

PITZTAL  salomon
TIME TO PLAY

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

operated by **lauf**
werkstatt®
events



RACE BRIEFING P105

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

P105	
Länge <i>length</i>	103 km
Höhenmeter <i>elevation change</i>	6.100 m
Start <i>start</i>	Fr. 23:00 Uhr / Fr. 11:00 p.m.
Ort <i>location</i>	Trail City Mandarfen

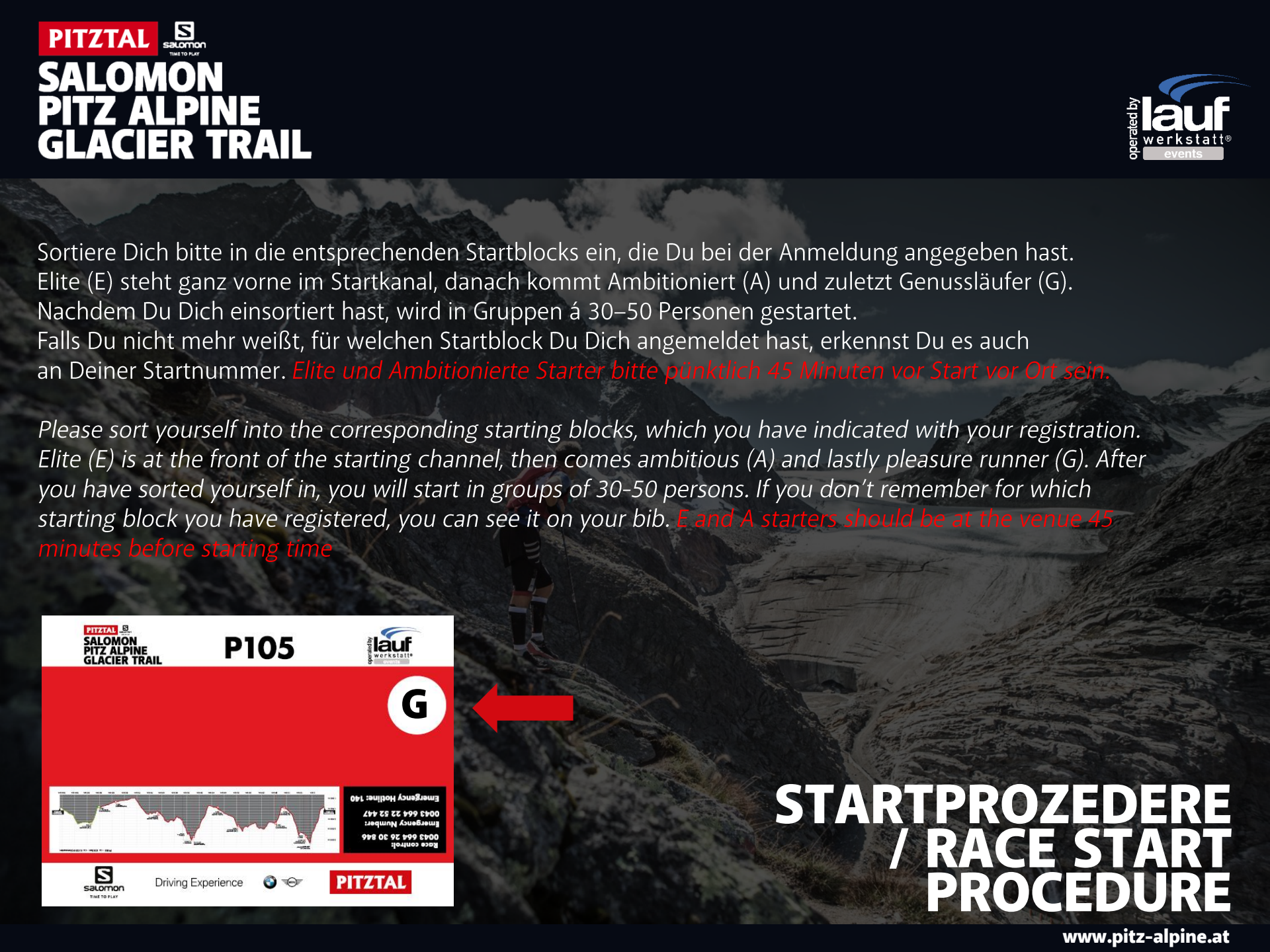
ALLGEMEINE INFORMATIONEN / GENERAL INFORMATION


PITZTAL  **SALOMON**
PITZ ALPINE
GLACIER TRAIL

operated by **lauf**
werkstatt®
events

Sortiere Dich bitte in die entsprechenden Startblocks ein, die Du bei der Anmeldung angegeben hast. Elite (E) steht ganz vorne im Startkanal, danach kommt Ambitioniert (A) und zuletzt Genussläufer (G). Nachdem Du Dich einsortiert hast, wird in Gruppen á 30–50 Personen gestartet. Falls Du nicht mehr weißt, für welchen Startblock Du Dich angemeldet hast, erkennst Du es auch an Deiner Startnummer. *Elite und Ambitionierte Starter bitte pünktlich 45 Minuten vor Start vor Ort sein.*

*Please sort yourself into the corresponding starting blocks, which you have indicated with your registration. Elite (E) is at the front of the starting channel, then comes ambitious (A) and lastly pleasure runner (G). After you have sorted yourself in, you will start in groups of 30-50 persons. If you don't remember for which starting block you have registered, you can see it on your bib. *E and A starters should be at the venue 45 minutes before starting time**




PITZTAL  **SALOMON**
PITZ ALPINE
GLACIER TRAIL




P105

operated by **lauf**
werkstatt®
events

G



Race control: 0043 664 20 30 846
Emergency Number: 0043 664 22 52 447
Emergency Hotline: 140

