

Die Top 10 im Karwendel

Von A wie Ahornboden bis W wie Wolfsklamm

- GROSSER AHORNBODEN** 500 Kühe grasen auf der größten Alm des Karwendels zwischen 2000 uralten Ahornbäumen, eingerahmt von den Felswänden des Hauptkamms. → Touren **2, 11, 18, 19**
- GLEIRSCHKLAMM** Wie ein offenes Buch der Geologie muten die Gesteinsschichten an, die durch die Klamm offengelegt wurden. Neben Fossilien findet man in der ursprünglichen Gleirschklamm auch Orchideen.
- HAFELEKAR** Kontrastreicher Gipfelgrat zwischen der Landeshauptstadt Innsbruck und den fast endlosen Weiten des Naturparks Karwendel. → Tour **10**
- HALLTAL** Leicht vom Inntal erreichbar und doch wildromantisch und abgelegen – das Halltal bietet nicht nur zauberhafte Natur, sondern auch reichlich Geschichte zum Salzbergbau. → Touren **6, 15, 20**
- HINTERRISS** Die einzige Dauersiedlung im Karwendel ist nicht nur romantisch abgeschieden, sondern auch reich an lokaler Geschichte. → Touren **13, 14, 19**
- HOCHPLATTE** Über dem Achensee bietet die Hochplatte blühende Wiesenhänge, Steinböcke, Gämsen, Murmeltiere, Adler und einen Weitblick, der seinesgleichen sucht. → Touren **4, 12**
- ISARURSPRUNG** Wo die Isar noch eine Tirolerin isch – zwischen Moosbänken entspringt der grüne Fluss im Herzen des Karwendels. → Tour **20**
- LALIDERERWÄNDE** Die wohl spektakulärsten Felswände der Nordalpen. → Touren **11, 18**
- MONDSCHEINSPITZE** Den einmaligen Ausblick vom zerklüfteten Gipfel genießen hier auch Steinböcke. → Tour **19**
- WOLFSKLAMM** Die tief eingeschnittene Klamm lockt bei jedem Wetter und ist vom Inntal aus im Handumdrehen erreicht. → Touren **5, 18**

Mehr auf www.karwendel.org/top10

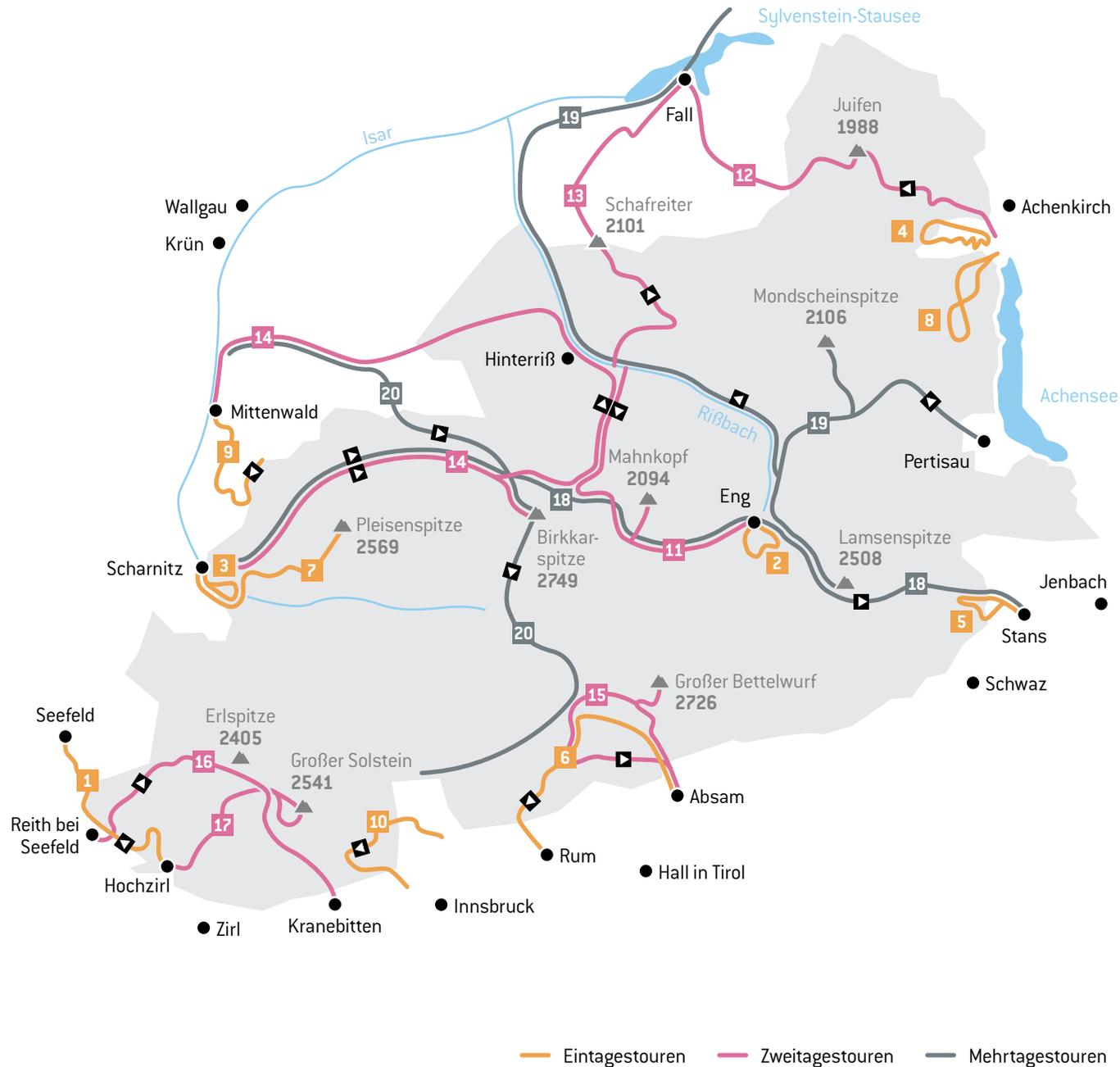


	Schutzhütte, Berggasthof		Gehrichtung (Variante)
	Hotel, Gasthof, Restaurant	201/201	Wegnummern
	Jausenstation, Almwirtschaft		Eisenbahn, S-Bahn
	Hütte/Biwak (unbewirtschaftet)		Hauptstraße
	Berggipfel		Nebenstraße
	Bergkette		Bach, Fluss
	Kirche, Kloster		Brücke
	Denkmal		Seilbahn/Gondel/Materialseilbahn
	Weg		Bedeutsamer Punkt
	Fußweg		Bahnhof, S-Bahn-Haltestelle
	Steig		Parkplatz
	Weg (Variante)		Bushaltestelle
	Fußweg (Variante)		Krankenhaus
	Steig (Variante)		Touristeninformation
	Gehrichtung		

112 Euro-Notruf

140 Österreichische Bergrettung

Übersicht der Wandertouren



Linienetzplan

In den einzelnen Linien sind nur diejenigen Haltestellen markiert, die für die Touren dieses Heftes relevant sind.



Inhalt

- 2 Vorwort
- 3 Das Karwendel – ein Naturparadies zu Fuß
- 6 Tourenplanung
- 8 Tipps für Ihre Sicherheit
- 10 Verhaltenstipps

EINTAGESTOUREN

- 12 Durch die Schlossbachklamm – SANFTE TOUR
- 14 Vom Großen Ahornboden zur Binsalm – SANFTE TOUR
- 16 Rund um die Karwendelschlucht – SANFTE TOUR
- 18 Zur Moosenalm am Achensee – SANFTE TOUR
- 20 Durch die Wolfsklamm nach St. Georgenberg – SANFTE TOUR
- 22 Geschichte und Natur im wilden Halltal
- 24 Auf den Gipfel der Pleisenspitze
- 26 Zur Seekarspitze hoch überm Achensee
- 28 Der Mittenwalder Klettersteig
- 30 Grandiose Tiefblicke auf Innsbruck

ZWEITAGESTOUREN

- 32 Zum Mahnkopf
- 36 Überschreitung des Juifen
- 40 Über Fleischbank und Schafreiter
- 44 Birkkarspitze – Dach des Karwendels – BIKE & HIKE
- 48 Wilde Kraxelei am Großen Bettelwurf
- 52 Zwischen Reither- und Erlspitze
- 56 Zum aussichtsreichen Großen Solstein – SANFTE TOUR

MEHRTAGESTOUREN

- 60 Die klassische Karwendeltour
- 66 Auf die Mondschein- und Lamsenspitze – BIKE & HIKE
- 70 Karwendel Nord-Süd

- 76 Der Karwendel Höhenweg
- 78 Wetter, Notruf, Auskünfte
- 80 Tourismusregionen rund ums Karwendel
- 84 Müll im Gebirge
- 86 Besucherzentren im Naturpark Karwendel
- 88 Karwendel-Bewohner
- 91 Beobachtungstipps
- 92 VVT – gemeinsam Öffi fahren
- 93 Team Karwendel – dein Einsatz für eine gute Sache
- 94 Literaturverzeichnis
- 96 Impressum

Vorwort

Liebe Freundin, lieber Freund des Karwendels,

Sie halten die vierte Auflage unserer Broschüre *WÖFFI – Wandern mit öffentlichen Verkehrsmitteln im Karwendel* in den Händen. Es ist ein Wanderbüchlein über eine Region, die nicht nur auf eine bereits 140-jährige alptouristische Geschichte zurückblickt, sondern aufgrund ihrer ausgezeichneten Wege- und Hütteninfrastruktur bestens für mehrtägige Touren geeignet ist.

Als Naturpark haben wir den Anspruch, für die BesucherInnen und die Natur einen Mehrwert zu schaffen. Insofern ist es nur ein logischer weiterer Schritt, unseren Gästen Möglichkeiten aufzuzeigen, wie sie ausgewählte Ein- und Mehrtagestouren ohne Privat-PKW bewältigen können. Wir sind davon überzeugt, dass Sie den vordergründigen Verzicht im Laufe Ihrer Touren als Annehmlichkeit schätzen lernen und wünschen Ihnen ein unfallfreies Natur- und Bergerlebnis bei Ihrem Aufenthalt im größten Naturpark Österreichs.

Wir bedanken uns an dieser Stelle auch bei allen Projektpartnern.

Josef Hausberger, Obmann

Hermann Sonntag, Geschäftsführer Naturpark Karwendel



Das Karwendel

EIN NATURPARADIES ZU FUSS

Der Naturpark Karwendel zeichnet sich als größter Naturpark Österreichs unter anderem durch seine enorme zusammenhängende Fläche aus. Keine Durchgangsstraße unterbricht seine Weite. Hinterriß als einzige Dauersiedlung mit 47 Einwohnern bestätigt als Ausnahme die Regel. Im Süden grenzt das Gebirge direkt an Innsbruck und das dicht besiedelte Inntal, während im Norden die Isar seine Grenze bildet und München in greifbarer Nähe liegt. Westlich trennt das viel befahrene Tal von Mittenwald-Scharnitz-Seefeld das Karwendel vom Wetterstein, im Osten liegt der idyllische Achensee.

Während also rundherum der moderne Alltag braust, ruft das Gebiet förmlich danach, seine stillen Weiten zu Fuß oder mit dem Mountainbike zu erkunden und seine einzigartige Natur zu bewundern. Ein außergewöhnlich dichtes Netz von Hütten lädt ein, tiefer in das Karwendel vorzudringen als es an einem Tag möglich wäre. Mit einer Übernachtung mitten im Naturpark können Durchquerungen und Überschreitungen realisiert werden, die weit ab vom Lärm der Motoren neue Gebiete eröffnen – wenn man nicht zum Parkplatz zurück muss. Man muss nicht: dank der guten Anbindung an öffentliche Verkehrsmittel.

MIT BUS UND BAHN IN DEN NATURPARK

Das Karwendel ist aus fast ganz Deutschland und Österreich gut mit der Bahn erreichbar. Reisende sind Dank guter ICE- und RJ-Verbindungen schnell in München oder Innsbruck, nur ein Katzensprung bis ins Karwendel. Denn zahlreiche Bus- und Bahnlinien verkehren zwischen Innsbruck und München, Garmisch-Partenkirchen und Jenbach, Seefeld und Tegernsee, und erlauben uns nicht nur, stressfrei anzureisen und uns mit Blick aus dem Fenster auf die Tour einzustimmen. Sie ermöglichen uns auch besonders abwechslungsreiche und ausgedehnte Touren in den Weiten des Karwendels mit unterschiedlichen Start- und Endpunkten. Dass wir dabei umweltfreundlich und klimaschonend unterwegs sind, ist auch ein Zeichen der Wertschätzung der einzigartigen Natur, die wir nach unserer Anreise durchwandern wollen.

Mit den Zügen der Österreichischen Bundesbahnen (ÖBB), der Deutschen Bahn (DB), der Bayerischen Oberlandbahn (BOB), den Bussen von POSTBUS, Regionalverkehr Oberbayern (RVO) und der Innsbrucker Verkehrsbetriebe (IVB) ist für gute Anschlüsse gesorgt. Wir freuen uns, sie als Partner für diese Broschüre und den Naturpark Karwendel gewonnen zu haben.

BENÜTZUNG DER BROSCHÜRE

Der Schwerpunkt dieser Broschüre sind die ausgearbeiteten Wanderungen mit Anschlüssen an den öffentlichen Verkehr. Außerdem hat man auf einen Blick die Anschlüsse an die öffentlichen Verkehrsmittel und den Tourenverlauf vor sich und spart sich das zeitaufwendige Planen mit Wanderführer/Karte und Internet. Außerdem hält die Broschüre nützliche Tipps für Ihre Sicherheit und wichtige Telefonnummern zur Planung auch von Mehrtagestouren parat. Informationen über den Naturpark, Literaturempfehlungen und ein Überblick über die wichtigsten öffentlichen Verbindungen rund ums Karwendel machen die Broschüre vollständig.

PERFEKTE ERGÄNZUNG: DER FALTI

Alle Fahrzeiten der öffentlichen Linien rund ums Karwendel auf einen Blick: Das bietet unser FALTI, der Karwendel Fahrplan. Einfach zusammengefaltet lässt er sich perfekt in der Umschlagklappe des WÖFFI transportieren.

GÜNSTIGE ANGEBOTE

Die Verkehrsbetriebe rund ums Karwendel bieten oft günstige Spezialtickets an, die sich insbesondere für Gruppen lohnen (siehe den jeweils aktuellen FALTI). Ein exklusives Sparangebot sind die Rückfahrtickets am Ende der Broschüre, die für ausgewählte Touren mit Postbus oder IVB eine kostenlose Rückfahrt bieten.

MEHR INFORMATIONEN ONLINE

Die aktuellen Fahrpläne sowie alles rund um die Anreise finden Sie auch online unter www.karwendel.org/anreise. Weitere Wandertouren finden Sie auf www.karwendel.org/wandern sowie auf unserer **interaktiven Karte** maps.karwendel.org. Dort sind auch sämtliche WÖFFI-Wanderungen verzeichnet und lassen sich in 3D-Ansicht vorab ansehen.

Falti

Der Karwendel Fahrplan

Der jährlich erscheinende Karwendel-Fahrplan bietet die Fahrpläne aller Linien rund um den Naturpark kompakt versammelt. Kostenlos erhältlich bei unseren Partnern.

ABWECHSLUNGSREICHE TOUREN

Nach dem bewährten Schema haben wir unsere Touren in einfache (blau), mittlere (rot) und schwierige (schwarz) unterteilt. So ist für jede/n NaturfreundIn etwas dabei. Außerdem sind die Touren regional verteilt, sodass es die Broschüre ermöglicht, das Karwendel in allen seinen Facetten kennenzulernen. Von der Halb- und Eintagestour bis zur fünf- bis sechstägigen Karwendel-Durchquerung bieten wir auch Touren von unterschiedlicher Dauer an. Der Fokus liegt aber auf Mehrtagestouren, die uns in besonderer Weise den Naturpark erleben lassen. Schließlich runden zwei „Bike & Hike“-Touren, die Mountainbiken und Wandern/Bergsteigen verbinden, das Angebot ab.

SANFTE TOUREN FÜR SENIOREN UND FAMILIEN

Für naturbegeisterte Senioren und Familien mit kleinen Kindern haben wir extra einige „Sanfte Touren“ ausgearbeitet, die sich zwischen ausgedehnten Spaziergängen und einfachen Wanderungen bewegen. Dabei wandert man stets auf kurzen und einfachen Wegen und kommt trotzdem in den Hochgenuss der einzigartigen Karwendel-Natur.

Lassen wir unsere gemeinsame Begeisterung für die Natur aus einem rücksichtsvollen und aufmerksamen Umgang mit ihr und miteinander sprechen. Viele schöne Stunden im einzigartigen Naturpark Karwendel wünscht Ihnen



*Franz Straubinger,
Naturpark Karwendel*

Tourenplanung

CHARAKTER DER TOUR

Die Beurteilung einer Wanderung/Bergtour hängt von verschiedenen Faktoren ab: Steilheit des Geländes, Zustand des Weges, Länge der Etappen, Wetterbedingungen und körperliche Konstitution (Trittsicherheit, Schwindelfreiheit usw.). Die in dieser Broschüre beschriebenen Tourenvorschläge werden in drei Schwierigkeitsgrade eingeteilt: einfach, mittel und schwierig. *Einfache Wege* haben nur mittlere Steilheit und sind so breit, dass man gemütlich gehen kann. Oft verlaufen sie auch auf Forstwegen. *Mittlere Wege* erfordern, weil sie manchmal schmal sind, Trittsicherheit und eine gewisse Kondition. *Schwierige Wege* sind solche, die Schwindelfreiheit in ausgesetztem Gelände, Trittsicherheit auf schmalsten Steigen und teilweise den Einsatz der Hände sowie eine sehr sportliche Kondition erfordern.

AUFSTIEGSZEIT

Die Angaben der Gehzeiten (ohne Pausen) gelten für normale Bedingungen und sind durchschnittliche Richtzeiten, können aber je nach Kondition, alpiner Erfahrung, Wetterbedingungen usw. über- oder unterschritten werden.

KARTEN

Erste Wahl für genaue Tourenplanung sind Karten im Maßstab 1 : 25.000. Für das Karwendel empfehlen sich die Alpenvereins-karten *Karwendelgebirge West* (Nr. 5/1), *Karwendelgebirge Mitte* (Nr. 5/2), *Karwendelgebirge Ost* (Nr. 5/3) und für den bayerischen Teil *Karwendelgebirge Nordwest* (Nr. BY10) und *Karwendelgebirge Nord* (BY12).

Folgt man den hier oder in einem Wanderführer beschriebenen Routen, genügt auch der Maßstab 1:50.000, der freilich einen besseren Überblick bietet. Empfehlenswert ist hier die Kompass-Wanderkarte *Karwendelgebirge* (WK 26). Neben dem Kartenstudium ist zusätzlich eine ausführliche Fach- und Führerliteratur empfehlenswert (siehe Seite 96).

JAHRESZEIT

Auch die jahreszeitlich wechselnde Witterung muss in der Planung bedacht werden (hilfreiche Links auf Seite 78).

Ende Juni bis Mitte Juli

Die hohen Übergänge und Nordhänge sind oft noch schneebedeckt und erfordern besondere Vorsicht. Das Vorhandensein von gefährlichen Schneefeldern erfragt man idealerweise vor Tourbeginn bei den Hüttenwirten.

Mitte Juli bis Mitte August

Die höheren Übergänge werden schneefrei. Juli und August bedeuten aber auch eine hohe Gewitterneigung. Die Wetterentwicklung sollte in diesen Monaten besonders beachtet werden. Diese Zeit ist auch die Hochsaison der Bergsteiger und Bergwanderer. Eine Reservierung sollte auf den Schutzhütten dann unbedingt vorgenommen werden.

Mitte August bis Mitte September

Die Gewittersituation beginnt sich zu entspannen. Auch auf den Schutzhütten und Bergen wird es zunehmend ruhiger. Achten muss man bereits im September auf Schnee, denn durchziehende Kaltfront können die Berge durchaus in eine Winterlandschaft verwandeln und dabei Bergwege unkenntlich und gefährlich machen.

Eine Reservierung der Schutzhütten sollte saisonunabhängig bereits bei der Tourenplanung erfolgen!

Tipps für Ihre Sicherheit

AUSRÜSTUNG

Für Wanderungen/Bergtouren über mehrere Tage gilt es, sich gut auszurüsten. Jedoch sollte man keinesfalls zu viel in den Rucksack packen. Baumwolle sollte man in allen Kleidungsstücken vermeiden, Polyester und vor allem Wolle sind ihr an Funktionalität weit überlegen. Die folgende Ausrüstungs-Checkliste soll die Planung erleichtern.

→ *Kleidung*: Wanderhose, Pulli, Funktionswäsche, Jacke (wind- und wasserdicht), Mütze, Handschuhe, 2 Paar Socken, evtl. Wechselwäsche

→ *Bergschuhe*: knöchelhoch, Einsatzbereich B-C

→ *Sonnenschutz*: Brille, Creme, Lippenchutz, Sonnenkappe

→ *Rucksack*: Erste-Hilfe-Paket, evtl. Fernglas (sehr lohnenswert in Österreichs größtem Naturpark), Biwaksack, Taschen-/Stirnlampe, Trinkflasche, Jausenbehälter, Karten, Ausweis, Mitglieds-karte (DAV/ÖAV/Naturfreunde/ÖTK), Taschengeld und E-Card / Krankenkassenkarte, Mobiltelefon, evtl. Kamera

→ *Sonstiges für Mehrtagestouren*: evtl. Snowline-Spikes, evtl. Tourenstöcke, evtl. Freizeithose, Hausschuhe, Waschzeug, Handtuch (im Kleinstformat), Hüttenschlafsack

ALLE INFOS ZUM NOTRUF

Gerät man in eine alpine Notsituation, hat man mehrere Möglichkeiten, Hilfe zu holen. Alpine Schutzhütten bieten nicht nur Unterkunftsmöglichkeiten, sondern sind zugleich Meldestellen bei Unfällen und Notfällen.

→ *Euro-Notruf*: 112

→ *Österreich*: 140 (Bergrettung), 144 (Rotes Kreuz)

→ *Alpines Notsignal*: Hat man keinen Handyempfang, kann man auf das alpine Notsignal zurückgreifen. Das Notsignal besteht aus sechs Zeichen pro Minute (*optisch* und/oder *akustisch*) und einer Minute Pause (mehrmals wiederholen). Die Antwort, dass das Signal wahrgenommen wurde, erfolgt mit drei Zeichen pro Minute und einer Minute Pause (usw.).

GEFÄHRLICHE SCHNEEFELDER – SICHER MIT SPIKES

Um sich vor Abstürzen zu schützen, wird die Mitnahme von Spikes (z.B. www.kochalpin.at) empfohlen. Sie sind leicht, werden über die Bergschuhe gezogen und verfügen über ein kleines Packmaß. Selbstverständlich ersetzen sie aber nicht die notwendige Vorsicht und Bereitschaft, ggf. umzukehren.

SONNENEINSTRALUNG

Keinesfalls unterschätzen darf man im Hochgebirge die starke Sonneneinstrahlung. Sonnenbrille, Kopfschutz und eine Sonnencreme mit hohem Lichtschutzfaktor bieten dabei den besten Schutz.

BLASEN EINFACH VERMEIDEN

Nichts ist so lästig wie eine Blase, die bei ansonsten perfekter Konstitution und schönstem Wetter die Tour vermiest. Weil sich Blasen besonders dann bilden, wenn die Haut feucht und empfindlich wird, ist die beste Vorbeugung ein regelmäßiges Lüften/Trocknen der Füße. Bei jeder Pause im Trockenen: die Schuhe und Socken ausziehen. Einlagen separat trocknen lassen. Bei kurzen Pausen ggf. die feuchten Socken am Rucksack trocknen und mit dem zweiten Paar weiterwandern.

RICHTIGES VERHALTEN IM GEBIRGE

Während wir die Bergwelt und die Natur um uns genießen, sollten wir einige Regeln zu unserer eigenen Sicherheit beachten. Auf folgende Punkte ist besonders zu achten:

- Wettervorhersage beachten
- Richtige Ausrüstung für Bergwanderung (siehe links)
- Genügend Verpflegung mitnehmen (vor allem Flüssigkeit)
- Körperliche Leistungsfähigkeit planen
- An Markierungen halten und am Weg bleiben
- Nie an steinschlaggefährdeten Stellen rasten (z. B. Rinnen)
- Keine Steine lostreten
- Bei Gewittern: Aufenthalt unter einzeln stehenden Felsen oder Bäumen vermeiden (stattdessen: Tallagen oder dichter Wald)

Umweltfreundlich und naturnah durch den größten Naturpark Österreichs

VERHALTENSTIPPS

Der Naturpark Karwendel ist als Schutzgebiet zunächst ein Rückzugsraum für eine Vielfalt von Pflanzen und Tieren. Wenn wir wandernd und auf dem Mountainbike diese Vielfalt genießen, ist es wichtig, der Natur zuliebe einige Regeln zu beachten.



→ Hütten, Almen, Gasthöfe und Campingplätze bieten **Übernachtungsmöglichkeiten**. Campieren ist nur dort erlaubt.

→ Als Besucher des Naturparks sind Sie **stiller Beobachter**. Die Tiere dürfen sich nicht bedroht fühlen. Um die Natur zu schützen, dürfen keine Pilze, Beeren oder andere Pflanzenarten gepflückt und keine Steine mitgenommen werden.

→ Lauschen Sie der Natur und **genießen Sie die Ruhe** des Naturparks. Sie befinden sich im natürlichen Lebensraum unzähliger Lebewesen. Lärm stört und erschreckt die Tiere. Je ruhiger Sie sich verhalten, desto wahrscheinlicher ist es, dass Sie die Bewohner zu Gesicht bekommen (siehe Seite 91).

