

## REICHERTSHAUSEN – SCHEYERN – PFAFFENHOFEN AN DER ILM

**WEGBESCHREIBUNG** In Reichertshausen das Wohngebiet westlich der Ilm ansteuern, wo am Mozartring zwischen den Häusern Nr. 4 und 6 ein Feldweg beginnt. Diesem nordwestwärts nach Ilmried folgen. Auf dem Klosterweg Ilmried nach Norden verlassen, vor dem Gehöft von Unterdumelthausen links und bei der zweiten Abzweigung rechts nach Fernhag. Dort kurz an der Kreisstraße entlang in Richtung Scheyern, dann aber links auf einem Feldweg zum Ledererweiher hinab und steil zum Kloster hinauf. Um nach Pfaffenhofen zu gelangen, peilt man über die Marienstraße und den Guckenbühl den nordöstlichen Ortsrand von Scheyern an. Nun nordostwärts auf der Straße an Pöcking vorbei und mehrmals rechts haltend über den Hügelkamm zur Kreisklinik und zur Ilm. Entweder direkt zum Bahnhof oder nordwärts ins Pfaffenhofener Stadtzentrum.

**SCHWIERIGKEIT** Wanderung leicht (familienfreundlich), Kondition mittel

**HÖHENMETER** ↑ ↓ 150 Hm

**WEGSTRECKE** 16 km

**DAUER** ca. 4 Std.

**BUS & BAHN** Mit der Regiobahn (RE16) nach Reichertshausen (Ilm). Zurück: Von Pfaffenhofen (Ilm) mit der Regiobahn (RB16) oder dem Regional-Express (RE1) zurück nach München. Verbindungen ab 6:13 Uhr ab München.

**EINKEHR** Klosterschenke Scheyern, Schyrenplatz 1, 85298 Scheyern, Tel. 084 41 27 89 o, klosterschenke-scheyern.de

**KARTE** ATK25-M11 „Petershausen“, ATK25-N11 „Pfaffenhofen a. d. Ilm“, 1:25.000

**LITERATUR** Joachim Burghardt: Wanderführer Hallertau, Rother Bergverlag, 2021



Der Turm der Scheyerner Klosterkirche ist ein Blickfang.

## Streifzug durch den unbekanntenen Norden

Wenn Münchner an freien Tagen nicht in der Stadt bleiben, um sich an der Isar oder im Biergarten zu verlustieren, kann es für sie nur eine Richtung geben: ab in den Süden, an die Seen oder ins Gebirge. Dabei finden sich auch im „unbekannten Norden“ interessante Ausflugsziele, die völlig zu Unrecht oft übersehen werden. Eines, das Kloster Scheyern, ist im Rahmen einer Wanderung von Reichertshausen nach Pfaffenhofen besonders empfehlenswert. Diese kinderleichte, 16 Kilometer lange Tour unternimmt man am besten mit der Bahn, die vom Münchner Hauptbahnhof in sagenhaften 30 Minuten zum Ausgangspunkt fährt. Unterwegs lernt man die stille Schönheit des Ilmtals kennen und wandert weit-ab des Trubels durchs Hügelland. Nach etwa zwei Stunden wird Scheyern erreicht, wo die Benediktinerabtei zu einer Rast einlädt. Sehenswert ist die Klosterkirche mit der Kreuzreliquie, doch auch die Klosterschenke und die klostereigenen Betriebe, wie der Laden, die Metzgerei sowie die Brauerei (die drittälteste Deutschlands!), sind einen Besuch wert. Im zweiten Teil der Wanderung steigt man auf anderer Route ins Ilmtal ab. Am Zielort angekommen, lohnt sich ein kleiner Rundgang mit abschließender Eis-Belohnung!

Text und Foto: Joachim Burghardt

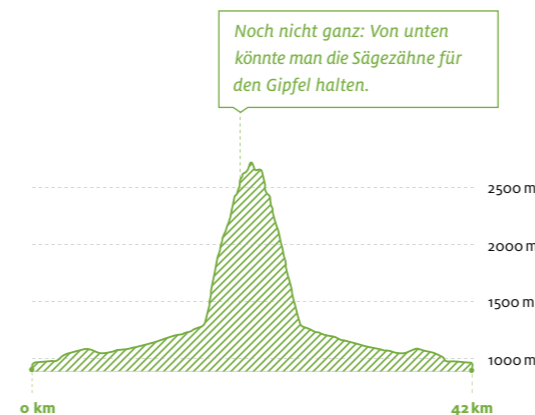


Am Grat zwischen Großem Heissenkopf und den Sägezähnen – die Kaltwasserkarspitze verbirgt sich noch.

## Auf die Karwendel-Königin

Gleich vorweg: Wer diese Tour ohne Fahrrad antritt, muss entweder masochistisch veranlagt oder ein superfitter Trailrunner sein. Die relativ flachen 17 Kilometer Forststraße (einfach!) durch das Hinterautal sollte man in jedem Fall radeln – ein solides Trekkingbike genügt dafür vollauf. Die Birkkarspitze zieht als höchster Karwendelgipfel naturgemäß viele Gipfelsammler an. Viel weniger los ist an der benachbarten Kaltwasserkarspitze, gern auch als „Kawaka“ abgekürzt, die als „Königin des Karwendels“ gilt. Im Gipfelbuch von 1982 ist jedenfalls immer noch Platz. Dank der südseitigen Exposition ist die Tour bis weit in den Herbst hinein möglich, dann sind auch die Temperaturen im Latschengürtel angenehmer. Trotzdem sollte man große Trinkreserven mitführen und später im Herbst erste Schneefälle und kürzere Tageszeiten bei der Planung berücksichtigen. Achtung, Fata-Morgana-Gefahr: Von unten kommend kann man sowohl den Großen Heissenkopf als auch die Sägezähne leicht für den Gipfel halten. Der Anstieg zieht sich länger, als man denkt. Erstbestiegen wurde die Kaltwasserkarspitze vom Karwendel-Erschließler Hermann von Barth höchstpersönlich, im Jahr 1870.

