

SEVEN SUMMITS

EN LOS ALPES DE STUBAI (AUSTRIA)

El valle de Stubai (en alemán "Stubaital") es un valle alpino en el Tirol austriaco. Concretamente es el valle central de los Alpes de Stubai que parte hacia el sur desde Innsbruck, capital del Tirol. El río Ruetz corre a través de este valle que tiene una longitud de 35 km y está rodeado por nada menos que 80 glaciares (entre ellos el homónimo de Stubai, el más grande de Austria) y más de 100 montañas con algunos picos superando los 3000 m. La ubicación del valle lo convierte en uno de los mejores lugares de Austria para acercarse a la naturaleza de la región y contemplar los paisajes montañosos de esta zona alpina. Cascadas, glaciares, bosques y pueblecitos con sus casas adornadas de flores esperan al visitante para dejarle un recuerdo imborrable...

TEXTO Y FOTOS



María Jesús Díaz Hernández

Tiene una larga trayectoria montañera. Es miembro del Baskonia Mendi Taldea de Basauri. Ha realizado ascensiones en Pirineos, Alpes y Atlas, así como en diferentes macizos de la Península Ibérica. También practica otros deportes, destacando en patinaje de velocidad, hockey inline y BTT.



Las actividades en el valle de Stubai relacionadas con los deportes de invierno son las más conocidas, e incluso es uno de los pocos lugares del mundo donde es posible esquiar todos los meses del año, pero en los de verano la amplia oferta turística espera atraer cada año a visitantes que desean disfrutar de paisajes espectaculares e instalaciones deportivas variadas entre las que se encuentran vías ferratas, circuitos de aventura por árboles, vuelos en parapente, parques acuáticos, rafting, kayak y otros deportes al aire libre.

Además si vais a alojarnos en el valle de Stubai, es interesante que tengáis en cuenta que hay alojamientos que, con la estancia incluyen la *Stubai Card*. Una tarjeta turística para recorrer la zona y tener acceso a varias de sus atracciones como entrada a parques acuáticos, remontes mecánicos y utilización del transporte público.

Zuckerhütl



LOS PUEBLOS DEL VALLE

NEUSTIFT

Esta localidad, a 25 km de Innsbruck, es el segundo municipio más grande del Tirol y desde aquí parten muchos itinerarios: desde excursiones largas a paseos sin dificultad para ir con niños. Todo el pueblo tiene un encanto que justifica perderse paseando por sus calles. En esta localidad está ubicada la oficina de turismo del valle.

FULPMES

Esta pequeña ciudad de poco más de 4.000 habitantes se encuentra a 937 m sobre el nivel del mar. Las montañas que rodean esta localidad ofrecen unas vistas impresionantes del pueblo, en un ambiente muy rural. Desde Fulpmes se puede coger el teleférico Kreuzjoch hasta Schlick 2000, un paraíso del esquí en invierno que ofrece unas vistas impresionantes durante el verano.

TELFES

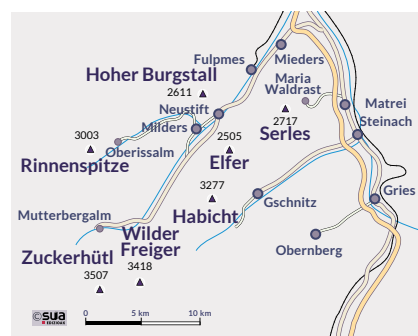
Gracias a su situación privilegiada, que lo convierte en la localidad más soleada del valle, es conocido como el pueblo de las rosas, por la gran cantidad de flores que adornan todas sus casas y calles.

MIEDERS

El pequeño pueblo de Mieders es uno de los más tranquilos del valle y está situado a los pies de la zona de esquí y senderismo de Serlesbahn. Su impresionante tobogán de verano con 2,8 km de longitud y un desnivel de 640 m permite alcanzar los 42 km/h en un descenso de algo más de tres minutos. Cerca del pueblo podréis visitar el monasterio de peregrinación más alto de Europa: Maria Waldrast (1655 m), con más de 400 años de tradición.

SCHÖNBERG

A la entrada del valle, esta localidad cuenta con una extensa variedad de opciones vacacionales, aparte de una maravillosa vista de las cimas blancas al fondo del valle. Este pequeño y encantador pueblo ofrece a su vez, numerosas rutas de senderismo y bicicleta de montaña así como, gracias a su proximidad con Innsbruck, el descubrimiento de esta agradable ciudad con sus puntos de interés más importantes.



THE SEVEN SUMMITS

Las "Siete cimas de Stubai" no consisten en un circuito de jornada a jornada de refugio en refugio, sino que agrupa los picos más majestuosos del valle que cuentan con diferentes niveles de dificultad.

