



# Trekking en Austria

**Trekking en el Zillertal,  
Berliner Höhenweg.**

**muntania**  
Tu agencia de viajes

## ÍNDICE

<b>1</b>	<b>Presentación</b> .....	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>El destino</b> .....	<b>2</b>
<b>3</b>	<b>Datos básicos</b> .....	<b>3</b>
3.1	Nivel físico, tipo de terreno, nivel de compromiso y grado de dificultad .....	3
<b>4</b>	<b>Programa</b> .....	<b>3</b>
4.1	Programa resumen .....	3
4.2	Programa detallado .....	4
<b>5</b>	<b>Más información</b> .....	<b>7</b>
5.1	Incluye .....	7
5.2	No incluye .....	7
5.3	Ropa y material necesario para este viaje.....	7
5.4	Observaciones .....	8
5.5	Enlaces de interés.....	10
5.6	Puntos fuertes .....	10
<b>6</b>	<b>Otros viajes similares</b> .....	<b>10</b>
<b>7</b>	<b>Contacto</b> .....	<b>11</b>

## 1 Presentación

Nos vamos al corazón del **Tirol austriaco**, concretamente a los **Alpes de Zillertal** para disfrutar de un viaje de 10 días de duración donde caminaremos durante 8 jornadas. Las vistas de los glaciares que se ubican en estas montañas y en general el precioso paisaje alpino es el mejor de los reclamos para visitar esta región alpina.

El **Zillertal** está situado en el sur del **Tirol austriaco**, hace frontera con **Italia**. Se encuentra rodeado de macizos de renombre como **Otztal** (al oeste), **Großvenediger-Großglockner** (al este) y **Dolomitas** (al sur).

Volaremos a **Innsbruck** y desde ahí, gracias al buen sistema de transporte público, en autobús y en tren, nos introduciremos en los profundos valles del Zillertal. Realizaremos el **Berliner Höhenweg**, un famoso trekking de 8 días de duración, con muy buenos refugios, en enclaves espectaculares, donde podremos degustar la sabrosa gastronomía del lugar y la buena cerveza a quien le guste. El recorrido tiene una longitud aproximada de 91 kilómetros.

Tanto la primera como última jornada, dependiendo de los horarios de los vuelos, se podrá conocer la ciudad de **Innsbruck**, con edificios tan singulares como el Tejado **Dorado**, la **catedral de Santiago**...

## 2 El destino

El **Tirol, Austria**, es una de las regiones naturales más impresionantes de toda Europa. Los bosques, las montañas con cimas blancas y los pintorescos pueblecitos en las laderas de los Alpes forman un paisaje encantador que le transportará hasta un lugar donde el tiempo parece detenerse.

**Innsbruck** es una ciudad del oeste de Austria, capital del estado de Tirol que se encuentra en el valle del Eno, en medio de altas y fabulosas montañas y que, junto con sus aldeas, el valle Sellraintal y el altiplano Mieming y Tirol Mitte, conforma una región en las que vas a poder disfrutar como nunca de la naturaleza en un paisaje alpino de ensueño.

El **Zillertal** está situado en el sur del **Tirol austríaco**, hace frontera con **Italia**. Se encuentra rodeado de macizos de renombre como **Otzal** (al oeste), **Großvenediger-Großglockner** (al este) y la zona de **Dolomitas** (al sur).

Es un macizo sin grandes alturas, pero sí que abundan numerosas cimas que superan los 3.300 m, destacando el **Gran Mesule** (3.480 m) como la montaña más alta de la zona.

Si por algo destaca este rincón alpino es por la presencia de numerosos glaciares que aún embellece más ya de por sí el paisaje. Los más grandes son el **Tuxer Ferner**, el **Schlegeiskees**, el **Waxeggkees** y el **Schwarzensteinkees**.

Sin duda, la morfología de estas montañas producto del modelado glaciar le hace un destino magnífico para las actividades en montaña.