 Driving Experience  

STARTPROZEDERE
/ RACE START
PROCEDURE

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

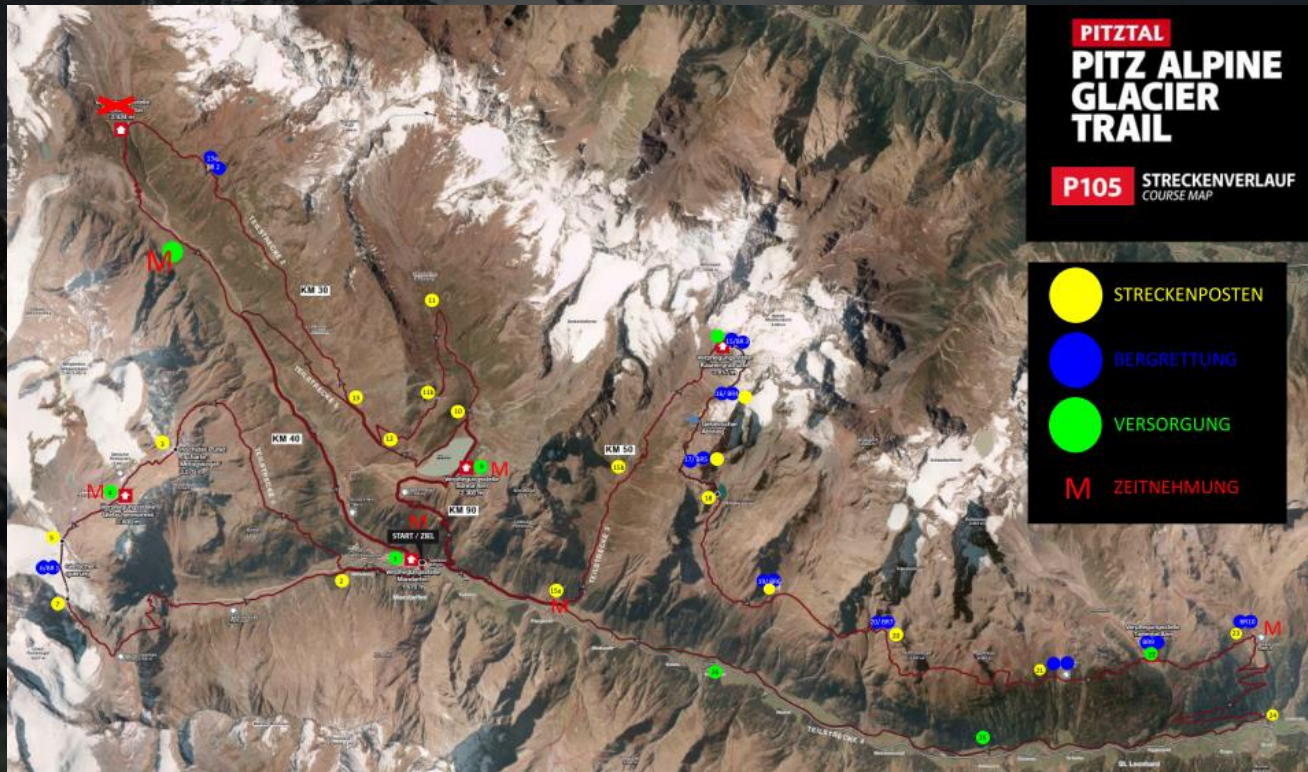


Im Startkanal findest Du Abstandsmarkierungen am Boden. Suche Dir eine freie Markierung und verlasse sie bis zum Start nicht mehr. Der Start erfolgt mit Mund-Nasen-Schutz (Bandana).

In the start channel you will find distance markings on the ground. Find a free mark and do not leave it again until the start. Leave your face mask (bandana) on until after the start.

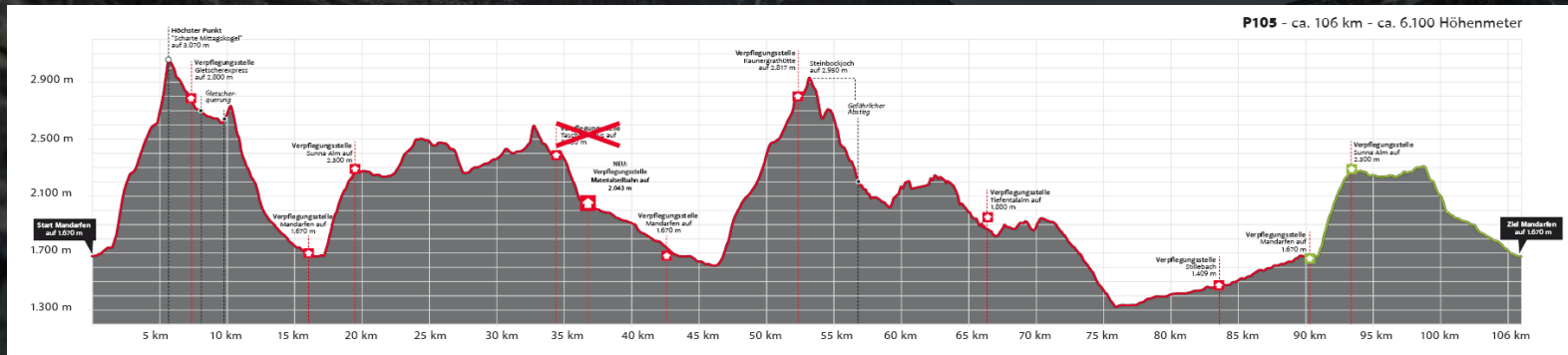
STARTPROZEDERE / RACE START PROCEDURE

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL



STRECKENÜBERSICHT / COURSE OVERVIEW









































SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL



HÖHENPROFIL / ELEVATION PROFILE

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

VERSORGUNGSSTATIONEN

		P105	
Name	Angebot / offert		
Gletscherexpress	  	7	97
Mandarfen	  	17	86
Sunna Alm	  	21	82
Materialeiseilbahn	  	37	66
Mandarfen	   	44	59
Kaunergrathütte	   	53	50
Tiefentalalm	   	66	37
Stillebach	  	77	26
Mandarfen	   	87	16
Sunna Alm	  	91	12
Mandarfen	   	103	0



