

# tourentipps + + + tourentipps + + + tourentipps

**ab München** 1,5 Std.  
**Bus & Bahn** Bahn nach Garmisch-Partenkirchen  
**Talort** Garmisch-Partenkirchen, 708 m  
**Schwierigkeit** UIAA bis III-, Klettersteigpassagen bis C/D  
**Kondition** sehr groß  
**Anforderung** ungesicherte, ausgesetzte Passagen im II. Grad; unterwegs kein Wasser verfügbar  
**Ausrüstung** kompl. Klettersteigausrüstung, Helm, Stirnlampe, ausreichend Getränke  
**Dauer** Zugspitzgipfel–Osterfelderbahn 7–10 Std.  
**Höhendifferenz** ↗ ca. 600 Hm, ↘ ca. 1200 Hm



## Ein langer Tag an Deutschlands höchstem Berg

### Der Jubiläumsgrat zwischen Zugspitze und Alpspitze

*Für erfahrene Alpinisten ist der „Jubiläumsweg“ seit über 100 Jahren ein begehrtes Ziel. Er ist kein Klettersteig, sondern fordert seilfreies Klettern im Iler-Gelände.*

**Ausgangspunkt:** Bergstation der Zugspitzbahnen

**Stützpunkt:** Münchner Haus, 2959 m. Bew. Anf. Mai bis Mitte Okt., Tel. 08821/29 01 – [www.muenchner-haus.de](http://www.muenchner-haus.de)

**Karte:** AV-Karte 4/2 „Wetterstein – Mieminger Gebirge, Mitte“ 1:25 000

**Weg:** Mit dem Verlassen der Aussichtsplattform der Bergstation betreten wir hochalpines Gelände und folgen dem anfangs leichten Grat, um die ersten ernstesten Kletterstellen im Abstieg zur Scharte vor der Inneren Höllental Spitze zu meistern. Sie wird nicht direkt erklertet, sondern nach einem kurzen Abstieg in die Südseite erreicht. Fortan verläuft die Kletterei an Drahtseilen gesichert über die Innere Höllental Spitze hinweg (Notabstieg zur Knorrhütte möglich) zur Mittleren Höllental Spitze. Kurz nach deren Überschreitung wird die Biwakschachtel „Höllentalgrathütte“ passiert. Weiter geht es dann über die Äußere Höllental Spitze und die Vollkarspitze, die seit einem Bergsturz die Schlüsselstelle beinhaltet, Richtung Hochblassen. Der Hochblassen



wird auf seiner Westseite umgangen; es folgt der Abstieg zur Grieskarscharte. Hier setzt der Südgrat der Alpspitze an, die letzten 500 m Gratstrecke liegen vor uns. Vom Gipfel der Alpspitze geht es sehr „eisenhaltig“ hinunter zur Alpspitzbahn zum verdienten Kaffee und Kuchen. Fahrzeiten der Osterfelderbahn beachten!

**Tipp:** Der winterliche Jubiläumsgrat bietet im Vergleich zum Sommer ein noch stärkeres Erlebnis und kann bei guten Bedingungen, vorhandener Spur und entsprechender Kondition durchaus an einem Tag bewältigt werden. Ob Sommer oder Winter: Es empfiehlt sich, einen Bergführer zu engagieren.

alpinwelt-Ausrüstungsliste: [www.alpenvereinstouren.de/ausruestungsliste](http://www.alpenvereinstouren.de/ausruestungsliste)

## NIEDRIGES GEWICHT, HOHE FUNKTIONALITÄT



€ 359,95

### THIN AIR JACKET

Leichte, außergewöhnlich atmungsaktive und robuste Alpinjacke aus dem sehr wasserdichten Wetterschutzmaterial TEXAPORE O<sub>3</sub> TASGRID 3L. Schultern, Ärmelseiten und Hüftgurtpartie sind mit abriebfestem TEXAPORE O<sub>2</sub> NAILHEAD 3L verstärkt. Zur umfassenden Ausstattung der Kapuzenjacke gehören Unterarmreißverschlüsse für die Belüftung, 6 Taschen und wasserabweisende Reißverschlüsse. | Material: 100 % Polyamid und 100 % Polyurethan | Größen: S-XXL  
 Farbe: tango red