### 3 Datos básicos

Destino: Tirol Austriaco.

Actividad: Trekking.

Nivel físico: \*\*. Tipo de terreno: \*\*\*.

Duración: 10 días.

Época: De julio a septiembre.

Grupo mínimo-máximo: 4-8 personas.

#### 3.1 Nivel físico, tipo de terreno, nivel de compromiso y grado de dificultad

Destinados a personas con buena forma física que habitualmente hacen deporte o que salen a la montaña y que están habituadas a caminar tanto en caminos como fuera de caminos moviéndose de forma ágil.

N.Físico	Desnivel + acumulado	Kms	Condición física
*	hasta 600 m	Hasta 16 km	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	Hasta 23 km	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1300 m	Sup. A 23 km	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

(No porque sea un nivel determinado, las jornadas tienen que tener el desnivel y kms que aparece en la tabla. Por ejemplo, podemos tener un nivel \*\*\* con 1.300 metros de desnivel positivos y que la etapa tenga 12 km).

Tipo de Terreno	
*	Pistas forestales o senderos en buen estado
**	Senderos en buen estado. Presencia de rocas y raíces que requiere la atención durante la pisada
***	Senderos con obstáculos, pedreras y fuera de camino

### 4 Programa

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

#### 4.1 Programa resumen

Día 1. Encuentro en **Innsbruck**. Alojamiento en el valle de **Innsbruck**.

Día 2. **Finkenberg (830 m)- Gamshütte (1.920 m)**

Distancia 7 km Desnivel + 1.090 m Desnivel – 0 m Tiempo 4 horas.

Día 3. **Gamshütte (1.920 m)- Friesenberghaus (2.477 m)**

Distancia 15 km Desnivel + 1.210 m Desnivel – 650 m. Tiempo 8 horas

Día 4. **Friesenberghaus (2.477 m)- Furttschaglhaus (2.295 m)**

Distancia 14 km Desnivel + 660 m Desnivel – 865m. Tiempo 6 horas

Día 5. **Furttschaglhaus (2.295 m)- Berliner Hütte (2.044 m)**

Distancia 8,5 km Desnivel + 910 m Desnivel – 1.160 m. Tiempo 7 horas

Día 6. **Berliner Hütte (2.044 m)- Greizer Hütte (2.227 m)**

Distancia 10.3 km Desnivel + 1.255 m Desnivel – 1.070 m Tiempo 8 horas

**Día 7. Greizer Hütte (2.227 m)- Kasseler Hütte (2.177 m)**

Distancia 9,5 km Desnivel + 690 m Desnivel – 740 m Tiempo 5 horas

**Día 8. Kasseler Hütte (2.177 m) – Karl Von Edel Hütte (2.235 m)**

Distancia 13 km Desnivel + 800 m Desnivel – 745 m Tiempo 8 horas

**Día 9. Karl von Edel Hütte (2.235 m)- Mayrhofen (620 m)**

Distancia 13 km Desnivel + 0 m Desnivel – 1.615 m Tiempo 4 horas

**Día 10.** Viaje de vuelta.

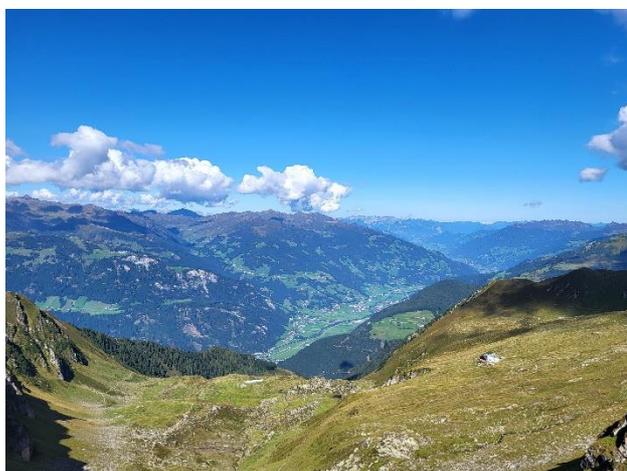
## **4.2 Programa detallado**

Día 1. Encuentro en el aeropuerto de **Innsbruck**. Traslado al valle de **Innsbruck**. Alojamiento en el valle en hotel/guesthouse.