→ Klare und saubere Landschaften machen die Schönheit des Naturparks aus. Lassen Sie deshalb **keinen Abfall** zurück! Auch Zigarettenstummel hinterlassen viele Schadstoffe und sollten unbedingt mitgenommen werden.

→ Respektieren Sie die **Arbeit der Bauern** und nehmen Sie Rücksicht auf Wiesen, Hütten und Zäune. Auch mit dem Schließen der Almgatter helfen Sie mit, die einzigartige Kulturlandschaft des Karwendels zu erhalten.

→ Verlassen Sie zu Ihrer eigenen Sicherheit und zum Wohl der Tiere nicht die **markierten Wege**.

→ Für Hunde gilt **Leinenpflicht**. Auch wenn man das Tier lieber frei laufen lassen würde – für Vögel und Säugetiere ist des Menschen bester Freund immer noch ein Raubtier, und die oft panische Flucht verbraucht kostbare Energie und führt teilweise zu tödlichen Unfällen.

Durch die Schlossbachklamm

Route	Hochzirl – Schlossbachklamm – Seefeld
Grad	■
Dauer	4:15 h
Distanz	11 km
Höhenmeter	+420 / –200
Start	Bahnhof Hochzirl
Ende	Bahnhof Seefeld

Charakter Die Wanderung durch die Schlossbachklamm ist einfach. Einzig der Abstieg in die Klamm sowie der folgende kurze Aufstieg sind etwas steiler. Diese Wanderung bietet sich auch dann an, wenn sich das Wetter einmal nicht von der schönsten Seite zeigt.

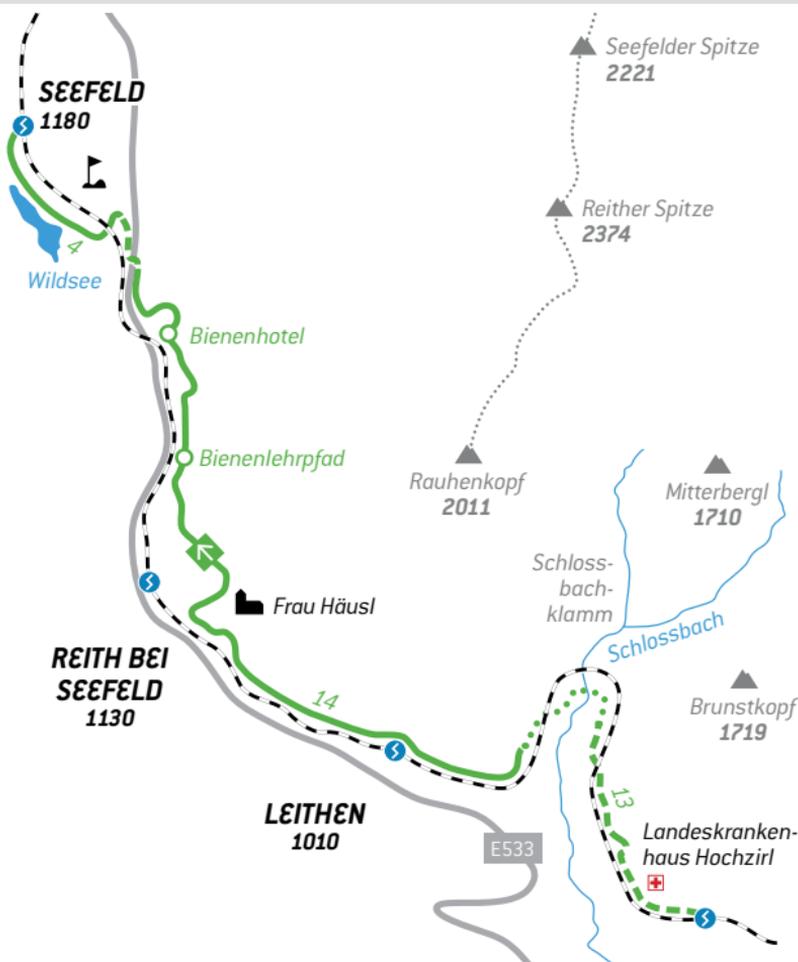
Einkehren Diverse Gasthöfe in Reith und Seefeld

Öffis Anreise mit den Zügen von ÖBB/DB auf der Linie Innsbruck – Garmisch – München. Abfahrtszeiten: siehe FALTI – Karwendel Fahrplan. Alle Fahrpläne und aktuelle Informationen: www.karwendel.org/anreise



Hoch über der Klamm fährt die Bahn

Vom Bahnhof Hochzirl folgt man ein kurzes Stück der Asphaltstraße in Richtung Krankenhaus. Schon nach wenigen Minuten weist ein Schild zur Schlossbachklamm bzw. nach Leithen. Der schön angelegte, anfangs breite Fußweg führt durch einen steilen, felsdurchsetzten Wald bis zur tief eingeschnittenen Klamm, die wir nach einem kurzen Abstieg erreichen. Den glasklaren Bach mit seinen Schotterbänken überschreiten wir über eine kleine Brücke und folgen dem Steig in Kehren hinauf zum lichten Kiefernwald. An einem



Baum kurz vor Verlassen des Schlossbachgrabens befindet sich ein Kästchen, darin ein Stempel mit dem Aufdruck „Schlossbachklamm“ – vermutlich als kleine Erinnerung. Der Steig geht in einen Wirtschaftsweg über.

Oberhalb von Leithen geht es ohne viel Höhengewinn nach Reith bei Seefeld, wo wir rechterhand zum Kirchlein Unserer Frau Häusl abzweigen. Der Steig entlang des Kreuzweges ist etwas steiler. Vorbei am Kirchlein queren wir den Gurglbach, steigen nochmals kurz auf und wandern schließlich durch schöne Lärchwiesen nach Seefeld. Sind die Beine etwas müde, kann man sich bei einer kleinen Kneippanlage wieder erfrischen. Kurz vor Seefeld trifft man auf einen Bienenlehrpfad und ein eigens dafür errichtetes Bienenhäuschen. Zuletzt nochmals der Forststraße folgen, bis man zur Bundesstraße gelangt und sie überquert. Kurz auf einem Weglein entlang der Bahntrasse und vorbei am Golfplatz, gelangt man zum Hochmoor beim Wildsee. Über den schön angelegten Fußweg wandert man schließlich ins Ortszentrum bzw. zum Bahnhof von Seefeld.

Vom Großen Ahornboden zur Binsalm

Route	Eng – Panoramaweg – Binsalm – Eng
Grad	■
Dauer	2:15 h
Distanz	6 km
Höhenmeter	+ 320 / – 320
Start/Ende	Bushaltestelle Eng / Gasthaus

Charakter Der Große Ahornboden ist eine im ganzen Alpenraum einzigartige Landschaft. Unsere sanfte Tour zur Binsalm öffnet auf kurzen und einfachen Wegen neue Perspektiven auf dieses Naturjuwel und die ringsum emporgangenen Gipfel.

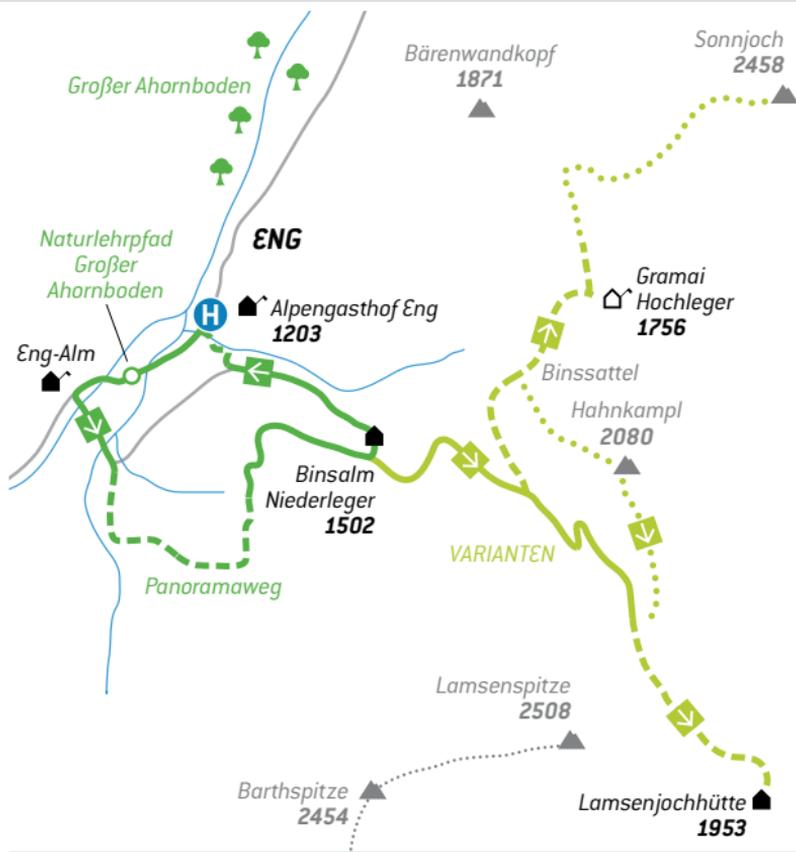
Einkehren Alpengasthof DIE ENG, Rasthütte Engalm, Binsalm

Öffis Ab München mit der BOB nach Lenggries, von dort weiter mit dem Bergsteigerbus 9569 der RV0. Abfahrtszeiten: siehe *FALTI – Karwendel Fahrplan*. Alle Fahrpläne und aktuelle Informationen: www.karwendel.org/anreise



Mehr über den Großen Ahornboden auf www.karwendel.org/top10

Vom Parkplatz beim Alpengasthof DIE ENG aus führt der Themenweg des Naturparks Karwendel bis zur Engalm. Bei der Rasthütte Engalm zweigt in südöstlicher Richtung eine Forststraße Richtung Binsalm ab, auf der wir den Talboden überqueren. Dort steigt sie nun in einer Linkskurve bergan, während wir nach rechts auf den Panoramaweg abbiegen. Wer lieber auf der Forststraße wandert, kann ihrem Verlauf bis zum Binsalm-Niederleger folgen. Der Panoramaweg lädt zum Blick auf die spektakuläre Gebirgslandschaft ein. Mit



einem Fernglas lassen sich oft Gämsen beobachten, auch die alpine Flora ist hier sehr artenreich. Von den Hütten der Dri-jaggenalm geht es sanft bergab zur Binsalm (1502 m), die wir nach etwa 1:30 h erreichen (geöffnet von Ende Mai bis Mitte Oktober, gutbürgerliche Küche, Übernachtungsmöglichkeit). Der Abstieg erfolgt in ca. 45 Minuten entlang der Forststraße. Wer im letzten Abschnitt noch Kraft in den Beinen hat, kann die Abkürzung direkt zum Alpengasthof wählen, während die Forststraße gleichmäßig zum Almdorf Eng zurückführt.

- Wander- und Bergziele vom Binsalm-Niederleger**
- *Lamsenjochhütte* (1953 m): Gut gangbarer Steig über das Westliche Lamsenjoch (Gehzeit ca. 1:30 h)
 - *Gramai-Hochleger* (1756 m): Schöne und aussichtsreiche Wanderung über den Binssattel in 1:30 h
 - *Sonnjoch* (2458 m): Aufstieg vom Gramai-Hochleger. Langer und alpiner Anstieg, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit notwendig (Gehzeit von der Binsalm 3 bis 3:30 h, schwarzer Weg)
 - *Hahnkampfl-Spitze* (2080 m): Bietet sich als Rundtour über das Westliche Lamsenjoch und den Binssattel an. Schöne und mittelschwere Bergtour über den Binssattel (Gehzeit: ca. 2:15 h)

Rund um die Karwendelschlucht

Route Scharnitz – Karwendelschlucht – Scharnitz

Grad



Dauer 1:45 h

Distanz 6 km

Höhenmeter +200 / –200

Start/Ende Bahnhof Scharnitz

Charakter

Ausgedehnter Spaziergang mit beeindruckendem Panorama zwischen den drei großen Karwendeltälern und ihren Bergketten.

Einkehren

Scharnitzer Alm, einige Pensionen, Cafés und Gasthöfe in Scharnitz

Öffis

Anreise mit den Zügen von ÖBB/DB auf der Linie Innsbruck – Garmisch – München. Abfahrtszeiten: siehe *FALTI – Karwendel Fahrplan*. Alle Fahrpläne und aktuelle Informationen: www.karwendel.org/anreise



Blick vom Karwendelsteg

Vom Bahnhof geht es an der Hauptstraße entlang zur Isar, die wir überqueren um dann vor der Kirche links in Richtung Länd abzubiegen. Neben dem modernen Infozentrum lohnt auch ein kostenloser Besuch im Museum Holzerhütte. Von hier folgen wir der Straße nach Osten in Richtung Karwendel und überqueren abermals auf einer Brücke die Isar und folgen ihr geradeaus auf einer Straße. Kurz bevor der Karwendelbach in die Isar mündet, zweigen wir links auf den



Faszinierende Nature Watch-Führung in die Karwendelschlucht

An der Seite eines geprüften Naturparkführers eindruckliche Details und Zusammenhänge kennenlernen. Die wöchentlich stattfindenden Touren sind auch für Gruppen individuell buchbar. Alle Infos und Anmeldung auf www.karwendel.org/naturfuehrungen

kleinen Wanderweg ab. Von hier aus ergeben sich wunderschöne Einblicke in die rauschende Karwendelschlucht und herrliche Ausblicke ins Karwendeltal.

Bald hat dieser Steig in Serpentin den Hang erklommen und mündet in die Forststraße, von der wir kommen, wenn wir uns anfangs für diesen Weg entschieden haben. Links kann man über diese nach Scharnitz zurückwandern (Gehzeit: 50 Minuten). Wir gehen aber rechts und folgen dem Weg 10 bis 15 Minuten, bis wir links auf einen Wirtschaftsweg zur idyllischen Birzelkapelle abbiegen und zurück nach Scharnitz gelangen.

Variante

Würden wir weiter geradeaus ins Karwendeltal gehen, könnten wir nach gut einem Kilometer rechts den Karwendelbach überqueren, wenn er nach einem Wasserfall plötzlich beginnt, sich tief in die Klamm einzugraben. Über eine Forststraße gelangen wir zum Gasthof Wiesenhof, von wo aus wir schließlich einfach die Straße entlang zurück zum Parkplatz gehen (Gehzeit: +1 h).

Zur Moosenalm am Achensee

Route	Achenkirch – Moosenalm – Achenkirch
Grad	■
Dauer	4 h
Distanz	10 km
Höhenmeter	+ 640 / – 640
Start/Ende	Bushaltestelle Christlumlifte

Charakter Romantische Tour in den vergleichsweise sanften Bergen des nördlichen Achantals. Aufstieg über einen klassischen Wandersteig, Abstieg über die Forststraße. Technisch einfache Wege, für eine „sanfte Tour“ ist der Anstieg aber recht steil.

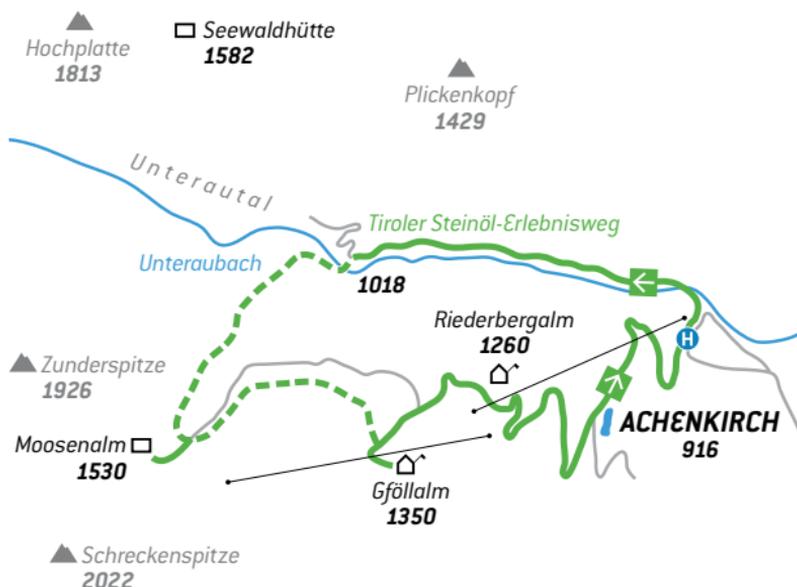
Einkehren Gföllalm, zahlreiche Unterkünfte in Achenkirch

Öffis Aus Richtung München erreicht man Achenkirch mit der BOB über Tegernsee, dort besteht Anschluss an den Bergsteigerbus 9550 der RVO nach Pertisau. Vom Inntal fährt man mit den Zügen der ÖBB nach Jenbach und steigt dort in die Zillertalbahn-Buslinie 4080 um. Abfahrtszeiten: siehe *FALTI – Karwendel Fahrplan*. Fahrpläne und aktuelle Infos: www.karwendel.org/anreise



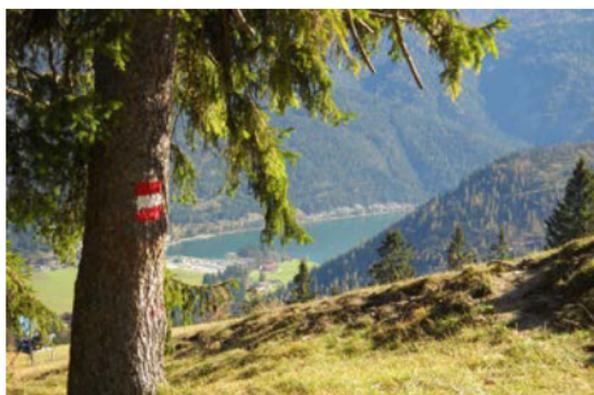
Auf den Wiesenhängen hinter der Moosenalm leben Gämsen, Steinböcke und Murmeltiere

Zunächst marschieren wir in nördlicher Richtung über die Unteraubachbrücke hinein ins Unterautal auf dem „Tiroler Steinöl Erlebnisweg“. Mäßig steigend geht es auf dem Forstweg bis zum Talschluss, der nach ca. 30 Minuten erreicht ist. Bei der Bretterhütte verlassen wir den Forstweg und zweigen beim Wegweiser links ab. In kurzen Kehren geht es



zunächst etwas steiler nach oben, dann in einer Rinne durch lichten Buchenwald und schließlich über sanfteres Gelände inmitten der zauberhaften Wiesenhänge zum Ziel: direkt unterhalb der Moosenalm kreuzen wir den Fahrweg. Ihm folgen wir nach rechts ein paar Schritte, um bei der Almhütte (1530 m, keine Einkehrmöglichkeit) zu rasten.

Nun geht es wieder einige 100 m zurück auf dem Fahrweg, ehe ein kleiner Steig rechts in Richtung Gföllalm abzweigt und über eine Böschung hinaufführt. Wir könnten auch der Forststraße folgen, aber schöner ist auf jeden Fall der Steig: der Weg führt auf gleicher Höhe etwa bis zur Skipiste und ermöglicht einen Abstecher auf der Forststraße zur Gföllalm (Einkehrmöglichkeit) mit Ausblick auf den Achensee. Nun wandern wir gemütlich auf der Forststraße in Serpentina durch die Pistenhänge hinunter ins Tal, zurück zum Ausgangspunkt der Tour.



Gemütlicher Abstieg mit Ausblick auf den Achensee

Durch die Wolfsklamm nach St. Georgenberg

Route	Stans – Wolfsklamm – St.Georgenberg – Weng – Stans
Grad	■
Dauer	3 h
Distanz	8 km
Höhenmeter	+430 / –430
Start/Ende	Bahnhof Stans

Charakter Himmel und Hölle: durch die tief eingeschnittene Wolfsklamm steigt man zur Wallfahrtskirche St.Georgenberg empor, die märchenhaft auf einem Felsblock thront. Der Rückweg durch die vielfältigen Buchenwälder des Naturparks bietet auch einen Weitblick über das Inntal.

Einkehren Wallfahrtsgasthaus St.Georgenberg, Gasthäuser in Stans

Öffis Aus Richtung Innsbruck ebenso wie aus Richtung München (über Kufstein) erreicht man Stans über den Regionalverkehr im Inntal. Abfahrtszeiten: siehe *FALTI – Karwendel Fahrplan*. Alle Fahrpläne und aktuelle Informationen: www.karwendel.org/anreise



Märchenhaft: das Kloster St. Georgenberg

Vom Bahnhof ist der Weg zur Wolfsklamm ausgeschildert und führt uns geradewegs ins Karwendel. Bald ist die Eintrittshütte erreicht. Der Zugang zur Wolfsklamm kostet Erwachsene 4,50 Euro, Kinder 1 Euro. Über gut instand-ge-



haltene Stufen und Steige geht der gesicherte Weg immer tiefer in den Berg hinein. Tosende Wasserfälle inmitten der Felswände führen uns hier eindrucklich vor Augen, wie sich das Wasser im Laufe der Jahrtausende in den Fels gehöhlt hat. Nach der beeindruckenden Wanderung durch die Klamm wird es wieder flacher und ein Plätzchen am Wasser lädt zur Rast ein. Von hier aus ist der steile finale Anstieg nach St. Georgenberg gleich erreicht. Über eine alte Holzbrücke setzen wir zu dem Felsvorsprung über, auf dem die Klosterkirche errichtet wurde. Der Legende nach wurde dieser Ort dem Einsiedler Rathold von Aibling von Vögeln gezeigt. Schon Mitte des 10. Jahrhunderts errichtete er dort eine Kapelle, bald entwickelte sich ein Kloster. Die heutige Wallfahrtskirche stammt aus 1735. Hier kann man im Gasthaus einkehren und den Ausblick genießen, bevor es zurück nach Stans geht.

Für den Rückweg steigen wir wieder zum Fuße des Klosters ab. Anstatt aber zur Wolfsklamm zu gehen, folgen wir dem breiten Pilgerweg über den Bach, der leicht bergauf durch dichten



Buchenwald führt. Hier gibt es teilweise viel Totholz und darum zahlreiche Specht- und andere Tierarten. Bald geht der Weg wieder bergab und wir kommen auf eine weite Wiese. Hier biegen wir links ab und folgen dem Weg zurück nach Stans.

In der Wolfsklamm lässt sich die Gewalt des Wassers von sicheren Wegen aus bestaunen

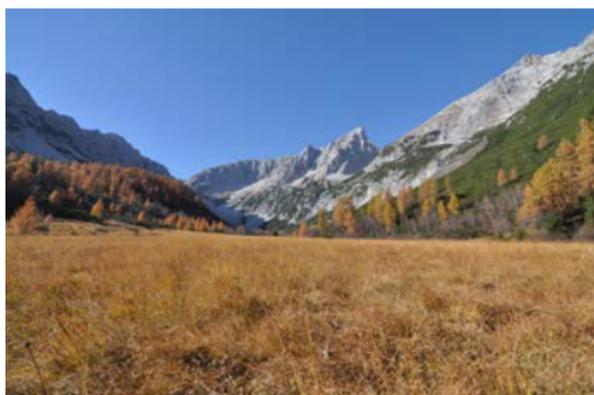
Geschichte und Natur im wilden Halltal

Route	Absam – Issanger – Thaur
Grad	■
Dauer	6:15 h
Distanz	14 km
Höhenmeter	+ 1100 / – 1100
Start/Ende	Bushaltestelle Eichat Bettelwurfsiedlung

Charakter Auf historischen Pfaden wandert man bei dieser technisch einfachen, aber ausgedehnten Wanderung durchs Halltal und begegnet immer wieder Spuren des längst vergangenen Salzbergbaus. Vom Törl eröffnet sich ein weiter Blick über das Inntal.

Einkehren St. Magdalena, Thaurer Alm, zahlreiche Unterkünfte in Rum und Absam

Öffis Von Innsbruck (Hbf): Buslinie 502 (Richtung Eichat Föhrenwald). Wichtige Haltestellen: Innsbruck Terminal Marktplatz – Rum Dorfplatz – Eichat Bettelwurfsiedlung. Der Bus verkehrt zwischen 6 und 20 Uhr ca. viertel- bis halbstündlich.



Am idyllischen Issanger weideten einst die Ochsen des Salzbergbaus

Von der Bushaltestelle gehen wir die Straße zurück, um nach einem kurzen Stück rechts Richtung Halltal abzubiegen. Nach 200 Metern erscheint der Parkplatz am Halltal-Eingang, der auch einen Spielplatz für Kinder und Informationstafeln zur Geschichte des Salzbergbaus und zum Alpinismus im Halltal beherbergt. Wir folgen dem Schotterweg parallel zur Halltalstraße ins Tal hinein und wechseln nach 20 Minuten gegenüber dem Kraftwerk Bettelwurfeck (wo das Absamer



Trinkwasser gewonnen wird) in den Fluchtsteig. Dieser führt uns bei angenehmer Steigung nach St. Magdalena (1287 m, Einkehrmöglichkeit). Von dort geht es ein Stück auf dem Forstweg geradeaus, bis wir wieder auf die Halltalstraße stoßen. Wir überqueren sie und folgen dem Hirschbadsteig (bei Nässe über die Forststraße zum Törl), der uns durch das Isstal zum Ißsängger führt. Nun folgen wir dem Forstweg links auf das Ißsjöchl, wo nach einer scharfen Rechtskurve die Wanderwege abzweigen. Nun nicht zum Stempeljoch, sondern direkt nach Süden zum Törl. Mit knapp 1800 m ist hier der höchste Punkt der Tour erreicht. Mit Ausblick über das Inntal steigen wir 30 Minuten zur Thaurer Alm ab (1464 m, Einkehrmöglichkeit). Von hier weiter bergab auf der Forststraße. Bald zweigt der steile Gasperl-Steig ab, dem wir zum idyllisch gelegenen Garzanhof folgen. Über den Kellersteig gelangen wir nach rechts zum Waldspielplatz und zur Bushaltestelle Sanatorium (Linie A). Geradeaus gelangen wir in das Ortszentrum von Rum (Linie 502).