Text und Foto: Günter Kast



## VON SCHARNITZ AUF DIE KALTWASSERKARSPITZE

**WEGBESCHREIBUNG** Sehr lange, anspruchsvolle Bergtour, im Gipfelbereich mit Passagen im II. Grad und brüchigem Fels. Von Scharnitz mit dem Rad ins Hinterautal, vorbei am Isarursprung und bei der Kastenalm nach links ins Rossloch. Das trockene Bachbett queren und dem Steig ins Moserkar folgen, nun den Abzweig (rot markiert) zu den Heissenköpfen nicht verpassen! Nun steil durch die Latschengassen, dann über Wiesenhänge und einfaches Blockwerk zum Großen Heissenkopf (2437 m), den man von unten kommend leicht mit dem Gipfel verwechseln kann – 5 Std. sind bis hier ein gutes Maß. Nun geht es technisch schwieriger über die Sägezähne zur Kaltwasserkarspitze, wobei sich Gehgelände und Kraxelpassagen abwechseln. Vereinzelt helfen Steinmänner bei der Orientierung, meistens bleibt man nah am Grat bzw. dort, wo der Fels am festesten ist, und weicht nur kurzfristig in die Flanken aus. Abstieg wie Aufstieg.

**SCHWIERIGKEIT** Bergtour, Kondition sehr groß

**HÖHENMETER** ↑ ↓ 1800 Hm

**WEGSTRECKE** 42 km

**DAUER** cs. 10 Std. (MTB vorausgesetzt!)

**BUS & BAHN** Von München Hbf in 2:01 Std. mit der Regiobahn (RB 6) nach Garmisch-Partenkirchen, weiter mit S6 Richtung Innsbruck Hbf nach Scharnitz. Erste Fahrt am Wochenende um 6:32 Uhr, Rückfahrt stündlich bis ca. 21:30 Uhr.

**EINKEHR** Kastenalm im Hinterautal (1220 m), Tel. +43 664 531 67 96, alpenwelt-karwendel.de/a-kastenalm

**KARTE** AV-Karte 5/2 „Karwendelgebirge Mitte“, 1:25.000. Für den ersten Teil der Forststraße von Scharnitz bis Mitte Hinterautal zusätzlich AV-Karte 5/1 „Karwendelgebirge West“, 1:25.000

**LITERATUR** Mark Zahel: Alpine Bergtouren Wetterstein und Karwendel, Bruckmann Verlag, 2014

## LAUENENSEE – GELTENHÜTTE – GELTENHORN – ARPELISTOCK – SANETSCHPASS

**WEGBESCHREIBUNG** Von der Postautohaltestelle am Lauenensee auf dem Wanderweg zur Geltenhütte SAC. Tags drauf in Richtung Arpelistock durch das Rottal. Bei einer wenig ausgeprägten Fläche zweigen Wegspuren ab, um einen Graben zu durchqueren und zu P. 2425 zu gelangen. Über eine weite Schuttflanke, wenig unterhalb der Geltenlücke, wird der Geltengletscher erreicht. In einem Linksbogen auf die Geltenlücke aufsteigen und über einige plattige Felsen sowie einen Geröllhang zum Beginn des Ostgrats des Geltenhorns, wo die Kletterei (einfach, aber kaum absicherbar) beginnt. An der Kante folgt die klettertechnische Schlüsselstelle der Tour (III), danach geht es leichter zum Gipfel. Der Verbindungsgrat zum Arpelistock wird oft gehend traversiert, teils kletternd im brüchigen Fels. Vom Gipfel des Arpelistocks führt ein alpiner Bergwanderweg nach Süden hinab zum Rücken der Arête de l'Arpille, über welchen die Fahrstraße des Sanetschpasses erreicht wird.

**SCHWIERIGKEIT** Hochtour mittel, Kondition groß

**HÖHENMETER** ↑ 2100 Hm, ↓ 1250 Hm

**WEGSTRECKE** 15 km

**DAUER** 11 Std.

**BUS & BAHN** Mit der Bahn von München über Zürich und Bern nach Gstaad, weiter per Postauto (B181) zum Lauenensee. Zurück: Vom Sanetschpass entweder mit dem Postauto (B344 & B341) nach Sion und mit der Bahn (IR90) zurück Richtung Brig/Bern. Alternativ vom Sanetschpass zu Fuß (1 Std.) zum nördlichen Ende des Sanetschsees, von hier mit der Luftseilbahn nach Gsteig und per Postauto (B180) nach Gstaad. Infos: sbb.ch, seilbahnsanetsch.ch

**ÜBERNACHTEN** Geltenhütte SAC, 2002 m, geöffnet Mitte Juni bis Mitte Oktober, Tel. +41 33 765 32 20, gelten.ch

**EINKEHR** Hotel Restaurant du Sanetsch, Tel. +41 27 395 56 56, geöffnet von Juni bis Oktober, hotel-restaurant-sanetsch.ch