**Día 2. Finkenberg (830 m)- Gamshütte (1.920 m)**

Nos desplazaremos en transporte público, que en estas zonas funciona muy bien hasta el pueblecito de **Finkenberg**, desde donde comenzaremos nuestra andanza. En el día de hoy subiremos hasta el refugio de **Gamshütte**. En el ascenso, las vistas irán mejorando, dejándonos ver a vista de pájaro el valle de **Mayrhofen**.

Distancia 8 km Desnivel + 1.100 Desnivel – 0 m Tiempo 4 horas.



**Día 3. Gamshütte (1.920 m)- Friesenberghaus (2.477 m)**

Etapas de increíble belleza, en la que iremos recorriendo el valle principal de Zemtal a media altura y viendo los valles al sur que recorreremos los próximos días. En la parte final, algunos lagos decoran este panorama. El refugio **Friesenberghaus** se encuentra en un pequeño circo con el lago **Friesenbergsee** y a los pies del **Hoher Riffler 3.231m**

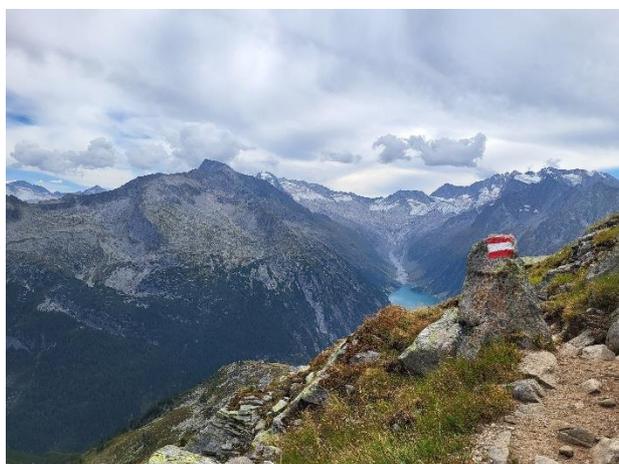
Distancia 15 km Desnivel + 1.210 m Desnivel – 650 m. Tiempo 8 horas

#### Día 4. Friesenberghaus (2.477 m)- Furtschaglhaus (2.295 m)

Partiremos del **Friesenberghaus** descendiendo los primeros metros al lago, para remontar por una canal muy sencilla y comenzar el descenso, al principio muy poco a poco hasta el **Olpererhutte**, refugio donde se encuentra el famoso puente colgante con el lago debajo.

Aquí el camino ya baja directo hasta el lago **Schlegeisspeicher**, que bordaremos cómodamente hasta su cola y una vez aquí, comenzaremos el ascenso hasta el refugio **Furtschaglhaus**. El ascenso es de gran belleza, rodeados de los glaciares que caen del Hochfeiler y el Gran Mesule, a los cuales

Distancia 14 km Desnivel + 660 m Desnivel – 865m. Tiempo 6 horas



#### Día 5. Furtschaglhaus (2.295 m)- Berliner Hütte (2.044 m)

Una de las etapas más alpinas, rodeando la cara sur del **Gran Mesule** y ascendiendo al **pico Schönbichler** de 3.134 m de altitud. Nos ayudaremos de unos cables a modo de “quita miedo”, al igual que en el primer tramo de bajada hacia el Berliner Hütte, un descenso entre rocas en el que andaremos con cuidado serpenteando la ancha cresta.