Getränke / drinks



Snacks



Tee oder Suppe / tea or soup



WC



zurückgelegte/verbleibende Kilometer / distance travelled/remaining

VERSORGUNGS STATIONEN / AID STATIONS

Salomon Pitz Alpine Glacier Trail - P105 Salomon Ultra

Course		Distance km	Finish distance km	Ascent in m	Descent in m	max. Altitude	fast time*	slow time*	Cut-off time
Start Mandarfen			106,48				23:00	23:00	
Mandarfen	Bergstation Gletscherexpress	6,95	93,93	1204	261	3080	00:43	02:09	
Bergstation Gletscherexpress	Mandarfen	17,02	85,86	97	1035	2845	01:46	04:12	04:00
Mandarfen	Sunna Alm	21,08	81,80	611	132	2289	02:36	05:42	
Sunna Alm	Materialeiseilbahn	37,19	67,69	894	1256	2606	04:20	09:03	
Materialeiseilbahn	Mandarfen	44,34	58,54	161	758	2425	05:15	10:54	11:00
Mandarfen	Kaunergrathütte	52,90	49,98	1042	157	2779	07:05	13:48	
Kaunergrathütte	Checkpoint Neururer Berg	56,66	44,22	302	879	2954	07:48	15:09	16:00
Checkpoint Neururer Berg	Tiefentalalm	66,11	36,77	584	731	2281	08:47	17:02	
Tiefentalalm	Stillebach	77,31	25,57	260	717	1961	10:00	19:25	
Stillebach	Mandarfen	87,06	15,82	563	264	1688	11:52	22:58	23:00
Mandarfen	Sunna Alm	91,22	11,66	627	148	2294	16:09	03:28	
Sunna Alm	ZIEL Mandarfen	102,88	0,00	397	874	2316	13:04	01:16	01:30

Remark

* The passage times have been calculated with a fast speed of 12 km/h and the slow speed of 5.5 km/h plus the passed altitude gain calculated according to the distance-time formula.

All information is subject to change

DURCHGANGS ZEITEN / PASSAGE TIMES

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

Regulär
Regular



Letzte Runde
Last Loop



STRECKEN MARKIERUNG / TRACK MARKING

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL



Je nach Gelände ca. alle 200 m:
Streckenmarkierung mit gelbem Schild, orangenen Pfeilen am
Boden oder orangenem/reflektierendem Absperrband

20 m nach allen Abzweigungen:
Schild, orangener Pfeil am Boden oder Absperrband

*Depending on the terrain about every 200 m:
Track markings including yellow sign, arrows on the ground or
orange/reflective barrier tape*

*20 m after every junction:
Sign, orange arrow on the ground or barrier tape*



STRECKEN MARKIERUNG / TRACK MARKING

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL



Der erste Anstieg führt Dich direkt zum höchsten punkt der Strecke, dem Mittagskogel auf 3.105 m. Der Gipfelbereich ist sehr steinig. Nach der VS Gletscherexpress erreichst Du die Gletscherquerung. Am Gletscher herrscht Spikepflicht! Folge den Markierungen und halte ein Auge für Eislöcher offen!

The first ascent takes you directly to the highest point of the route, the Mittagskogel at 3,105 m. The summit area is very rocky. After the Gletscherexpress aid station you reach the glacier crossing. On the glacier you must put on your spikes! Follow the markings and keep an eye out for ice holes!



GLETSCHER QUERUNG / GLACIER CROSSING

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

Nach der Gletscherquerung läufst Du über die Braunschweiger Hütte wieder nach Mandarfen. Dort angekommen kannst Du Deine Spikes im Gepäckdepot abgeben. Bitte beachte, dass Du hierzu im Vorfeld eine kleine Tasche abgeben musst, an der Du einen Aufkleber mit Deiner Startnummer (erhältst Du mit deinen Startunterlagen) anbringst.

After the glacier crossing you run back to Mandarfen via the Braunschweiger Hütte. In Mandarfen, you can leave your spikes in the luggage depot. Please note that you will have to leave a small bag in advance, where you will attach a sticker with your start number (you will receive it with your starting documents).

