaciares profundos, crestas afiladas y cumbres que superan los 3.500 metros configuran un paisaje alpino de gran carácter. La presencia de glaciares activos y pasos de altura aporta un ambiente claramente alpino, donde el relieve modelado por el hielo y el agua crea un terreno diverso y espectacular.

Te presentamos el trekking de Stubai también conocido como el “Stubai Höhenweg”. Descubre este entorno caminando entre glaciares, picos nevados y praderas alpinas que cambian con la luz del día. Durante la travesía en montaña nos alojaremos en refugios de montaña con vistas panorámicas sobre los valles y las altas cumbres que nos rodean.

Volaremos a **Múnich** y desde ahí haremos el traslado por carretera hasta el valle de **Innsbruck** ya en territorio austriaco. Al día siguiente iniciaremos el trekking de Stubai que tiene una duración de 6 jornadas.

Una vez finalizado el trekking, pasaremos unas horas visitando **Innsbruck** antes de regresar a **Múnich** donde pasaremos la última noche.

2 El destino

El **valle de Stubai**, en el **corazón del Tirol**, es uno de los grandes territorios alpinos de Austria. Situado al suroeste de Innsbruck, se adentra en los Alpes de Stubai, un macizo de los Alpes Centrales Orientales dominado por cumbres que superan los 3.500 metros, como el Zuckerhütl. Su geografía está marcada por profundos valles glaciares, crestas afiladas y circos de alta montaña modelados por el hielo durante milenios. En la cabecera del valle se encuentra el Stubai Gletscher, el mayor dominio glaciar de Austria, testimonio vivo del pasado y presente glaciar de la región.

La flora del Stubai varía con la altitud: en las cotas más bajas predominan bosques de abetos, alerces y pinos cembros, mientras que por encima del límite forestal se extienden praderas alpinas que en verano se cubren de flores como gencianas y edelweiss. En las zonas más elevadas, la vegetación se adapta a condiciones extremas, colonizando morrenas y terrenos rocosos. La fauna es igualmente característica del ecosistema alpino: marmotas, rebecos y águilas reales forman parte habitual del paisaje, junto a una rica diversidad de aves y pequeños mamíferos de montaña.

Históricamente, el valle estuvo ligado a la **agricultura de montaña** y a la **metalurgia**, especialmente la forja, que dio fama a la **"Stubai Stahl"** (acero de **Stubai**). Las aldeas mantienen aún una fuerte identidad tirolesa, visible en la arquitectura tradicional, las iglesias barrocas y las celebraciones locales. Las costumbres alpinas, la gastronomía contundente y la hospitalidad en refugios y granjas reflejan una cultura arraigada al ritmo de las estaciones y a la vida en la montaña.

3 Datos básicos

Destino: Stubai, Tirol austriaco.

Actividad: Trekking.

Nivel: B+.

Duración: 8 días.

Época: De julio a septiembre.

Grupo mínimo-máximo: 5-12 personas.

3.1 Nivel físico requerido para este viaje

Nivel físico requerido	
A	Forma física normal, con hábito de caminar No se precisa experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 600 m
A+	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 700 m
B	Forma física buena, con hábito de hacer deportes aeróbicos Aconsejable experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.000 m
B+	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.200 m
C	Forma física muy buena Imprescindible experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.500 m

Algunas aclaraciones del nivel físico requerido

El **nivel físico exigido lo marca** el desnivel máximo acumulado a lo largo de una jornada.

El nivel físico exigido no lo marca la etapa con mayor desnivel, lo marca el promedio medio de todas las jornadas que componen la actividad.

El **tipo de terreno** varía entre terreno relativamente cómodo y sin dificultades, terreno irregular, fuera de camino y terrenos con mayor inclinación. En el caso de que haya algún tramo donde se tenga que usar las manos para superar algún obstáculo o se camine por caminos aéreos se indicará en el programa.

El **ritmo de progresión** se hace más constante y con descansos más cortos a medida que pasamos del nivel A al nivel C. En ningún caso, es necesario ir corriendo para realizar cualquier actividad en ninguno de los niveles.