A nuestra derecha, el impresionante glaciar **Waxeggkees**, que cruzaremos sus frías aguas del deshielo para llegar al **refugio Berliner**.

Si el tiempo acompaña, podremos dar un pase por el cañón que hay justo al lado del refugio, de gran interés.

Distancia 12 km Desnivel + 750 m Desnivel – 300m. Tiempo 5 horas

#### Día 6. Berliner Hütte (2.044 m)- Greizer Hütte (2.227 m)

Del valle de **Zemmgrund**, saltaremos al valle de **Floitingrund**. El camino de ascenso desde el Berliner Hütte es muy bonita. El paisaje está salpicado de lagos en un entorno de alta montaña y como telón de fondo tendremos el **Mörchnerscharte** a 2.872 m.

Los primeros metros de descenso los realizaremos con tramos de cable que facilitarán la bajada entre las pedreras.

En la parte baja del valle, otro tramo de cables, con un buen sendero, nos guiarán hasta el paso final de una escalera que nos salvará un resalte de unos 7 metros, sin dificultad ninguno de los pasos descritos, pero no se recomienda tener vértigo para acometerlos sin material de seguridad.

El **Greizer Hutte** se encuentra en un bonito balcón unos cuantos metros por encima de donde nos encontramos en el fondo del valle, aproximadamente a unos 200 m.

Distancia 10.3 km Desnivel + 1.255 m Desnivel – 1.070 m Tiempo 8 horas

#### **Día 7. Greizer Hütte (2.227 m)- Kasseler Hütte (2.177 m)**

En la primera hora y media de camino desde que salimos del refugio **Grazier**, podremos alcanzar el collado **Lapenscharte** a 2.701 m de altitud, dándonos paso al valle de Stillupgrund. Borearemos el bonito circo glaciar bajo el monte **Lovello** de 3.378 m de altura, ayudados en algunos tramos de cables en senderos colgados de gran belleza y fáciles de pasar, pero no por ello perderemos la atención en el camino.

Dependiendo de la climatología, se puede alargar la actividad visitando unos lagos cercanos al refugio, bajos glaciares y en un ambiente espectacular.

Distancia 9,5 km Desnivel + 690 m Desnivel – 740 m Tiempo 6 horas



#### **Día 8. Kasseler Hütte (2.177 m) – Karl Von Edel Hütte (2.235 m)**

En esta etapa ya no cruzaremos a otros valles paralelos, si no que recorreremos a media altura, el valle de **Stillupgrund**, saltando pequeños collados a unos 2.400 m de altitud, entretenidos todos ellos en los que encontraremos pasos equipados con maromas, o alguna clavija para facilitar el paso.

Al igual que el resto de los días, si las fuerzas acompañan, una vez llegados a nuestro refugio de hoy, el **Karl Von Edel Hütte**, podremos ascender al **Ahornspitze**, de 2.973m de altitud.

El refugio se encuentra en un precioso lugar, sobre la localidad de **Mayrhofen**, donde la postal del atardecer será obligatoria.

Distancia 13 km Desnivel + 800 m Desnivel – 745 m Tiempo 8 horas

#### **Día 9. Karl von Edel Hütte (2.235 m)- Mayrhofen (620 m)**

Si el día anterior no se pudo ascender al **Ahornspitze**, podremos realizar el ascenso en el día de hoy, ya que hasta Mayrhofen solo tendremos un largo descenso. Quien lo prefiera, podrá coger el telecabina que parte a una hora del refugio.

Nos alojaremos en el **Innsbruck** o **Mayrhofen** dependiendo del horario de los vuelos de vuelta.

Distancia 13 km Desnivel + 0 m Desnivel – 1.615 m Tiempo 4 horas

**Día 10.** Viaje de vuelta.

## 5 Más información

Precio.

- Si el grupo alcanza los 6-10 participantes, 1.400 euros por persona.
- Si el grupo alcanza los 5 participantes, 1.480 euros por persona.
- Si el grupo alcanza los 4 participantes, 1.580 euros por persona.