Las "Siete cimas de Stubai" agrupa los picos más majestuosos del valle

Sin ser las montañas más altas de Stubai (a excepción del Zuckerhütl), esta selección aporta diferentes atractivos que no dejan imposible al que se atreve a intentar el circuito integrado por los siguientes picos: Zuckerhütl, Wilder Freiger, Habicht, Rinnenspitze, Serles, Hoher Burgstall y Elfer.

Lo cierto es que del tiempo que se dedique a completarlo y de las inclemencias atmosféricas dependerá en gran parte el éxito de la empresa. Si tenemos un tiempo limitado será mejor elegir las cumbres que queramos hollar y dejar para otra ocasión el resto.

Nuestro grupo contaba con una semana y ya preveíamos que iba a ser insuficiente para ascender las 7 cimas, por lo que tuvimos que hacer una selección previa para evitar decepciones.

Teniendo en cuenta nuestro condicionamiento, decidimos eliminar los objetivos que necesitasen más de una jornada para llegar a la cima. Así pues, descartamos el Habicht y el Wilder Freiger cuyas reseñas aconsejaban dividir las ascensiones en dos jornadas.

En la Oficina de Turismo de Neustift proporcionan una tarjeta en la que aparecen los nombres de los picos y que se valida en cada cima para que el reto se considere superado y puedan comprobar que se ha llegado a la cumbre. La citada oficina otorga un premio en forma de trofeo a aquellas personas que superen el desafío completo. Para aquellos que logren al me-



Elfer, Zwölferspitze y Habitch

nos subir a 3, también hay obsequio en forma de camiseta conmemorativa. ¡Todo un detalle!

RINNENSPITZE (3003 m)

ESFUERZO FÍSICO ESTIMADO: 3/5
TÉCNICA ESTIMADA: 2/5
TIEMPO DE ASCENSO ESTIMADO: 4 h 30 min
y 3 h 30 min para el descenso

Para empezar, elegimos este bonito pico localizado en el valle de Oberberg. La excursión comienza en Oberissalm donde se accede desde Neufstift girando hacia Milders y llegando hasta el final de la carretera.

Desde el parking de Oberissalm sale un camino que está bien marcado y en cada cruce unos postes indican la dirección y el tiempo que falta hacia los diferentes refugios o hasta el pico mismo.

A través de un bosque de pinos se asciende hasta Alpeinalm, un clásico refugio-restaurante, desde donde ya se puede ver el refugio Franz-Senn Hütte. Detrás de este último refugio continúa la senda que asciende dando un rodeo a una zona de rocas que quedan en frente. Varios grupos se encaminan hacia allí, en los carteles leemos que es una zona equipada con ferratas.

Seguimos las marcas blancas y rojas en dirección al lago Rinnensee pero dejamos el desvío a la izquierda y continuamos ascendiendo hacia la cima cuya cruz que la corona ya se ve en lo alto.

En esta parte, el camino ha cambiado a un trazado entre bloques que nos acompañará hasta poco antes de la cima.

Finalmente llegamos a una zona equipada con cable metálico y clavijas que facilitan el ascenso. Algunos de los que nos preceden van equipados con disipadores de ferratas, nosotros no y sin embargo no nos resulta difícil superar esta zona que finaliza en una arista en la vertiente norte de la montaña. Seguimos el track y descendemos un breve tramo hasta llegar a la trepada final.

La cima es estrecha e incómoda. No hay apenas sitio entre la gente y los bloques de piedra que configuran esta parte, sin embargo esta circunstancia no nos impide apreciar las maravillosas vistas sobre los glaciares Lüsenferner y Alpeiner Ferner, así como los diferentes picos que conforman el circo glaciar que limita con Italia al sur.

SERLES (2717 m)

ESFUERZO FÍSICO ESTIMADO: 5/5
TÉCNICA ESTIMADA: 1/5
TIEMPO DE ASCENSO ESTIMADO: 4 h 30 min
y 3 h para el descenso

El Serles aparece como una pirámide aislada a la entrada del valle desde cuya cima se tiene una visión completa de las dimensiones de esta zona, distinguiendo claramente las sucesivas poblaciones, picos cercanos y hasta los glaciares del final a casi 35 km de distancia.

La ruta más habitual para acceder a su cima comienza desde el monasterio Maria Waldrast (1638 m), pero nosotros elegimos la que parte



de Kampl (994 m), un barrio de Neustift muy cercano a nuestro lugar de alojamiento cuyas rampas iniciales nos indican que la jornada no nos va a dar tregua hasta alcanzar la cima.