**KARTE** Swisstopo 1266 „Lenk“, 1286 „St. Léonard“, 1:25.000

**LITERATUR** Daniel Silbernagel, Stefan Wullschleger: Hochtouren Topoführer, Berner Alpen, topo.verlag, 2020



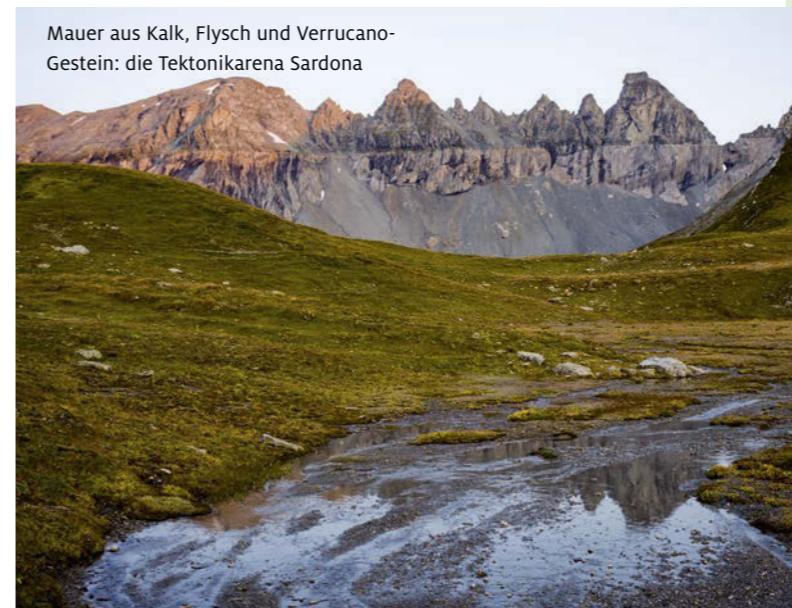
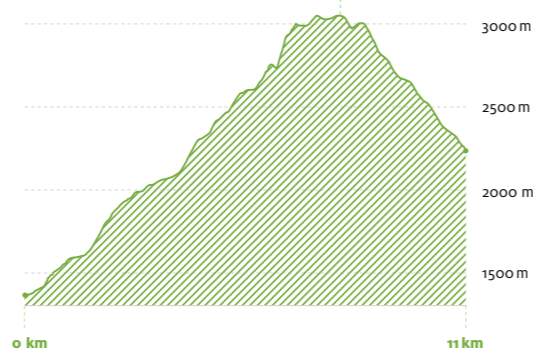
Der Glacier de Tsanfleuron liegt in einem Kalkgebiet – schweizweit einzigartig.

## Einsame Grattour in den westlichen Berner Alpen

Das Geltenhorn und der Arpelistock ragen inmitten der Steinwüsten der westlichen Berner Alpen auf. Ihre Überschreitung stellt eine lange Bergtour mit viel alpiner Kraxelei dar. Der Fels ist zwar oft brüchig, dennoch ist die Tour lohnend: Sie führt in einen sehr abgelegenen Winkel der Schweizer Alpen. Obwohl sie gemeinhin als leichte Hochtour gilt und über weite Strecken eher an eine anspruchsvolle Alpinwanderung erinnert, hat sie das Flair einer großen Bergtour: Der Verbindungsgrat zwischen Geltenhorn und Arpelistock ist luftig und lang – eine Schneide, die sich über ein- einhalb Kilometer zwischen den beiden Gipfeln erstreckt. Hier und dort trifft man auf Passagen, die so brüchig sind, als hätte man diese Berge aus losen Steinen aufgeschichtet. Immerhin bleibt die Kletterei im zweiten – vereinzelt dritten – Grad einfach. Sicherungsmöglichkeiten sind jedoch eher Mangelware, dafür ist der Ausblick immer wieder beeindruckend: An zerborstene Gebirge erinnert die Mondlandschaft, in der man sich bewegt, während in der Ferne die Walliser Viertausender sowie die grünen Täler und Gipfel des Saanenlandes zu sehen sind. Eine Tour für alle, die es gern einsam und karg mögen!

Text und Foto: Caroline Fink

Lang und luftig: Der eineinhalb Kilometer lange Verbindungsgrat zwischen Geltenhorn und Arpelistock



Mauer aus Kalk, Flysch und Verrucano-Gestein: die Tektonikarena Sardona

## Durch das geologische Herz der Alpen

Der Pass dil Segnas ist ein besonderer Ort: Millionen Jahre Felsgeschichte, Sagen, Mystik, Sprachen, Kulturen und Kantone – das alles verbindet sich zwischen den Sägezähnen der Tschingelhörner und dem wuchtigen Piz Segnas. Und auch wengleich der Anstieg von der Glarner Seite her so durchgehend steil ist, dass manch einer Schritte zählt, ist die Überschreitung des Pass dil Segnas ein Glanzlicht der Wanderwelt. Der Segnespass ist Teil der Tektonikarena Sardona, welche das Gütesiegel des Unesco-Welterbes trägt. Die Wanderung führt durch Millionen Jahre alte geologische Prozesse mitten ins Herz der Entstehungsgeschichte der Alpen. So geht's an den Zacken der Tschingelhörner vorbei, wo sichtbar wird, dass die Alpen aus verschiedenen Gesteinsschichten bestehen: Wie mit dem Lineal gezeichnet, verläuft eine Linie horizontal durch diese Gipfel – dort, wo sich vor langer Zeit ältere Gesteinsschichten über neuere geschoben haben. Wer direkt ins Tal möchte, überquert die Schwemmebene des unteren Segnesbodens und erreicht auf einem schönen Höhenweg die Seilbahnstation Naraus oberhalb von Flims. Wer noch Energie hat, steigt als Zugabe in knapp 1,5 Std. auf den Gipfel des Piz Segnas (3098 m).