€ 159,95

### ATMOSPHERE SHELL JACKET

Äußerst leichte, alpine Kapuzenjacke aus dem wasserdichten, sehr atmungsaktiven Wetterschutzmaterial TEXAPORE TASLITE 2,5L. Zur Ausstattung gehören zwei Brusttaschen, eine Innentasche sowie wasserabweisende Reißverschlüsse. Material: 100 % Polyamid  
 Größen: XS-XXL | Farbe: phantom

€ 59,95

b

### ATMOSPHERE FULL-ZIP MEN

Superleichte, klein verpackbare Fleecejacke aus dem Mikrofleece NANUK MICRO SL. Sie ist mit einer Brusttasche ausgestattet. Material: 100 % Polyester  
 Größen: S-XXL  
 Farben: a phantom, b titanium

BEKLEIDUNG  
 SCHUHE  
 AUSTRÜSTUNG



DRAUSSEN ZU HAUSE

Tal 34 · 80331 München  
 Tel.: 089 22801684 · Fax: 089 22801685  
[store.muenchen@jack-wolfskin.com](mailto:store.muenchen@jack-wolfskin.com)  
 Mo-Fr: 10.00-19.30 Uhr · Sa: 10.00-18.00 Uhr  
[www.jack-wolfskin.com](http://www.jack-wolfskin.com)

Jack  
 Wolfskin  
 -STORE-

\* unverbindliche Preisempfehlung.

# tourentipps + + + tourentipps + + + tourentipps

## Nix für Gwamperte

### Die Kampenwand-Überschreitung, 1664 m

Ein Muss für Münchner (und Oberländer) Alpinisten: die urgemütliche Kampenwandhütte („Münchner Haus“), klassische Kletterei und wahlweise Chiemsee- oder Kaiserblick!

**Ausgangspunkt:** Brotzeitplatz am Fuß des Westgipfels, 10 Min. von der Kampenwandhütte

**Stützpunkte:** Kampenwandhütte (in manchen Karten „Münchner Haus“), 1550 m, SV-Hütte der Sektion München – [www.kampenwandhuette.de](http://www.kampenwandhuette.de); Steinlingalm, 1467 m. Bew. Anf. Mai bis Ende Okt. u. 25. Dez. bis Ende März, Tel. 08052/29 62 – [www.steinlingalm.de](http://www.steinlingalm.de); Sonnenalm, 1470 m (hinter der Seilbahn-Bergstation). Ganzj. bew. außer Seilbahn-Revisionszeiten, Tel. 08052/44 11 – [www.kampenwand.de](http://www.kampenwand.de)

**Führer:** Lochner, Bayerische Voralpen, 3. Aufl. 2008 (Lochner-Verlag)

**Zustieg:** Vom Brotzeitplatz nach links zwischen zwei Felsblöcken hindurch auf die Nordseite wechseln und über den Steilaufschwung (deutliche Begehungsspuren) zum Westgipfel und absteigend zum Fuß des Gmelchturms (II und Gehgelände). Durch die Nordverschneidung auf diesen empor (III+) und über die Ostkante abklettern (III) zum Teufelsturm. Diesen durch die Nordverschneidung (III+) erklimmen und wiederum nach Osten abklettern und auf Steigspuren in die



Schlucht zwischen Teufelsturm und Hauptgipfel. Dessen Nordwestverschneidung verlangt noch einmal Nerven (IV+, Schlüsselstelle), bevor man immer dem Ostgrat folgend (II und I) schließlich in die Schlechinger Scharre gelangt, wo die eigentliche Überschreitung endet. Nun entweder gleich durch Latschen und über Wiesen zurück zum Panoramaweg, oder zur Vervollständigung jenseits auf markiertem Steig (Drahtseilsicherung) durch die Kaisersäle weiter auf den Ostgipfel mit dem großen Chiemgaukreuz.

**Variante:** Schwierigere Routen direkt von der Westseite auf den Westgipfel: *Torweg* (IV-) oder *Hansenriss* (IV), durch den Kletterer und Rucksack einzeln müssen!