Variante

Vom Törl können wir auch weiter links aufsteigen und über die Zunterköpfe und den Hochmahdkopf zurück nach Absam wandern (siehe dazu Tour 15, Seite 50).

Auf den Gipfel der Pleisenspitze

Route	Scharnitz – Pleisenhütte – Pleisenspitze
Grad	■
Dauer	8:30 h
Distanz	20 km
Höhenmeter	+ 1620 / – 1620
Start/Ende	Bahnhof Scharnitz

Charakter Ausgedehnte Bergtour auf einen der „Klassiker“. Auf einfachen Forstwegen bis zur Pleisenhütte, dann auf einem steilen, aber technisch unschwierigem Steig bis zum Gipfel. Gute Kondition erforderlich, ansonsten als Zweitagestour mit Übernachtung in der Pleisenhütte empfehlenswert.

Einkehren Pleisenhütte (1757 m), geöffnet von Anfang Juni bis Ende Oktober, sonst an Wochenenden, +43 664 9158792

Öffis Anreise den Zügen von ÖBB und DB auf der Linie Innsbruck – Garmisch – München. Abfahrtszeiten: siehe *FALTI – Karwendel Fahrplan*. Alle Fahrpläne und aktuellen Informationen: www.karwendel.org/anreise



Die Pleisenspitze von Scharnitz aus

Vom Bahnhof kommend wandern wir noch vor der Isarbrücke links über die Bahnbrücke und gleich wieder links hinauf zum Waldrand. Rechts auf einem Wanderweg weiter bis zur Birzelkapelle (1115 m) und auf der Forststraße geradeaus ins Karwendeltal, bis rechts ein Steig zum Karwendelsteg abzweigt. Weiter auf der Forststraße, bis spitz nach links zurück der Forstweg zur Pleisenhütte abzweigt. Auf 1200 m besteht die Möglichkeit, über einen Steig abzukürzen, um auf 1380 m



wieder auf die – nun um einiges schmalere – Forststraße zu gelangen. Zuletzt in einigen Kehren zur Pleisenhütte (1757 m). Dort belohnt uns die urige Hütte mit einem herrlichen Ausblick.

Der Steig zur Pleisenspitze führt hinter dem Haus weiter und geht steil über Stock und hauptsächlich Stein durch den Latschengürtel hindurch auf die weite Pleisenflanke. Hier lassen sich öfters größere Gamsrudel beobachten. Außerdem zu entdecken ist eine begehbare Höhle. Dort fand der legendäre „Pleisentoni“, der Erbauer der gleichnamigen Hütte, ein 2000 Jahre altes Elchskelett, das im Infozentrum in Scharnitz zu bewundern ist. Nach dem mühsamen, gut fünfstündigen Aufstieg wird man mit einer grandiosen Aussicht auf die tiefeingeschnittenen Täler und die steil aufragenden Felsgipfel belohnt: das schmale Karwendeltal im Norden, das Hinterautal im Südosten, das Gleirschtal im Süden. Im Westen reicht der Blick bis zum Zugspitzmassiv und weiter.

Der Abstieg erfolgt in gut drei Stunden auf derselben Route. Erst recht weit unten gehen wir nicht rechts zum Karwendelsteg, sondern folgen dem Weg nach links zur Isar hinunter. Hier können wir die Teerstraße nach Scharnitz nehmen oder die Isar überqueren und an der anderen Flussseite, vorbei an einer Kneippanlage, auf dem schöneren Isarsteig bis ins Dorf wandern.

Wer die lange Tour abkürzen möchte, ist auf der Pleisenhütte gut aufgehoben. So bleibt vorher oder nachher auch noch Zeit, das Museum Holzerhütte in der Scharnitzer Länd zu besuchen. Kostenlose Tickets gibt es im modernen Infozentrum.

Zur Seekarspitze hoch überm Achensee

Route	Achenkirch – Koglalm – Seekarspitze – Seekaralm – Achenkirch
Grad	■
Dauer	5:50 h
Distanz	12 km
Höhenmeter	+ 1100 / – 1100
Start/Ende	Bushaltestelle Fischerwirt/Abzw. Achensee

Charakter Anspruchsvolle Bergtour hoch über dem Achensee. Gemütlicher Anstieg bis zur Seekaralm, für den Aufstieg zur Seekarspitze ist Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich. Die Busse verkehren hier nur selten, weshalb man dem Fahrplan besondere Aufmerksamkeit schenken sollte.

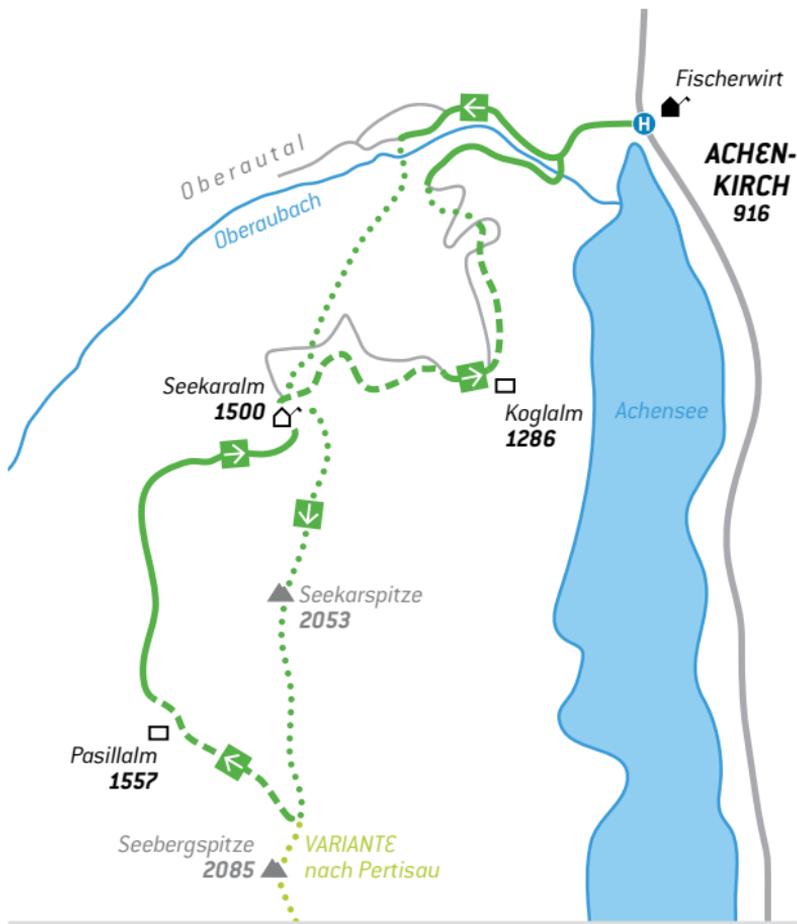
Einkehren Seekaralm und zahlreiche Unterkünfte in Achenkirch

Öffis Aus Richtung München erreicht man Achenkirch mit der BOB über Tegernsee, dort besteht Anschluss an den Bergsteigerbus 9550 der RVO nach Pertisau. Vom Inntal fährt man mit den Zügen der ÖBB nach Jenbach und steigt dort in die Zillertalbahn-Buslinie 4080 um. Abfahrtszeiten: siehe *FALTI – Karwendel Fahrplan*. Alle Fahrpläne und aktuellen Informationen gibt es im Internet: www.karwendel.org/anreise

Von der Bushaltestelle aus sehen wir im Südwesten schon die Gipfelpyramide der Seekarspitze. Zunächst gehen wir nach Westen Richtung Oberautal, überqueren den Oberaubach und münden bei Seekarbachgraben in den Steig zur Seekaralm ein, die wir in gut eineinhalb Stunden erreichen (1500 m, Einkehrmöglichkeit). Von hier führt der immer steiler werdende Steig durch einen lichten Lärchen- und Fichtenwald, durchzieht einen ausgeprägten Latschengürtel und führt zuletzt felsdurchsetzt und steil zum Gipfel der Seekarspitze.

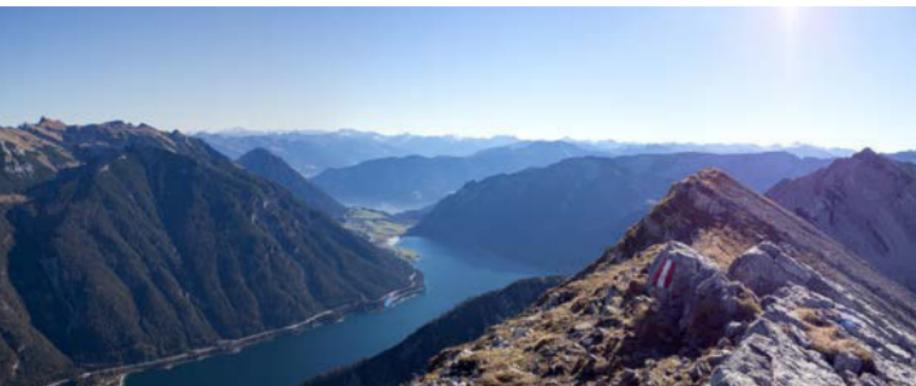
Am aussichtsreichen Gipfel mit Tiefblick auf den fjordähnlichen Achensee kann man entweder über den Aufstiegsweg absteigen oder entlang des Grates mit Blick zur Seebergspitze weitergehen. Am tiefsten Punkt des Grates unterhalb der Seebergspitze zweigt unser Steig rechterhand zur Passialalm (1557 m) ab, von wo aus wir über die Almstraße zur





Seekaralm zurückwandern. Dort können wir über die Forststraße und den unschwierigen Steig zur Koglalm (1286 m) und in weiterer Folge wiederum über die Forststraße absteigen oder dem Aufstiegsweg in direkter Linie ins Oberautal folgen.

Variante Überschreitung von der Seekarspitze zur Seebergspitze mit Abstieg nach Pertisau: Für öffentliche Anbindungen von Pertisau siehe www.karwendel.org/anreise



Der Mittenwalder Klettersteig

Route	Karwendelgrube – Kirchlspitz – Brunsteinhütte – Mittenwald
Grad	■
Dauer	6–8 h
Distanz	12 km
Höhenmeter	+ 530 / – 1860
Start/Ende	Bahnhof Mittenwald

Charakter	Die luftige Gratwanderung zählt zu den schönsten versicherten Höhenwegen im Alpenraum. Der einzigartige grandiose Ausblick reicht von den Allgäuer Alpen über Wetterstein, Karwendel bis zu den Gipfeln des Alpenhauptkamms. Klettersteig-Schwierigkeit A/B, Klettersteigausrüstung obligatorisch. Schwindelfreiheit und Trittsicherheit unbedingt notwendig!
------------------	---

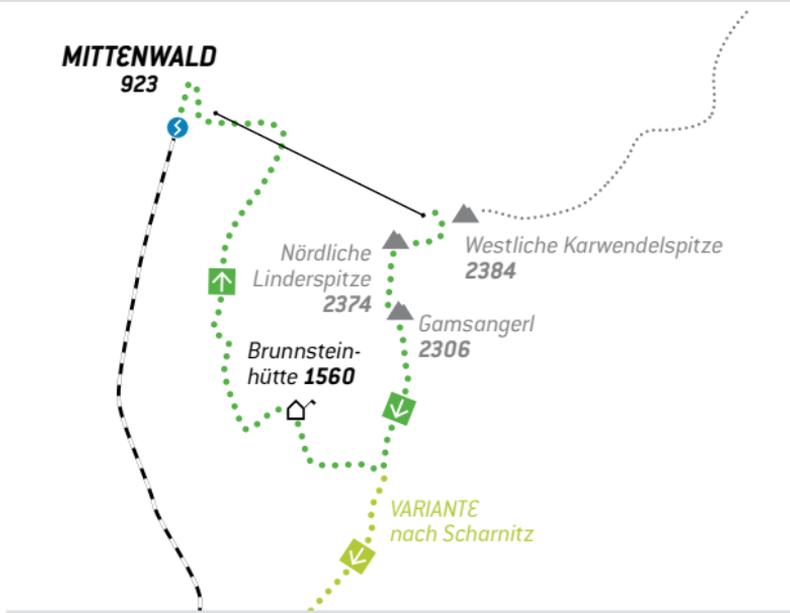
Einkehren & übernachten	Brunsteinhütte (1523 m), geöffnet von Mitte Mai bis Mitte Oktober, +49 8823 326951, www.brunsteinhuette.de
------------------------------------	--

Öffis	Anreise mit den Zügen von ÖBB und DB auf der Linie Innsbruck – Garmisch – München. Abfahrtszeiten: siehe <i>FALTI – Karwendel Fahrplan</i> . Alle Fahrpläne und aktuellen Informationen: www.karwendel.org/anreise
--------------	---



Aussichtsreiche Kraxelei hoch über Mittenwald

Am Vorplatz des Bahnhofs Mittenwald wenden wir uns nach rechts, überqueren auf der Dammkarstraße rechts die Gleise und gehen – wieder rechts – den Mühlenweg hinab, bis wir links auf den Weidenweg einbiegen, die Isar überqueren und den Hang zur Talstation der Karwendelbahn erklimmen. Die erste Bahn fährt um 10 Uhr.



Von der Bergstation folgen wir der Beschilderung zum Mittenwalder Höhenweg/Klettersteig, der über die Nördliche Linderspitze (2374 m), die Mittlere Linderspitze (2239 m) und das Gamsangerl (2306 m) zur Kirchspitze (2303 m) führt. Etwas unterhalb der ersten Sicherungen legen wir die Ausrüstung an – es erwartet uns ein ausgedehnter und traumhaft aussichtsreicher Klettersteig. Versichert geht es zum höchsten Gipfel, der Nördlichen Linderspitze. Anschließend wandern wir auf ungesicherten Steigen bergab, bis wir an der Leiter zur Mittleren Linderspitze ankommen. Hier könnten wir über den kreuzenden Heinrich-Noe-Steig links zurück zur Bergstation oder rechts zur Brunnensteinhütte gelangen. Der Klettersteig führt nun den Grat entlang weiter bis zum Brunnensteinangerl unterhalb der Kirchspitze, wo wir auf satten Grasmatten rasten können.

Nun beginnt der lange Abstieg nach Mittenwald, zuerst in Serpentina durch Latschenfelder zur Brunnensteinhütte, in der wir uns mit einer Einkehr belohnen können. Danach steht der Abstieg über die Sulzleklamm und später den Leitersteig an, in dem wir die Westflanke des Gebirgszuges queren, dessen Grat wir zuvor entlang gekraxelt sind. Schließlich gelangen wir so zur Talstation der Karwendelbahn und weiter zum Bahnhof Mittenwald.

Variante

Vom Brunnensteinangerl können wir auch geradeaus weitergehen und dem Berggrücken entlang auf schmalen Steigen über die Brunnensteinspitze und steil hinunter nach Scharnitz absteigen.

Grandiose Tiefblicke auf Innsbruck

Route Hungerburg – Brandjochkreuz – Rauschbrunnen – Sadrach

Grad ■

Dauer 8:45 h

Distanz 16 km

Höhenmeter + 1400 / – 1400

Start Hungerburg

Charakter Wunderschöne Rundwanderung oberhalb von Innsbruck. Alpinetchnisch weist die Tour keine Schwierigkeiten auf, jedoch ist für diese Tour eine gute Kondition Voraussetzung. Der Anstieg vom Brandjochboden zum Gipfel ist durchaus steil, technisch aber nicht schwierig.

Einkehren & übernachten Höttinger Alm, Gasthof Rauschbrunnen (nur einkehren)

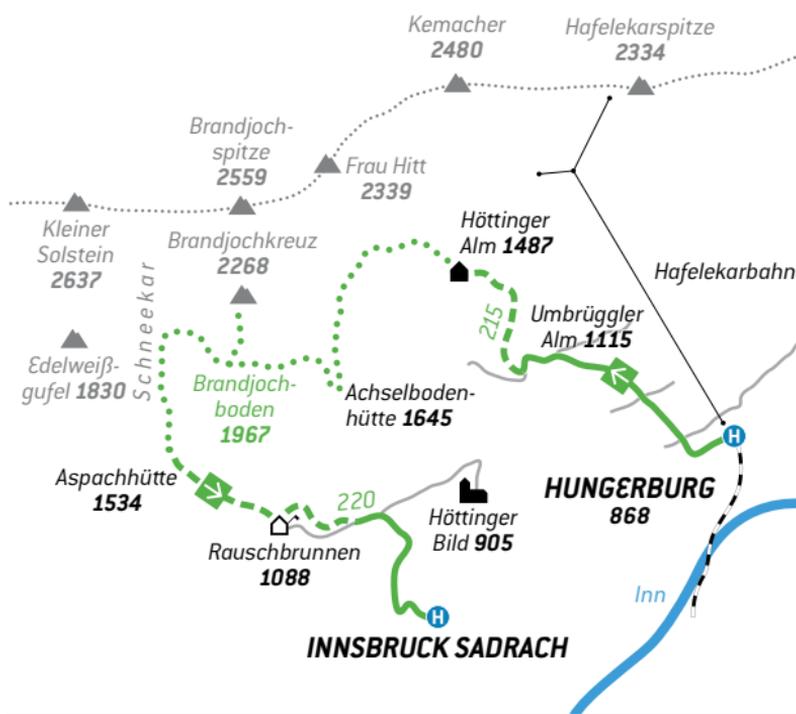
Öffis Hin: Die Buslinie J (Olympiaexpress – Nordkette) verkehrt von ca. 6-20 Uhr alle 10-15 Minuten. Retour: Die Buslinie A (Sadrach – Rum Sanatorium) verkehrt von ca. 6-20 Uhr viertelstündlich (Sonntag halbstündlich).



Ein neugieriger junger Steinbock

Die Lage von Innsbruck ist einzigartig: In wenigen Minuten findet man ein schier unendliches Wanderrefugium vor. Die gesamte Nordkette auf der Südabdachung des Naturparks Karwendel wird dabei von einem vielfältigen Netz von Wanderwegen durchzogen.

Die Tour führt vom Stadtteil Hungerburg ein Stück über die Familienabfahrt zur Umbrüggler Alm (1115 m). Hier lohnt



es sich, den *Naturraum Karwendel* zu bestaunen, wo es neben einem eindrucksvollen Relief allerhand zu entdecken gibt. Nun folgt der Anstieg auf dem Weg Nr. 215 hinauf zur Höttinger Alm (1487 m). In angenehmer Steigung erreicht man nach knapp einer Stunde den Achselboden mit der gleichnamigen Hütte (1645 m). In nördlicher Richtung folgt man dem Steig, der zum Frau-Hitt-Sattel führt. Den knorrigen Fichtenwald hat man bald durchwandert und tritt in die Latschenregion ein. Nach gut 45 Minuten Gehzeit von der Achselbodenhütte hat man den Brandjochboden (1967 m) erreicht. Die letzten 300 Höhenmeter zum aussichtsreichen Gipfel führen auf einem markierten Steiglein durchwegs steil über alpine Grasmatten zum Gipfel, den wir nach rund fünf Stunden erreichen.

Der Abstieg erfolgt über den Südrücken und anschließend in westlicher Richtung in das Schneekar. Vorbei an einer kleinen Jagdhütte gelangt man bald zur Aspachhütte (1534 m) und nach weiteren zahlreichen Wegkehren zum Gasthof Rauschbrunnen (1088 m), wo man die Batterien wieder aufladen kann.

Der letzte Teil des Abstieges führt entlang des Weges Nr. 220 Richtung Höttinger Bild. Wir gehen aber nicht zur Kapelle, sondern zweigen kurz zuvor in das Buchtal ab und folgen dem Steig und in weiterer Folge der Forststraße nach Innsbruck/Sadrach, wo wir über die Buslinie A wieder direkt nach Innsbruck gelangen.

Zum Mahnkopf

	Tag 1	Tag 2
Route	Hinterriß – Kleiner Ahornboden – Falkenhütte	Falkenhütte – Mahnkopf – Hohljoch – Eng
Grad	■	■
Dauer	4:30 h	4 h
Distanz	10,5 km	10,5 km
Höhenmeter	+ 890 / 0	+ 250 / – 890
Start/Ende	Start: Bushaltestelle Eingang Johannistal	Ende: Bushaltestelle Eng / Gasthof

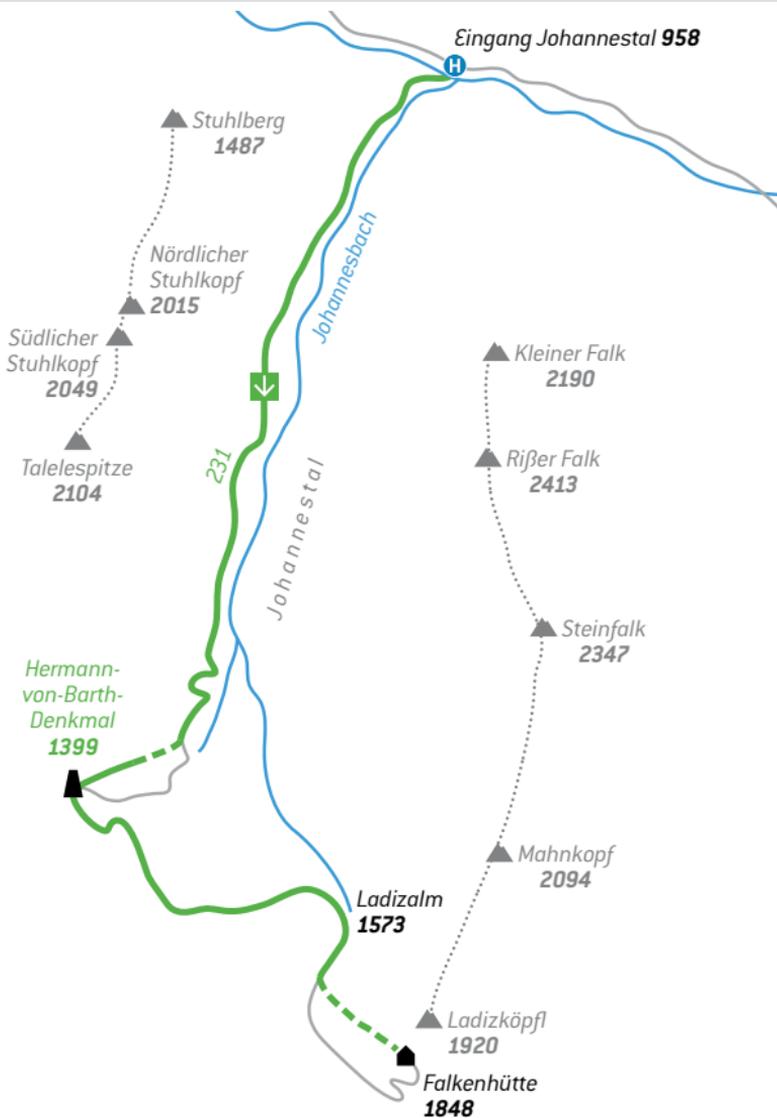
Charakter Zwischen Ahornboden und Lalidererwänden – Karwendel pur! Über einfache und nicht zu lange Wege geht es über den Kleinen Ahornboden zur spektakulär gelegenen Falkenhütte, tags darauf auf einfachen Wanderwegen zum blumenreichen Mahnkopf und hinab zum Großen Ahornboden.

Einkehren & übernachten **Tag 1** – Falkenhütte (1848 m), geöffnet von Anfang Juni bis Mitte September, +43 5245 245, www.alpenverein-muenchen-oberland.de/falkenhuette. **Achtung:** Wegen Sanierung bleibt die Falkenhütte 2019 geschlossen
Tag 2 – Falkenhütte, Engalm, Alpengasthof DIE ENG

Öffis Ab München mit der BOB nach Lenggries, von dort weiter mit dem Bergsteigerbus 9569 der RVO. Abfahrtszeiten: siehe *FALTI – Karwendel Fahrplan*. Alle Fahrpläne und aktuellen Informationen: www.karwendel.org/anreise



Die Falkenhütte vor den imposanten Lalidererwänden


**TAG
1**

Von der Bushaltestelle wenden wir uns direkt nach Süden und überqueren auf der Brücke den Reißbach, einen der letzten Wildflüsse Tirols. Entlang der Forststraße wandern wir durch das Johannestal zum Kleinen Ahornboden. Das Hermann-von-Barth-Denkmal (1399 m) erinnert an den Alpinpionier, der im Sommer 1870 ganze 88 Gipfel im Karwendel bestiegen hat (darunter zahlreiche Erstbesteigungen). Zwischen den knorrigen Bergahornen folgen wir dem breit ausgetretenen Adlerweg über die Ladizalm zur Falkenhütte (1848 m), deren Lage oberhalb der Baumgrenze, im Angesicht der ragenden Lalidererwände, wohl unüberbietbar spektakulär ist. Im Abendlicht zeichnet sich hell die berühmte Herzogkante ab, auch ein Schauplatz der Alpingeschichte.

Nach einem gemütlichen Abend auf der Hütte lockt der nächste Tag auf den Mahnkopf, einen besonderen Blumenberg des Karwendels. Wir können mit leichtem Gepäck reisen, da wir wieder zur Falkenhütte zurückkehren. Nach Norden folgt der Steig dem Rücken, auf dem die Falkenhütte liegt und umgeht das Ladizköpfl um dann vom Ladizjöchl aus in Serpentina zum Mahnkopf (2094 m) zu gelangen. Der Kontrast mit den gewaltigen umliegenden Felswänden und den blumenreichen Bergwiesen könnte größer nicht sein.