Text und Foto: Caroline Fink

An den Zacken der Tschingelhörner vorbei: Vor langer Zeit drückten sich hier ältere Gesteinsschichten über jüngere.



## NIDEREN – SEGNESSPASS – SEGNESSBODEN – NARAUS

**WEGBESCHREIBUNG** Von der Bergstation der Luftseilbahn Elm-Tschinglen Alp auf Nideren dem Wegweiser Richtung Pass dil Segnas folgend in Kehren hoch zum Pass. Auf der anderen Seite führt eine Verschneidung, gesichert mit Trittbügeln und Kette, hinab über eine Steilstufe. Weiter den Wegspuren und Markierungen folgen zur Wegverzweigung bei P. 2463, hier rechts und in die Schwemmebene des Unteren Segnesbodens respektive Plaun Segnas Sut absteigen. An dessen nordöstlichem Rand bis zur Wegverzweigung bei P. 2092, dann links und nach wenigen Metern rechts, um auf dem Höhenweg nach Naraus zu gelangen. Von Naraus fährt die Seilbahn talwärts nach Flims. Wer zusätzlich auf den Piz Segnas steigen möchte, zieht auf einer Höhe von rund 2550 Metern linkerhand in die Geröllfelder und steigt durch diese auf. Die Wegspuren leiten auf den Südgrat, über den man den Gipfel technisch leicht, jedoch luftig, erreicht.

**SCHWIERIGKEIT** Bergwanderung mittel, Kondition mittel (ohne Piz Segnas)

**HÖHENMETER** ↑ 1200 Hm, ↓ 880 Hm

**WEGSTRECKE** 12 km

**DAUER** 5 Std.

**BUS & BAHN** Mit der Bahn (S 6/S 25) via Ziegelbrücke nach Schwanden und weiter mit dem Bus (B 541) bis Haltestelle „Elm, Station“. Von dort zu Fuß in rund 20 Minuten zur Talstation der Luftseilbahn Elm-Tschinglen Alp auf Nideren. Zurück mit dem Postauto (B 81) ab Haltestelle „Flims, Dorf“ nach Chur, wo Bahnanschluss besteht. Infos: sbb.ch

**BERGBAHN** Luftseilbahn Elm – Tschinglen-Alp, CH-8767 Elm, Tel. +41 79 886 13 03, tschinglenbahn.ch; Bergbahnen Films-Laax-Falera, CH-7071 Flims, Tel. +41 81 927 71 05, flimslaax.com

**EINKEHR** Segnespass Mountain Lodge (2620 m), Tel. +41 79 7040594, geöffnet von Ende Juni bis Ende September, segnespass.ch

**KARTE** Swisstopo 1174 „Elm“, 1194 „Flims“, 1:25.000

**LITERATUR** Remo Kundert, Marco Volken: Zentralschweiz Glarus/Alpstein, SAC-Verlag, 2010



## SCHÖNAU – HAMMERSTIEL – GRÜNSTEIN

**WEGBESCHREIBUNG** Von der Bushaltestelle in nördliche Richtung gehen, bis man auf der Hammerstielstraße nach Westen aufsteigen kann und nach ca. 30 Min. den Parkplatz Hammerstiel (760 m) erreicht. Ein beschilderter Hohlweg führt links in den Wald hinein. Auf 850 m kommt eine Verzweigung: Der steile Fußweg links führt in Serpentin direkt hinauf in den Sattel zwischen Grünstein und Kühroint, während die Straße rechts in weiteren Kehren verläuft. Beide Wege kommen kurz vor der Grünsteinhütte wieder zusammen. In mäßiger Steigung die letzten hundert Höhenmeter durch den Laubwald zu einem breiten Sattel hinauf zur Grünsteinhütte (1220 m). Vom Sattel mit seinem markanten Abbruch zum Königssee scharf nach links und hinauf zum Grünsteingipfel (1304 m). Dieser Wegabschnitt zum Gipfel führt an der Abbruchkante der Weißen Wand an der Ostseite entlang. Aufstieg wie Abstieg.

**SCHWIERIGKEIT** Wanderung, leicht (Achtung im Gipfelbereich, wo das Gelände rasch steil abfällt), Kondition gering

**HÖHENMETER** ↑↓ 670 Hm

**WEGSTRECKE** 8 km

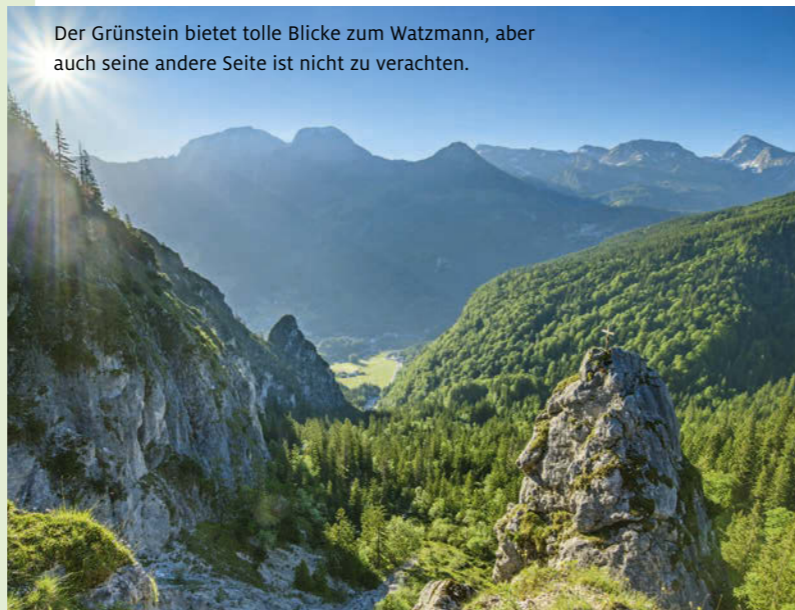
**DAUER** 4 Std.