**ab München** 1 Std.  
**Bus & Bahn** Bahn nach Aschau, RVO-Bus nach Hohenaschau  
**Talort** Hohenaschau, 696 m  
**Schwierigkeit** UIAA IV+ (eine Stelle), sonst II–III+  
**Kondition** mittel  
**Anforderung** Alle wichtigen Bohrhaken/Ringe vorhanden, viele Möglichkeiten für Köpferl- u. Sanduhrschlingen  
**Ausrüstung** komplette Alpinkletterausrüstung mit Helm  
**Dauer** insges. 4 Std.  
**Höhendifferenz** Kletterei ca. ↗ 170 Hm ↘ 130 Hm



Text & Foto: Frank Martin Stelzer

\* alpinwelt-Schwierigkeitsbewertungen: [www.alpenvereinstouren.de/schwierigkeitsbewertung](http://www.alpenvereinstouren.de/schwierigkeitsbewertung)

**ab München** 1,5 Std.  
**Bus & Bahn** Bahn nach Prien, Bus über Reit im Winkl nach Seegatterl  
**Talort** Reit im Winkl, 696 m  
**Schwierigkeit\*** Skitour leicht  
**Kondition** mittel  
**Ausrüstung** kompl. Skitourenausrüstung mit LVS-Gerät, Schaufel, Sonde  
**Dauer** ↗ 3,5 Std.  
**Höhendifferenz** ↗ 900 Hm  
**Tipp** Für die Zwischenauffahrt mit der Seilbahn gibt es speziell für Tourengerher einen Sonderpreis



Text & Foto: Siegfried Garmweiner

## Auf einen wiedergewonnenen Tourengipfel

### Dürnbachhorn, 1775 m und Wildalpbachhorn, 1736 m

Das Dürnbachhorn war aufgrund des Lifts am Dürnbachcheck zwischenzeitlich kein Skitoureziel mehr. Nun wurde der Liftbetrieb eingestellt – die Tourengerher kehren zurück!

**Ausgangspunkt:** Seegatterl, 764 m

**Stützpunkte:** Winklmoosalm und Winklmooshütte (in manchen Karten auch als „Münchner Hütte“ bezeichnet), 1160 m, SV-Hütten der Sektionen Oberland und München – [www.winklmoosalmhuette.de](http://www.winklmoosalmhuette.de)

**Karte/Führer:** AV-Karte BY 18 „Chiemgauer Alpen Mitte“ 1:25 000; Garnweidner, Großer Skitourenatlas Bayerische Alpen – Nordtirol (Kompass)

**Weg:** Vom Parkplatz Seegatterl auf einem Fahrweg bis zur Aufstiegsloipe im Dürnbachgraben. Von dort nur bei sehr guten Verhältnissen auf dem Sommerweg durch den Dürnbachgraben aufsteigen, sonst auf der weiter nördlich verlaufenden, präparierten Aufstiegsloipe. Rund 200 m nach der Vereinigung der Aufstiegsvarianten zweigt die Aufstiegsroute links ab und führt zu einer Wegkreuzung bei der Kohlstatt. Hier geradeaus weiter in die Hänge der Dürnbachalm. An den Almhütten links vorbei und unter der Lemberschneid rechts in einen deutlich steileren Hang hinein. Über ihn links abdrehend in Kehren stramm hinauf und auf das Dürnbachcheck zuhalten. Vor der alten Seilbahnstation links herum auf den

Gipfelrücken. In sicherem Abstand zum Abbruch auf ihm steil zum Kreuz hinauf. Wenn es die Wechtersituation zulässt, kann man vom Kreuz über den Gipfelkamm bis zum Wildalpbachhorn hinüberspuren.

**Abfahrt:** Vom Dürnbachhorn über rassistige Hänge östlich an der Dürnbachalm vorbei. Unter den Almgebäuden zweigt nach links ein Fahrweg ab, der gelegentlich als Rodelbahn präpariert wird. Auf ihm zur Winklmoosalm hinaus. Dort sind ein paar Asphaltstraßen zu queren, ehe man die Brettl zur Seilbahn auf der Rossweide schiebt. Nach der Seilbahnauffahrt geht es auf breiter Pistenaufbahn in sehr geringem Gefälle gegen Nordwesten zum Fahrweg hinunter, der die restlichen 3,5 km flach nach Seegatterl hinausführt.