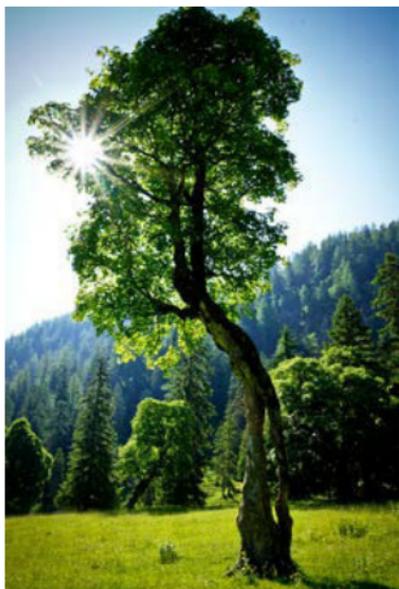
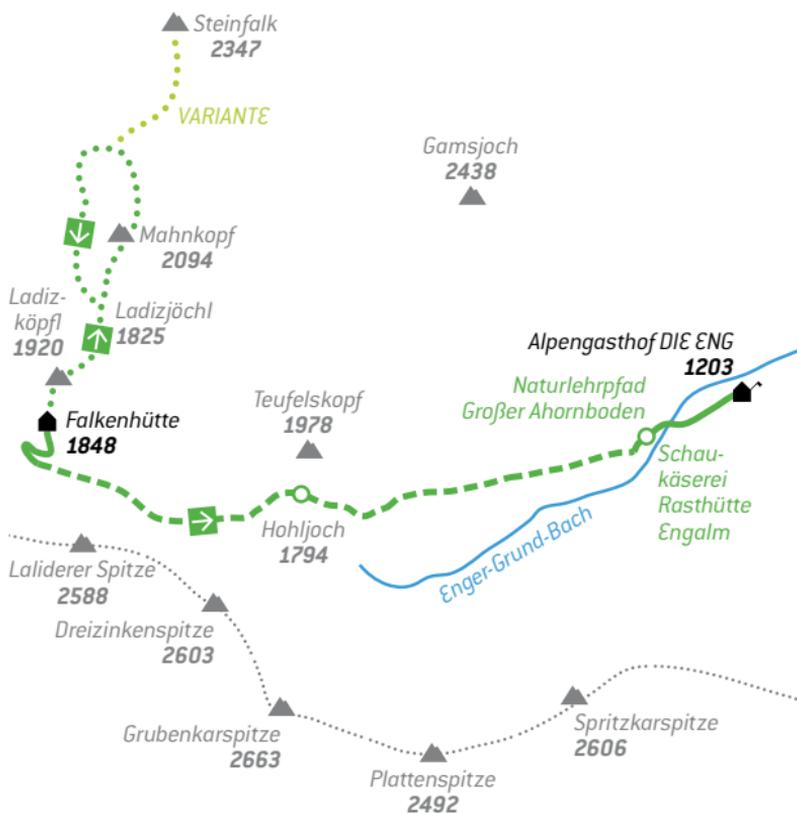
Wenn wir nun nach Norden sanft bergab wandern, können wir die besondere Flora genießen. Aufmerksame Wanderer können außerdem sehr oft Gämsen erspähen. Der Weg senkt sich nun leicht nach Westen ab, um auf den Hauptweg zum Steinfalk zu treffen. Wir biegen hier nach Süden um und wandern geradeaus an der Westflanke des Mahnkopfs zur Falkenhütte zurück. Der Weg ist hier nur spärlich markiert, daher ist Aufmerksamkeit geboten. Dort packen wir unsere restliche Ausrüstung ein und folgen dem Adlerweg oberhalb des Laliderertals zum Hohljoch (1794 m), von wo aus sich der Steig gemächlich zur Engalm (1227 m, Einkehrmöglichkeit) absenkt. Hier können wir einkehren oder weiter über den Themenweg durch den Großen Ahornboden wandeln und diese einzigartige, von uralten Bergahornen geprägte Landschaft genießen. Auch der Alpengasthof Eng am Ende des Weges lädt zur Einkehr. Hier steigen wir schließlich wieder in den Bus nach Lenggries.

Variante

Wer schwindelfrei und trittsicher ist, kann nach dem Mahnkopf noch den etwas höheren Steinfalk (2347 m) besteigen (Gehzeit: +2 h).



Ein Meer von Trollblumen blüht im Frühling auf dem Weg zum blumenreichen Mahnkopf



Der Großer Ahornboden: ein Naturjuwel im Karwendel

Auf der größten Almfläche des Karwendels, der Eng-alm, weiden 500 Rinder im Schatten zahlloser Bergahorne. Die U-Form des Trogtals erinnert an die Eiszeit. Aber auch heute ist der Ahornboden den extremen alpinen Witterungen ausgesetzt. Kein Wunder, dass die bis zu 600 Jahre alten Bäume teilweise an gebückte Greise erinnern. Mehr zum Bergahorn auf Seite 90].

Überschreitung des Juifen

	Tag 1	Tag 2
Route	Achenkirch – Seewaldhütte	Seewaldhütte – Juifen – Fall
Grad	■	■
Dauer	2 h	5:15 h
Distanz	4 km	18,5 km
Höhenmeter	+ 640 / 0	+ 600 / – 1400
Start/Ende	Start: Bushaltestelle Achenkirch Christlumlifte	Ende: Bushaltestelle Fall

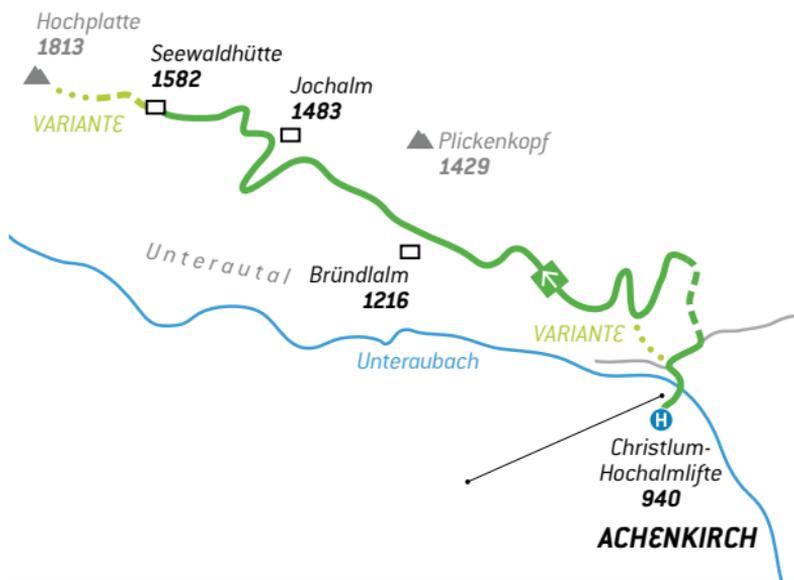
Charakter Gemütliche Wanderung auf einfachen und wenig begangenen Wegen. Von der kleinen Seewaldhütte blickt man auf die grünen Wiesen der Achensee-Gruppe, vom Juifen ins bayerische Voralpenland.

Einkehren & übernachten
Tag 1 – Seewaldhütte (1582 m, nur übernachten), geöffnet von Mitte Juli bis Mitte September, von Mai bis Anfang November nur an Wochenenden, +43 664 3537019 (Hütte), +49 8856 935960 (Reservierung), seewaldhuette@achensee.de, www.achensee.de
Tag 2 – Gasthof Jäger von Fall

Öffis
 → *Von Innsbruck:* Die Regionalbahn fährt regelmäßig über Rum, Hall, Fritzens-Wattens und Schwaz nach Jenbach. Zusätzlich fährt ein Schnellzug direkt von Innsbruck nach Jenbach. Von Jenbach verkehrt die Buslinie 4080 nach Achenkirch.
 → *Von München:* Die Bayerische Oberlandbahn (BOB) fährt über Holzkirchen nach Tegernsee, von wo aus die RVO-Buslinie 9550 nach Pertisau verkehrt.
 → *Abfahrtszeiten:* siehe *FALTI – Karwendel Fahrplan*. Alle Fahrpläne und aktuellen Informationen: www.karwendel.org/anreise



Der lebend gebärende Alpensalamander


**TAG
1**

Von der Bushaltestelle aus wandern wir zunächst nach Norden Richtung Unterautal. Trittsichere Wanderer steigen am Taleingang direkt steil nach Norden auf, um nach wenigen Minuten die Forststraße zu erreichen. Andernfalls gehen wir kurz vor Taleingang über die Teerstraße nach rechts, um kurz darauf bergauf Richtung Haus Christine zu gehen. Hier treffen wir bald auf die Forststraße, die links zur Seewaldhütte führt. Vorbei an der Bründlalm (1216 m) erklimmen wir eine bewaldete Flanke bis zur Jochalm (1483 m). Hier zweigt nun ein Weg nach Westen ab. Unser heutiges Etappenziel ist bald erreicht: die Seewaldhütte (1582 m, Übernachtungs-, aber keine Einkehrmöglichkeit).

Die kleine, aber feine Hütte bietet im großen Matratzenlager Schlafplätze für 20 Personen. Unter der Woche sollte man sich bei den ehrenamtlichen BetreuerInnen erkundigen, ob geöffnet ist. Das Essen muss man selbst mitbringen, denn in der Hütte sind nur Getränke erhältlich. Auch für Abendessen und Frühstück muss man selbst sorgen.

Variante

Von der Hütte kann man mit leichtem Gepäck in etwa 45 Minuten zur Hochplatte (1814 m) wandern – ein lohnender Abstecher, und eines unserer Top 10-Ziele im Karwendel.

Zunächst folgen wir dem Weg zur Hochplatte und wandern unterhalb des Gipfels nach Norden, um dann bald nach Westen zur Großzemmalm (1535 m) und Richtung Juifen abzusteiern. Auf der Forststraße geht es wieder bergauf bis zur Lämpereralm, danach überqueren wir den Rücken des Bergkamms, auf dessen nördlichsten Ausläufer, den Juifen (1988 m) uns ein Wanderweg bringt. Dort werden wir mit einem sagenhaften Weitblick ins Alpenvorland belohnt.

Der Abstieg führt zurück auf den Sattel. Wir wenden uns nun aber auf den Wanderweg, der die Serpentina der Forststraße zur Rotwandalm (1528 m) abkürzt. Aufgrund der bis in die Gipfelregion reichenden Bergwiesen ist es kein Wunder, dass die meisten der 101 Almen im Karwendel im Bächental liegen. Der Abstieg entlang der Forststraße führt uns vom Rotwandalm-Niederleger (1398 m) vorbei an der Baieralm zum Zotental-Mitterleger. Hier gehen wir geradeaus weiter zur Demelalm (1203 m) und auf einem Wanderweg allmählich bergab bis auf die Forststraße im Talboden des Bächentals. Nun gilt es, nur noch eine gute Stunde geradeaus zu wandern, bis wir die Bushaltestelle in Fall erreichen.





Unterhalb des Juifen



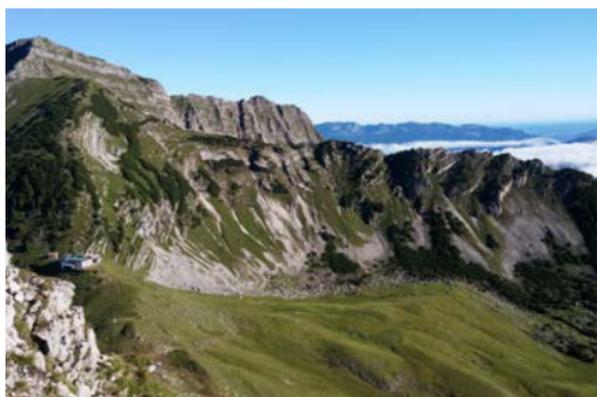
Über Fleischbank und Schafreiter

	Tag 1	Tag 2
Route	Hinterriß – Fleischbank – Tölzer Hütte	Tölzer Hütte – Schafreiter – Grasköpfel – Fall
Grad	■	■
Dauer	5 h	4:15 h
Distanz	10 km	14 km
Höhenmeter	+ 1400 / – 500	+ 400 / – 1500
Start/Ende	Start: Bushaltestelle Hinterriß Alpenhof	Ende: Bushaltestelle Fall

Charakter Traumhafte Höhenwanderung durch das weitgehend einsame Karwendelvorgebirge. Die kleineren Steige und Wanderwege sind nicht sehr anspruchsvoll und lassen sich mit etwas Vorsicht vollends genießen.

Einkehren & übernachten **Tag 1** – Tölzer Hütte (1835 m), geöffnet von Mitte Mai bis Mitte Oktober, +43 664 1801790, info@toelzer-huette.at, www.toelzer-huette.at
Tag 2 – Gasthof Jäger von Fall

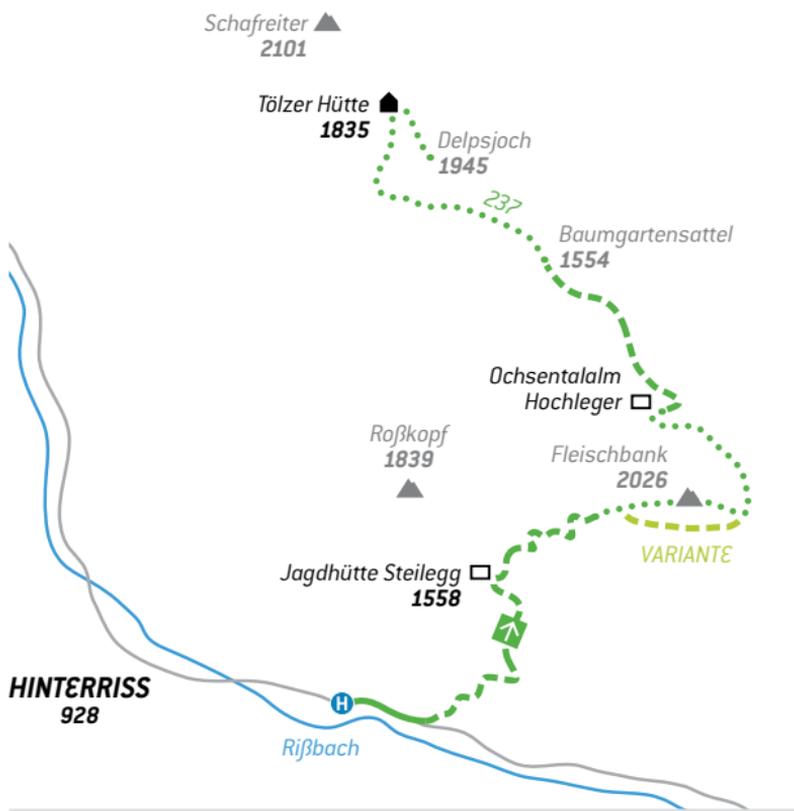
Öffis Ab München mit der BOB nach Lenggries, von dort weiter mit dem Bergsteigerbus 9569 der RVO. Abfahrtszeiten: siehe *FALTI – Karwendel Fahrplan*. Alle Fahrpläne und aktuellen Informationen: www.karwendel.org/anreise



Blick vom Delpsloch auf Schafreiter und Tölzer Hütte

TAG
1

Mit dem Bergsteigerbus angekommen, gehen wir kurz an der Mautstelle vorbei die Straße entlang, bis links der Steig abzweigt. So erklimmen wir gleich zu Beginn in steilen Serpentina den Südhänge der Fleischbank. Nach eineinhalb Stunden



erreichen wir eine Jagdhütte (1558 m), bei der ein Steig zum Schönalmjoch abzweigt. Wir folgen aber dem Weg zur Fleischbank (2026 m). Eine Stunde später können wir uns entscheiden, ob wir auf den Gipfelgrat steigen wollen (Schwindelfreiheit notwendig) oder unterhalb abkürzen, um dann das Wegekreuz zwischen Fleischbank und Hölzelstaljoch (2012 m) zu erreichen. Hier steigen wir nach Norden zum Ochsentalalm-Hochleger ab und weiter, flacher zum Baumgartensattel (1554 m). Ein letzter gleichmäßiger Anstieg führt schließlich zum Tagesziel, der sehr schön gelegenen Tölzer Hütte (1835 m). Ob man hier noch den Sonnenuntergang vom Delpsloch (1945 m) aus beobachten will, oder lieber zum Delpssee hinabsteigt – das Karwendelvorgebirge ist ein zauberhaft einsamer Teil des Karwendels.

Variante	Für Konditionsstarke mit leichtem Gepäck ist es auch
Eintagestour	möglich, die Strecke in einem Tag zu bewältigen. Je nach Vorankommen können wir ab der Tölzer Hütte auch abkürzen, indem wir entweder den Schafreiter auf Weg 237 westlich umgehen oder über den Delpssee und die Krottenbachklamm nach Fall wandern (siehe Seite 43).

Mit der Morgensonne (idealerweise) geht es heute über einen kleinen Steig direkt zum Gipfel des Schafreiter (2101 m) und weiter an der Abbruchkante entlang nordwestlich bergab über das Kälberneck (1757 m) zur Moosenalm. Die Wiesenfläche überqueren wir flugs, um gegenüber zum Grasköpfel (1753 m) aufzusteigen, von wo aus wir die ganze liebevolle Weite der Voralpen in uns aufnehmen.

Nicht nur die Flurnamen künden von der Almwirtschaft: man sieht an den sanften Voralpen mit ihren runden Bergkuppen und zahlreichen Wiesen leicht, dass die meisten der 101 Almen des Karwendels im Bächental gelegen sind. Der romantische und einsame Steig verläuft von hier weiter nach Nordosten auf dem Kamm, um bei der Grammersbergalm schließlich auf einen Forstweg zu treffen. Dieser führt uns in einigen Serpentina bergab zur Wiesalm, wir wenden uns nach links und sind in Kürze in Fall, wo wir den Bergsteigerbus Richtung Lenggries nehmen.

Auf dem Grasköpfel, den Schafreiter im Hintergrund





Birkkarspitze – Dach des Karwendels

	Tag 1	Tag 2
Route	Scharnitz – Birkkarspitze – Karwendelhaus	Karwendelhaus – Hinterriß – Mittenwald
Grad	■	■
Dauer	6:30 h	5 h
Distanz	24 km	38 km
Höhenmeter	+1780 / –930	+720 / –1620
Start/Ende	Start: Bahnhof Scharnitz	Ende: Bahnhof Mittenwald

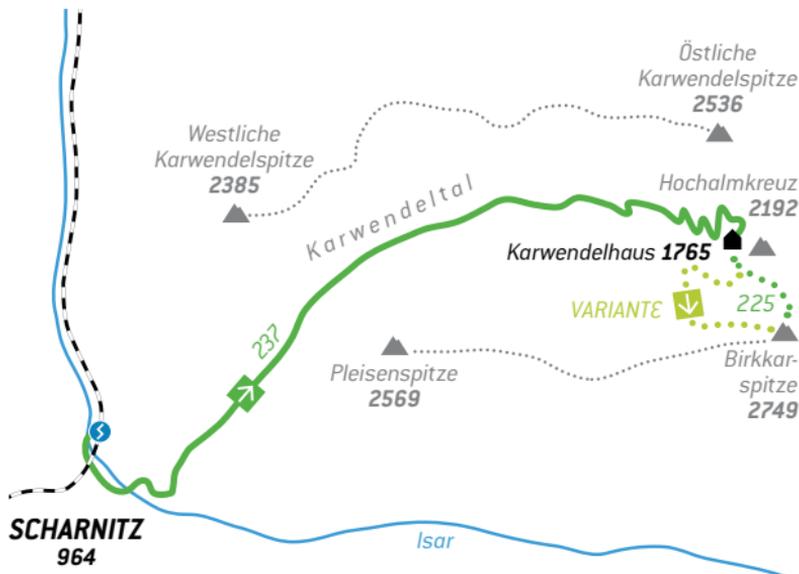
Charakter Das lange Karwendeltal ist für Mountainbiker ein Hochgenuss, nur das letzte Stück zum Karwendelhaus kostet ein wenig Schweiß. Der Fußanstieg zur Birkkarspitze ist weitgehend unproblematisch, nur im schwierigeren Gipfelbereich sind Schwindelfreiheit und Trittsicherheit sowie der Einsatz der Hände notwendig. Für Ambitionierte auch als Tagestour mit Rückfahrt nach Scharnitz möglich.

Einkehren & übernachten **Tag 1** – Karwendelhaus (1765 m), geöffnet von Anfang Juni bis Mitte Oktober, +43 720 983554, info@karwendelhaus.com, www.karwendelhaus.com
Tag 2 – Vereineralm (nur einkehren)

Öffis Anreise mit den Zügen von ÖBB und DB auf der Linie Innsbruck – Garmisch – München. Abfahrtszeiten: siehe *FALTI – Karwendel Fahrplan*. Alle Fahrpläne und aktuelle Informationen: www.karwendel.org/anreise

TAG 1

Von Scharnitz aus radelt man über den Parkplatz in der Länd gleich nach der Isarbrücke links bergauf Richtung Karwendeltal, wodurch Wanderern gegenüber die 18 Kilometer bis zum Karwendelhaus praktisch abgekürzt werden können. Am Ende des wildromantischen Tals geht es in ein paar Kehren steil bergauf zum Karwendelhaus (1765 m), wo wir das Fahrrad abstellen. Hier zweigt ein gut markierter Steig in Richtung Südosten mit Blick aufs Hochalmkreuz ab. Man folgt diesem Steig zunächst über felsiges Gelände und durch Latschen, dann durch das Schlauchkar hinauf auf den Schlauchkarsattel und zum Birkkar-Notbiwak. Die winzige Hütte liegt spektakulär unterhalb des Gipfels hoch oben auf dem Kamm der Karwendel-Hauptkette. Der letzte Teil der Tour auf den Gipfel



ist etwas schwieriger und erfordert den Einsatz der Hände – er sollte darum nur von geübten Wanderern in Angriff genommen werden. Belohnt wird die Kraxelei aufs Dach des Karwendels mit einem sagenhaften Ausblick. Der Abstieg verläuft entlang derselben Route.

Variante

Bevor der Steig in das Geröllfeld führt, zweigt rechterhand der ausgesetzte Brendelsteig ab, ein nur für alpinistisch Geübte geeigneter Weg. Landschaftlich ist der über die Ödkarspitzen auf den Schlauchkarsattel führende Anstieg sehr lohnenswert [Gehzeit: + 1 Stunde].

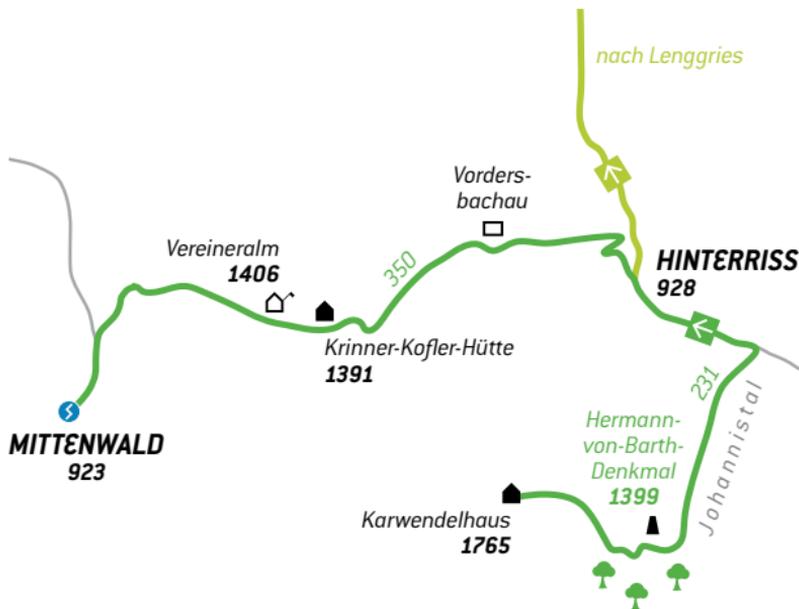


Am flachen Gipfel der Birkkarspitze lässt es sich ausgiebig rasten

Nach einer Nacht im Karwendelhaus geht es heute mit dem Mountainbike weiter. Anstatt denselben Weg zurück zu fahren, überqueren wir den Hochalmsattel weiter nach Osten und fahren auf der markierten Route ins Johannistal ab. Direkt vor uns thronen über der Falkenhütte die berühmten Lalidererwände, während wir uns beim Kleinen Ahornboden eine Rast gönnen und das Hermann-von-Barth-Denkmal besuchen, das an den alpinen Erschließer des Karwendels erinnert. Im Sommer 1870 soll dieser 88 Gipfel bestiegen haben, darunter zahlreiche Erstbesteigungen.

Wir folgen dem Johannistal nach Norden, bis wir auf die Mautstraße treffen, die von Hinterriß in die Eng führt. Über Asphalt geht es kurz durch Hinterriß (928 m) hindurch. Unmittelbar nach dem Ort, vor der Brücke über den Rißbach, zweigt links eine Forststraße ab, die uns über die Krinner-Kofler-Hütte und Vereineralm (1406 m, Einkehrmöglichkeit) nach Mittenwald führt. Zunächst steigt unser Weg bis zur Vordersbachau (1263 m) an, um dann um gut 150 hm abzufallen und das Bachbett ohne Brücke zu queren, bevor es einen kleinen Anstieg zur Vereineralm zu überwinden gilt. Von hier aus lässt es sich entspannt nach Mittenwald bergab rollen.





Variante

Anstatt in Hinterriß nach Westen bergauf zu fahren, können wir der Asphaltstraße nach Vorderriß (kurz vorher rechts über Forstweg abkürzen) und weiter nach Osten zum Sylvensteinspeicher folgen und nördlich nach Lenggries fahren (Fahrzeit gesamt: 4:30 h). Anschluss zur BOB (Bayerische Oberlandbahn) nach München, unterwegs auch zum Bergsteigerbus Lenggries-Eng.



