

COURSE GUIDE

mozart 100, mozart Ultra ¹⁾, mozart Marathon ²⁾, mozart Light ³⁾, mozart Half Marathon ⁴⁾

Der Start des mozart 100 erfolgt im Herzen der Salzburger Altstadt, auf dem Kapitelplatz an der Südseite des Salzburger Doms und am Fuße der Festung Hohensalzburg. Von hier geht es flach und auf befestigtem Untergrund vier Kilometer in Richtung Süden durch die Hellbrunner Allee zum Wilhelm-Kaufmann-Steg über die Salzach nach Elsbethen. Bei KM 7 beginnt die Glasenbachklamm, die als erster landschaftlicher Highlight auf einem schönen Trail über 220 Höhenmeter leicht bergauf führt. Nach dieser ersten nennenswerten Steigung erreichst du die



Start mozart 100

➔ Labestation 1 - Hinterwinkl, km 11

Von hier geht es entlang der Landesstraße 1,5 km zum Forstweg, der auf die Pechauer Scharte und dann bergab nach Ebenau führt. Ab KM 16 geht es auf einem Single Trail zum einzigartigen Plötz



Aufstieg Gitzenberg

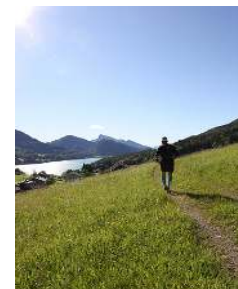
Wasserfall (KM 17,5) und weiter über die Hinterschroffenau Landesstraße zum steilen Anstieg auf den Gitzenberg (810 hm). Von dort kannst du dich bergab hinunter in die Ortschaft Hof-Lebach etwas erholen.



Labestation Hinterwinkl

➔ Labestation 2/9 - Hof-Lebach, km 21/87

Nach der Halbmarathon-Distanz läufst du weiter ostwärts in Richtung Fuschlsee. Läufer des mozart 100 und mozart Ultra erwarten zwei kleineren, technisch leichte Anstiege und herrliche Ausblicke auf den Fuschlsee. Ab KM 25 verflacht die Strecke und führt am Fuschlsee-Rundweg entlang der Südseite des Sees bis zur Ortschaft Fuschl am See.



Ausblick auf den Fuschlsee

➔ Labestation 3/8 - Fuschl, km 31/77

Hier haben Athleten des mozart 100 zweimal, Athleten des mozart Ultra einmal Zugriff auf ihr Dropbag, das sie beim Start abgegeben haben.

Ab Fuschl am See geht es kontinuierlich 300 Höhenmeter bergauf über herrliche Wanderwege durch bewaldetes Gebiet in Richtung Eibensee. Es geht weitere drei Kilometer bergauf in Richtung Almkogel. Etwa bei KM 40 ist der bis dahin höchsten Punkt (1.130 hm) erreicht. Der Abstieg führt 400 Höhenmeter über schmale Wege und einem flüssig zu laufenden Trail nach unten; genieße den lohnenden Ausblick auf den schönen Mondsee im Osten. Ein kleiner Forstweg, parallel zur Straße bringt, dich in die kleine Ortschaft Winkl.



Mondsee

➔ **Labestation 4 – Winkl, km 45**



Aufstieg zur Schafbergalm

Wer bis dahin die Kräfte geschont hat, wird dankbar sein. Denn durch dichten Wald führt der anschließend technisch schwierige Single Trail steil nach oben auf den Schafberg. Du musst aber nicht den Gipfel erreichen, nach einem Anstieg von 750 Höhenmetern ist die 1.320m hoch gelegene Schafbergalm die zweithöchste Erhebung des mozart 100 erreicht. Hier erwartet dich eine "kleine" Verpflegungsstation, wo Wasser, Riegel und Gels angeboten werden.

➔ **Labestation 5 – Schafbergalm, km 49**

Der Trail bergab in Richtung St. Wolfgang, sehr lohnend mit traumhaften Ausblicken auf den Wolfgangsee, birgt Potenzial für die schnellen und geübten Bergabläufer. In Ried bei St. Wolfgang ist der östlichste Punkt des mozart 100 und mozart Ultra erreicht. Von hier läufst du nördlich



Fürberg am Wolfgangsee

des Wolfgangsees vorbei an der Falkensteinwand in den St. Gilgner Ortsteil Fürberg direkt am Wolfgangsee. Entlang des Fürberg Wanderwegs läufst du flach über 3 km bis in die Ortschaft St. Gilgen.