### 5.1 Incluye

- Guía de montaña.
- 7 noche en refugios de montaña en régimen de media pensión.
- 2 noches de hotel en habitación doble en régimen de alojamiento con desayuno (consultar individual).
- Transporte durante el viaje.
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de reservas.
- Camiseta técnica de manga corta Muntania Outdoors ideal para actividades en montaña.

### 5.2 No incluye

- Billete a **Innsbruck**. Posibilidad de gestión del mismo por parte de Muntania Outdoors (25 euros por gestión de vuelos). Posibilidad de volar a **Munich** (consultar)
- 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. Hay una línea de autobús que por menos de 3€ se obtiene cada trayecto.

### 5.3 Ropa y material necesario para este viaje

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.

- Mochila (entre 20-30 litros).
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña (no llevar zapatillas de trail running).
- Ropa técnica:
  - Calcetines.
  - Pantalón corto y largo ligero tipo trekking.
  - Camiseta térmica (primera capa). Una de recambio.

- Forro polar o similar (segunda capa).
- Chaqueta y pantalón tipo Gore-Tex (tercera capa).
- Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
- Guantes finos tipo forro polar.
- Gorro para el frío y gorra para el sol.
- Gafas de sol.
- Frontal (pilas de repuesto).
- Saco sábana y toalla muy pequeña ligera.
- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelback mínimo 1 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.
- Bastones telescópicos.

## 5.4 Observaciones

### **Flexibilidad de fechas**

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas, pero también adaptamos los viajes a su disponibilidad. Por tanto, no dude en consultarnos si las fechas no le cuadran y programaremos una salida para usted.

### **Hora y lugar de encuentro**

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

### **Billete de avión**

Si está interesado en que gestionemos su billete rogamos nos lo comuniquemos, informando del **aeropuerto de salida y regreso y si quiere facturar una maleta en la bodega del avión**. Si puede meter los bastones telescópicos dentro de su maleta no tendrá que facturar una segunda maleta. Antes de comprar el billete le informaremos de su precio. Con nuestros buscadores intentamos localizar el precio más bajo posible. En caso de que usted gestione el billete, debe preguntarnos el lugar de encuentro (aeropuerto u hotel) y hora antes de comprarlo, al igual que el regreso, para coordinar el encuentro del grupo y del guía del viaje.

Recomendamos que en la mochila de cabina lleve lo indispensable para que si no llega su maleta pueda realizar las excursiones.

Muntania Outdoors cobra 25 € en concepto de gastos de emisión del billete en el caso de que se opte por que seamos nosotros los que hagamos los trámites de compra del mismo. Este servicio no incluye gestiones para hacer el checking previo a su vuelo (lo tendrá que hacer usted). Si por cualquier motivo, ajeno a Muntania Outdoors, usted tuviera que cancelar su vuelo, será responsabilidad suya hacer los trámites con la compañía aérea. Si la compañía aérea cancela su vuelo y nos da otra opción similar aceptaremos el cambio sin tener que consultarle y le mandaremos el nuevo horario. Si la compañía aérea cancela su vuelo, le haremos la devolución una vez reembolsen el dinero que costó el billete. Si la compañía aérea cancela su vuelo y quiere reclamar, será usted el que realice los trámites que le pidan realizar. En el caso de que quiera que le

gestionemos otro vuelo, al tratarse de una tramitación de un nuevo billete, tendrá un coste de 25 € adicionales.