Am Kleinen Ahornboden lohnt sich eine Pause um die Bergahorne zu bewundern

Wilde Kraxelei am Großen Bettelwurf

	Tag 1	Tag 2
Route	Absam – Bettelwurf – Bettelwurfhütte	Bettelwurfhütte – Issanger – Hochmahdkopf – Absam
Grad	■	■
Dauer	6:45 h	5 h
Distanz	7 km	11 km
Höhenmeter	+2000 / –650	+340 / –1650
Start/Ende	Bushaltestelle Eichat Bettelwurfsiedlung	

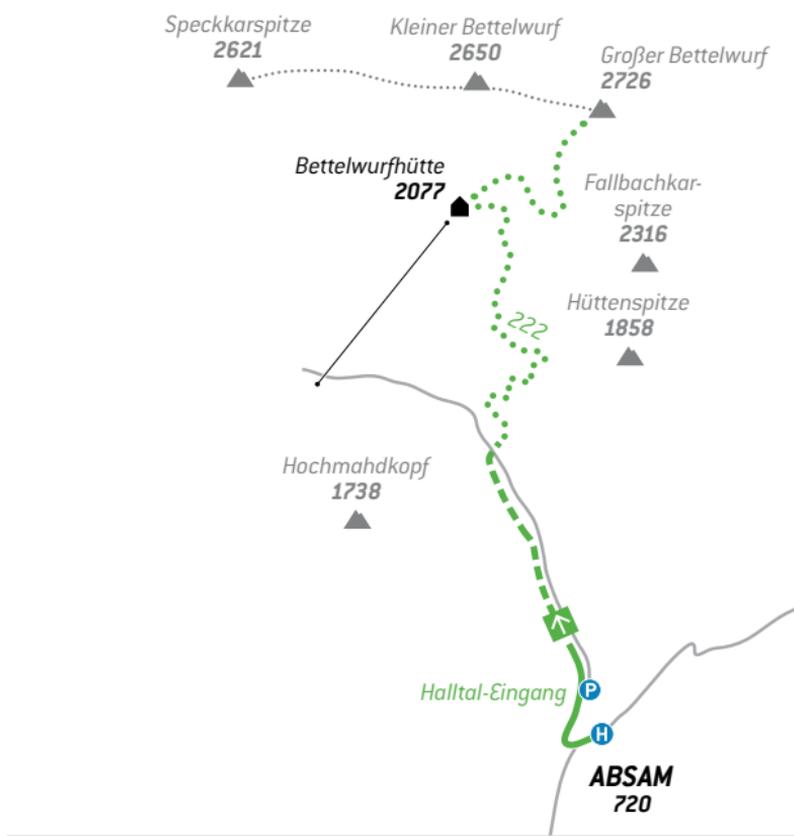
Charakter Für fitte Kletterfexen ist der markante und weithin gut erkennbare Gipfel des Großen Bettelwurf ein absolutes Highlight. Die Tour erfordert Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und gute Kondition, da einige Höhenmeter zu überwinden sind. Am zweiten Tag geht es einfacher und abwechslungsreich zurück.

Einkehren & übernachten Bettelwurfhütte (2077 m), geöffnet von Anfang Juni bis Mitte Oktober, +43 5223 53353, info@bettelwurfhuette.at, www.bettelwurfhuette.at

Öffis Von Innsbruck (Hbf): Buslinie 502 (Richtung Eichat Föhrenwald). Wichtige Haltestellen: Innsbruck Terminal Marktplatz – Rum Dorfplatz – Eichat Bettelwurfsiedlung. Der Bus verkehrt zwischen 6 und 20 Uhr etwa viertel- bis halbstündig.

TAG 1

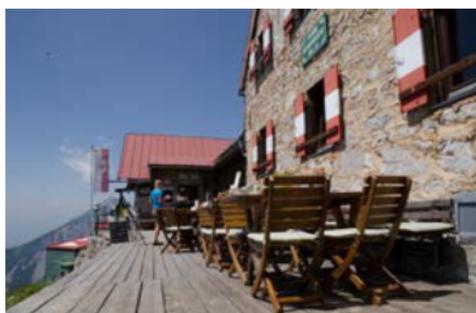
Die Tour erfordert Schwindelfreiheit und Trittsicherheit! Von der Bushaltestelle gehen wir kurz die Straße zurück und biegen dann rechterhand Richtung Halltal ab. Nach rund 200 Metern erscheint der Parkplatz am Halltal-Eingang, der auch einen Spielplatz für Kinder und Informationstafeln zur Geschichte des Salzbergbaus und des Alpinismus bietet. Wir folgen der Halltalstraße bis zum Trinkwasserstollen, wo wir den Bach überqueren und den Steig Nr. 222 einschlagen, zunächst über Geröll, dann steil durch Latschen, teilweise mit Stahlseilen versichert, bis zur Bettelwurfhütte (2077 m). Sie wurde vom Innsbrucker Alpinpionier Julius Pock und der Bergsteigergesellschaft *Wilde Bande* von 1891 bis 1893 errichtet. Hier können wir rasten und unser Übernachtungsgepäck deponieren, um mit leichterem Gepäck den ausgesetzten Weg zum Gipfel zu nehmen. Über einen Gratrücken geht es danach weiter steil bergauf. Der Steig wird



anspruchsvoller und man geht teilweise ausgesetzt entlang des Gratrückens oberhalb des Bettelwurfkars. Weiter folgt man nun dem ausreichend drahtseilversicherten Steig entlang einer Rinne bis zum Gipfel des Großen Bettelwurf (2726 m), den wir nach 5:30 h erreichen. Zurück zur Hütte geht es auf derselben Route, eine zünftige Einkehr und ein weiter Blick lohnen für die Mühen.

Variante

Abkürzen lässt sich der Weg ins Halltal mit Taxi Kili (+43 5223 45500) oder Taxi Rohregger (+43 5223 56111). Preise ab/bis zur 2. Ladhütte: Taxi (bis 5 Personen) € 18, Taxibus (bis 8 Personen) € 25. Ab/bis St. Magdalena oder Ferdinandbrücke: Taxi € 23, Taxibus € 30.



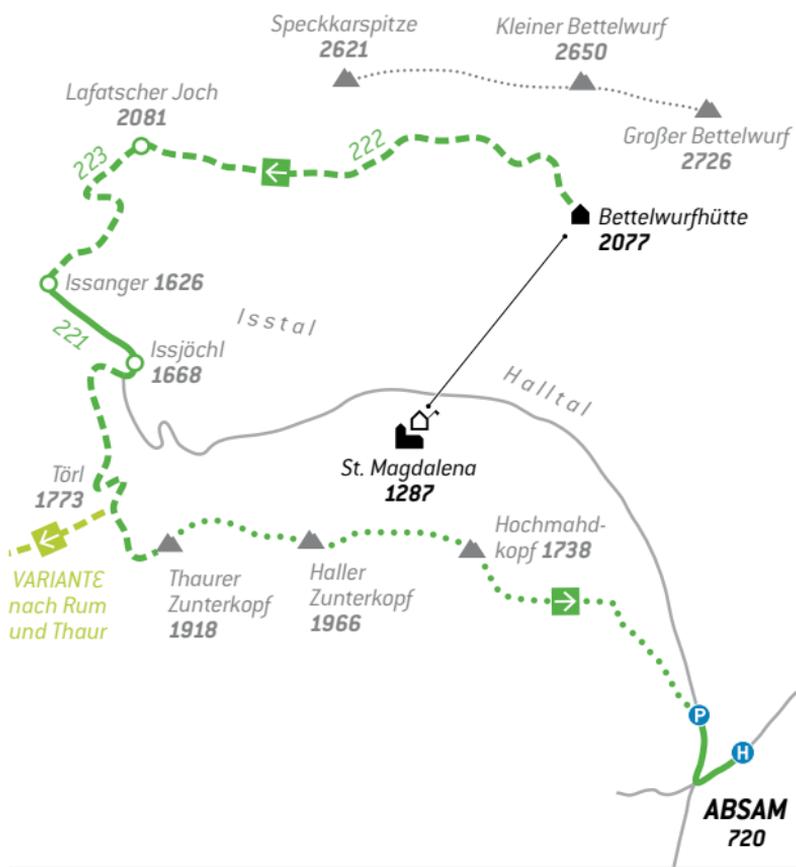
Verdiente Gemütlichkeit: Wer hier einkehrt, hat mehr als 1000 Höhenmeter hinter sich.

Von der Hütte aus können wir einen Großteil des heutigen Routenverlaufs überblicken: die zwei vom Gletscher abgerundeten Gipfel direkt im Süden auf der anderen Halltal-Seite werden wir in einem großen Bogen von Westen kommend überschreiten, um zum Ausgangspunkt zurückzukehren. Zunächst folgen wir dem Wanderweg 222 weiter nach Westen zum Lafatscher Joch, welches wir nach einigem Bergauf und Bergab erreichen. Von diesem breiten Rücken steigen wir nun linkerhand zum Issanger (1626 m) bzw. Richtung St. Magdalena ab.

Der Issanger, eine ehemalige Futterfläche für die Zug- und Nutztiere des Bergbaus, ist in seiner Schönheit kaum zu überbieten und Schauplatz alljährlicher Pflegeaktionen der Freiwilligen vom *Team Karwendel* (Infos auf Seite 94): Damit die artenreichen Blumenwiesen nicht mit Latschen verbuschen, müssen sie regelmäßig gemäht werden. Nach einer kleinen Pause folgen wir kurz der Forststraße bergauf auf das Issjöchl, wo sie einen scharfen Rechtsknick macht. Vor der nächsten Linkskurve zweigt unser Steig Richtung Törl und Thaurer Alm auf der rechten Seite ab, um dann oberhalb der Forststraße nach Süden über die Schotterflächen anzusteigen. Am Törl weht uns der Wind des Inntals entgegen:



Über den grünen Issanger (Bildmitte) geht es zum Törl und auf die Zunterköpfe (links)



Plötzlich weitet sich der Blick bis über Innsbruck hinaus. Anstatt nun zur Thaurer Alm abzusteigen (auch eine Möglichkeit, dann weiter wie bei Tour 6), erklimmen wir bei trockenen Verhältnissen links über einen kleinen Steig den mit Latschen überwachsenen Thaurer Zunterkopf (1918 m), um auf dem Grat, vorbei an einer kurzen seilversicherten Stelle, den Haller Zunterkopf (1966 m) zu erklimmen. Der aussichtsreiche Gipfel zwischen dem majestätischen Bettelwurf und dem Inntal lädt zur Jause ein, während wir die Tour noch einmal Revue passieren lassen.

Abschließend folgen wir dem schmalen Weg über noch eine seilversicherte Stelle im Fels. Auf dem breiten Rücken geht es nun sanft bergab zum Hochmahdkopf (1738 m) und anschließend steil hinab über den Heuberg bis zum Parkplatz Halltal Eingang und zur Bushaltestelle.

Zwischen Reither- und Erlspitze

	Tag 1	Tag 2
Route	Reith bei Seefeld – Nördlinger Hütte – Sol- steinhaus	Solsteinhaus – Neue Magdeburger Hütte – Schleifwandsteig – Inns- bruck/Kranebitten
Grad	■	■
Dauer	5:30 h	4 h
Distanz	12,5 km	8,5 km
Höhenmeter	+ 1540 / – 870	+ 360 / – 1470
Start/Ende	Start: Bahnhof Reith bei Seefeld	Ende: Bahnhof Kranebitten

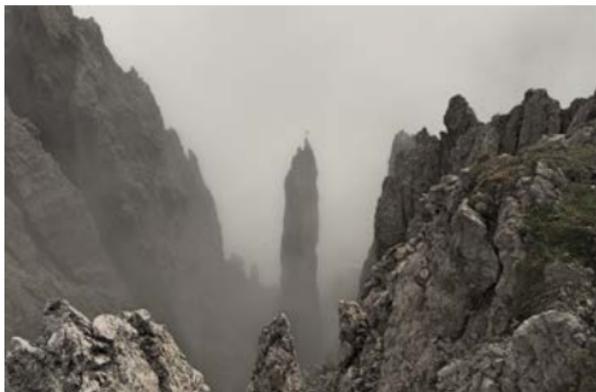
Charakter Einzelne Abschnitte sind steil und etwas ausgesetzt. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit sind hier ein wichtiger Begleiter. Besondere Aufmerksamkeit verlangt der Abstieg durch das „Kamin!“ zwischen Solsteinhaus und Neue Magdeburger Hütte sowie über den zum Teil steilen und an einigen Abschnitten ausgesetzten Schleifwandsteig.

Einkehren & übernachten

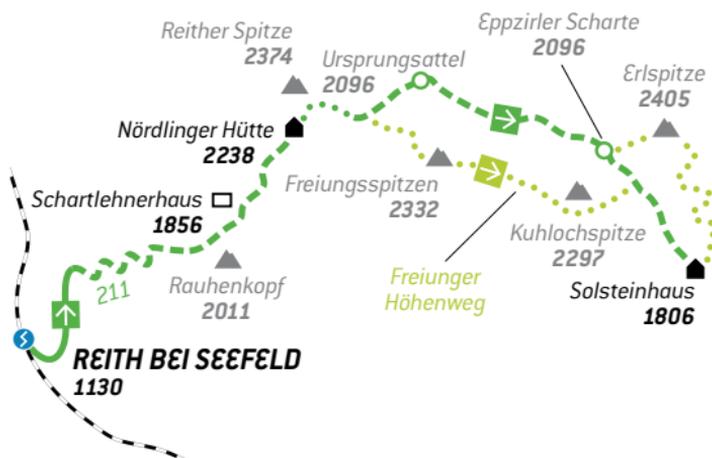
1. Tag – Solsteinhaus (1806 m), geöffnet von Anfang Juni bis Mitte Oktober, +43 664 3336531, robert@fankhauser.at, www.solsteinhaus.at

2. Tag – Neue Magdeburger Hütte, zahlreiche Unterkünfte in Innsbruck

Öffis Anreise mit den Zügen von ÖBB und DB auf der Linie Innsbruck – Garmisch – München. Abfahrtszeiten: siehe *FALTI – Karwendel Fahrplan*. Alle Fahrpläne und aktuelle Informationen: www.karwendel.org/anreise



Die Gipfelstürmernadel: bizarre Felsformation der Erlspitz-Gruppe und beliebtes Kletterziel


**TAG
1**

Die Wanderung führt anfänglich steil zwischen den Häusern hinauf zum Waldrand. Wir folgen dem Weg Nr. 211 kurz auf einem Traktorweg, gelangen aber schon bald auf den mit zahlreichen Kehren gespickten Steig. Auf knapp 1500 m treffen wir auf eine neu angelegte Forststraße, der man ein kurzes Stück taleinwärts folgt. Nach gut 250 m zweigt rechterhand erneut der Steig ab. Wiederrum eine Vielzahl an Kehren begleiten uns hinauf zum Schartlehnerhaus (1856 m). Über den Latschenrücken des „Schoaßgrates“ erreichen wir nach drei Stunden die Nördlinger Hütte (2239 m).

Von der Schutzhütte geht es ostwärts anfangs steil hinunter zum Ursprungssattel (2096 m). Vom Sattel aus nicht in Richtung Freijungstürme, sondern in nördlicher Richtung hinunter zum in der Karte markierten Punkt 1794 m. Wir queren ein weitläufiges Kar und erreichen den Kamm der Jöchelschröfen (1821 m). Im Schatten der Kuhlochspitze steigen wir durch das große Geröllfeld des Kuhlochs zur Eppzirler Scharte (2102 m) auf.

Das Solsteinhaus (1806 m) bereits vor Augen, steigen wir die letzten 300 Höhenmeter durch das Kar und zuletzt über Bergwiesen zur Schutzhütte ab.

Varianten

Wer sich im alpinen Gelände absolut sicher fühlt, kann die Überschreitung vom Ursprungssattel über den Freiuinger Höhenweg wählen. Obwohl die kritischen Stellen versichert sind, sind Schwindelfreiheit, Trittsicherheit und eine gute Kondition aufgrund der Länge der Tour unerlässlich.

→ *Reitherspitze* (2374 m): Von der Nördlinger Hütte in ca. 20 Minuten zum Gipfel. Der Anstieg ist mitunter steil und an einigen Stellen seilversichert.

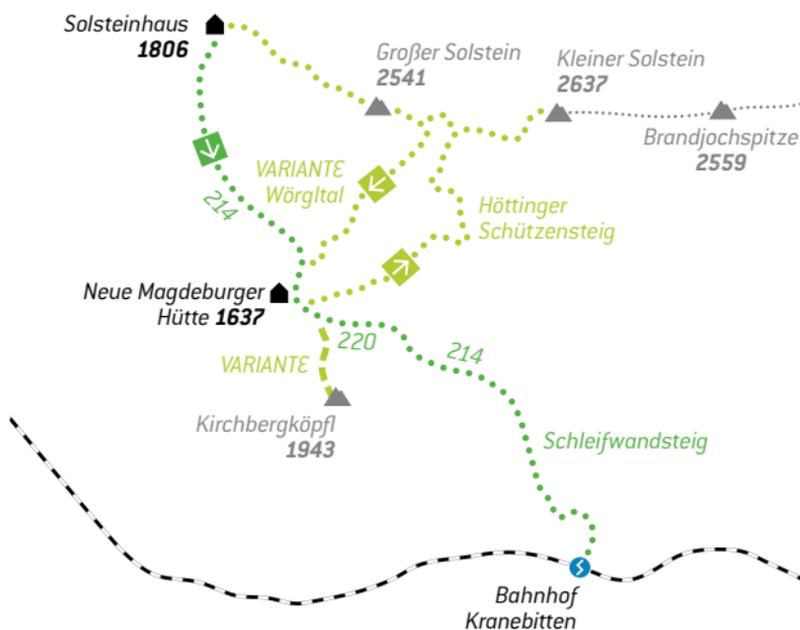
→ *Erlspitze* (2405 m): Der Anstieg von der Eppzirler Scharte zur Erlspitze über den Ertlurm hat Klettersteigcharakter. Für die Überschreitung ist die Mitnahme eines Klettersteigsets unbedingt erforderlich. Der Normalanstieg vom Solsteinhaus ist durchwegs steil und verlangt Trittsicherheit, weist aber bei einer Gehzeit von ca. 1:15 h keine alpinechnischen Schwierigkeiten auf.



Lohn der Frühaufsteher: Sonnenaufgang auf der Erlspitze

TAG
2

Wunderschön ist die Wanderung über den Zirler Schützensteig zur Neuen Magdeburger Hütte (1637 m), die man bereits nach 1:30 h erreicht. Vorsicht und vor allem Trittsicherheit bedarf es beim kurzen Abstieg durch das „Kaminl“ (Seilsicherung vorhanden). Hat man sich auf der Neuen Magdeburger Hütte gestärkt, folgt man dem Weg in östlicher Richtung zur Schoberwaldhütte, steigt durch den Schoberwald ab, überquert den tiefeingeschnittenen Sulzenbachgraben und folgt dem Schleifwandsteig unterhalb des Hechenbergs. Das Gelände bricht hier steil hinunter; Trittsicherheit ist Voraussetzung für diesen Abschnitt. Auf der Ostseite gelangt man noch einmal zu einer versicherten Stelle, bevor der Steig anfangs steil ins Inntal hinunterführt. Im unteren Abschnitt wird das Gelände sanfter und nach einigen Kehren über die „Peters Mähder“ gelangt man zur Fahrstraße und zuletzt zur Bahnhaltestelle Innsbruck/Kranebitten.



Offenes Buch der Erdgeschichte: Jahrmillionen der Kalksedimentierung bildeten Schichten

Varianten
(Gipfelziele von der Neuen Magdeburger Hütte)

Wer sich im alpinen Gelände absolut sicher fühlt, kann die Überschreitung vom Ursprungssattel über den Freiunger Höhenweg wählen. Obwohl die kritischen Stellen versichert sind, sind Schwindelfreiheit, Trittsicherheit und eine gute Kondition aufgrund der Länge der Tour unerlässlich.

→ *Kirchberger Köpfl* (1943 m): Unschwieriger Anstieg auf die höchste Erhebung des Hechenbergs (Gehzeit: 40 Minuten)

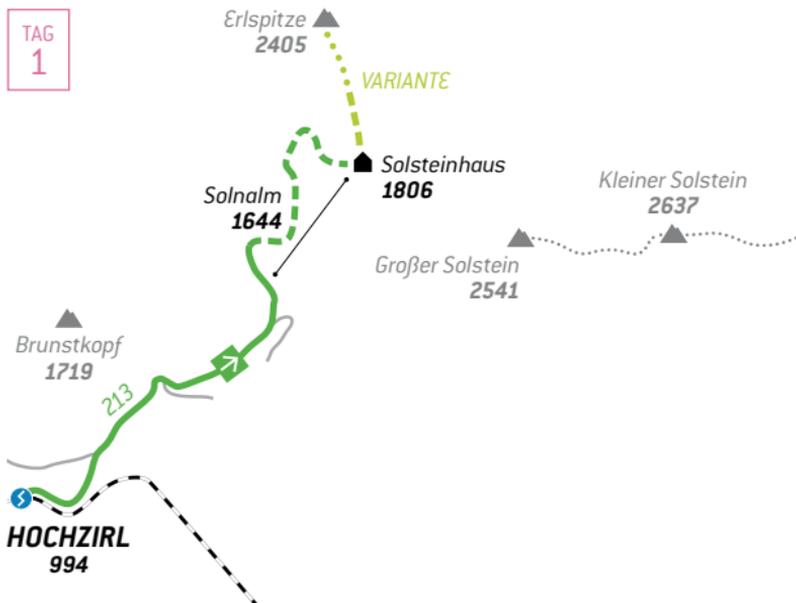
→ *Großer Solstein* (2541 m) und *Kleiner Solstein* (2637 m): Die Anstiegsvariante über den Höttinger Schützensteig verlangt Trittsicherheit und Schwindelfreiheit, besonders der weitere Aufstieg vom Sattel zum Gipfel des Kleinen Solsteins (Gehzeit: 3:30 h). Der Große Solstein ist vom Sattel unschwierig erreichbar (Gehzeit: 3h). Die Variante durch das Wörgltal ist zwar einfacher, wegen des rutschigen Kalkschotter aber schweißtreibender (Abstiegsvariante).

Zum aussichtsreichen Großen Solstein

	Tag 1	Tag 2	Tag 3
Route	Hochzirl – Solsteinhaus	Großer Solstein	Solsteinhaus – Hochzirl
Grad			
Dauer	3 h	3:15 h	2:15 h
Distanz	7 km	4,5 km	7 km
Höhenmeter	+810 / 0	+740 / –740	0 / –810
Start/Ende	Bahnhof Hochzirl		
Charakter	Auf einer Forststraße und dann auf technisch einfachen Wanderwegen ist einzig die Kondition entscheidend. Je nach Fitness darum als Ein-, Zwei- oder Dreitagestour empfohlen.		
Einkehren & übernachten	1. und 2. Tag – Solsteinhaus (1806 m), geöffnet von Anfang Juni bis Mitte Oktober, +43 664 3336531, robert@fankhauser.at , www.solsteinhaus.at		
Öffis	Anreise mit den Zügen von ÖBB/DB auf der Linie Innsbruck – Garmisch – München. Abfahrtszeiten: siehe <i>FALTI – Karwendel Fahrplan</i> . Alle Fahrpläne und aktuelle Informationen: www.karwendel.org/anreise		

TAG 1

Unmittelbar hinter dem Bahnhof folgt man dem gut markierten Steig Nr. 213 durch den Wald, um bald auf den Forstweg zu treffen, auf dem wir steil bergauf bis zu einer Wegkreuzung wandern. Dort wenden wir uns nach rechts und folgen der Beschilderung zum Solsteinhaus auf einer flacheren Forststraße bis zur Talstation der Materialseilbahn. Dem hier beginnenden Wanderweg folgen wir zunächst bis zur Solnalm (1644 m). Nun kann man schon das Solsteinhaus am Hang gegenüber sehen, es ist nicht mehr weit. Wir müssen nur noch den Talschluss umwandern und in wenigen Serpentinaugen bis zum Solsteinhaus (1806 m, Einkehr-/Übernachtungsmöglichkeit) aufsteigen. Das Haus ist von Mitte Juni bis Mitte Oktober geöffnet. Nach dem Bezug der Zimmer bietet sich der Erlsattel für Spaziergänge an. Zwischen den Latschen äsen nicht nur Schafe; auch zahlreiche Vögel finden hier Unterschlupf. Weiter oben lassen sich außerdem fast immer Gämsen beobachten.



Das Solsteinhaus liegt auf dem Sattel zwischen Erlspitze (rechts) und Großem Solstein

Gipfelziel vom Solsteinhaus Für sportlich motivierte ist auch die Erlspitze (2405 m) mit leichtem Rucksack lohnend, der Steig zweigt direkt hinter dem Solsteinhaus ab (Aufstieg 1:30 h, Abstieg 1 h).

TAG 2

Der heutige Tag gilt der Gipfelbesteigung. Vom kleinen Tümpel auf dem Erißsattel, der unter anderem Lebensraum von Bergmolchen ist, verläuft in steilen Serpentin der Steig durch ein Meer an Latschen. Nach einer Stunde lichten sich die Latschen allmählich und eine sanfte, blühende Bergwiese lädt zum Verweilen ein. Dabei lohnt sich der genauere Blick auf die artenreiche Alpinflora. Kurz darauf zweigt der Stiftensteig nach Süden ab, der sich ohne Höhengewinn an den Berghang schmiegt. Wer einigermaßen trittsicher ist, folgt diesem eben verlaufenden Steig. Hier lassen sich oft Gämsern

beobachten. Weiter oben haben sogar einige Steinböcke ihre Heimat. Bevor ein kleines Tal den Wiesenhang schroff unterbricht, wenden wir uns nach links und steigen über den weiten Rücken direkt zum Gipfel auf. Die Markierungen sind hier nur sporadisch auszumachen und der Weg ist nur leicht ausgetreten. Man muss also konzentriert und mit guter Orientierung diesen Abschnitt überwinden. Das Gipfelkreuz des Großen Solsteins (2541 m) dient uns als Orientierung, und im Zweifel gehen wir einfach bergauf. Der Abstieg erfolgt nun über den gut ausgetretenen Weg, der in Serpentina direkt nach Westen abfällt und von oben auf die Kreuzung trifft. Von hier geht's wieder durch die Latschen bergab zum Solsteinhaus. Aber Vorsicht, gerade in diesem steilen letzten Stück ist mit nachlassender Konzentration im Kalkschotter die Gefahr auszurutschen und sich womöglich zu verletzen groß.