4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (objetivo de la jornada, kilómetros y desniveles) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes de cada jornada.

4.1 Programa resumen

Día 1. Viaje a **Múnich**. Traslado privado a **Innsbruck**.

Día 2. Traslado al inicio del trekking. **Neder** (950 m)-**Innsbrucker Hütte** (2.369 m).

Distancia 11 km Desnivel + 1.400 m Desnivel - 0 m

Día 3. **Innsbrucker Hütte** (2.369 m) – **Bremer Hütte** (2.411 m)- **Nürnberger Hütte** (2.297 m).

que nos dará acceso al valle de orientación norte llamado **Langental** y donde se encuentra el **Nürnberger Hütte**.

Distancia 17 km Desnivel + 1.350 m Desnivel – 1.240 m

Día 4. **Nürnberger Hütte** (2.297 m) – **Sulzenauhütte** (2.1912 m) - **Dresdner Hütte** (2.308 m).

Distancia 9,5 km Desnivel + 910 m Desnivel – 900 m

Día 5. **Dresdner Hütte** (2.308 m)- **Neue Regensburger Hütte** (2.286 m).

Distancia 13 km Desnivel + 1.000 m Desnivel – 1.020 m

Día 6. **Neue Regensburger Hütte** (2.286 m) - **Franz-Senn-Hütte** (2.147 m).

Distancia 9 km Desnivel + 500 m Desnivel – 640 m (+150 m para alcanzar el Basslerjoch).

Día 7. **Franz-Senn-Hütte** (2.147 m) -**Seduck**. Traslado al hotel junto al aeropuerto de Múnich.

Distancia 8 km Desnivel + 20 m Desnivel – 750 m

Día 8. Traslado al aeropuerto y vuelo de regreso.

4.2 Programa detallado

Día 1. Viaje a **Múnich**. Traslado privado a **Innsbruck**.

Tras el aterrizar haremos el traslado a Innsbruck. Una vez en el alojamiento, el guía dará una explicación del trekking y resolverá las dudas de los participantes.

Día 2. Traslado al inicio del trekking. **Neder** (950 m)-**Innsbrucker Hütte** (2.369 m).

Muy cerca de Innsbruck se encuentra la población alpina de **Neder** desde donde parte el valle de Pinnistar que será el que seguiremos durante toda la jornada y que es uno de los accesos más populares para adentrarnos en el valle de Stubaital.

Desde la población alpina de **Neder** (950m) iniciaremos camino siguiendo el valle de Pinnistar y recorreremos junto al río toda su extensión hasta su cabecera donde se encuentre el refugio. Todo el itinerario es en ascenso, buena parte de este con una pendiente moderada y ya cerca del refugio, tendremos que afrontar mayores pendientes.

Desde el refugio, las vistas sobre el valle de Pinnistar son soberbias.

Distancia 11 km Desnivel + 1.400 m Desnivel - 0 m

Día 3. **Innsbrucker Hütte** (2.369 m) – **Bremer Hütte** (2.411 m)– **Nürnberger Hütte** (2.297 m).

En la jornada de hoy afrontaremos una etapa rompepiernas donde el perfil de esta es accidentado y donde tendremos que remontar como collado principal el Simmingjöchl de 2.764 m.

Partiremos del refugio **Innsbrucker Hütte** siguiendo un sendero que a media ladera recorre el valle de Gsch. Durante esta primera parte podremos alcanzar la cumbre del **Pramarnspitze** (2.511 m) sin desvió de nuestra ruta. Seguiremos camino encontrando el bonito lago de montaña lauterersee poco antes de alcanzar el Bremer Hütte.

Desde el refugio **Bremer Hütte** remontaremos el **collado Simmingjöchl** de 2.764 m que nos dará acceso al valle de orientación norte llamado **Langental** y donde se encuentra el Nürnberger Hütte.

Distancia 17 km Desnivel + 1.350 m Desnivel – 1.240 m

Día 4. **Nürnberger Hütte** (2.297 m) – **Sulzenauhütte** (2.1912 m) - **Dresdner Hütte** (2.308 m).