Las calles asfaltadas dan paso a un bosque tupido por el que la ruta asciende en zig-zag, alcanzando en un par de horas un bar con zona de esparcimiento. Un poste indicativo nos orienta sobre el camino a seguir. Tras ascender por rampas que no dan ningún descanso, alcanzamos el collado del Serles. A partir de aquí el trazado nos lleva a superar un resalte rocoso equipado por una escalera que nos facilita la ascensión.

Las calles asfaltadas dan paso a un bosque tupido por el que la ruta asciende en zig-zag

Diferentes cables nos guían y nos sirven de apoyo hasta dar con una pedrera que desemboca finalmente en una cruz de grandes dimensiones.

Hemos alcanzado la amplia cumbre tras una ascensión de 1700 m de desnivel. Las vistas son espectaculares y abarcan desde la cer-

cana Innsbruck hasta los glaciares perpetuos y el Zuckerhutl en el fondo del valle.

El descenso lo hacemos desde el collado por la otra vertiente de la montaña hasta alcanzar el monasterio Maria Waldrast en apenas 2 horas y media. Por este lado el esfuerzo ha sido considerablemente menor porque los desniveles no son tan acusados y en las inmediaciones del monasterio continuamos por una amplia pista que nos lleva hasta un telecabina que nos deja en pocos minutos en Mieders. Existe la posibilidad de bajar andando hasta Mieders, lo que añadiría hora y media más al recorrido, sin embargo la inminente lluvia que comienza, nos facilita la elección. De la base del cable-car a nuestro alojamiento llegamos en autobús.

ELFER (2505 m)

ESFUERZO FÍSICO ESTIMADO: 1/5

TÉCNICA ESTIMADA: 1/5

TIEMPO DE ASCENSO ESTIMADO: 2 h 30 min

+ 1 h si se asciende el Zwölferspitze

Para nuestra tercera cima, elegimos el Elfer como objetivo. Es un atractivo pico que está situado sobre Neustift y cuya forma más rápida de ascender es la utilización de otro telecabina.

El acceso mediante el uso de medios mecánicos favorece la presencia de numerosos turistas y montañeros. También es un promontorio ideal para la práctica del parapente y a la salida del telecabina nos topamos con una rampa de salto para practicantes de este deporte.

El camino es evidente y simplemente hay que seguir a la gran cantidad de gente que nos precede. En 25 minutos llegamos al Elferhütte, restaurante-bar con unas vistas espectaculares sobre Neustift. Continuamos por un sinuoso sendero que no presenta ninguna dificultad e incluso en varios tramos se presenta cubierto por una malla plástica para evitar su degradación.

Alcanzamos la zona rocosa de la cumbre y nos dirigimos, ayudados de un cable de seguridad, hacia la primera torre rocosa del Elfer o Elferspitze (2499 m) que es donde está situado el dispositivo de fichaje. Esta torre está coronada por una cruz sobre un promontorio solo accesible por una estrecha chimenea que nos deja en un paso corto pero muy expuesto. Debido a la dificultad y al cuello de botella que se forma, muchos dan por culminado el ascenso en este punto.

El Elfer está compuesto por dos cimas, la segunda cima o Elferkofel (2505 m) se encuentra unos metros más al sur y su acceso

Hacia el Elferspitze





Poste indicador

es bastante más técnico porque hay que subir por una pared vertical de unos 20 metros equipada con cable de seguridad y escalones metálicos. No vemos a nadie que lo intente y nosotros desistimos también. El camino continúa para completar un recorrido circular que vuelve a la estación superior del teleférico. Sin embargo llegando al punto donde el camino gira hacia al este para descender hasta el Elferhütte, vemos no muy lejos otra cruz sobre un pico cercano que no nos lleva más de 50 minutos coronar. Se trata del Zwölferspitze de 2562 m cuyo acceso no presenta dificultades a excepción de un corto y expuesto paso antes de la cresta cimera.

ZUCKERHÜTL (3507 m)

ESFUERZO FÍSICO ESTIMADO: 4/5
 TÉCNICA ESTIMADA: 4/5
 TIEMPO DE ASCENSO ESTIMADO: 3 h 30 min
 desde la estación superior del telecabina

El Zuckerhütl o pan de azúcar, es el pico más alto de Stubai. Situado en la frontera con el Tirol del Sur, domina toda la zona glaciar y es fácilmente visible desde las cimas más modestas del valle.

Se trata de un pico rocoso de forma piramidal cuya ascensión está calificada como

exigente tanto física como técnicamente por tener que atravesar glaciares y hacer frente a la ascensión final por bloques de roca con zonas un poco expuestas.