Steinböcke am
Großen Solstein

Solsteinhaus 
1806



TAG
2

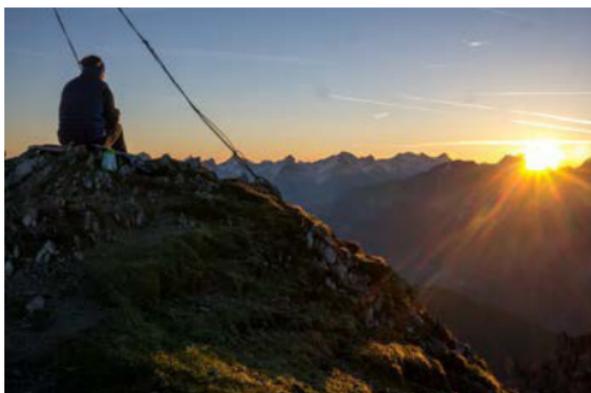
Großer Solstein
2541 

TAG
3TAG
3

Wer den Sonnenaufgang auf der Erlspitze (2405 m) beobachten möchte (Aufstieg 1:30 h, Abstieg 1 h), wird bei Schönwetter für das frühe Aufstehen vielfach entlohnt. Die Bergtour auf den Gipfel mit seiner markanten Südflanke lässt sich natürlich auch nach dem Frühstück machen. Ansonsten steht der gemütliche Abstieg über die Aufstiegsroute (siehe Tag 1) an.

Variante

Trittsichere und schwindelfreie Wanderer können den Abstieg über den Zirler Schützensteig und die Neue Magdeburger Hütte wählen (vgl. Tour 16, Seite 54)



Einfach herrlich: Sonnenaufgang auf der Erlspitze

Die klassische Karwendeltour

	Tag 1	Tag 2	Tag 3
Route	Scharnitz – Karwendelhaus	Karwendelhaus – Lamsenjochhütte	Lamsenjochhütte – Stans
Grad	■	■	■
Dauer	5:30 h	7:45 h	4:15 h
Distanz	16,5 km	20,5 km	11,5 km
Höhenmeter	+890 / 0	+1390 / –1270	0 / –1400
Start/Ende	Start: Bahnhof Scharnitz		Ende: Bahnhof Stans

Charakter Diese Wanderung durch das Karwendel ist ein Klassiker. Die einzelnen Etappen weisen keine alpine technischen Schwierigkeiten auf, jedoch ist aufgrund der Länge dieser Durchquerung eine entsprechende Ausdauer erforderlich.

Einkehren & übernachten

1. Tag – Karwendelhaus (1765 m), geöffnet von Anfang Juni bis Mitte Oktober, +43 720 983554, info@karwendelhaus.com, www.alpenverein-muenchen-oberland.de/lamsenjochhütte

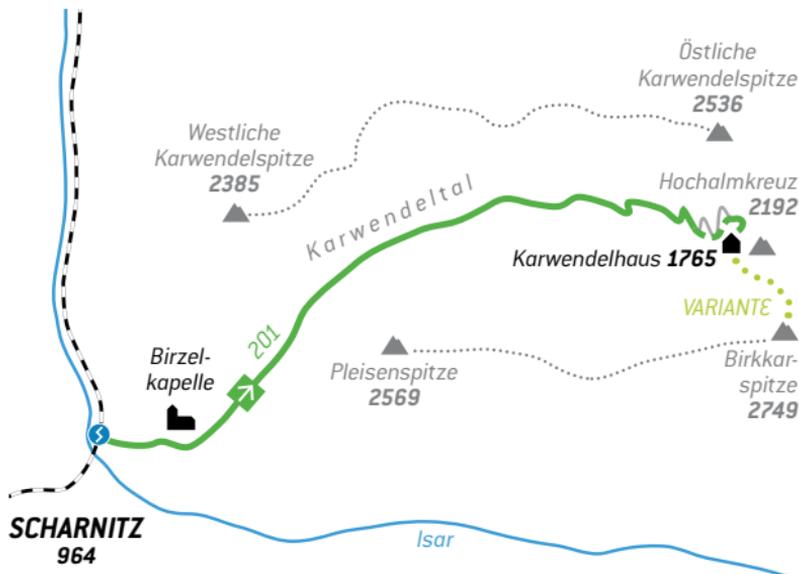
2. Tag – Lamsenjochhütte (1953 m), geöffnet von Mitte Juni bis Mitte Oktober, +43 5244 62063

3. Tag – Stallenalme (nur einkehren), zahlreiche Unterkünfte in Stans und Umgebung

Öffis Anreise mit den Zügen von ÖBB/DB auf der Linie Innsbruck – Garmisch – München sowie in den Nahverkehrszügen der ÖBB im Inntal. Abfahrtszeiten: siehe *FALTI – Karwendel Fahrplan*. Alle Fahrpläne und aktuelle Informationen: www.karwendel.org/anreise

TAG 1

Schon in den 1850ern beschreiben die „Landschafter“ der Romantik, also wandernde Naturliebhaber, diese Route. Für viele Wanderbegeisterte ist es auch heute noch ein Muss, das Karwendelgebirge zumindest einmal durchwandert zu haben. Beim bekannten Karwendelmarsch wird die Distanz an einem Tag absolviert. Diese Durchquerung hingegen ist auf drei Tage ausgerichtet und setzt auf Genuss und Gemütlichkeit. Sie weicht zudem von der klassischen Karwendelroute im letzten Drittel ab, weil sie nicht nach Pertisau, sondern über die Lamsenjochhütte nach St. Georgenberg und schließlich nach Stans ins Inntal führt.



Vom Bahnhof in Scharnitz geht man zunächst an der Hauptstraße entlang und biegt links, vor der Brücke über die Isar, auf eine Straße bergauf. Am Waldrand biegen wir rechts zur Birzelkapelle ab, von der wir etwas später zur Forststraße (Weg Nr. 201, Via Alpina und E4 alpin) ins Karwendeltal gelangen. Auf dieser geht es in angenehmer Steigung durch das wildromantische Tal bis zum Talschluss nach der Anger Alm (1310 m), über dem das Karwendelhaus thront. Gewiss wird man von Mountainbikern überholt und nicht selten wird man sich während dieser Etappe selbst ein Rad wünschen. Die letzten Kehren der Straße zur Hütte können über einen direkten Steig abgekürzt werden.



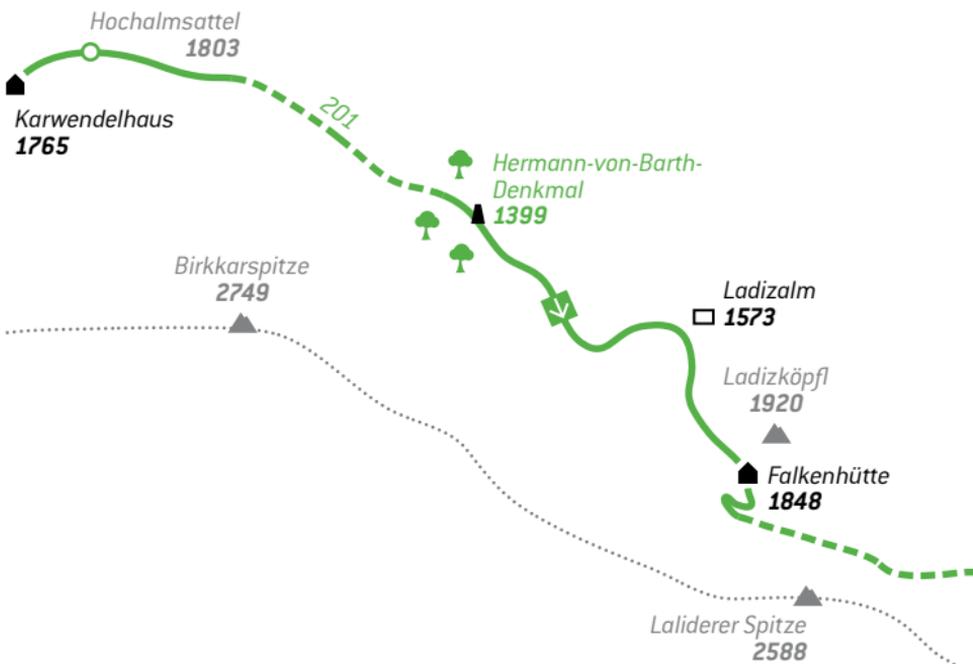
Das Karwendelhaus thront hoch über dem Tal

Variante

Birkkarspitze (2749m): In drei Stunden erreicht man vom Karwendelhaus auf dem Weg Nr. 225 den höchsten Gipfel des Karwendels. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit sind Voraussetzung für eine erfolgreiche Besteigung ins Besondere des letzten Anstiegs zum Gipfel.

Die zweite Etappe ist lang, kann aber aufgrund mehrerer Einkehr- und Übernachtungsmöglichkeiten jederzeit unterbrochen werden. Vom Karwendelhaus steigen wir wenige Höhenmeter hinauf zum Hochalmsattel und weiter bis zur Weggabelung, wo wir den linken Wanderweg einschlagen. Bald erreichen wir das Hermann-von-Barth-Denkmal, das den alpinen Erschließer des Karwendels ehrt, und den zauberhaften Kleinen Ahornboden. Entlang des Weges 201 wandern wir nun auf die Forststraße zur Ladizalm und kurz darauf über einen abzweigenden Steig zur Falkenhütte (1848 m).

Von der Hütte ein kurzes Stück hinunter zum Spielissjoch und anschließend am Fuße der imposanten Lalidererwände zum Hohljoch. Nach gut 500 Höhenmetern im Abstieg erreichen wir den Großen Ahornboden mit der Engalm (1227 m). Kurz vor dem Alpengasthof DIE ENG zweigt der Weg nach rechts ab. Über diesen zum Niederleger der Binsalm. Vorbei an dieser letzten Einkehrmöglichkeit, gelangen wir bald zum Westlichen Lamsenjoch. Das heutige Etappenziel, die Lamsenjochhütte (1953 m), ist bald erreicht.



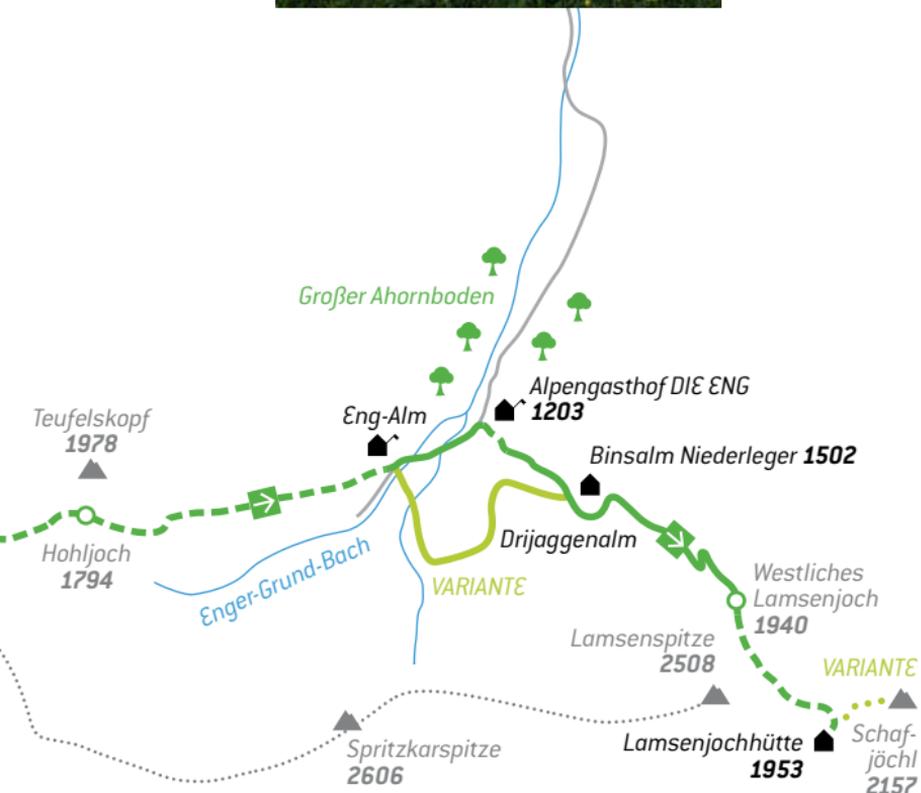
Varianten

→ Wer an der Engalm noch nicht müde ist, kann den nur etwas längeren, aber schöneren Panoramaweg zur Binsalm wählen: Vor den Almhütten rechts auf der Forststraße den Talboden queren und dann rechts auf den Steig abzweigen (Gehzeit: 30 Minuten).

→ Von der Lamsenjochhütte zum Schafjöchl (2157 m): direkt von der Schutzhütte über die Südhänge anspruchsvoll zum Gipfel (Gehzeit: 30 Minuten)

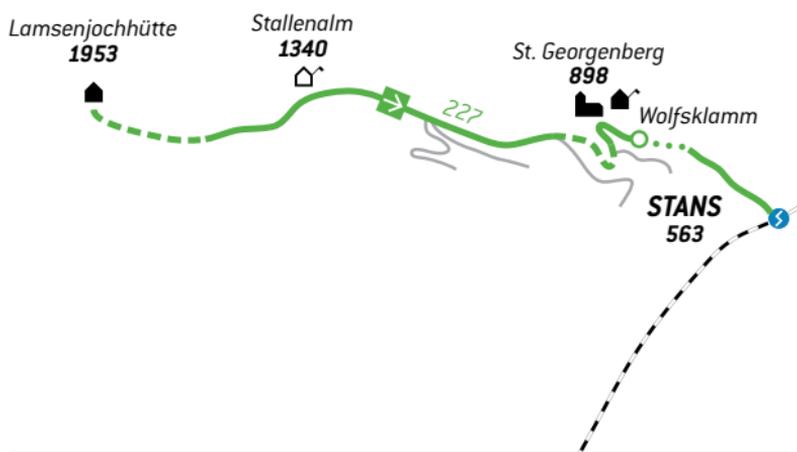


Die Falkenhütte:
Blumenpracht
unter Felsgiganten



Von der Schutzhütte geht es heute talauswärts. Da der Steig gesperrt ist, wandern wir von der Hütte weg auf dem Forstweg zur Stallenalme (1340 m) hinab, wo man sich bei der Stallenhütte stärken kann. Sanft geht es entlang des Fahrweges über den Stallboden, der schließlich in einen Mischwald übergeht. Auf ca. 1200 m folgen wir nicht der offiziellen Fahrstraße, sondern dem Weg geradeaus bis auf 1100 m. Wir biegen linkerhand in den Weg (Adlerweg) ein und steigen zum Stallbach bzw. in Richtung St. Georgenberg ab. Nach der Bachüberquerung zweigen wir rechterhand ab und folgen dem Steig bis zur imposanten Wolfsklamm (für Erwachsene € 4,50 Eintritt). Eindrucksvoll geht es über Holzstege durch die Klamm nach Stans und zuletzt in südlicher Richtung bis zur Bahnhofstestelle.





Karwendefeeling pur:
Herbstfärbung am
Kleinen Ahornboden

Auf die Mondschein- und Lamsenspitze

	Tag 1	Tag 2	Tag 3
Route	Achensee – Plumsjochhütte – Mondschein- spitze – Plums- jochhütte	Plumsjochhütte – Ahornboden – Lamsenspitze – Lamsenjoch- hütte	Lamsenjoch- hütte – Eng – Vorderriß – Lenggries
Grad	■	■	■
Dauer	5:15 h	7:15 h	4:45 h
Distanz	8,7 km	17,6 km	55 km
Höhenmeter	+1180 / –480	+1060 / –710	0 / –1410
Start/Ende	Start: Bushalte- stelle Pertisau Karwendeltäler		Ende: Bahnhof Lenggries

Charakter

Abwechslungsreiche Genusstour quer durchs Karwendel! Radtechnisch einfache Tour, während der Steig zur Mondscheinspitze und der zur Lamsenspitze Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erfordern.

Einkehren & übernachten

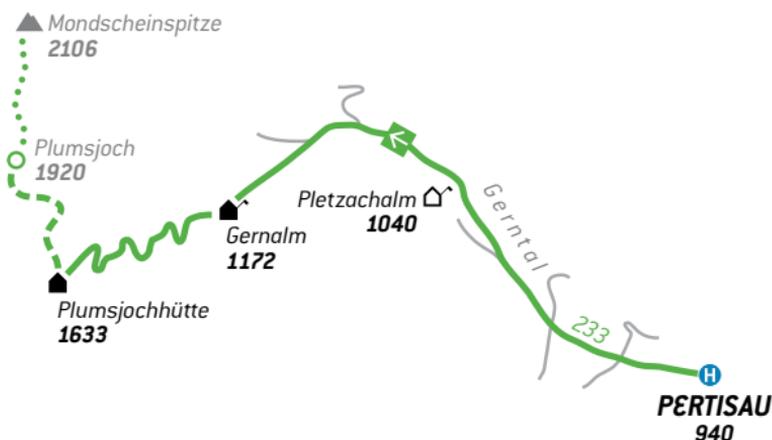
1. Tag – Plumsjochhütte (1633 m), geöffnet von Anfang Mai bis Ende Oktober, +43 5243 43111
2. Tag – Lamsenjochhütte (1953 m), geöffnet von Mitte Juni (2016 Mitte Juli) bis Mitte Oktober, +43 5244 62063, www.alpenverein-muenchen-oberland.de/lamsenjochhütte

Öffis

Anreise vom Inntal über Jenbach (Zuganbindung), dort mit dem Postbus 4080 zur Haltestelle "Maurach Mittelschule" und umsteigen in den Bus 8332 nach Pertisau. Aus Bayern fährt man mit der BOB nach Tegernsee und weiter mit dem Bus 9550 nach Pertisau. Abfahrtszeiten: siehe *FALTI – Karwendel Fahrplan*. Alle Fahrpläne und aktuelle Informationen: www.karwendel.org/anreise



Die aussichtsreiche Mondscheinspitze


**TAG
1**

Von der Bushaltestelle Karwendeltäler in Pertisau aus schwingen wir uns aufs Rad ins Gerntal. Entlang der Mautstraße fahren wir bis zur Gernalm (1169 m), um dann in schweißtreibenden Serpentinaen inmitten der einsamen Berglandschaft auf den Plumssattel (1669 m) – das Mountainbike immer schiebend – aufzusteigen. Nach einer kurzen Abfahrt vom Plumssattel erreichen wir die Plumsjochhütte (1630 m), wo wir heute nächtigen werden. Nach einer Erfrischung und mit leichtem Gepäck geht es zu Fuß zurück zum Plumssattel und von dort linkerhand direkt zum Plumsjoch (1920 m). Der Weiterweg ist nur Geübten zu empfehlen, da der Fels sehr brüchig und das Gelände abschüssig ist. Am Gipfel der Mondscheinspitze (2106 m) bietet sich dann eine atemberaubende Aussicht auf die höchsten Karwendelberge sowie die steilen Grasberge des Bächentales. Das Fernglas sollte unbedingt dabei sein, denn das Gebiet rund um die Mondscheinspitze ist bekannt für seinen Reichtum an Steinböcken. Konzentriert geht es schließlich auf der Aufstiegsroute wieder zurück zur Plumsjochhütte, die uns mit einem guten Essen erwartet.

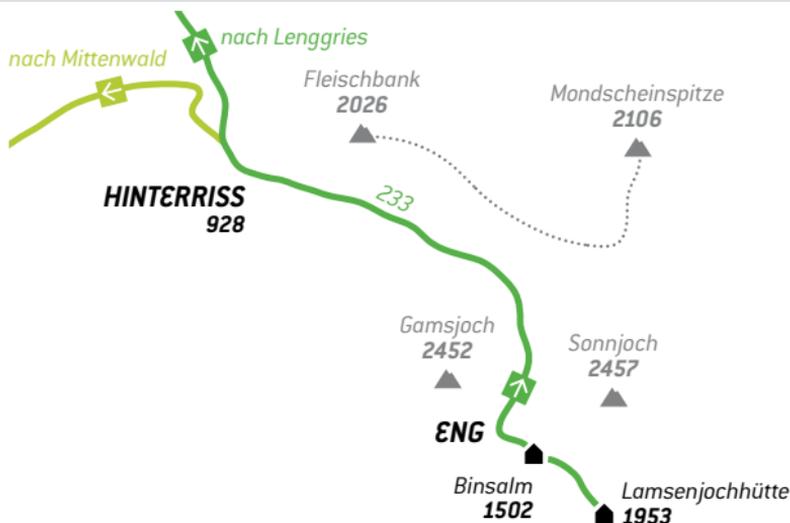
Variante

Wer nach der heutigen Etappe noch Lust auf einen großartigen Abschluss hat, trittsicher und schwindelfrei ist, kann mit leichtem Rucksack in etwa zwei Stunden die versicherte → *Lamsenspitze* (2508 m) besteigen und den grandiosen Blick von den Karwendelbergen bis zu den Gletscherbergen im Süden schweifen lassen. Ansonsten lohnt auch ein anspruchsvoller, aber kurzer Abstecher zum → *Schaffjöchl* (2157 m, ca. 30 min).

TAG
2

An Dramaturgie ist die heutige Tour kaum zu überbieten. Zunächst geht es auf der Forststraße bergab ins Rißtal. Kurve um Kurve tritt die mächtige Falkengruppe mehr hervor, während sich zu unserer Linken der Blick ins Engtal und zum Großen Ahornboden öffnet (Buchtip: *Großer Ahornboden – Eine Landschaft erzählt ihre Geschichte*). Mit seinen 2000 Ahornböden ist der Talboden einzigartig im ganzen Alpenraum. Zwischen ihnen weiden die Kühe der größten Gemeinschaftsalm im Karwendel.

Unser Forstweg trifft auf die Mautstraße aus Hinterriß, der wir taleinwärts folgen. Während wir im Schatten der Ahornbäume zu den steilaufragenden Wänden des Talschlusses fahren, können wir den Eindruck des Tals ganz in uns aufnehmen. Vorbei am Alpengasthof DIE ENG und dem Parkplatz passieren wir den Themenweg, der mit vielen Informationen nicht nur über den Großen Ahornboden, sondern auch über den Naturpark und die Landwirtschaft aufwartet. Am anderen Ende des Almdorfes (Einkehr- und Übernachtungsmöglichkeit) biegt ein Forstweg links ab, überquert den Talboden und steigt in einer Linkskurve an. Vorbei am Binsalm-Niederleger (Einkehr- und Übernachtungsmöglichkeit) und Binsalm-Hochleger (1645 m), erreichen wir das Westliche Lamsenjoch und kurz darauf die Lamsenjochhütte (1953 m).


**TAG
3**

Nach den zwei Mountainbiketouren und den Besteigungen der Mondschein- und Lamsenspitze steht eine genussvolle und lange Bergabfahrt bevor. Zunächst folgen wir dem Weg zurück ins Engtal bzw. zum Großen Ahornboden. Dort aber rollen wir die Mautstraße talwärts bis Hinterriß und genießen dabei den Blick auf den glas-klaaren Rißbach, einen der letzten Wildflüsse Tirols. Ein kurzer Stopp an seinen Schotterbänken außerhalb der Brutzeit (15.3. – 10.8.) des seltenen Flussuferläufers, in der das Betreten verboten ist, lässt uns häufig auch seltene Pflanzen aus den Alpinregionen – so genannte „Alpenschwemmlinge“ – finden.

Nach dem kleinen Ort Hinterriß haben wir die Wahl: Entweder folgen wir vor der Brücke links dem Forstweg nach Mittenwald (siehe Tour 14), wo wir Anschluss an die Bahn nach Innsbruck oder München haben, oder wir bleiben auf der Teerstraße bis Vorderriß. Hier folgen wir rechts der Straße bis nach Fall, überqueren den zum Baden einladenden Sylvensteinstausee und zweigen auf der anderen Seite auf den Fahrradweg nach Lenggries ab. Dort besteht Anschluss zur BOB (Bayerische Oberlandbahn) Richtung München.

Wer die Tour lieber früher abbricht, kann auf der gesamten Strecke bis Lenggries immer in den Bergsteigerbus der RVO-Linie 9569 einsteigen (vorher unter der Nummer +49 8022 187500 Bescheid geben, dass man ein Fahrrad mitnehmen möchte).