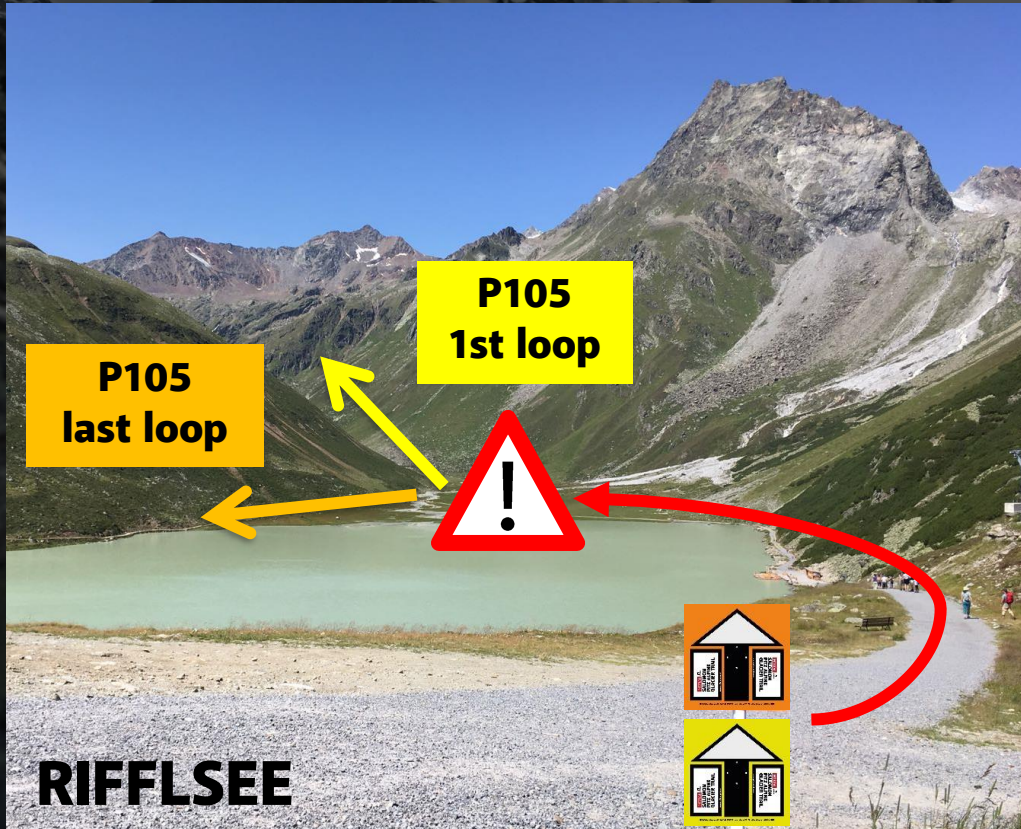
1001
Lukas

PITZTAL  salomon
TIME TO PLAY
**SALOMON
PITZ ALPINE
GLACIER TRAIL**

1001
Lukas

**VS MANDARFEN
/ MANDARFEN
AID STATION**

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL



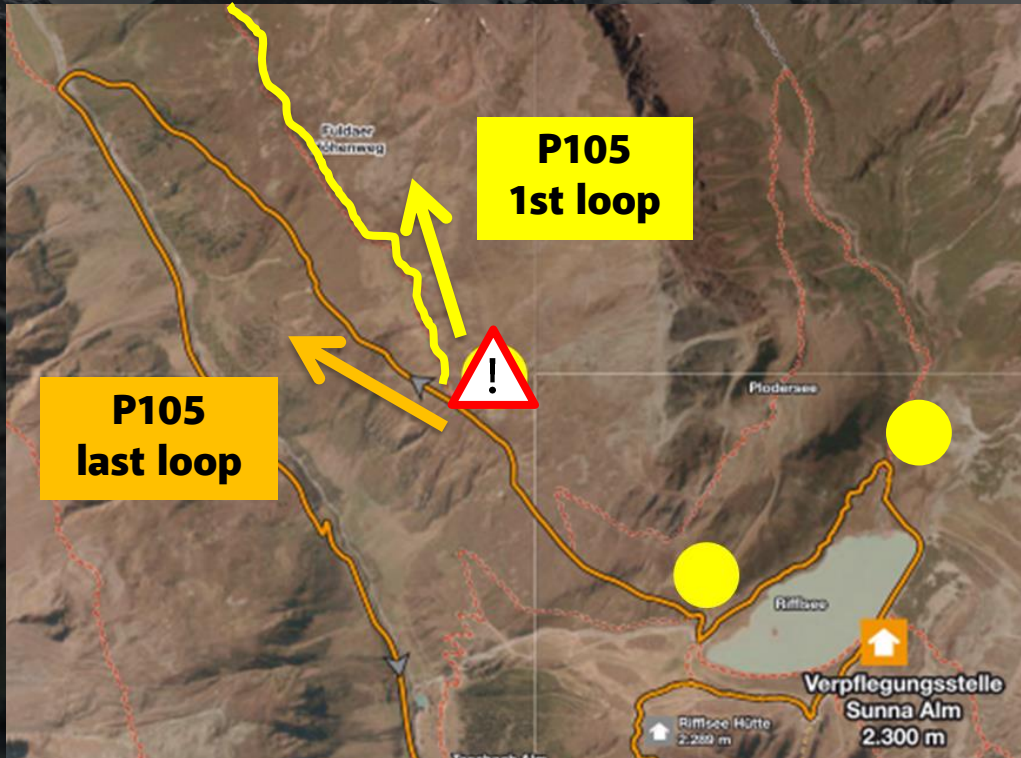
Nach der Versorgungsstation Sunna Alm umrundest Du den wunderschönen Riffelsee zur Hälfte. Anschließend musst Du zunächst nach der Brücke nach rechts abbiegen. Merke Dir diese Stelle für die letzte Runde!

After the aid station Sunna Alm you will go half way around the beautiful Riffelsee. After the bridge, you'll have to turn right this time. Memorize this location for the last loop!



WICHTIGE ABZWEIGUNG / IMPORTANT TURN

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL



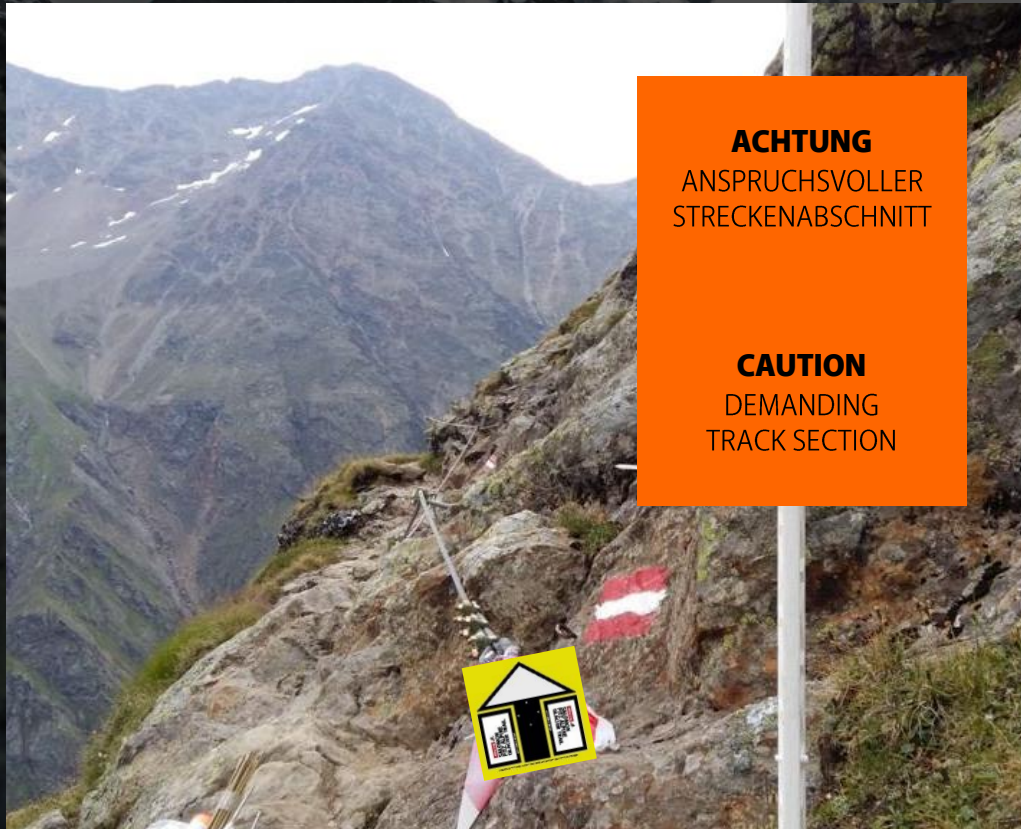
Nach dem Abstieg vom Plodersee, auf dem Trail in Richtung Taschachhaus, erreichst Du eine weitere wichtige Abzweigung. Folge der Beschilderung zunächst bis zur VS Taschachhaus. Merke Dir auch diese Stelle für die letzte Runde!