Salimos en dirección al glaciar de Stubai y esperamos al primer telecabina (8 de la mañana) con dirección a Eingrat; luego conectamos con otro remonte que parte hacia Schaufeljoch y llega hasta el *Top of Tyrol* a más de 3000 metros, donde se ubica el restaurante de montaña más alto de Austria, el Jochdohle.

El comienzo de la ruta tiene lugar a la salida de la estación superior (cerca del restaurante) y nos dirigimos rumbo sur hasta topar con la estación del telesilla de Fernau. Desde aquí vamos ascendiendo por camino entre rocas hasta el collado Pfaffenjoch (3212 m) donde la ruta entra de lleno en el glaciar Sulzenaufferner. Hacemos una parada para equiparnos y encordamos y así poder seguir con seguridad.

Hay que hacer frente a la ascensión final por bloques de roca con zonas un poco expuestas

El recorrido se adentra en un glaciar en buenas condiciones con algunas grietas de peque-

ño tamaño, pero comprobamos que pueden ser engañosas y ocultan profundos agujeros.

En todo momento distinguimos la pirámide rocosa del Zuckerhütl que emerge del hielo y se va acercando con el paso del tiempo. Al llegar a la zona de rocas nos desprendemos de crampones y piolet. Sin embargo conservamos el casco y una cuerda por seguridad. Pronto comprobamos que ha sido una buena idea porque los que ya bajan de la cumbre provocan la caída de piedras de una manera muy peligrosa. El ascenso es lento, poniendo mucha atención en cada paso hasta llegar a la cruz cimera.

La panorámica es impresionante: en la cercanía podemos ver al sur una imagen clara de Dolomitas, al oeste el valle de Oetz y al este los Alpes de Zillertal. Realmente majestuoso.

No podemos entretenernos mucho en la cumbre y -teniendo en cuenta que el último telecabina parte a las 16 h- descendemos todo lo rápido que nos permite la prudencia. Llegamos con puntualidad británica a la estación pensando que si hubiéramos perdido este

Vista desde Neder



transporte, el descenso nos hubiera supuesto añadir una par de horas más a nuestras cansadas piernas. A pesar de que el desnivel ha sido de poco más de 400 metros, esta cima nos deja realmente satisfechos.

HOHER BURGSTALL (2611 m)

ESFUERZO FÍSICO ESTIMADO: 1/5

TÉCNICA ESTIMADA: 1/5

TIEMPO DE ASCENSO ESTIMADO: 3 h (+ 30 min si se asciende el *Niederer Burgstall*)

Esta montaña, situada en el extremo suroeste de la cordillera Kalkkögel constituye, en términos montañosos, la caminata más fácil de las siete cumbres aunque las vistas que ofrece bien valen el paseo. Se dice que sir Edmund Hillary ascendió esta cima en su primera incursión en los Alpes, cuatro años antes de conquistar el Everest en 1953.

El punto de salida de esta excursión es la estación superior de Kreuzjoch (2136 m), a la que se llega dirigiéndonos hacia la localidad

de Fulpmes y posteriormente alcanzando el telecabina de Schlick 2000.

Desde la estación superior, comenzamos a caminar por un sencillo trazado en dirección al refugio Starkenburger Hütte. Simplemente hay que seguir las señales que nos apuntan hacia la cumbre y nos obligan a bordear el muro sur del más pequeño *Niederer Burgstall* (2436 m) al cual nos dirigiremos en el descenso. Posteriormente el camino atraviesa una zona rocosa equipada con cadenas que nos facilita la llegada a la cresta que desemboca en la cima. La duración ha sido inferior a las 3 horas.

el camino atraviesa una zona rocosa equipada con cadenas que nos facilita la llegada a la cresta

Las vistas son asombrosas, teniendo en frente el poderoso Serles cuya ruta de ascenso desde Kampl tenemos a la vista.

En el descenso, desandamos el camino y en uno de los cruces nos dirigimos al *Niederer Burgstall* que, a falta de cruz, ha sido coronado por un monumento de metal.

Las *Seven Summits* de Stubai se completan con el *Wilder Freiger* (3418 m) que necesita de dos jornadas para su ascenso y al cual se puede llegar por diferentes vías y el *Habitch* (3277 m) cuya ruta más asequible para alcanzar la cima pasa por utilizar el telecabina y mismo camino que nos deja en el *Elfer*, aunque desde la localidad de *Gschnitz* se puede intentar el acceso en una intensa y larga jornada.

INFORMACIÓN ADICIONAL

www.stubai.at

www.tyrol.tl

Stubai Wanderkarte. 1:30.000 Outdooractive GmbH & Co. KG. Edición 2017.

Video de la actividad: <https://youtu.be/hkknGgplj3k>