Si es usted el que compra su vuelo, rogamos nos consulte los horarios para una mejor coordinación de las horas de llegada y salida con el resto del grupo. Recomendamos que, si el viaje requiere escalas, siempre compre el billete completo bien a través de una compañía aérea que opere en todos los tramos del trayecto con sus propios aviones o con otras compañías que formen parte de la alianza de compañías a la que pertenece y por tanto la compra se haga con un solo pago. Si, por el contrario, opta por comprar un trayecto de ida o vuelta en la que hay escalas y cada escala supone una compra con distintas compañías, en caso de que una compañía cancele el vuelo o llegue con retraso impidiendo coger el siguiente vuelo, será difícil o imposible que una compañía se haga responsable de la pérdida del siguiente vuelo. La opción de la ida con una compañía distinta a la de vuelta también puede ser una opción para encontrar mejores horarios.

### **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.

### **Refugios**

Los refugios están muy bien equipados. Las comidas son copiosas con un primer plato, un segundo y postre y en la mayoría se puede escoger entre varias opciones. Se recomienda viajar con muy poca comida de ataque ya que puede comprarse en los refugios por los que se pasa. Algunos tienen ducha. Las habitaciones son comunes y varía el número de personas que duermen en ella según el refugio y la disponibilidad que tengan. No es necesario llevar saco de dormir, pero si un saco sábana de seda o algodón. Importante incidir en que no es un saco, es una sábana en forma de saco muy ligera y que guardada en su funda no ocupa más que el puño de una mano.

### **Seguro de accidentes/viaje**

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**, pero **no seguro de viaje ni seguro de cancelación**. Si usted practica deportes de montaña u otros deportes de forma regular y además viaja **le recomendamos un seguro de viaje**, que además de cubrir accidentes y rescate tenga mayores coberturas en su viaje.

También tiene la opción de contratar únicamente un **seguro de cancelación**.

Si no dispone de uno, tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con **Galia** y **Intermundial**. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania que si lo hace usted de forma directa con estas compañías.

Consulte los precios y condiciones <https://www.muntania.com/seguros>

Seguro de accidentes y rescate incluido

\* Seguro de accidentes y rescate incluido. Nº PÓLIZA 4020006195 Muntania Outdoors. Teléfono de asistencia 24h 902 09 15 57 (es el número de contacto de la empresa aseguradora Prebal, Previsión Balear M.P.S).

\*\* Es responsabilidad del cliente dar parte del accidente a la aseguradora con la mayor brevedad posible. En el email de última información le daremos de nuevo el número de póliza y teléfono de asistencia para que lo lleve consigo.

\*\*\* Según donde ocurra el incidente, el cliente tendrá que adelantar el pago si la compañía aseguradora lo indica siendo devuelto por parte de esta posteriormente dentro de los límites que tiene la póliza. En cualquier caso, Muntania Outdoors S.L. no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

\*\*\*\* El seguro de accidentes y rescate tiene una cobertura ilimitada en centros concertados en actividades de ámbito nacional y hasta 12.000 euros en el extranjero, siendo el pago contra reembolso.

### 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.

Cualquier cambio del itinerario ajeno a Muntania Outdoors (por ejemplo, causa meteorológicos) que genere un gasto no presupuestado será asumido por los participantes.

### 5.5 Enlaces de interés

- <https://www.austria.info/>
- <https://www.zillertal.at/en/>

### 5.6 Puntos fuertes

- Conocer los Alpes austriacos y el Tirol.
- Montañas menos frecuentadas (Austria).
- Acabar el viaje con una visita de tarde a la ciudad de Innsbruck.

## 6 Otros viajes similares

- Tour del Mont Blanc: El trekking más codiciado de los Alpes.
- Gran Paradiso: Trekking por los Alpes más salvajes.
- Alta Vía 1. El gran trekking de las Dolomitas.
- Tour del Cervino
- Trekking en Eslovenia. Ascenso al Triglav. Alpes Julianos.
- Chamonix Zermatt: El trekking soñado.

## 7 Contacto

**Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608**

+34 629 379 894 [info@muntania.com](mailto:info@muntania.com) [www.muntania.com](http://www.muntania.com)

c/ Las Cruces Nº 1, portal 2, 2º C, 28491 Navacerrada (España).