En esta etapa, seguiremos rumbo oeste atravesando dos collados principales que son el Niedert (2.680 m) y el Peijoch (2.672 m). A lo largo del camino iremos acompañados de glaciares que desde la cabecera de los valles que atravesaremos descienden por las laderas norte.

Saldremos del refugio en claro ascenso para superar el primer collado de la jornada, nos referiremos al Niedert (2.680 m). Luego bajaremos al ibón de montaña de Gränausee y tendremos una estupenda visión del glaciar Wilder-Freiger-Fermer. Seguiremos perdiendo altura hasta Sulzenauhütte.

Desde **Sulzenauhütte**, acometeremos el ascenso al collado Peijoch (2.672 m) alcanzando previamente el Sulzenausee que es otro bonito lago de montaña. La enorme extensión del **glaciar Fernerstube** y **Sulzenauferner** será un regalo para nuestros ojos.

Desde el collado Peijoch afrontaremos el último descenso hasta alcanzar el refugio que se encuentra **Stubai Gletscher** (Glaciar de Stubai), una de las estaciones de esquí alpino más espectaculares de los Alpes austriacos.

Distancia 9,5 km Desnivel + 910 m Desnivel – 900 m

Opción alpina: una interesante variante de esta etapa consiste en recorrer la cresta del pico Grosse Trogler, situado a la derecha del collado Peijoch. Esta opción dependerá de las condiciones climáticas y del grupo.

Día 5. **Dresdner Hütte** (2.308 m)- **Neue Regensburger Hütte** (2.286 m).

Dresdner Hütte se encuentra en la cabecera del **valle de Mutterbergtal** y donde está la población de **Neder**, lugar donde empezó nuestra aventura.

Tras dos jornadas en clara dirección oeste, cambiaremos nuestro rumbo al noreste para recorrer por la parte alta del valle de Mutterbergtal a través de un camino con impresionantes vistas al sur y suroeste de las grandes masas que hielo que forman el **macizo de Stubai**.

Como punto culminante de la etapa, tendremos que atravesar el **Grabagrubennieder** (2.881 m) que dará paso al valle alpino donde se encuentra el Neue Regensburger Hütte. En esta última parte nos acompañarán los **glaciares Grabawandferner y Hochmoosferner**.

Distancia 13 km Desnivel + 1.000 m Desnivel –1.020 m

Día 6. **Neue Regensburger Hütte** (2.286 m) - **Franz-Senn-Hütte** (2.147 m).

La compleja orografía **de Stubai** marca la orientación de los caminos que seguimos. Hoy cambiaremos nuestro rumbo al norte para cambiar de valle dejando atrás el **valle de Mutterbergtal** y alcanzando el valle de Oberbergtal donde discurre el río Oberbergbach. Únicamente tendremos que afrontar el ascenso al collado Schrimmendeder de 2714 m de altitud. Desde aquí acometeremos el ascenso al **Basslerjoch** (2.829 m) que únicamente supone 120 más de desnivel.

El valle donde se encuentra el **Franz-Senn-Hütte** es profundo y alpino. En la cabecera de este discurren otros tantos glaciares que adornan este rincón alpino.

Distancia 9 km Desnivel + 500 m Desnivel – 640 m (+150 m para alcanzar el Basslerjoch).

Día 7. **Franz-Senn-Hütte** (2.147 m) -**Seduck**. Traslado al hotel junto al aeropuerto de Múnich.

Toda aventura llega a su fin y hoy será la última jornada del trekking de Stubai. Tendremos por delante una etapa corta en claro descenso por el **valle de Oberbergtal** hasta alcanzar la pequeña población alpina de **Seduck** que será el punto final del trekking.

Distancia 8 km Desnivel + 20 m Desnivel – 750 m

Para los que tengan ganas, el itinerario se podrá alargar un par de horas alcanzando la población de **Neder** caminando, sumando 4,5 km de recorrido y 450 m de desnivel negativo.

La tarde la dedicaremos a visitar la ciudad de Innsbruck y posteriormente haremos el traslado al hotel junto al aeropuerto de Múnich.

Día 8. Traslado al aeropuerto y vuelo de regreso.