Schafbergalm, 1.320 m

➔ **Labestation 6 – St. Gilgen, km 61**

Du kannst in St. Gilgen stolz auf den Schafberg blicken, den du soeben hinter dir gelassen hast. Im Süden zeigt sich das Zwölferhorn, das als nächste



Single Trail auf das Zwölferhorn

Challenge auf dich wartet. Von der Talstation der Zwölferhorn-Seilbahn führen die Trails im schattigen Wald 450 Höhenmeter bergauf zur Mittelstation des Zwölferhorns - auf die Sausteigalm auf 1.100 Meter Seehöhe.



Sausteigalm mit Blick auf den Wolfgangsee

Nun erwartet dich der Anstieg auf den Gipfel des Zwölferhorns, mit 1.520 Höhenmetern die höchste Erhebung des mozart 100 und mozart Ultra. Der prächtige Rundumblick belohnt die Mühen des



Anstiegs und das Foto am Gipfelkreuz wird dich noch lange an deine tolle Leistung erinnern.



➔ **Labestation 7 – Arnikahütte (Zwölferhorn), km 67**

Jetzt geht es abwärts in Richtung Westen. Nach einem kurzen Bergablauf siehst du bei KM 67 die Arnikahütte, wo die ersehnte Labestation auf dich wartet. Es ist eine "kleine" Verpflegungsstation mit Wasser, Riegel und Gels. Nimm dir etwas Zeit für eine Rast und genieße die herrliche Almenlandschaft, die vor dir liegt.



Nun setzt du zum gut zu laufenden Bergab-Trail über Forstwege und Almen in Richtung Tiefbrunnau an. Es geht an der Lärchenhütte vorbei, von wo es durch kleine Wälder zur Ortschaft Kühlleiten bergab geht. Von dort führt die Strecke leicht abfallend auf befestigtem Weg über 3 km nach Fuschl am See, wo du bereits bei KM 31 durchgelaufen bist.

➔ **Labestation 3/8 – Fuschl, km 31/77**

Hier haben Läufer des mozart 100 erneut Zugriff auf ihr Dropbag; bzw. können auch Läufer des mozart Ultra (km 46) auf ihr Dropbag zugreifen. Unmittelbar nach der Ortschaft Fuschl biegst du in den Fuschlsee-Rundweg ein, der leicht kupert auf Single Trails entlang des Nordufers führt. Du läufst beim Westufer am Golfclub Fuschl vorbei, lässt den See hinter dir und erreichst nach wenigen Kilometern erneut den Ort Hof und die



Fuschlsee-Rundweg

➔ **Labestation 2/9 – Hof-Lebach, km 21/87**



Koppler Moor

Nach dem Anstieg zum Gitzenberg, dem darauffolgenden steilen Bergabtrail und der Ortschaft Hinterschroffenau erreichst du nach etwa 5 km im Ortsteil Ebenau den Aussichtspunkt Watzmannblick auf 757 Metern. Nun läufst du über angenehm kupertes Gelände in das weitläufige Koppler Moor, wo dich kurz später nach einem kurzen Anstieg eine weitere Stärkung erwartet.

➔ **Labestation 10 – Koppl, km 96**

Jetzt gilt es nochmals alle Reserven zu mobilisieren! Es geht durch den Wald auf den vorletzten Berg der Strecke, den Nockstein auf 1.000 m Höhe. Nach etwas mehr als 200 hm genießt du einen fantastischen Blick auf die Stadt Salzburg bzw. links hinauf zum Gaisberg.



Panoramablick vom Nockstein auf die Stadt Salzburg



Trail vom Nockstein bergab

Ein technischer Trail – teilweise ausgesetzt und steil – am Fuße des Gaisbergs führt dich bergab durch die Nocksteinklamm über die Gersbergalm und den Kühberg in den Ortsteil Gnigl der Stadt Salzburg.

➔ **Labestation 11 – ZIB (am Fuße des Kapuzinerbergs), km 105**

Das Ende naht, aber noch wartet ein letzter "Hinterhalt" der Strecke: der Kapuzinerberg mit nochmals 200 Höhenmetern und 600 Stufen. Bevor du diesen letzten Anstieg auf dich nimmst, wartet auf dich noch eine "kleine" Labestation mit Getränken.