Karwendel Nord-Süd

	Tag 1	Tag 2	Tag 3
Route	Mittenwald – Vereiner Alm – Bärnalplpass – Karwendelhaus	Karwendelhaus – Birkkarspitze – Kastentaln – Hallerangerhaus	Hallerangerhaus – Thaurer Jochspitze – Innsbruck
Grad	■	■	■
Dauer	7 h	6:30 h	5:30 h
Distanz	17,6 km	15 km	13 km
Höhenmeter	+ 1200 / – 380	+ 1580 / – 1530	+ 1230 / – 720
Start/Ende	Start: Bushaltestelle Isar-Seinsbrücke		Ende: Bergstation Hafelekar Nordkette
Charakter	Einmal quer durch den ganzen Naturpark, über die drei großen Bergketten und den höchsten Gipfel. Vom bayerischen Mittenwald zur Tiroler Landeshauptstadt Innsbruck. Sportliche Tour mit vielen Varianten.		
Einkehren & übernachten	<p>1. Tag – Karwendelhaus (1765 m), geöffnet von Anfang Juni bis Mitte Oktober, +43 720 983554, info@karwendelhaus.com, www.karwendelhaus.com</p> <p>2. Tag – Hallerangerhaus (1768 m), geöffnet von Anfang Juni bis Mitte Oktober, +43 720 347028, info@hallerangerhaus.at, www.hallerangerhaus.at – Hallerangeralm (1774 m), Anfang Juni bis Oktober, +43 664 1055955, schallhart@halleranger-alm.at, www.halleranger-alm.at</p>		
Öffis	Anreise von Innsbruck und München: Immer müssen wir irgendwo in den RVO-Bus 9608 umsteigen, der die Haltestelle Isar-Seinsbrücke anfährt. Die Wanderung endet in Innsbruck, für die Rückfahrt Richtung München bietet sich die Bahn (ÖBB und DB, Schnellzugverbindung über das Inntal). Abfahrtszeiten: siehe <i>FALTI – Karwendel Fahrplan</i> . Alle Fahrpläne und aktuelle Informationen: www.karwendel.org/anreise		

TAG 1

Von der Bushaltestelle sehen wir schon die Felswände der westlichen Karwendelkette abweisend aufragend. In diese Wildnis wandern wir heute auf eher unbekanntem Pfaden. Zunächst folgen wir der gut ausgebauten Forststraße zur Seinsalm, die wir schon nach wenigen Metern erreichen. Hier folgen wir rechts der Straße, die leicht bergan in Richtung Vereineralm (auch Krinner-Kofler-Hütte genannt) geht. Nach gut 20 Minuten erreichen wir eine Abzweigung, rechts geht es zur Aschualm. Bei Nässe empfiehlt es sich, auf der Forst-



straße zu bleiben. Bei Trockenheit wenden wir uns hingegen nach rechts, überqueren den Seinsbach und wandern auf dem Jägersteig hinter der Aschaualm bis zur Vereineralm. Hier kann man gut auf den Wiesen pausieren und auf den Felsen südlich der Alm lassen sich oft Gämsen beobachten.

Kurz hinter der Vereineralm zweigen wir dann rechts auf den Steig zum Bärnalplpass (1821 m) ab. Nach einer guten Stunde kommen wir an ein Steilstück, hier ist Vorsicht geboten. Im Frühling können hier Schneefelder die ansonsten harmlose Begehung lebensgefährlich machen! Mit Stahlseilen versichert erklimmen wir in einer Stunde den Bärnalpl-Pass, der seinen Namen nicht grundlos hat: Früher nutzten die natürliche Lücke auch Bären auf ihren Wanderungen. Am Pass, der zugleich die Staatsgrenze ist, pausieren wir und halten eher nach Gämsen als nach Bären Ausschau. Gut anderthalb Stunden brauchen wir von hier aus für die teilweise recht mühsame Hangquerung durch den Latschengürtel, bis wir endlich unser spektakulär gelegenes Tagesziel erreichen: das Karwendelhaus.



Auf der Birkkarspitze inmitten der Weiten des Karwendels

TAG
2

Bei gutem Wetter lohnt sich ein früher Start heute doppelt: In den Morgenstunden ist der Weitblick vom Gipfel überragend, und der südseitige Abstieg weniger schweißtreibend. Zum höchsten Gipfel im Karwendel, der Birkkarspitze (2749 m) folgen wir dem Weg hinter dem Haus, der nach 20 Minuten etwa den Latschengürtel verlässt und auf das erste Schotterfeld trifft. Hier gabelt sich der Weg: als Variante für trittsichere und alpin erfahrene Bergsteiger empfiehlt sich der Brendl-Steig (+ 1h Gehzeit), der über die Ödkarspitzen zum Gipfel führt und hier rechts abzweigt.

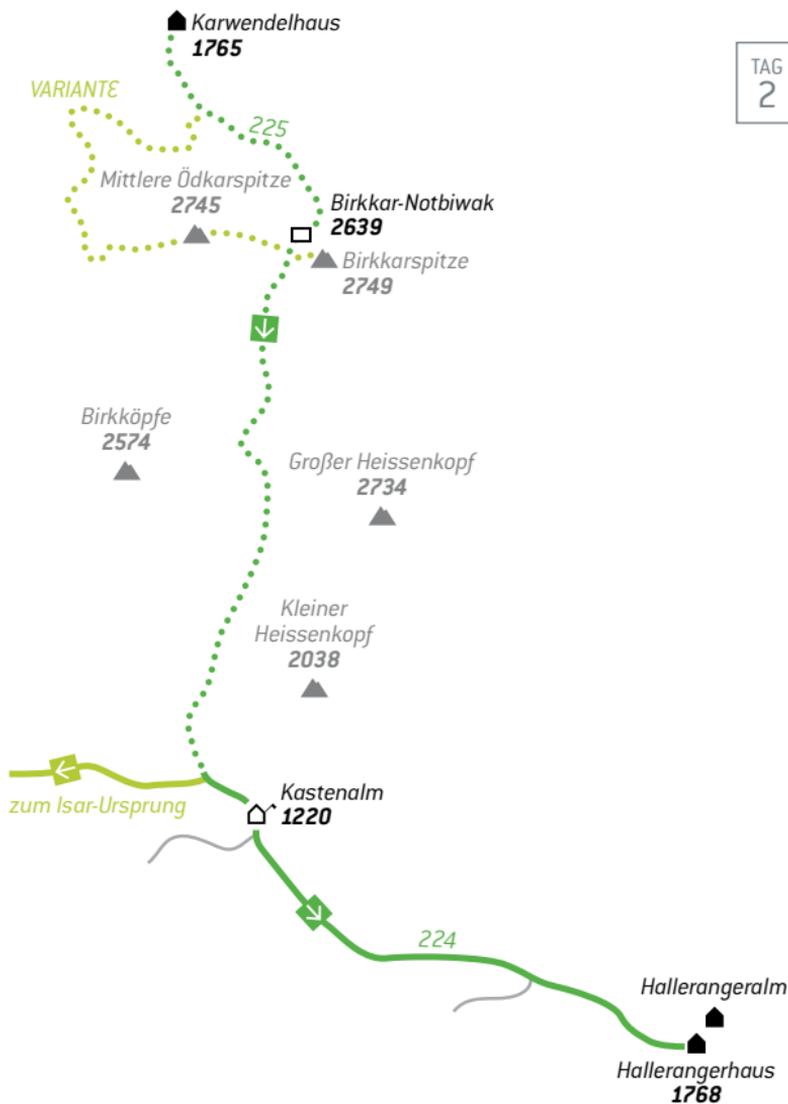
Der Standardweg 225 führt weiter geradeaus durch das Schlauchkar gleichmäßig im Kalkschotter bergauf, im letzten Bereich sind einige mit Drahtseilen versicherte Stellen, die aber ohne Schwierigkeiten zu überwinden sind. Auf dem Schlauchkarsattel treffen wir auf das Birkkar-Notbiwak, das uns bei schlechtem Wetter Schutz bietet. Wer ausreichend schwindelfrei und trittsicher für den höchsten Gipfel im Karwendel ist, erreicht diesen über den versicherten, aber teils ausgesetzten Steig in ca. 20 Minuten. Teile des Gepäcks können auch im Biwak warten, da wir hierher zurückkommen. Der breite Gipfel der Birkkarspitze ist ideal für eine ausgiebige Pause.

Zurück zur Biwakhütte, folgt nun der Abstieg nach Süden ins westliche Birkkar. Der Abstieg ist durchwegs steil, felsig und etwas brüchig. Seilsicherungen helfen aber diesen Abschnitt gut zu meistern. Haben wir das Birkkar erreicht, flacht sich das Gelände etwas ab und führt oberhalb des Birkkarbaches Richtung Kastenalm (Einkehrmöglichkeit) hinunter ins Hintertal.

Wer den wunderschönen Isar-Ursprung besuchen möchte, erreicht diesen im Talboden nach ca. 1 km talauswärts auf der Forststraße. Ansonsten folgen wir von der Kastenalm dem Wanderweg 224 zum Hallerangerhaus bzw. zur Hallerangeralm, unserem heutigen Tagesziel.

TAG
3

Der letzte Teil unserer Karwendel-Durchquerung führt uns über eine ausgezeichnete Panoramawanderung hinab ins Inntal. Es gibt aber auch zahlreiche Varianten (siehe Seite 75). Wir empfehlen zunächst, nach Süden, vorbei an spektakulären Felsformationen zu unserer Linken, zum Lafatscher



Joch (2081 m) aufzusteigen. Über dem Talschluss des Halltals liegt uns die Hochfläche des Issanger zu Füßen. Am südlichen Horizont grüßen bereits die Gipfel des Alpenhauptkamms jenseits des Inntals – wir haben soeben den südlichen Rand des Karwendels erreicht. Nun ein kurzes Stück dem Steig talwärts folgend, münden wir rechterhand in den Wilde-Bande-Steig 222 ein. Am Fuße des Kleinen und Großen Lafatscher, des Rosskopf und der Stempeljochspitzen gelangen wir in das Schotterkar der Stempelreise, über diese wir zuletzt steil das Stempeljoch (2215 m) erreichen. Im Frühsommer können pickelharte Schneefelder hier ein Risiko darstellen, deshalb sollte man vorher Erkundigungen beim Hallerangerhaus oder bei der Pfeishütte einholen.

Hier bietet sich ein Ausflug zur Stempeljochspitze (2529 m) an (+ 1:15 h). Ansonsten folgen wir bei trockenem Wetter dem etwas ausgesetzten, aussichtsreichen Weg zur Thaurer

Jochspitze über fantastische Wiesenhänge bergab zum Kreuzjöchl. Der Weg zweigt gleich in der ersten Wegbiegung unterhalb des Stempeljochs ab. Mit etwas Glück erspähen wir hier Steinböcke. Bei Nässe nehmen wir den zweiten, links abzweigenden Weg, der unterhalb der Thaurer Jochspitze auf dem Schotterfeld zum Kreuzjöchl quert. Vom Kreuzjöchl geht es unterhalb der Rumer Spitze weiter auf einem Steig durch den Schotter zur Arzler Scharte (2158 m). Jetzt sind wir schon oberhalb von Innsbruck und auf der Zielgeraden unserer Karwendeldurchquerung.

Von hier folgen wir in anderthalb aussichtsreichen Stunden gemütlich dem Goethe-Weg (Steig Nr. 219) zur Hafelekarspitze (2334 m), die den Endpunkt der Tour markiert. In wenigen Minuten erreichen wir von hier die Bergstation der Hafelekarbahn, mit der wir bequem hinab nach Innsbruck kommen.

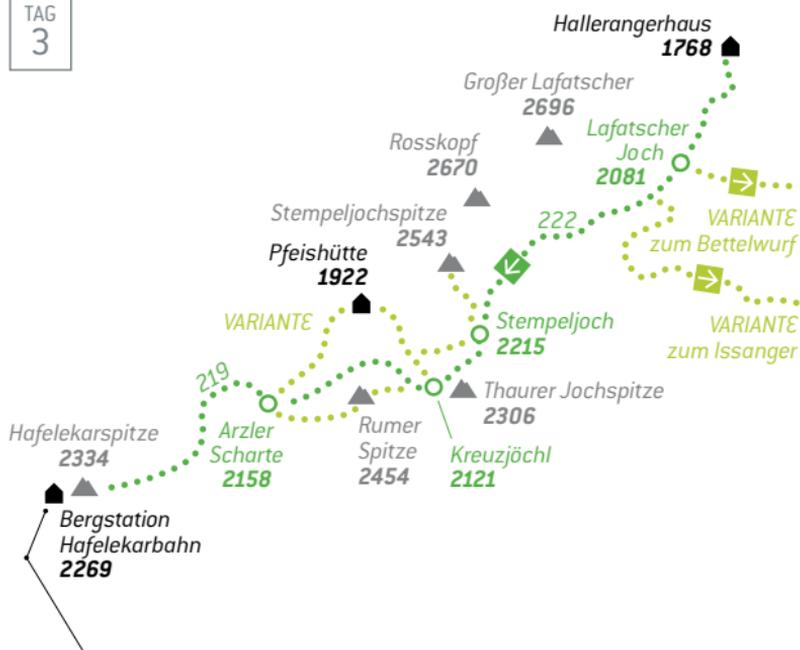
Variante

Vom Halleranger ins Inntal gibt es zahllose Möglichkeiten. Im Folgenden nur ein paar Vorschläge.

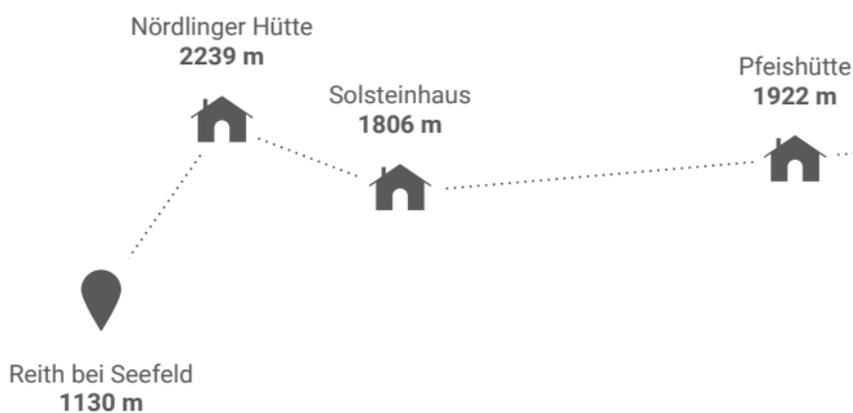
→ *Für Bergfexen* in 6:30 h: Über das Lafatscher Joch nach Osten zur Bettelwurfhütte und auf schwarzem Weg hinauf zum Großen Bettelwurf (2726 m, viert-höchster Karwendelgipfel), danach von der Hütte direkt bergab ins Halltal (vgl. Tour 15, Tag 1).

→ *Abwechslungsreich hinab* in 5:30 h: über das Lafatscher Joch zum Issanger und weiter über die Zunterköpfe wie bei Tour 15, Tag 2 beschrieben.

Für Alpinisten bietet das Gebiet um die Pfeishütte lohnende Ziele auf schwarzen Wegen (geöffnet von Mitte Juni bis Mitte Oktober, +43 664 9148434, info@pfeishuette.at, www.pfeishuette.at). Die → *Rumer Spitze* hat einige Kletterpassagen und kann auch auf dem Standardweg überschritten werden (Vorsicht, Infos bei der Pfeishütte erfragen). Wer mehr Zeit mitbringt, ist in der urigen und liebenswerten → *Pfeishütte* gut aufgehoben, zahlreiche Gipfel locken in nächster Umgebung. Interessant ist auch die Möglichkeit, das → *Gleirschtal* auswärts zu wandern und bei der Möslalm zu nächtigen, um weiter Richtung Norden (Scharnitz) oder Süden (Solsteinhaus – Hochzirl – Inntal) zu ziehen.

TAG
3

Die letzten Meter auf dem Goetheweg hoch über Innsbruck



5 Hütten **6** Tage **60** Kilometer **7000** Höhenmeter





Bettelwurfhütte
2079 m



Hallerangerhaus
1768 m



Scharnitz
964 m



im größten Naturpark Österreichs

karwendel-hoehenweg.at



Sechs Tage zu Fuß im größten Naturpark Österreichs unterwegs zu sein ist weit mehr, als nur 60 Kilometer und 7000 Höhenmeter in den österreichischen Alpen hinter sich zu bringen. Der Karwendel Höhenweg bedeutet schlichtweg, das Karwendel von den Tallagen bis in die Gipfelregionen in einer Mehrtageswanderung zu entdecken, auf fünf ausgezeichneten Hütten zu übernachten und bei jedem aufmerksamen Schritt die alpine Bergnatur in Tirol kennenzulernen.

Wetter, Notruf, Auskünfte

ALPNER WETTERDIENST

- Alpenwetter: +43 900 911566 80
- Regionalwetter: +43 900 911566 81
- Ostalpen: +43 900 911566 82
- Persönliche Beratung: +43 512 291600 (Mo-Sa, 13-18 Uhr)
- Alle Infos auf www.alpenverein.at

WETTERVORHERSAGE ONLINE UND ALS APP

Besonders empfehlenswert ist die Wettervorhersage für Tirol der ZAMG (Zentralanstalt für Meteorologie und Geodynamik), online unter zamg.ac.at und neuerdings als App *wetter.team*. Alternativ ist auch die Wettervorhersage des ORF für Tirol zu empfehlen, abrufbar unter: wetter.orf.at/tirol/prognose. Einen sehr genauen Einblick in die voraussichtliche Menge an Sonnenschein, Niederschlag, Temperatur und Wind bieten die einzelnen Messstationen (Mittenwald, Seefeld, Innsbruck, Achenkirch) von Meteomedia: wetterstationen.meteomedia.at bzw. wetterstationen.meteomedia.de.

NOTRUF

- Europäischer Notruf: → 112
- Bergrettung Österreich: → 140
- Alpines Notsignal: → siehe Seite 10

TOUREN- UND GEBIETSINFORMATION

Naturpark Karwendel
 Unterer Stadtplatz 19, 6060 Hall in Tirol, Österreich
 +43 5245 28914, info@karwendel.org, www.karwendel.org

ALPINE AUSKUNFT

Oesterreichischer Alpenverein, Sektion Innsbruck
 Meinhardstraße 7-11, 6020 Innsbruck
 +43 512 587828, office@alpenverein-ibk.at
www.alpenverein-ibk.at, www.alpine-auskunft.at

TOURENPORTAL

www.alpenvereinaktiv.com

FAHRPLANAUSKÜNFTE

- *Österreichische Bundesbahnen* (ÖBB): www.oebb.at
+43 5 1717 (Ortstarif)
- *ÖBB Postbus*: www.postbus.at
+43 512 390390 (Mo-Fr, 7-18 Uhr)
+43 810 222333 (täglich, 6-20 Uhr)
+43 1 71101 (aus dem Ausland, täglich, 6-20 Uhr)
- *Innsbrucker Verkehrsbetriebe* (IVB): www.ivb.at
+43 53070 (Mo-Fr 7.30-18 Uhr)
- *Verkehrsverbund Tirol* (VVT): www.vvt.at
+43 512 561 616, www.vvt.at
- *Regionalverkehr Oberbayern* (RVO): www.rvo-bus.de
+49 89 55 16 40 (Mo-Do 8-16 Uhr, Fr 8-14.30 Uhr)
- *Bayerische Oberlandbahn* (BOB): +49 8024 997171
auskunft@bayerischeoberlandbahn.de,
www.meridian-bob-brb.de
- *Deutsche Bahn* (DB): +49 180 6996633, www.bahn.de,
www.bahn.de/tirol
- *MeinFernbus*: +49 180 5159915, kontakt@meinfernbus.de,
www.meinfernbus.de

SCOTTY MOBIL

Dieser Routenplaner für Öffis ist für alle gängigen Handymodelle erhältlich. www.oebb.at/scottymobil

IVB-SCOUT

Der IVB-Scout liefert die Echtzeit-Abfahrtszeiten von Bus, Tram und Nightliner aller IVB-Linien. Mit ihm finden Sie schnell und zuverlässig die nächsten Verbindungen in Ihrer Nähe. www.ivb.at

TAXIDIENSTE, BUSUNTERNEHMEN, BERGBAHNEN

Taxidienste

- *Taxi Mair*, Scharnitz (Karwendeltäler und rund ums Karwendel): +43 5213 5363
- *Taxi Ramona*, Scharnitz (Karwendeltäler): +43 5213 5541
- *Taxi Kili Karlheinz*, Hall/Mils/Absam (Halltal): +43 5223 45500
- *Taxi Rohregger*, Hall/Mils/Absam (Halltal): +43 5223 56111
- *Nostalgiebus Sport Wöll*, Pertisau (Gramai): +43 5243 5871
- *Taxi Kröll*, Achensee (Pertisau-Karwendeltäler):
+43 5243 43280

Reisebus

Zwei Reisebusunternehmen fahren von Mittenwald über Krün und Wallgau drei Mal wöchentlich in die Eng: *Hornsteiner* (Di und Do) und *Kriner* (Mi 8.5. – 9.10. und Fr 21.6. – 27.9.). Abfahrt Mittenwald ca. 10 Uhr, Rückfahrt Eng ca. 17.30 Uhr.

→ *Reisebüro und Omnibus Hornsteiner*: +49 8825 470,
www.reisebuero-hornsteiner.de

→ *Reisebüro Ferienglück Kriner*: +49 8825 599, www.kriner.info

Bergbahnen

→ *Innsbrucker Nordkettenbahnen*: +43 512 293344,
www.nordkette.com

→ *Bergbahnen Rosshütte* (Seefeld – Seefelder Joch/Härmele-
kopf): +43 5212 24160, www.rosshuette.at

→ *Karwendelbahn* (Mittenwald – Bergstation Karwendelgrube):
+49 8823 9376760, www.karwendelbahn.de

→ *Karwendel Bergbahn* (Pertisau – Zwölferkopf):
+43 5243 5326, www.karwendel-bergbahn.at

Tourismusregionen rund ums Karwendel

Sie planen einen längeren Urlaub im Gebiet und/oder wollen nach der Tour in einem Hotel „alle Viere“ von sich strecken? Die an den Naturpark Karwendel angrenzenden Regionen sind überaus abwechslungsreich und bieten für jeden Geschmack etwas. Hier stellen sich die jeweiligen Tourismusverbände kurz vor.

Achensee

Der Achensee, der wie ein Fjord vom Rofangebirge im Osten und dem Karwendelgebirge im Westen umschlossen wird, ist ein wahres Urlaubsparadies. Über 50 verschiedene Sportarten können Gäste hier ausüben: vom Wandern über Mountainbiken bis

hin zum Klettern. Einen besonderen Einblick in den Naturpark Karwendel bieten die geführten Wanderungen mit den Naturpark-Rangern. Im Rahmen des Wanderprogramms der Region Achensee werden diese Touren kostenlos angeboten.

+43 5 95300 0

info@achensee.com

www.achensee.com

Olympiaregion Seefeld

Die Olympiaregion Seefeld empfängt ihre Gäste mit einer beeindruckenden Naturkulisse und einem abwechslungsreichen Freizeitangebot für Groß und Klein. Umgeben vom größten Naturpark der Ostalpen, dem Naturpark Karwendel, dem Landschaftsschutzgebiet Wildmoos, dem Wettersteingebirge sowie der Hohen Munde, bietet das nach Süden hin offene, auf 1200 Metern Seehöhe gelegene Hochplateau ausgedehnte Sonnenstunden im Herzen der Alpen. In den fünf Orten der Olympiaregion Seefeld – Leutasch, Mösern/Buchen, Reith, Scharnitz und Seefeld – kommen Sportler, Naturliebhaber, Entspannungssuchende und Familien voll auf ihre Kosten.

+43 508 800

region@seefeld.com

www.seefeld.com

Innsbruck und seine Feriendörfer

Die Landeshauptstadt punktet mit einer einzigartigen alpin-urbanen Mischung aus Berg und Tal, Natur und Stadt, Sport und Kultur. Entdecken Sie die Feriendörfer der Region von sonnenverwöhnten Hochplateaus bis hin zu familienfreundlichen Wohlfühloasen. Innsbruck ist perfekt für den Winter- und Sommerurlaub, ist aus aller Welt einfach über den internationalen Flughafen zu erreichen und bietet zu jeder Jahreszeit Freizeitvergnügen, Kulturhighlights und sportliche Höhenflüge.

+43 512 59850

office@innsbruck.info

www.innsbruck.info

Region Hall-Wattens

In der Region Hall-Wattens im Herzen Tirols trifft Bergnatur auf Kultur. Die zehn malerischen Dörfer der Region und mit Hall in Tirol eine der schönsten Städte Österreichs bieten städtisches Flair und ländliche Beschaulichkeit an 365 Tagen im Jahr. Natur- und Sportanhänger finden im Sommer herrliche Wandergebiete

im Karwendel, im Inntal und den Tuxer Alpen, sowie abwechslungsreiche Mountainbike- und Kletter-Routen. Im Winter locken tief verschneite Schneeschuhwanderwege und Loipen sowie das Naturschneeskigebiet Glungezerbahn.

+43 5223 45544

office@hall-wattens.at

www.hall-wattens.at

Siberregion Karwendel

Das Karwendel ist berühmt für seine schroffen Felsen und bringt jeden Naturliebhaber zum Staunen. Die meist abgelegenen und einsamen Almen lassen ein Gefühl von Heimat und Geborgenheit aufkommen. Mit ein bisschen Glück trifft man auf einen der uralten „Almerer“, der einem etwas über seinen Alltag in den Bergen erzählt. Die gegenüberliegenden Tuxer Alpen glänzen mit zahlreichen Gipfelkreuzen. Wer auf der Suche nach dem ganz besonderen Gipfelglück ist, sollte sich schon sehr früh am Morgen auf den Weg machen und einen Sonnenaufgang in der Silberregion genießen. Wir empfehlen unseren kostenlosen Wanderführer mit 41 traumhaften Wanderrouten.

+43 5242 63240

info@silberregion-karwendel.com

www.silberregion-karwendel.com

Lenggries – das Bergparadies

Das schmucke Dorf Lenggries mit seinen schönen Bauernhäusern, rund 60 km südlich von München im Isartal gelegen, erwartet in einer traumhaften Voralpen-Bergwelt Wanderer und Urlauber – ein wahres Bergparadies. Bekannt ist der Lenggrieser Hausberg, das Brauneck (1555 m), der fast bis zum Gipfel hinauf auch bequem mit der Gondel der Bergbahn zu erreichen ist. Hier oben gibt es viel mehr als „nur“ aussichtsreiche Wanderwege – mal bequem, mal anspruchsvoll – zu entdecken: Zahlreiche Hütten laden zur Einkehr ein. Auch auf der östlichen Talseite und rund um den Sylvensteinstausee starten viele erlebnisreiche Touren zu den bayerischen Voralpengipfeln und dem Karwendelvorgebirge.