Shortly after the descent from the Plodersee, on the trail towards Taschachhaus, you will reach another important turn. Follow the signs all the way to the Taschachhaus aid station this time. Memorize this location for the last loop as well!



WICHTIGE ABZWEIGUNG / IMPORTANT TURN

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL



ACHTUNG
ANSPRUCHSVOLLER
STRECKENABSCHNITT

CAUTION
DEMANDING
TRACK SECTION

Auf dem Weg Richtung Taschachhaus passiert ihr eine anspruchsvolle, seilversicherte Stelle.

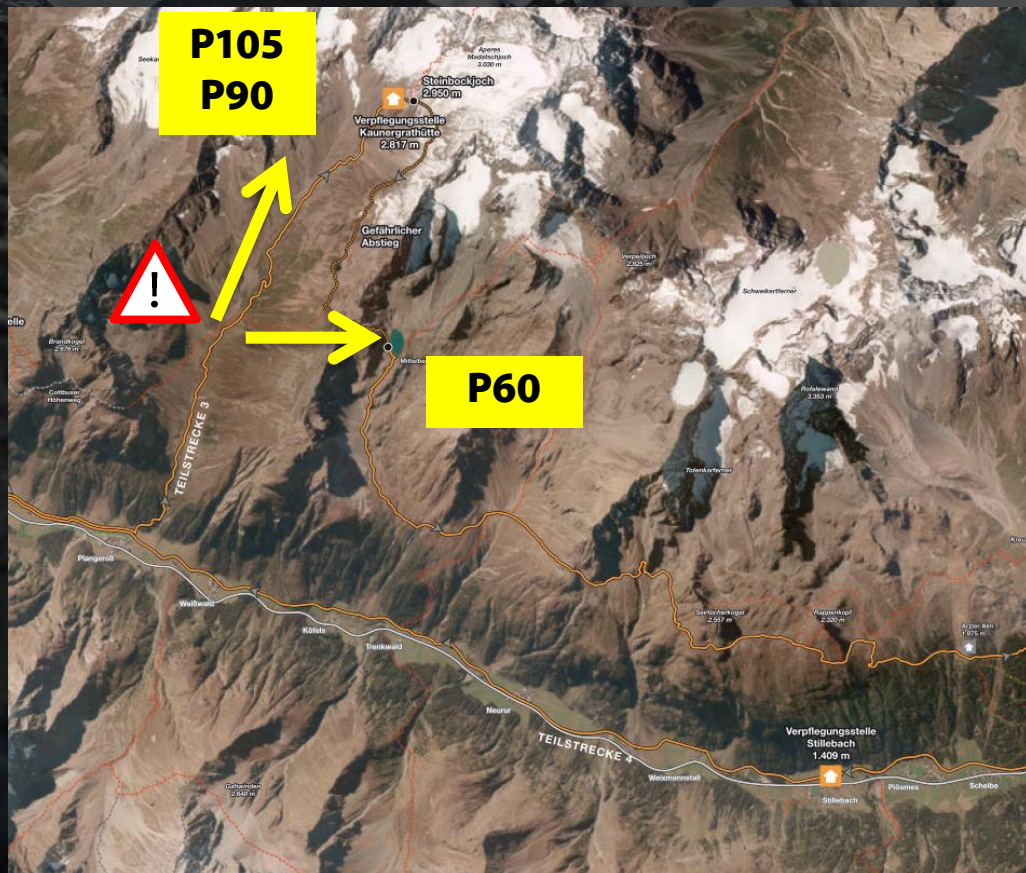
Seid vorsichtig und überholt nicht!

On the way to Taschachhaus you will find a difficult section with an iron rope.

Be careful and don't overtake!

**ANSPRUCHSVOLLER
ABSCHNITT
/ DEMANDING SECTION**

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL



Nach ca. der Hälfte des Aufstiegs zur Kaunergrathütte trennen sich die Strecken von P105, P90 und P60. Du läufst hier immer weiter geradeaus bis zur Kaunergrathütte.

After about half of the ascent to Kaunergrathütte, the tracks of P105, P90 and P60 separate. You keep running straight ahead all the way to Kaunergrathütte.

WICHTIGE ABZWEIGUNG / IMPORTANT TURN

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL



Der Abstieg von der Kaunergrathütte zum
Mittelberglesee ist sehr technisch.

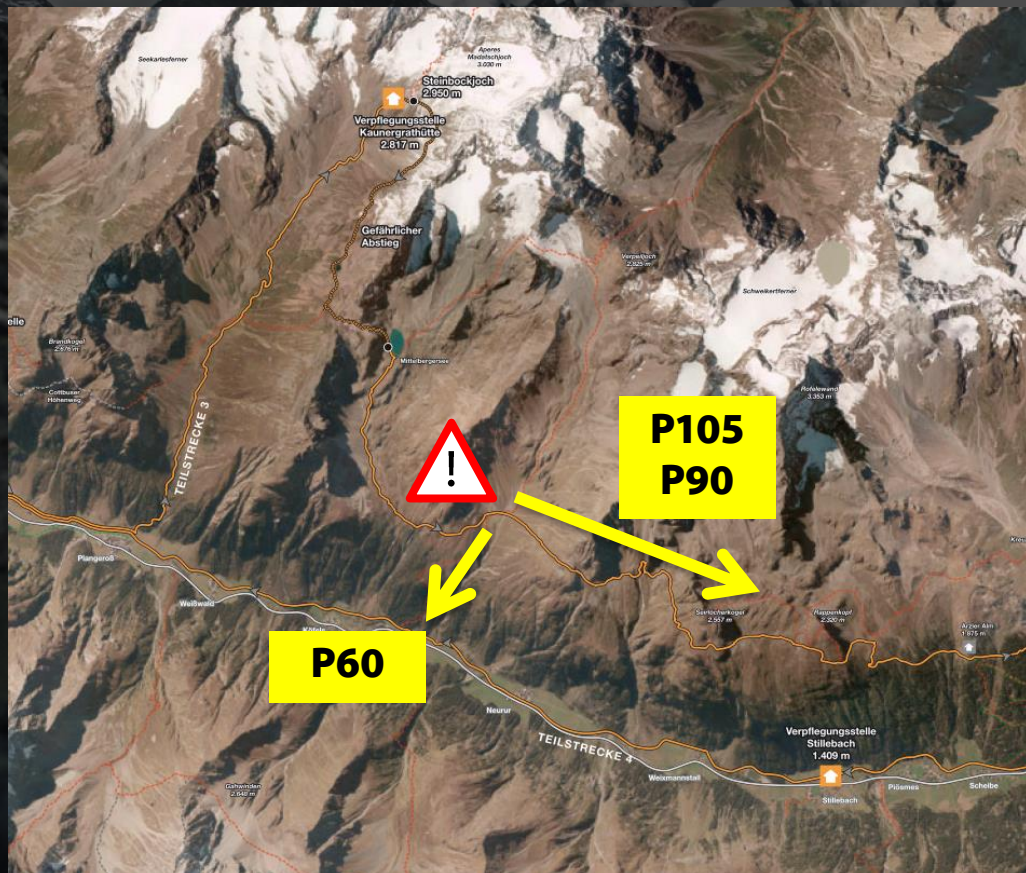
**Sei vorsichtig und benutze
die Seilversicherung!**