Franziski Schloß auf dem Kapuzinerberg

Wenn du das "Franziski Schloß", den höchsten Punkt dieses Salzburger Stadtberges mit 630 Höhenmetern, erreicht hast, hast du es fast geschafft. Von nun an geht es nach unten, aber Vorsicht auf Wurzeln und Steine beim Bergablaufen!



Trail vom Kapuzinerberg abwärts

Die Schmerzen wirst du vergessen, wenn du die Stadt Salzburg und die Salzach zu deinen Füßen siehst. Über die steile Imbergstiege erreichst du die Steingasse, von dort geht es über das "Platzl" und am Giselakai der Salzach entlang. Über den Mozartsteg überquerst du die Salzach, läufst vorbei an Mozartplatz, Residenzplatz und Domplatz, bis dich am Kapitelplatz der gebührende Empfang für unsere Helden erwartet.



Imbergstiege mit Blick über die Stadt Salzburg



Zieleinlauf in der Stadt Salzburg

Hier ist der Link zum 3D Video der mozart 100 Strecke.

<https://www.relive.cc/view/v26M8KwKoEO>

Der Streckenverlauf stimmt genau mit der tatsächlich zu laufenden Route überein. Die Unterschiede in der Länge bzw. den Höhenmetern der Strecke ergeben sich aus unterschiedlichen Maßsystemen.

1) mozart Ultra

Dein Start ist in Fuschl am See; die Streckenbeschreibung dieses Kurses beginnt im Text bei Labestation 3/8. Vom Start weg verläuft deine Route gleich wie jene des mozart 100 (ab KM 31).

Hier ist der Link zum 3D Video der mozart Ultra Strecke.

<https://www.relive.cc/view/vrqodGYKNyv>

Der Streckenverlauf stimmt genau mit der tatsächlich zu laufenden Route überein. Die Unterschiede in der Länge bzw. den Höhenmetern der Strecke ergeben sich aus unterschiedlichen Maßsystemen.

2) mozart Marathon

Der Wettbewerb startet im Ort St. Gilgen, verläuft etwa 1,5 Kilometer durch den Ort, bevor es kurz und intensiv bergauf zur Weißwand geht. Von dort geht es rechts bergab nach Laim und dann bergauf Richtung Mozartblick. Die Strecke führt über herrliche Single Trails, die immer wieder einen schönen Blick auf den Wolfgangsee bieten, in Richtung Ellmau. Nach etwa 6 Kilometern kommst du auf die Strecke des mozart 100 (KM 73). Deine erste Labestation hast Du in Fuschl bei KM 11. Die Streckenbeschreibung für dich geht bei "Labestation 3/8 – km 31/77" der mozart 100 Strecke weiter.

Hier ist der Link zum 3D Video der mozart Marathon Strecke.

<https://www.relive.cc/view/vR07dGW7Ky6>

Der Streckenverlauf stimmt genau mit der tatsächlich zu laufenden Route überein. Die Unterschiede in der Länge bzw. den Höhenmetern der Strecke ergeben sich aus unterschiedlichen Maßsystemen.

3) mozart Light

Dein Start ist in Fuschl am See; die Streckenbeschreibung dieses Kurses beginnt im Text bei "Labestation 3/8 – km 77" der mozart 100 Strecke

Hier ist der Link zum 3D Video der mozart Light Strecke.

<https://www.relive.cc/view/vevW7DxDeyv>

Der Streckenverlauf stimmt genau mit der tatsächlich zu laufenden Route überein. Die Unterschiede in der Länge bzw. den Höhenmetern der Strecke ergeben sich aus unterschiedlichen Maßsystemen.

4) mozart Half Marathon

Der Start des mozart Half Marathon ist in Koppl; nach etwa 3 Kilometer geht deine Strecke analog zu den anderen Bewerben in Richtung Salzburg. Die erste und einzige Labestation des mozart Half Marathon ist bei KM 11 (Labestation 9) in Koppl. Die Streckenbeschreibung für deinen Bewerb beginnt bei "Labestation 9".

Hier ist der Link zum 3D Video der mozart Half Marathon Strecke.

<https://www.relive.cc/view/v26M8KwKWEQ>

Der Streckenverlauf stimmt genau mit der tatsächlich zu laufenden Route überein. Die Unterschiede in der Länge bzw. den Höhenmetern der Strecke ergeben sich aus unterschiedlichen Maßsystemen.