5 Precio. Incluye/No incluye

Precio. 1.550 €.

5.1 Incluye

- Guía de montaña.
- Traslado ida y vuelta desde el aeropuerto de Múnich al destino.
- 2 noches de alojamiento en hotel en habitación doble con desayuno (Innsbruck y junto al aeropuerto de Múnich).
- 5 noches de alojamiento en régimen de **media pensión** en refugios.
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de reservas.

5.2 No incluye

- Billete de avión a Múnich. Posibilidad de gestión de este por parte de Muntania Outdoors (30 € por gestión de vuelos).
- Almuerzos.
- Bebidas no incluidas en el menú.
- Tasa de ducha en el caso de que algún refugio así lo requiera.
- Cualquier actividad adicional no incluida en el programa.
- No está incluido el transporte desde el aeropuerto al hotel en Innsbruck del primer día ni el último día del hotel al aeropuerto.

6 Más información

Material y ropa necesaria para el trekking

Es importante llevar poco peso en la mochila para andar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo el material y ropa imprescindible. Cada día se podrá lavar algo de ropa a mano y además no hay que cargar con comida. Te informaremos para que la mochila no pese más de 6-8 kilos.

- Mochila (entre 30-40 litros).
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña. No lleve zapatillas de trail running.
- Bastones telescópicos.
- Ropa técnica:
 - Calcetines.
 - Pantalón corto y largo ligero tipo trekking.
 - Camiseta térmica (primera capa). Una de recambio.
 - Forro polar o similar (segunda capa).
 - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
 - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
 - Gorra para el sol.
- Gafas de sol.
- Frontal (pilas de repuesto).
- Saco sábana y toalla muy pequeña ligera.

- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelbak mínimo 1 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.
- Bastones telescópicos.

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con distintas fechas, pero también adaptamos los viajes a tu disponibilidad. Por tanto, no dudes en consultarnos si las fechas no te cuadran y programaremos una salida para ti.

Hora y lugar de encuentro

Entre 7 y 5 días antes del inicio del viaje te mandaremos información sobre el lugar y la hora de encuentro, así como el nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, enviaremos más información útil que te facilitará los preparativos finales.

Billete de avión en caso de ser necesario

Al hacer la reserva podrás ver algunas propuestas de vuelos y su coste según la programación del viaje. Antes de comprar el billete comprobaremos si hay mejores opciones para que te salga más económico.

Si quieres que gestionemos tu billete, tendrás que marcarlo en la reserva, donde verás distintas opciones según tu lugar de residencia. Si no ves las propuestas de vuelo, una vez confirmado el viaje recibirás información de opciones de vuelo.

Si cuando hagamos la compra de tu vuelo, el precio difiere bastante de la propuesta, te informaremos para que nos des tu confirmación. Con nuestros buscadores intentamos localizar la mejor opción y la más económica.

Si no nos dices nada al respecto, compraremos tu billete con una maleta en bodega. Si la elección de asiento es gratuita, elegiremos los más cómodos entre los disponibles. Si deseas un tipo de asiento específico, debes indicarlo previamente. Si la elección de asiento es de pago, dejaremos esta elección a tu criterio para que la gestionés tú mismo junto con el resto de los servicios opcionales de pago.

Muntania Outdoors cobra 30 € según destino en concepto de gastos de emisión del billete en caso de que optes por que seamos nosotros quienes lo compremos.

Este servicio **no incluye** gestiones para hacer el check-in previo a tu vuelo (lo tendrás que hacer tú). Si por cualquier motivo ajeno a Muntania Outdoors tuvieras que cancelar tu vuelo, será tu responsabilidad hacer los trámites con la compañía aérea.

Si la compañía aérea cancela tu vuelo y nos da otra opción similar, aceptaremos el cambio si nos llega la información directamente y te mandaremos el nuevo horario. Si la compañía te envía la información directamente, será tu responsabilidad aceptarla; si no estás de acuerdo, tendrás que rechazar el cambio.

Si la compañía aérea cancela tu vuelo, te haremos la devolución una vez nos reembolsen el dinero del billete. Si quieres reclamar, serás tú quien realice los trámites.