**BUS & BAHN** Mit der Bayerischen Regiobahn (BRB RE 5) nach Salzburg Hbf. Weiter mit dem Bus Linie 840 bis Berchtesgaden Bahnhof, umsteigen in den Bus Linie 842 zur Haltestelle Kramerlehen Schönau. Erste Fahrt am Wochenende 6:55 Uhr, Rückfahrt bis 17:35 Uhr, danach über Bad Reichenhall und Freilassing.

**EINKEHR** Grünsteinhütte (1220 m), Tel.: +49 171 8329328, täglich geöffnet von Mitte Mai bis Oktober, gruensteinhuetten.de

**KARTE** AV-Karte BY21 „Bayerische Alpen, Nationalpark Berchtesgaden, Watzmann“, 1:25.000

**LITERATUR** Andrea und Andreas Strauß: Alm- und Hüttenwanderungen Chiemgau, Kaiser, Berchtesgaden, Bergverlag Rother, 2017

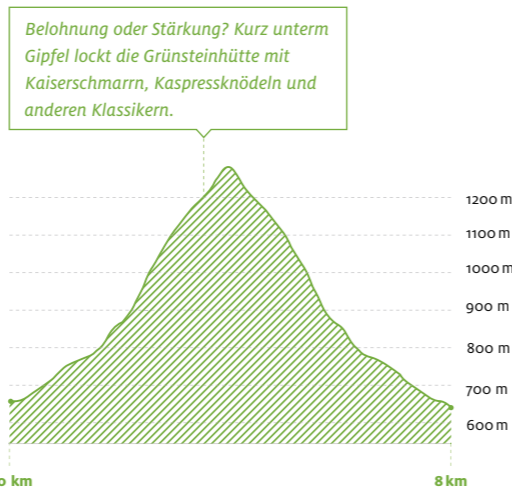


Der Grünstein bietet tolle Blicke zum Watzmann, aber auch seine andere Seite ist nicht zu verachten.

## Aussichtsgipfel auf den Watzmann

Im Vergleich zu den felsigen Nachbarn Watzmann, Hochkalter und Göll ist der Grünstein (1304 m) ein niedriger und durchaus „grüner“ Gipfel. Und vor allem aus dem Zentrum Berchtesgadens sieht man deutlich, wo die Vorteile einer Wanderung auf den Grünstein liegen: Der Grünstein steht exakt vor dem Watzmann, eine bessere Aussichtsloge scheint es nicht zu geben. Für Wanderer bietet er einen einfachen Anstieg, der überwiegend durch schattigen Wald geht und kurz vor dem Gipfel mit der Grünsteinhütte auch eine attraktive Einkehr hat. Erst oben am höchsten Punkt wird der Blick wirklich frei, dann aber auch fantastisch schön. Auf der Nordseite schaut man in den Berchtesgadener Talkessel, auf der Südseite auf den Kleinen Watzmann, die Watzmannkinder und den Watzmann. Wer es sportlicher mag, kann über den Grünstein-Klettersteig auf der Ostseite den Gipfel erklimmen, hier gibt es Varianten bis zur Schwierigkeit E. Der Grünstein ist also ein sehr vielfältiger Berg, den man immer wieder besuchen kann und dabei ganz unterschiedlich schwierige Wege zur Auswahl hat.

Text und Foto: Andrea und Andreas Strauß



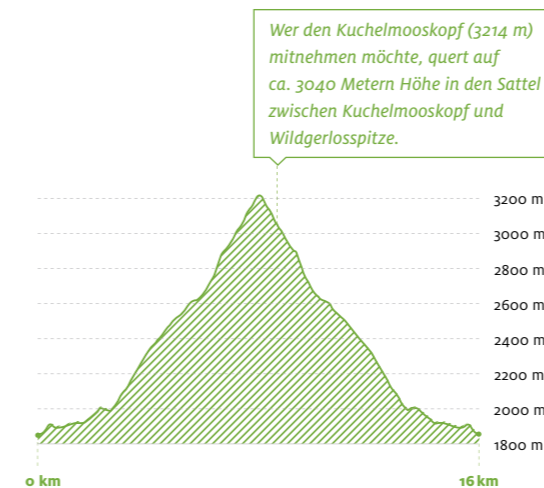
Über die letzten Gletscherreste zum 3303 Meter hohen Gipfel der Reichenspitze