*The descend from Kaunergrathütte to lake
Mittelberglesee is very technical.*

Be careful and use the steel rope!

**ANSPRUCHSVOLLER
ABSCHNITT
/ DEMANDING SECTION**

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

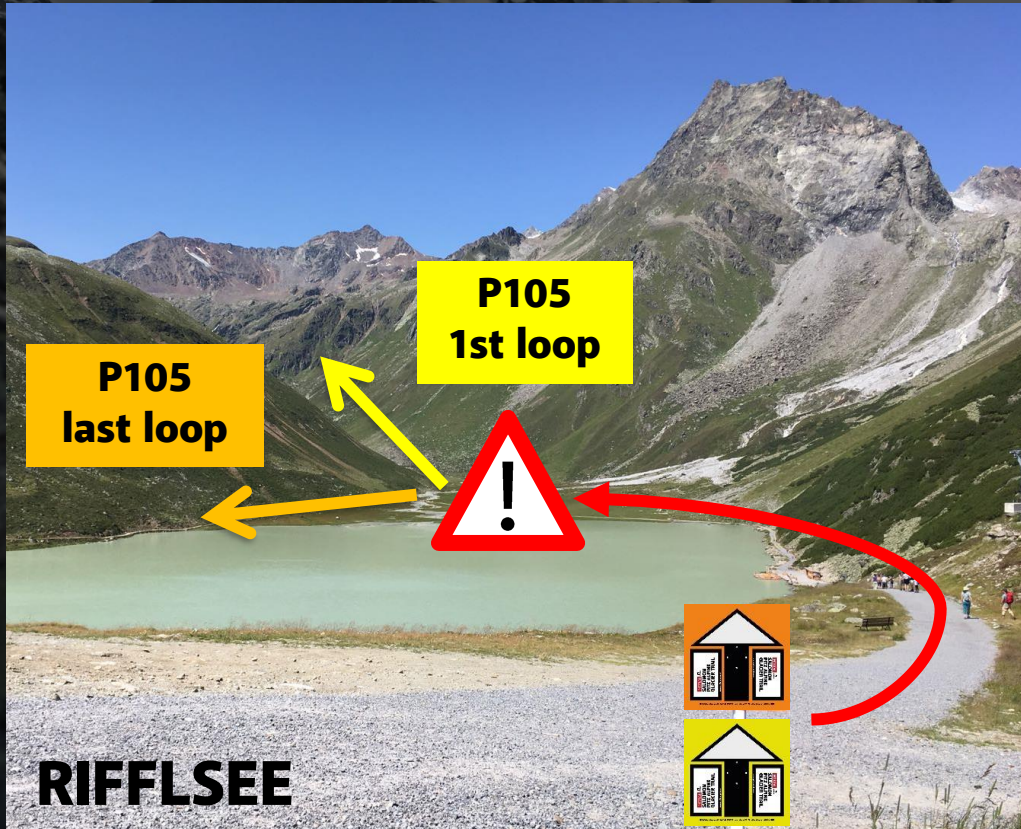


Wenige Kilometer nach dem Mittelbergsee verabschiedest Du Dich erneut von den P60-Läufern und bleibst geradeaus auf dem Weg zur Tiefentalalm.

A few kilometers after the lake Mittelbergsee you say goodbye to the P60-runners again and stay on the trail straight to Tiefentalalm.

WICHTIGE ABZWEIGUNG / IMPORTANT TURN

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL



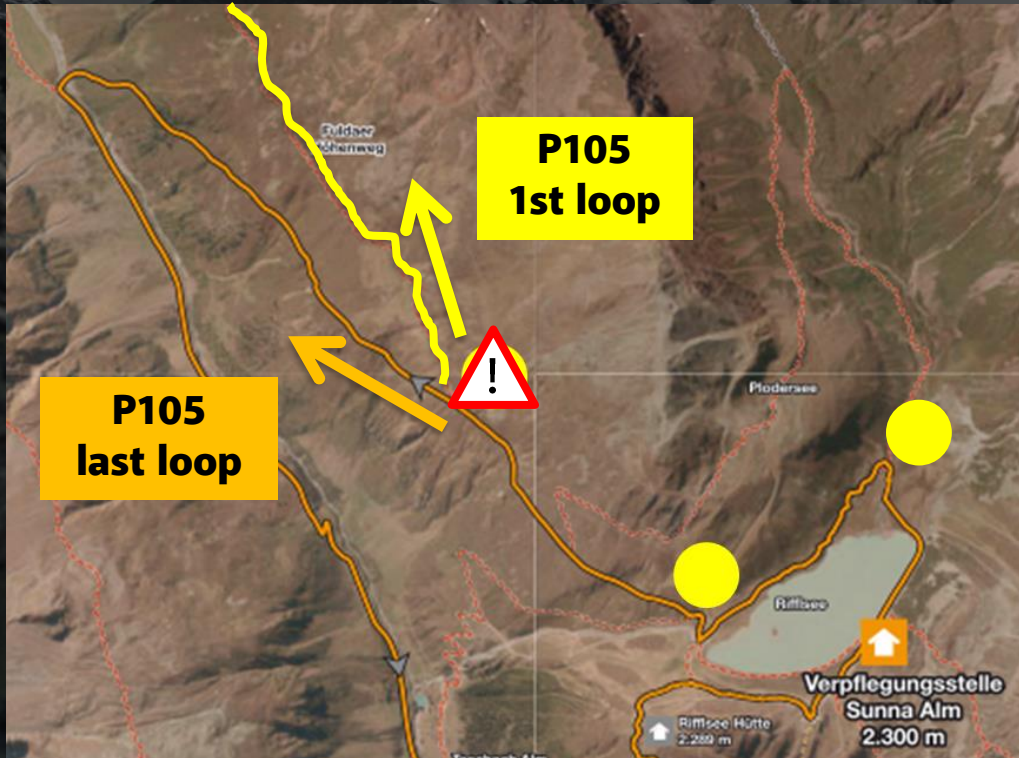
Déjà-vu! Auf der letzten Runde um den Riffelsee passierst Du erneut die Abzweigung hinter der Brücke. Dieses Mal musst du nach links abbiegen und den orangen Schildern bis ins Ziel folgen.