Si quieres que gestionemos otro vuelo, al tratarse de un nuevo billete, tendrá un coste adicional de 30 €.

Si compras tu vuelo por tu cuenta, por favor consúltanos los horarios para una mejor coordinación con las llegadas y salidas del grupo. Recomendamos que, si el viaje requiere escalas, compres el billete completo a través de una compañía que opere todos los tramos o mediante compañías de la misma alianza, para evitar problemas si un vuelo se retrasa o cancela.

En la mochila de cabina lleva lo indispensable para que, si no llega tu equipaje puedas hacer la actividad al menos con lo mínimo necesario.

Mochila durante el trekking

Es importante llevar poco peso en la mochila para andar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo el material y ropa imprescindible. Cada día se podrá lavar algo de ropa a mano y además no hay que cargar con comida. Le informaremos para que la mochila no pese más de 6-8 kilos.

No se pisan glaciares por lo que no es necesario crampones ni piolet.

Seguro de viaje incluido

La actividad tiene **incluido un seguro de viaje** con **Iris Global** que incluye:

- Rescate hasta 6.000 €
- Gastos médicos por enfermedad o accidente: hasta 30.000 € (opción de contratar una cobertura mayor, consultar).
- Repatriación o transporte sanitario: ilimitado.
- Regreso anticipado por causas justificadas: ilimitado.
- Pérdida, robo o daños de equipaje: hasta 600 €.

También tienes la opción de contratar un **seguro de cancelación** por causas justificadas con el **seguro Iris Global** que le incluimos en el viaje con un coste de 20 € por cada 1.000 € asegurados con un **máximo asegurado de 3.000 €**. La contratación del seguro se hace una vez que gestionemos los billetes.

Además, ofrecemos un **seguro anual con Intermundial** que además de cubrir su viaje también cubre cualquier otro viaje dentro del periodo de contratación de este. **Intermundial** también ofrece este seguro con **la opción de cancelación** por las causas justificadas en sus condiciones.

Consulte los precios y condiciones pinchando [aquí](#).

Más información

* Teléfono de asistencia 24h de Iris Global: 91 572 43 43

** Cualquier otra comunicación relacionada con el siniestro con la compañía aseguradora será responsabilidad del accidentado.

*** Si tienes algún otro seguro contratado de este tipo, tiene la obligación de informar a todas las compañías del nombre y número de póliza de sus seguros y también tendrá que dar parte. Las compañías se pondrán en contacto unas con otras y se repartirán los costes generados por su accidente. En caso de no proceder de esta forma, los aseguradores no estarán obligados a pagar la indemnización.

**** Según donde ocurra el incidente, si el centro médico o cualquier otra entidad que actúa en el accidente pide el pago de alguna cantidad de dinero, será el accidentado el que tendrá que abonarlo. Posteriormente el accidentado tendrá que ponerse en contacto con la aseguradora para reclamar la devolución del importe pagado. En cualquier caso, Muntania Outdoors S.L.U. (Grupo Global Adventure Team S.L.) no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

Otras cuestiones

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

Una vez iniciado el viaje, cualquier cambio del itinerario ajeno a Muntania Outdoors (por ejemplo, causa meteorológicos) que genere un gasto no presupuestado será asumido por los participantes.

Enlaces de interés

[Valle de Stubai](#)

[Stubai Gletscher](#)

7 Puntos fuertes

- Trekking en el Tirol austriaco.
- Acompañados de preciosos glaciares.
- Refugios de montaña en sitios increíbles.
- Montañas aún tan frecuentadas como otros macizos alpinos

8 Otros viajes similares

- Trekking del Zillertal. Austria
- Tirol austriaco. Trekking del Ötztal. Tras los pasos de Otzi

9 Contacto

Muntania Outdoors/Geographica. Grupo Global Adventure Team S.L (CICMA 4720)

Telf. +34 91 00 52047 / WhatsApp: +34 629 37 98 94 / c/ de Miguel Yuste, n.º 3, 3E 28037 Madrid

info@muntania.com / www.muntania.com / www.geographica.es