## Leichte Hochtour in den Zillertaler Alpen

Die Reichenspitze mit ihren 3303 Metern ist der höchste Gipfel der gleichnamigen Gebirgsgruppe (Reichenspitzengruppe) in den östlichen Zillertaler Alpen zwischen Salzburg und Tirol. Ihre imposante Form mag den einen oder anderen abschrecken, tatsächlich ist die Besteigung über das Kuchelmooskees aber von moderater Schwierigkeit: ein mäßig steiler Gletscher mit einer kurzen Spaltenzone und ein felsiger Gipfelanstieg mit Kraxelei im ersten Grad. Stützpunkt für diese Hochtour ist die Plauener Hütte über dem Speicher Zillergründl. Die Gegend ist ruhig und landschaftlich reizvoll. Wer länger bleiben möchte, findet noch eine ganze Reihe weiterer attraktiver Ziele, seien es Wanderungen, Bergtouren oder Klettertouren. Ist am Gipfeltag der Reichenspitze noch ein wenig Zeit, lässt sich außerdem mit wenig Aufwand (150 Höhenmeter) der Kuchelmooskopf (3214 m) zusätzlich besteigen. Er ist einfacher erreichbar als die Reichenspitze und gewährt einen schönen Blick zurück über das Gletscherbecken auf den Gipfelaufbau der Reichenspitze.

Text und Foto: Andrea und Andreas Strauß



## SPEICHER ZILLERGRÜNDL – PLAUENER HÜTTE – REICHENSPIITZE

**WEGBESCHREIBUNG** Von der Staumauer des Speichers Zillergründl zur Plauener Hütte (2364 m) aufsteigen (Tag 1). Auf markiertem Weg Richtung Gamscharte/Richterhütte nach Nordosten, im Kuchelmooskar an einer beschilderten Verzweigung links und den Moränenrücken übersteigend unter dem Südwestgrat der Zillerspitze hindurch auf das Kuchelmooskees. Auf ca. 2700 m betritt man das Eis. Den ersten Hang geht es rechtshaltend steil hinauf, dann einer Spaltenzone ausweichen und links auf das obere Gletscherbecken aufsteigen. Rechts halten zur eisdurchsetzten Westflanke der Reichenspitze und über Eis, zuletzt Felsblöcke, in den Sattel nordwestlich des Gipfels. Über den Grat in leichter Kraxelei (max. I) auf den Gipfel und auf demselben Weg zurück aufs Gletscherbecken und zur Plauener Hütte. Für den Kuchelmooskopf am Gletscher auf 3040 m nach Westen in den Sattel zw. Kuchelmooskopf und Wildgerlosspitze und über einfaches Blockgelände zum Gipfel.

**SCHWIERIGKEIT** Hochtour leicht, Kondition mittel

**HÖHENMETER** ↑↓ 1530 Hm

**WEGSTRECKE** 16 km

**DAUER** 2 Tage (Hüttenanstieg 1,5 Std., Gipfeltag: 7,5 Std.)

**BUS & BAHN** Mit der Bahn (EC 1289/87 od. NJ 421) durchs Inntal nach Jenbach, weiter mit der Zillertalbahn (R 129) nach Mayrhofen Bahnhof. Umsteigen in den Bus Linie 8328 bis zur Staumauer Zillergrund. Erste Fahrt 07:33 Uhr, Rückfahrt bis 17:50 Uhr.

**BERGBAHN** Luftseilbahn Elm – Tschinglen-Alp, CH-8767 Elm, Tel. +41 79 886 13 03, tschinglenbahn.ch; Bergbahnen Films-Laax-Falera, CH-7071 Flims, Tel. +41 81 927 71 05, flimslaax.com

**ÜBERNACHTEN** Plauener Hütte (2364 m), Tel. +43 650 4684308, geöffnet von Anfang Juli bis Ende September, plauener-huetten.at

**KARTE** AV-Karte Nr. 35/3 „Zillertaler Alpen, Ost“, 1:25.000

**LITERATUR** Walter Klier: Zillertaler Alpen, Alpenvereinsführer, Bergverlag Rother, 2013 (vergriffen)



## ROSSHÜTTE – SEEFELDER PANORAMA KLETTERSTEIG – SEEFELDER SPITZE – SEEFELDER JOCH

**WEGBESCHREIBUNG** Von der Endstation der Standseilbahn auf dem Wanderweg in Richtung Reither Spitze. Dem Pfad bis zu den Felsen folgen und zum Einstieg abzuweichen. Der Klettersteig startet mit einer steilen Wand (C), danach geht es über eine Rinne zu einer Rampe hinauf. Nach einer steilen Verschneidung mit anschließender Vertikalstufe (B/C und C) folgt ein Absatz, auf dem man rasten kann. Danach gelangt man in eine Scharte, nach einer kurzen, steilen Querung (B/C) erreicht man die große Terrasse (Notausstieg links). Bei einer Nische über eine Rampe zu einer Wandstufe klettern, eine Schuttrinne queren und in eine längere Steilpassage (C). Kurze Stufen, unterbrochen durch Absätze, führen zum Gipfelgrat, über welchen der Gipfel der Seefelder Spitze erreicht wird. Links ist der Abstiegsweg, der Höhenweg zum Seefelder Joch, ab dort mit der Bergbahn ins Tal.