+49 8042 5008800

info@lenggries.de

www.lenggries.de

Alpenwelt Karwendel

Die Urlaubsregion Alpenwelt Karwendel mit den Orten Mittenwald, Krün und Wallgau liegt im südlichen Oberbayern, rund 100 Kilometer südlich von München und direkt an der Grenze zu Österreich. Das sonnige, weitläufige Hochtal an der oberen Isar ist umringt vom Karwendelgebirge im Osten und dem Wettersteingebirge mit dem höchsten Berg Deutschlands, der Zugspitze, im Südwesten und gilt als wahres Paradies für alle Wanderer, Radfahrer und Naturbegeisterten. Gesegnet mit zahlreichen Seen bietet es im Sommer auch herrliche Erfrischung.

+49 8823 33981

info@alpenwelt-karwendel.de

www.alpenwelt-karwendel.de

ANREISE MIT DEM FERNVERKEHR

München und Innsbruck haben ausgezeichnete Anbindungen an den Fernverkehr und lassen sich bequem und schnell von ganz Österreich und Deutschland sowie Europa generell erreichen. Zwischen München und Innsbruck selbst gibt es täglich acht Verbindungen mit EuroCity und ICE. Dabei lohnt es sich, die Bahn-Sparpreise zu nutzen.

Für die Anreise aus Deutschland siehe *www.bahn.de/tirol*, für Österreich siehe *www.oebb.at/sparschiene*.

GÜNSTIGE TICKETANGEBOTE IM EINZUGSGEBIET KARWENDEL

Neben den genialen Rückfahrtickets von Postbus und IVB am Schluss dieser Broschüre gibt es auch noch eine ganze Reihe anderer Tickets, die für viele Touren im Karwendel praktisch sind.

Gerade im näheren Einzugsgebiet zwischen München und Innsbruck gibt es eine ganze Reihe attraktiver Sparangebote, die eine öffentliche Anreise besonders günstig machen. Tatsächlich bieten alle Verkehrsbetriebe, die rund um den Naturpark aktiv sind, solche Spartickets an.

Mehr Informationen über aktuelle Spartickets und weitere Angebote finden Sie im FALTI, dem Karwendel Fahrplan.

Müll im Gebirge?

Das Wandern und Bergsteigen erlebt seit einigen Jahren eine wahre Renaissance. Einerseits ist die sich darin bekundende Wertschätzung der Natur sehr erfreulich. Andererseits erhöht sich aber auch der Druck auf sie und macht sich mit der Entsorgung von Plastikflaschen, Dosen, Zigarettenstummeln, Papiertaschentüchern und diversen Obstschalen immer stärker bemerkbar. Das Entsorgen von Obstschalen erfolgt oft ohne besseres Wissen im Glauben, dass Orangen- und Bananenschalen als Naturprodukte ohne Probleme in der freien Landschaft entsorgt werden können. Wenn aber Papiertaschentücher, Plastikflaschen, Dosen usw. die Wege und Steige, Rastplätze, Gipfel und Grate verunzieren oder unter Wurzelstöcken und Steinen entsorgt werden, lässt sich kaum Verständnis dafür finden. Versuchen wir uns mit Respekt diesem Lebensraum von zahllosen Tieren und Pflanzen zu nähern – letztlich ist es auch unser Zuhause.

VERROTTUNG IM GEBIRGE

Das Argument, dass die Verrottung von Bioabfällen ohnehin von Insekten, Mikroorganismen und sonstigem Getier durchgeführt wird, mag in den Tal-Lagen durchaus richtig sein. Im Hochgebirge gelten jedoch andere Verhältnisse: Hier laufen die Naturprozesse sehr langsam ab (auch im Sommer). Es dauert oft viele Jahre und Jahrzehnte (je nach Höhenlage und Standort), bis eine Verrottung, etwa von Bananenschalen, abgeschlossen ist. Dies ist unter anderem auf die klimatischen Verhältnisse mit extremen Temperaturunterschieden, hohen Strahlungsintensitäten und kurzen Vegetationszeiten zurückzuführen.

Diese Verhältnisse verstärken sich mit zunehmender Höhe. Die besonders gute Anpassung an diese unwirtlichen Bedingungen im Hochgebirge kann in den kurzen Sommermonaten an den Pflanzen und Tieren beobachtet werden, die gegen diese Naturextreme äußerst findig reagieren und sich zu wahren Spezialisten entwickelt haben. Sei es etwa mit einer starken Behaarung (z.B. Edelweiß) um der Kälte zu trotzen, oder mit dunklen Farben, die verschiedene Tiere (z.B. Höllenotter = schwarze Form der Kreuzotter) nutzen, um Wärme besser speichern zu können. Man kann sich nun vorstellen, welchen Fremdkörper eine mit Spritz-

mitteln behandelte Orangen- und Bananenschale in der Natur darstellt. Auch Papiertaschentücher verrotten viel langsamer als viele Leute denken, sind sie ja extra auf Reißfestigkeit getrimmt. So kommt es, dass sie inzwischen unliebsame Begleiter entlang von Wegen und Steigen darstellen. Wenn man ohne eine Toilette in Reichweite sein Geschäft verrichten muss, dann sollte man Recycling-Klopapier verwenden, das sich wesentlich schneller auflöst.

Was die Verrottung von Plastik, Metall und Glas betrifft muss man in Jahrhunderten oder gar Jahrtausenden rechnen, bis ein vollständiger Zerfall stattfindet. Ein großes Problem stellen auch die Zigarettenstummel dar. Unmengen von Wasser verunreinigen die in einem einzigen Stummel gespeicherten Gifte, die der Regen herauslöst, und die Verrottung dauert bis zu fünf Jahre.

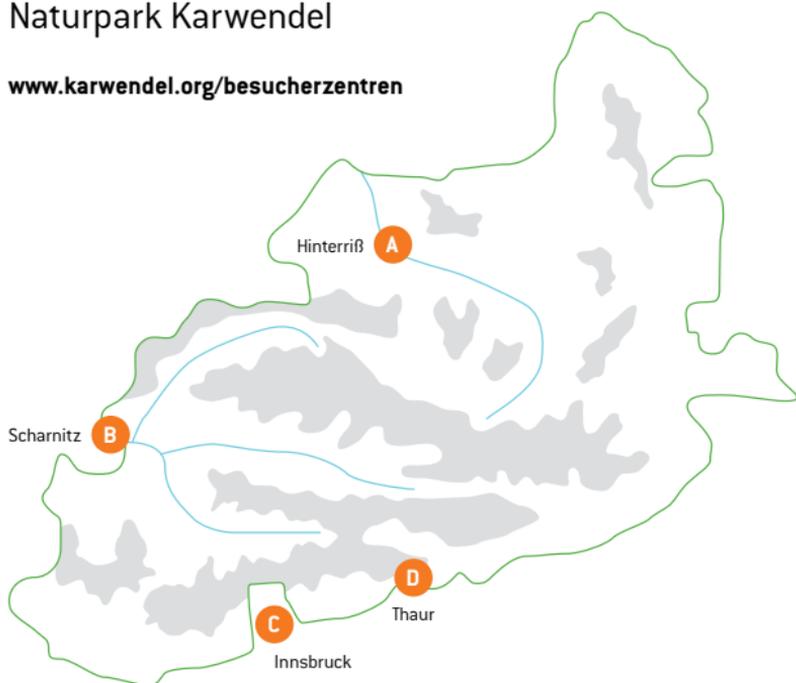
Als Wanderer sind wir in der Natur zu Gast im Wohnzimmer von kleinen und großen Tieren und Pflanzen und dürfen uns an ihrer Vielfalt und Lebendigkeit erfreuen. Verhalten wir uns ihnen gegenüber respektvoll – vielleicht in dem Bewusstsein, dass wir nicht nur ihre Gäste, sondern als Menschen selbst ursprünglich zuhause sind in der Natur. Dann ist es eigentlich schon eine Selbstverständlichkeit auch den Müll mit einzusammeln, der nicht von mir stammt.

WIE LANGE DAUERT DIE VERROTTUNG?

Papiertaschentücher	→	1-3 Jahre
Obstschalen	→	3-10
Zigarettenstummel	→	5
Kaugummi	→	5
Tetrapak	→	50
Plastikflasche	→	300
Aluminiumdose	→	500
Glasflasche	→	4000 Jahre

Unsere Besucherzentren im Naturpark Karwendel

www.karwendel.org/besucherzentren



Naturparkhaus Hinterriß A

Hinterriß

Unser 2009 eröffnetes Naturparkhaus beherbergt nicht nur eine gern besuchte Infostelle und einen Shop mit lokalen Produkten, sondern auch ein kleines Museum mit einer spannenden und vielseitigen Ausstellung!

→ Touren **2, 11, 13, 14, 19**

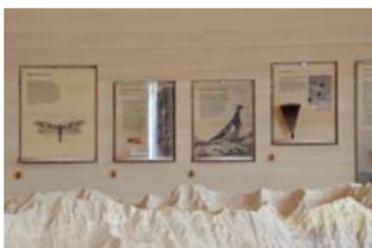


Museum Holzerhütte B

Scharnitz

In der historischen Holzarbeiter-Hütte verbirgt sich eine moderne und persönliche Ausstellung, die nicht nur die lokale Geschichte erzählt, sondern auch Geschichten über die natürliche Vielfalt im Wald!

→ Touren [1](#), [3](#), [7](#), [9](#), [14](#), [17](#), [18](#)



Naturraum Karwendel C

Umbrüggler Alm

Oberhalb von Innsbruck: Herzstück dieser Ausstellung ist ein großartiges Relief aus Ahornholz, welches interaktiv bespielt werden kann. Es lohnt sich aber auch der zweite Blick hinter die 26 Wandvitrinen, die typische Bewohner des umgebenden Karwendels zeigen!

→ Touren [10](#), [20](#)



rundumThaur D

Romediwirt, oberhalb von Thaur

Der neue Schauraum und der interaktive Rundgang beim Romedikirchl geben Einblick in die sehr alte und jüngere Geschichte der Gemeinde, den Hl. Romedius und die faszinierenden Eulen im Naturpark Karwendel.

→ Touren [6](#), [15](#), [20](#)

Karwendel-Bewohner

Gams

Rupicapra rupicapra



Klasse

Säugetiere

Ordnung

Paarhufer, Wiederkäuer

Widerristhöhe

~ 75 cm

Gewicht

35 – 50 kg

Lebenserwartung

14 – 20 Jahre (Geißen werden älter als Böcke)

Nahrung

Gräser, Kräuter, Knospen, Triebe und Pilze

Brunftzeit

November – Dezember

Tragezeit

~ 6 Monate

Anzahl der Jungen

1 Kitz, sehr selten 2

Lebensraum

Mittel- und Hochgebirge zwischen 1000 und 3500 m

Mit einem Fernglas lassen sich bei fast jeder Wanderung im Karwendel Gämsen erspähen. Diese darum so besonders typische Bewohnerin des Naturparks hält sich gerne oberhalb der Baumgrenze auf – in der Deckung des Latschengürtels oder auf den Wiesenhängen in noch größerer Höhe. In Rudeln von 15 bis 30 Tieren ziehen die Geißen ihre Jungen groß. Als „Kindergärtnerinnen“ passen Einzelne abwechselnd auf eine ganze Gruppe Kitze auf, die in der Regel Ende Mai zur Welt kommen und manchmal beim Spielen in den Altschneefeldern im Frühsommer beobachtet werden können. Die Böcke dagegen leben vergleichsweise einzeltätig und suchen erst im Spätsommer ein Rudel auf. Denn im November ist Brunftzeit: Wenn die Wanderer schon wieder fort sind, jagen sich die Böcke im schwarzen Winterfell mit aufgestelltem „Gamsbart“ (lange Haare am Widerrist) gegenseitig bergauf und bergab. Uns begegnen sie dagegen in ihrem hellbraunen Sommerfell. Wenn wir sie auf einer Wanderung überraschen, ertönt das heisere Pfeifen, mit dem sich die Tiere gegenseitig warnen. Ihre einzige Bedrohung im Karwendel ist neben dem Menschen der Adler, der es auf die jungen Kitze abgesehen hat.

Steinadler

Aquila chrysaetos



Klasse

Vögel

Ordnung

Greifvögel

Flügelspannweite

220-230 cm (Weibchen),
ca. 200 cm (Männchen)

Geschwindigkeit

im Sturzflug bis zu
200 km/h

Gewicht

Weibchen ca. 5 kg,
Männchen ca. 3,7 kg

Lebenserwartung

in der Wildnis 35 Jahre, in
Gefangenschaft 50 Jahre

Nahrung

Murmeltier, Gämse (Kitz),
Schneehase, Rotfuchs,
Birk- und Schneehuhn,
im Winter auch Aas

Reviergröße

Durchschnittlich
30-150 km²

Paarungsverhalten

Lebenslange Einehe

Anzahl der Jungen

2-3 Eier. Meist über-
lebt nur ein Junges, da
sie sich gegenseitig
töten („Kainismus“)

Mit seinen sprichwörtlichen Adler-
augen kann er ein Schneehuhn auf eine
Distanz von bis zu drei Kilometern er-
kennen. Sein Sehvermögen und seine
besonderen körperlichen Fähigkeiten
machen den Steinadler zum perfekten
Jäger im hochalpinen Gelände.

Das Karwendel beheimatet insgesamt
21 Brutpaare, wovon 14 auf der Tiroler
Seite leben. Viele dieser stabilen Reviere
haben eine lange Tradition in der Region
und bestehen bereits seit Jahrzehnten.
Erste Brutbelege im Karwendel sind
zu Beginn des 16. Jahrhunderts nach-
gewiesen. Der heutige Naturpark bietet
dem Steinadler also schon seit langem
den benötigten Lebensraum – mit
natürlichen Freiflächen oberhalb der
Waldgrenze und hohen Gebirgsketten.
Mit rund zwei Paaren pro 100 km² ist
das Karwendel flächendeckend vom
Steinadler besiedelt und weist zurzeit
eine der höchsten im Alpenraum existie-
renden Adlerdichten auf. Einen Horst,
den die Adler in unzugänglichen Fels-
wänden bauen und tarnen, werden nur
die Wenigsten beobachten können – mit
ausgebreiteten Schwingen am Himmel
lässt er sich im Karwendel dagegen auch
ohne Adleraugen finden.

Bergahorn

Acer pseudoplatanus



Name

Abgeleitet von lat. acer = spitz, scharf (in Bezug auf die Blattform)

Höhe

Bis 35 m

Stammdurchmesser

Bis 1,5 m

Alter

Bis 600 Jahre

Lebensraum

Bis 2000 m

Fortpflanzung

Tierbestäubung

Der Bergahorn ist der Charakterbaum des Karwendels. Er steht für Zähigkeit und Duldsamkeit im Umgang mit Muren. An manchen Orten stehen die Bäume „bis zum Hals“ im Kalkschotter und treiben doch stets aufs Neue aus. Sein berühmtestes Vorkommen hat dieser im ganzen Naturpark typische Baum am Großen Ahornboden. Hier stehen über 2000 Individuen, die bis zu 600 Jahre alt sind.

Ab September erfreut der Bergahorn besonders Kinder mit seinen Flügel Früchten, die sie sich mit den klebrigen Flügeln auf die Nase heften können. Die Früchte werden durch den Wind fortgetragen und erreichen bis zu 16 Umdrehungen pro Sekunde. So stellt ein Ahornbaum die Verbreitung für einen Hektar Land sicher. Zur Herbstzeit stechen die goldgelb gefärbten Blätter besonders aus den Nadelwäldern hervor. Gerade am Großen Ahornboden bietet sich hier ein besonderes Schauspiel. Als charakteristischer Bewohner des Karwendels bietet er zahlreichen Pflanzen und Tieren einen Lebensraum – auf seiner Rinde fassen etwa bis zu 70 Moosarten Fuß. Auch für Vögel wie den seltenen Trauerschnäpper ist der Bergahorn wichtig, bietet er ihm doch viele Bruthöhlen. Gleiches gilt für Fledermäuse und Insekten. Der Bergahorn stellt also einen ganzen Lebensraum dar.

Beobachtungstipps

Der Naturpark Karwendel verfügt über einen einzigartigen Artenreichtum an nachgewiesenen 1305 Pflanzen- und 3035 Tierarten. Um einige von ihnen näher kennenzulernen, sollte man ein Bestimmungsbuch dabei haben (siehe Seite 94). Will man die verschiedenen Pflanzen erkennen, zeigen sich erstaunliche Details oft erst mit einer Lupe (z.B. mit einem umgedrehten Fernglas). Von einigen Ausnahmen wie Käfern und Raupen abgesehen, lassen sich die meisten Tiere nicht so leicht beobachten. Darum hier einige Tipps, wie Sie die Bewohner des Karwendels besonders gut zu Gesicht bekommen.

FERNGLAS

Weil man nie weiß, was in der nächsten Kurve des Wanderweges auf einen wartet, sollte man ein Fernglas immer griffbereit haben. Mit ihm lassen sich kleine Vögel im Geäst genauso gut ausmachen wie ein Rudel Gämsen in der Ferne. Um nicht zu wackeln, ist es ratsam, das Fernglas auf einen Wanderstock zu stützen. Verkehrt herum angesetzt funktioniert es übrigens als Lupe.

WEITWINKELBLICK

Während wir meistens im Tunnelblick direkt geradeaus schauen, bekommen wir kaum etwas von dem mit, was rund um uns herum passiert. Versuchen Sie einmal, unfokussiert geradeaus zu blicken und beobachten Sie Ihr Blickfeld. Dieses *periphere Sehen* gibt uns einen viel breiteren Blickradius, außerdem fallen Bewegungen so besonders auf – die Chancen, dass wir Tiere beobachten, steigen im Weitwinkeltblick enorm. Bitte aber nur auf einfachen Wanderwegen ohne Absturzgefahr probieren.

LANGSAM UM DIE KURVE SPÄHEN

Wenn wir leise und aufmerksam wandern, kann es passieren, dass manche Tiere noch ganz in unserer Nähe sind und noch nicht Reißaus genommen haben. Es gilt daher, vor Wegkurven, bei Lichtungen oder anderen Änderungen der Perspektive abzubremsen und vorsichtig ums Eck zu blicken – wer weiß, vielleicht können wir ja einen ungestört äsenden Hirsch beobachten?

WIR FAHREN AM LIEBSTEN ALLE ZUSAMMEN.

2 Erwachsene und bis zu
3 Kinder fahren mit dem
TAGES-TICKET 2PLUS
gemeinsam Öffis.

Tirolweit einen ganzen Tag lang
den gesamten Nahverkehr nutzen.
Auf tickets.vvt.at oder in
der neuen Ticket-App.



Mehr sehen
vom Land.



DEIN EINSATZ FÜR EINE GUTE SACHE

Werde Teil des
Naturpark Karwendel



Du willst dich auf praktische Art und Weise
für die Natur im Karwendel engagieren?
Dann bist du bei uns genau richtig!

Im Rahmen der Freiwilligenplattform TEAM KARWENDEL bieten wir dir zahlreiche Aktionen zum Mitmachen: Beobachtung von seltenen Tierarten wie dem Flussuferläufer, Biotoppflege am Issanger, Besucherzählungen an den wichtigsten Zugängen oder Müllaktionen an stark frequentierten Wanderwegen.

Die Aktionen dauern ein bis zwei Tage und erfordern abseits der Tierbeobachtungen keine Vorkenntnisse. Für deine Mitarbeit musst du mindestens 18 Jahre alt sein. Falls du jünger bist und trotzdem mithelfen willst, sind die Umweltbaustellen des Oesterreichischen Alpenvereins oder unser internationales Jugendcamp das Richtige für dich.

Als kleines Dankeschön gibt es eine köstliche Jause von BIO vom BERG. Die schönste Belohnung ist jedoch das Gefühl, sich persönlich für eine gute Sache einzusetzen.

Die Anmeldung ist ganz einfach über www.karwendel.org/team möglich.

Literaturverzeichnis

WANDERFÜHRER

- *Alpenvereinsführer Karwendel alpin*
Walter Klier, Bergverlag Rother, 16. Auflage, München 2011
- *Bettelwurfhütte 2077 m, Karwendelgebirge* [gratis Download]
Josef Essl, Alpenverein Innsbruck (Hrsg.), Innsbruck 2012
- *Kompass-Wanderführer* [WF 5660]. Siegfried Garnweidner
und Hermann Sonntag, Kompass-Karten
- *Rund um Innsbruck. Karwendel – Sellrain – Tuxer Alpen*
Walter Klier, Bergverlag Rother, 5. Auflage, München 2011

NATURFÜHRER UND BESTIMMUNGSBÜCHER FÜR UNTERWEGS

- *Kosmos-Naturführer für unterwegs*
Frank Hecker, Katrin Hecker. Kosmos: Stuttgart 2014
- *Vögel. 300 Arten entdecken & bestimmen.* Jonathan El-
phick, John Woodward, DK Natur Kompakt: London 2012
- *Welche Alpenblume ist das? 168 Alpenblumen einfach
bestimmen* Manuel Werner, Kosmos: Stuttgart 2011
- *Die Flora im Naturpark Karwendel. Offizielles Feldbuch mit 100
ausgewählten krautigen Pflanzen.* Naturpark Karwendel 2016

LITERATUR ZUM WANDERN MIT ÖFFENTLICHER ANREISE

- *Ausflüge mit Genuss: München & Umgebung mit der S-Bahn:
Wandern. Radeln. Einkehren.*
Martina Gorgas, Frankfurt am Main 2010
- *Die schönsten Wanderungen mit dem Bayern-Ticket:
in Oberbayern.* Michael Pröttel, München 2010
- *Gebirgszüge. Mit Bahn und Bus in die Münchner Hausberge*
Michael Pröttel, Köngen 2007
- *Mit Bahn und Bus in die Münchner Berge. 51 Touren zwischen
Füssen und Berchtesgaden*
Antje Sommer, Gerhild Abler, München 2014

- *Mit der Bahn in die Berge. Schnell – bequem – nachhaltig*
Gratis Faltblatt von DB und DAV mit Touren
rund um Garmisch-Partenkirchen. Mehr un-
ter www.davplus.de/wanderexpress
- *Skitouren mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Großraum
Innsbruck, Tiroler Oberland und Tiroler Unterland*
Gratis Broschüre & Download, jährliche Neuauflage
Josef Essl, Alpenverein Innsbruck 2014
- *Wanderführer Bayerische Alpen: Mit dem Zug in die Berge.
Unterwegs mit der MERIDIAN zwischen München, Rosenheim,
Salzburg und Kufstein.* Michael Kleemann, München 2014
- *Wandern mit dem MVV: Entspannt wandern mit Bus und Bahn.
München und Umgebung.*
MVV und BUND Naturschutz, München 2013
- *Wandern ohne Auto* (Serie des Alpenverein Südtirol)
Verschiedene Gebietsführer für Rosengarten/Latemar,
Gröden/ Schlerngebiet, Lana/Ulten/Deutschnonsberg,
Wipptal, Tschöggelberg, Obervinschgau. Alpenverein Südtirol,
Bozen 2010
- *Wandern und Bergsteigen mit öffentlichen Verkehrsmitteln
im Großraum Innsbruck.* Gratis Broschüre & Download, jähr-
liche Neuauflage. Josef Essl, Alpenverein Innsbruck 2014

ALLGEMEINE LITERATUREMPFEHLUNGEN

- *Erlebnis Pfeishütte. Ein Lesebuch aus dem Karwendel*
Winfried Schatz, Hermann Sonntag, Innsbruck 2013
- *Erlebnis Solsteinhaus. Ein Lesebuch aus dem Karwendel.*
Winfried Schatz, Innsbruck 2011
- *Großer Ahornboden. Eine Landschaft erzählt ihre Geschichte*
Hermann Sonntag, Franz Straubinger, Wattens 2014
- *Karwendel. Ein Bildband. Mit vielen Infos für Wanderer,
Bergsteiger und Kletterer.* Heinz Zak, Innsbruck 2014
- *Meine steinige Heimat. Berggeschichten aus Tirol*
Walter Klier, Innsbruck 2012
- *Wo die wilden Hunde wohnen. Klettergeschichten aus Tirol*
Walter Klier und Anette Köhler (Hg.), Innsbruck 2009

Impressum

HERAUSGEBER UND VERLEGER

Naturpark Karwendel

Unterer Stadtplatz 19, 6060 Hall in Tirol, Österreich

info@karwendel.org, www.karwendel.org

Autor: Franz Straubinger, Wolfratshausen

Gestaltung: Alexander Erler, Wattens

Druck: RWF, Volders

BILDNACHWEISE

M. Bechny, J. Essl, G. Haselwanter, A. Heufelder, S. Hoelscher,

R. Hofer, T. Lener, O. Leiner, S. Mair, S. Pilloni, A. Prechtl,

M. Schinner, H. Sonntag, F. Straubinger, P. Steinmüller,

E. Unterberger, T. Weichselfelder, S. Wolf, Archiv Naturpark

Karwendel

HINWEIS

Die Auswahl der Wanderungen/Bergtouren und die Erstellung dieser Broschüre erfolgte sorgfältig und nach bestem Wissen und Gewissen des Autors. Dennoch kann für die Richtigkeit der Angaben keine Haftung übernommen werden. Die Verantwortung für die Tourenausswahl trifft der/die BergsteigerIn selbst und das Wandern/Bergsteigen im alpinen Gelände erfolgt auf eigene Gefahr. Eine Haftung für Schäden ist deshalb ausgeschlossen. Für Hinweise und Anregungen ist der Naturpark Karwendel jederzeit dankbar. Bitte richten Sie diese an: Naturpark Karwendel, Unterer Stadtplatz 19, 6060 Hall in Tirol, info@karwendel.org.