Déjà vu! On the last lap around the Riffelsee you pass the junction behind the bridge again. This time you have to turn left and follow the orange signs to the finish line.



WICHTIGE ABZWEIGUNG / IMPORTANT TURN

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL



Auf dem Trail in Richtung Taschachhaus, erreichst Du erneut diese Abzweigung. Auch hier musst Du dieses Mal links ins Tal Richtung Mandarfen abbiegen anstatt weiter zum Taschachhaus zu laufen.

On the trail in the direction of Taschachhaus, you reach this junction again. This time you have to turn left into the valley towards Mandarfen instead of continuing to the Taschachhaus.



WICHTIGE ABZWEIGUNG / IMPORTANT TURN

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

Aufgrund der Covid-19 Pandemie gelten dieses Jahr für alle Teilnehmer des Salomon Pitz Alpine Glacier Trail spezielle Sicherheitsmaßnahmen. Hier das Wichtigste im Überblick (ausführliche Informationen findest Du unter www.pitz-alpine.at und vor Ort in deinen Startunterlagen):

- Das Rahmenprogramm bis auf die Overall-Siegerehrung entfällt
- Trennung der Distanzen am Veranstaltungsgelände
- Registrierung aller Teilnehmer beim Betreten des Veranstaltungsgeländes.
(Zum Eintritt ist ein Lichtbildausweis erforderlich. Du erhältst nur Zutritt zum für Deine Distanz vorgesehenen Bereich)
- Maskenpflicht bei Startnummernausgabe
- Maskenpflicht beim Start, beim Überholen und an Versorgungsstationen (Schlauchtuch genügt)

Due to the Covid-19 pandemic, special safety measures apply this year for all participants of the Salomon Pitz Alpine Glacier Trail. Here is the most important information at a glance (detailed information can be found at www.pitz-alpine.at and on site in your starting documents):

- *The framework program is cancelled except for the award ceremony*
- *Separation of the distances at the event site*
- *Registration of all participants on entering the event site (ID is required for entry). You will only be granted access to the area designated for your distance)*
- *Masks must be worn when race bibs are handed out*
- *Masks must be worn at the start, during overtaking and at supply stations (tubular cloth is sufficient)*

COVID-19 INFORMATIONEN / COVID-19 INFO

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

Trail City Mandarfen:

Rennleitung / *race control*

+43 664 2630846

Bergrettung / *mountain rescue*

+43 664 2252447

On Track:

20 Bergretter / *20 mountain rescuers*

34 Streckenposten / *34 track marshals*

11 Versorgungsstationen / *11 aid stations*

**SICHERHEITS
MASSNAHMEN
/ SAFETY MEASURES**

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

- Mobiltelefon (Akku aufgeladen, Notfallnummer)
- Trail Laufschuhe (griffige Sohle)
- Funktionelle Laufbekleidung
- Trinkbecher (es werden keine Becher ausgeteilt)
- Faltschale (wird für Lebensmittel an Versorgungsstationen benötigt)
- Personalausweis und Krankenversicherungskarte
- Wechselbekleidung (langes Shirt & lange Hose)
- Wasserdichte Jacke mit Kapuze und Überhose (Wassersäule 5.000 mm)
- Warme Handschuhe und Mütze
- Erste-Hilfe-Set (Elastische Binde, Tape, Rettungsdecke, Trillerpfeife)
- Streckenkarte
- Funktionstüchtige Stirn- und Rückenlampe mit Ersatzbatterien
- 1,5 l Flüssigkeit
- Notfallverpflegung (min. 500 kcal)
- Schuhspikes für Gletscherquerung und Schneefelder (mindestens 0,75 cm lange Stahlspikes)

**PFLICHT
EQUIPMENT**

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

- *Mobile phone (fully charged, emergency number)*
- *Trail running shoes (non-slip sole)*
- *Functional running clothes*
- *Drinking cup (drinking cups are not distributed)*
- *Foldable bowl (necessary for food at aid stations)*
- *ID and health insurance card*
- *Change of clothes (long shirt and trousers)*
- *Waterproof jacket with hood and overtrousers (water column 5,000 mm)*
- *First aid kit (elastic bandage, tape, space blanket, whistle)*
- *Track map*
- *Working head and back lamp with replacement batteries*
- *1.5 l fluids*
- *Emergency provision (at least 500 kcal)*
- *Shoe spikes for glacier crossing and snowfields (at least 0.75 cm long steel spikes)*

**MANDATORY
EQUIPMENT**

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

Wir empfehlen zusätzlich:

- Sonnencreme
- Sonnenbrille
- Mütze, Hut
- Wanderstöcke

Additional recommendations:

- *Sunscreen*
- *Sunglasses*
- *Hat*
- *Poles*

**PFLICHTAUSRÜSTUNG
/ MANDATORY
EQUIPMENT**

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

Die Pflichtausrüstung muss **vollständig** bei der Startnummernausgabe vorgezeigt werden. Direkt vor dem Start erfolgt zu Deiner eigenen Sicherheit eine weitere Kontrolle. Stelle sicher, dass Du Deine gesamte Ausrüstung bei Dir führst und Dich rechtzeitig vor dem Start im Start-/Zielbereich einfindest.

*The compulsory equipment must be presented **in full** at the race bib distribution. For your own safety, another check is carried out directly before the start. Make sure that you have all your equipment with you and arrive at the start/finish area in time before the start.*

PFLICHTAUSRÜSTUNG / MANDATORY EQUIPMENT

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

Die Durchgangskontrolle ist verpflichtend an jeder Versorgungsstation und bei jedem unserer Streckenposten! Versichert Euch, dass Eure Startnummer notiert wurde, bevor Ihr weiter lauft.