**SCHWIERIGKEIT** Klettersteig mittel (Schwierigkeit C), Kondition gering

**HÖHENMETER** ↑ 470 Hm ↓ 155 Hm

**WEGSTRECKE** 2,7 km

**DAUER** 2,5 Std.

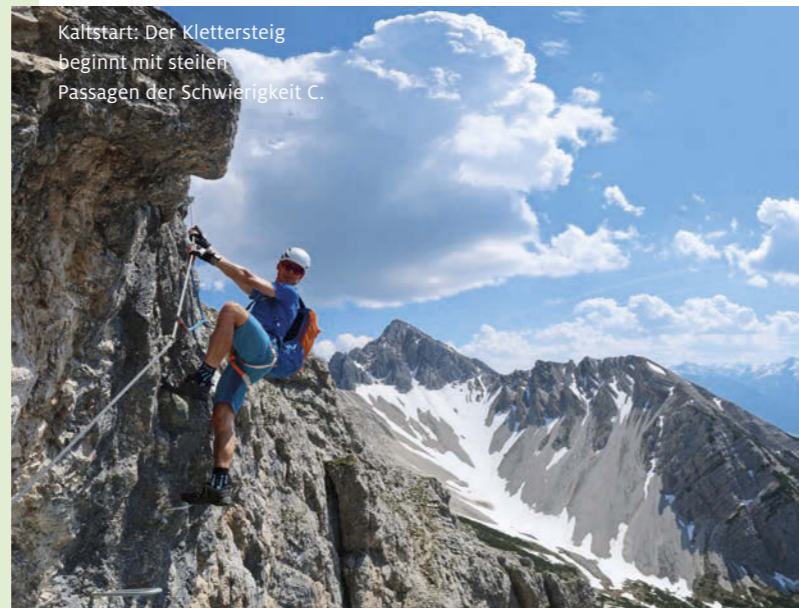
**BUS & BAHN** Von München in 2:10 Std. mit der Regiobahn (RB 6) nach Seefeld in Tirol, umsteigen in den Regionalbus 432 Richtung Mittenwald bis zur Haltestelle Rosshütte. Alternativ ab Bahnhof Seefeld in 15 Minuten zu Fuß zur Talstation. Erste Fahrt 06:32 Uhr am Wochenende, Rückfahrt bis 18:08 Uhr

**BERGBAHN** Bergbahnen Rosshütte, Talstation 419, 6100 Seefeld in Tirol, Tel. + 43 5212 24160, geöffnet Mitte Mai bis Ende Oktober, erste Fahrt Rosshütte 09:00 Uhr, letzte Talfahrt Seefelder Jochbahn 16:45 Uhr, seefeld.com/rosshuette

**EINKEHR** Rosshütte (1760 m), Tel. + 43 5212 24160, ganzjährig geöffnet, seefeld.com/rosshuette

**KARTE** AV-Karte 5/1 „Karwendelgebirge West“, 1:25.000

**LITERATUR** Axel Jentsch-Rabl, Andreas Jentsch, Dieter Wissekal: Klettersteigführer Österreich, Alpinverlag, 2019; Topo auf bergsteigen.com

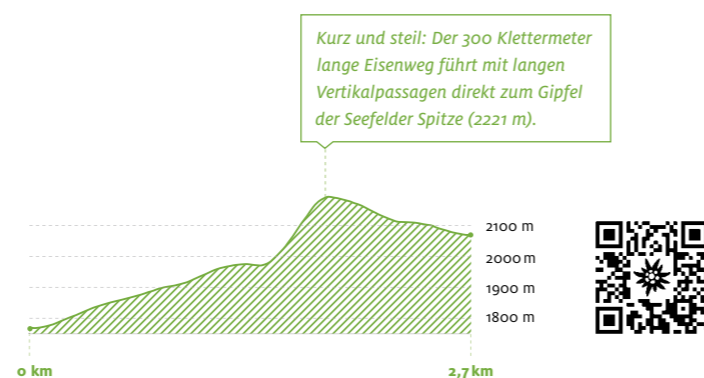
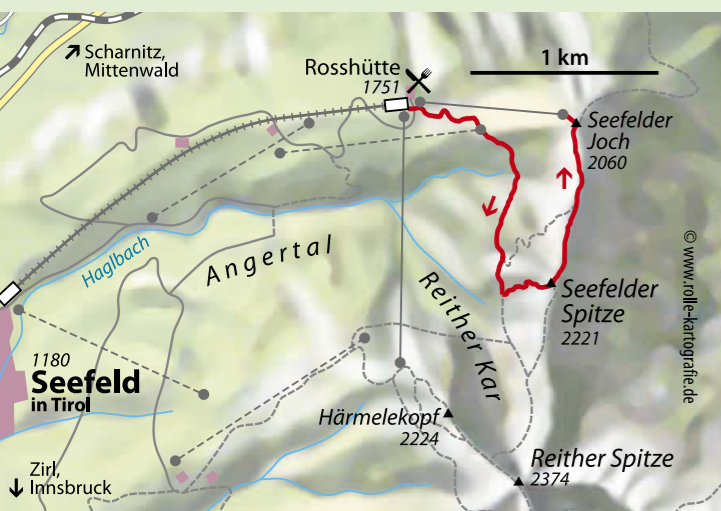


Kaltstart: Der Klettersteig beginnt mit steilen Passagen der Schwierigkeit C.

## Vertikaler Genuss auf dem Seefelder Plateau

Am westlichen Karwendelausläufer, hoch oberhalb der Olympiaregion Seefeld, wurde ein lohnender Eisenweg direkt zum Gipfel der Seefelder Spitze gebaut. Schnell zu erreichen – von der Endstation der Standseilbahn –, zieht das Stahlseil an längeren Vertikalpassagen im Bereich des Westgrates zum 2221 Meter hohen Gipfelkreuz hinauf. Dabei erfordern die langen C-Passagen einiges an Ausdauerkraft. Doch Klettersteiggeher, die sich im C-Schwierigkeitsgrad solide bewegen, werden sich hier pudelwohl fühlen. Belohnt wird man schlussendlich mit einem perfekten Bergpanorama – daher auch der Name „Panorama Klettersteig“. Ganz im Westen lugt die oft schneebedeckte Zugspitze hervor, im Süden sieht man die Stubaier Alpen, im zentralen Blickfeld die mächtige Bergkuppe der Hohen Munde und im Osten die wild zerklüfteten Karwendelspitzen. Da einige mit den zu kletternden 285 Höhenmetern des Klettersteigs vielleicht nicht ganz ausgelastet sind, bietet sich zusätzlich die Besteigung der Reither Spitze (2374 m) an (schwarzer Bergwanderweg, teilweise versichert) oder man kombiniert den Klettersteigausflug mit einer Biketour – bis zur Rosshütte ist die Auffahrt mit dem MTB recht gut möglich.

Text und Foto: Axel Jentsch-Rabl

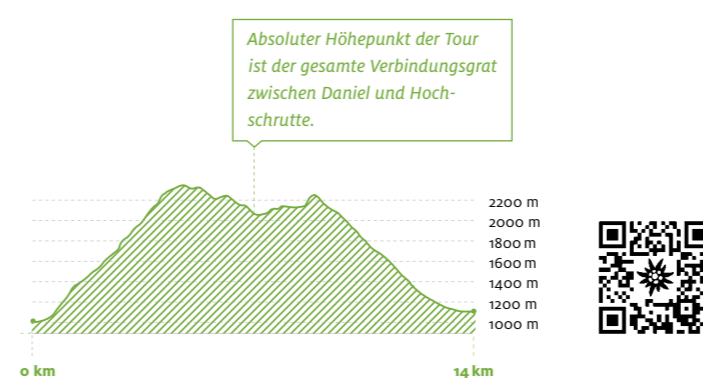


Felsig und ausgesetzt: Der Kamm vom Daniel über die Upsspitze zur Hochschrutte

## Auf einer der schönsten Kamm-touren der Ammergauer Alpen

Was für eine Aussicht! Bereits komplett auf österreichischem Terrain findet eine der schönsten Kammüberschreitungen hoch über dem Außerfern zwischen Loisach und Lech statt. In diesem Teil der Ammergauer Alpen zieht vor allem der gewaltige Daniel Bergwanderer an. Die meisten lassen es am 2340 Meter hohen Gipfelkreuz gut sein und staunen über den gewaltigen Zugspitzblick. Dabei kann man mit der Upsspitze (2332 m) und der Hochschrutte (2247 m), die auch Plattberg genannt wird, eine schöne Überschreitung dranhängen. Nach dem etwas schweißtreibenden Anstieg zum Daniel folgen kleine Kraxeleinlagen, viel wegloses Gelände und eher spärliche Markierungen. Vor allem aber genießt man durchwegs beeindruckende Weit- und Tiefblicke zu den Lechtaler Alpen und zum tief unten liegenden grünen Talboden. Für die Tour mit unterschiedlichem Ausgangs- und Endpunkt ist die Anreise mit der Bahn zu empfehlen – zumal man durch die Fahrt mit der Außerfernbahn den üblichen Wochenendstau im Loisachtal umgeht.

Text und Foto: Michael Prötzel



## DANIEL – UPSSPITZE – HOCHSCHRUTTE

**WEGBESCHREIBUNG** Vom Bahnhof Lermoos zum Panorama-bad und auf die Fahrstraße, die man rechts verlässt. In Kehren bergauf zur Tuftalm. Über Wiesenhänge in den Wald, nach links und über Waldrücken nach Nordwesten zur Latschenzone, wo der Anstieg steiler wird. Im Geröll zum Sattel zwischen Daniel und Upsspitze, rechts zum Gipfel. Zurück und dem Kamm zur Upsspitze folgen. Nun nach Westen erst flach, dann steiler und felsiger hinab. Im Auf und Ab zum Pfuitjochl, dieses rechts liegen lassen, um auf den zur Hochschrutte führenden Kamm zu queren. Am Kamm schließlich absteigen (gute Trittsicherheit erforderlich). Bei Felsen, wo die Latschen beginnen, links und weglos nach Süden hinab. Einem Pfad folgen, der durch den Latschengürtel zu einer Forststraße führt. Auf deutlichem Steig rechts zum Moosbach und über eine Fahrstraße zum Bahnhof Lahn.

**SCHWIERIGKEIT** Bergtour, Kondition groß

**HÖHENMETER** ↑ 1700 Hm, ↓ 1600 Hm

**WEGSTRECKE** 14 km

**DAUER** 7 bis 8 Std.

**BUS & BAHN** Von München in ca. zwei Stunden mit der Bayerischen Regiobahn (RB 6) über Garmisch-Partenkirchen (Weiterfahrt im selben Zug, RB 60 Richtung Vils) nach Lermoos Bahnhof. Zurück vom Bahnhof Lahn mit der Bayerischen Regiobahn (RB 60) Richtung Garmisch-Partenkirchen nach München Hbf. Erste Fahrt 05:32 Uhr am Wochenende, Rückfahrt ohne Umsteigen bis 21:26 Uhr.

**EINKEHR** Tuftalm (1496 m), Tel. +43 676 5568202, geöffnet von Anfang Mai bis Ende Oktober

**KARTE** AV-Karte 4/1 „Wetterstein- und Mieminger Gebirge West“, 1:25.000

**LITERATUR** Michael Prötzel: Powertouren – Bayerische Hausberge, J. Berg Verlag, 2019