Andernfalls droht Disqualifikation!

The passage control is obligatory at each aid station and at each of our track marshals! Make sure that your start number has been noted down before you continue your run.

Otherwise you will be disqualified!

**DURCHGANGS
KONTROLLE
/ TRACKING**

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

Wir werden Euch per SMS über Wetterwarnungen (Reine Zusatzleistung – Eigenverantwortlichkeit!). Zusätzlich werden euch die Versorgungsstellen und Streckenposten informieren.

Achtung: Ihr bewegt Euch in hochalpinem Gelände. Es kann keine umfassende Netzabdeckung gewährleistet werden. Wenn Du selbst Wetterveränderungen wahrnimmst suche sofort Schutz. Deine Sicherheit geht vor!

We will inform you about severe weather changes using SMS service (sheer value added service – self reliance!).

Additionally the aid stations and track marshals will give you more information and advice.

Attention: You are moving in high alpine terrain. Comprehensive network coverage cannot be guaranteed. If you notice severe weather changes, get to the closest safe spot immediately. Safety first!

WETTERWARNUNG / WEATHER ALERT

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

Was tun bei Gewitter?

- Suche Schutz in einem Unterstand
- Halte dich fern von einzelnen Bäumen, Metallzäunen, Ketten, Berggipfeln und Felswänden
- In Mulden in die Hocke gehen und die Füße nah nebeneinander stellen (möglichst kleine Berührungsfläche mit dem Boden)
- Laufstöcke in mindestens 50 bis 100 Meter Entfernung ablegen
- Läufer in Gruppen halten Abstand zueinander

What to do in a thunder storm?

- *Seek shelter*
- *Get away from trees/fences/exposed terrain, etc.*
- *Crouch to the ground foot close to each other (stay on your bag)*
- *Stay 50-100m away from your poles*
- *Stay away from other runners*

**WETTERWARNUNG
/ WEATHER
ALERT**

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

Im Falle einer überschaubaren, vorübergehenden Wetterveränderung kann es zu einer Rennunterbrechung durch die Rennleitung kommen. In diesem Fall wirst Du per SMS sowie von unseren Streckenposten und Versorgungsstationen darüber informiert.

In the event of a manageable, temporary change in the weather, the race may be interrupted by the race control. In this case you will be informed via text message and by our marshals and aid stations.

**RENN
UNTERBRECHUNG
/ RACE INTERRUPTION**

Sollte es aufgrund von extremen Wetteränderungen zu einem kompletten Rennabbruch durch die Rennleitung kommen, wirst Du ebenfalls per SMS sowie von unseren Streckenposten und Versorgungsstationen informiert. Suche schnellstmöglich einen sicheren Ort auf (Versorgungsstation, Bergrettung, Streckenposten). Sobald sich das Wetter bessert, steige ins Tal ab. Am besten, Du steigst zusammen mit Streckenposten oder Bergrettung ab.

Eine anschließende Abmeldung am Veranstaltungsgelände ist für alle Läufer verpflichtend!

Should the race be completely cancelled by the race management due to extreme weather changes, you will also be informed by SMS and by our marshals and supply stations. Find a safe place as soon as possible (supply station, mountain rescue, marshals). As soon as the weather improves, descend to the valley. The best thing is to descend together with the track marshal or mountain rescue team.

A subsequent deregistration at the event area is obligatory for all runners!

**RENN
ABBRUCH
/ RACE CANCELLATION**

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

Wenn Du das Rennen selbstständig abbrichst, informiere unverzüglich die Rennleitung sowie einen Streckenposten oder eine Versorgungsstation und gib dort Deine Startnummer ab.

Achtung: eventuell eingeleitete Suchaktionen durch Nichtabmeldung werden dem Läufer in Rechnung gestellt!

If you stop the race on your own, immediately inform the race control and a marshal or aid station and hand in your race number.

Attention: Any search actions initiated by not calling race control will be charged to the runner!

**RENN
AUFGABE
/ DNF**

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

Denkt daran, dass ihr (gesetzlich und moralisch) dazu verpflichtet seid bei Verletzungen und Unfällen anderer Läufer zu helfen! Kontaktiert umgehend die Rennleitung unter der Notfallnummer +43 664 2252447, leistet Hilfe aber denkt daran euch nicht selbst in Gefahr zu bringen!

Remember that it is obligatory (by law and ethics) to help other runners in case of accidents and emergencies! Contact race control using the emergency number +43 664 2252447 immediately, provide aid but don't put yourself into danger!

**ERSTE
HILFE
/ FIRST AID**

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

Du hast Dich verlaufen:

Rennleitung: +43 664 2630846

Du bist verletzt:

Notfallnummer: +43 664 2252447

You are lost:

Race Control +43 664 2630846

You are injured:

Emergency Number +43 664 2252447

**WEN ANRUFEN?
/ WHO YOU
GONNA CALL?**

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

Du hast einen Unfall oder eine Verletzung beobachtet:

Notfallnummer: +43 664 2252447
Bergrettung: 140
Euronotruf: 112

Der Euronotruf funktioniert i.d.R. auch bei geringer Netzabdeckung. Falls Du auch diese Nummer nicht erreichst, entferne die SIM-Karte aus deinem Handy und versuche es noch ein Mal. Leiste anschließend Erste Hilfe, wenn es Dir gefahrlos möglich ist.

You witnessed an accident or injury:

*Emergency Number: +43 664 2252447
Mountain Rescue: 140
European Emergency Number: 112*

*The European Emergency Number usually works even with low network coverage.
If you cannot reach this number, remove the SIM card from your mobile phone and try again.
Then give first aid if it is safe for you to do so.*

WEN ANRUFEN? / WHO YOU GONNA CALL?

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

SICHERHEIT GEHT VOR!

Achtet auf Euch und Eure Mitläufer.
Ihr seid verpflichtet, Hilfe zu leisten. Ansonsten droht die Disqualifikation!

SAFETY FIRST!

Watch out for yourselves and fellow runners.
You are obliged to help. Otherwise, you will be disqualified!

**ERSTE
HILFE
/ FIRST AID**

SALOMON PITZ ALPINE GLACIER TRAIL

GOOD LUCK, HAVE FUN & TAKE CARE!