Globetrotter Ausrüstung präsentiert:

BANFF MOUNTAIN FILM FESTIVAL WORLD TOUR 2010

Ermäßigte Tickets für DAV-Mitglieder.

**München:** 26.02. und 27.02.10, Neues Forum am deutschen Museum.  
**Kempten:** 02.03.10, Kornhaus.  
**Augsburg:** 12.03.10, Cinemaxx.  
**Rosenheim:** 19.03.10, Ballhaus.

**Beginn:** jeweils 20:00 Uhr.  
 Weitere Informationen und Termine unter [www.banffmountainfilm.de](http://www.banffmountainfilm.de)



JETZT GRATIS ANFORDERN:



## DAS NEUE HANDBUCH 2010.

25.000 Ausrüstungsideen auf über 730 Seiten für Ihre Outdoor- und Reiseträume.

☎ 040 / 679 66 179

📄 [www.globetrotter.de](http://www.globetrotter.de)

Träume leben.

**Globetrotter.de**  
Ausrüstung

## Ostalpiner Klassiker

### Anspruchsvolle Skihochtour auf die Ötztaler Wildspitze, 3770 m

Der zweithöchste Gipfel Österreichs kann vom Taschachhaus – der neuen „Münchner“ Hütte – auf hochalpinen Route bestiegen werden. Hinterher winkt eine wenig bekannte Abfahrt.

**Ausgangspunkt:** Mandarfen oder Mittelberg im Pitztal, 1740 m

**Stützpunkt:** Taschachhaus (Winterhütte), 2434 m; bew. Anf. Juni bis Mitte Okt.; außerhalb der Bewirtschaftungszeiten ist die komfortabel ausgestattete Winterhütte ohne AV-Schlüssel zugänglich; Tel. 0043/664/138 44 65 – [www.taschachhaus.com](http://www.taschachhaus.com)

**Karte:** AV-Karte 30/6 „Ötztaler Alpen – Wildspitze“ (Skirouten) 1:25 000

**Zustieg:** Von Mandarfen oder Mittelberg (Talstation der Gletscherbahn) in westlicher Richtung zur Taschachalm (1796 m) und weiter in Südwestrichtung in das Taschachtal. Achtung: Das Taschachtal ist bei erheblicher Lawinengefahr nicht begeh- und befahrbar – insbesondere ist im Frühling auf den tageszeitlichen Anstieg der Lawinengefahr zu achten.

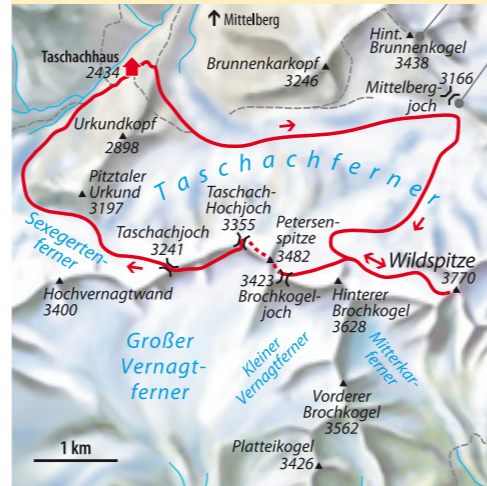
**Weg:** Vom Taschachhaus fährt man in östlicher Richtung hinunter zum Moränenrücken des Taschachferners. Dort wird aufgefellt und den Urkundkopf querend auf das erste Plateau des Gletschers aufgestiegen. (Der Urkundkopf sollte aufgrund der Lawinengefahr nicht zu hoch gequert werden – gegebenenfalls macht die Abfahrt bis in den Talboden des Taschachtals Sinn.) Spätestens ab hier sollte man wegen der Spaltensturzgefahr anseilen. Man folgt dem Taschachferner in östlicher Richtung und umgeht ab ca. 2700 m nördlich eine große Spaltenzone. Weiter geht es bis unter das Mittelbergjoch, wo man auf die zumeist vorhandene Aufstiegsspur vom Gletscherskigebiet trifft. In einer nach Westen ausholenden Schleife geht man unter dem Hinteren Brochkogel vorbei. Ab einer Höhe von 3500 m steilt das Gelän-



de nochmals auf, bis auf einer Höhe von ca. 3670 m das Skidepot erreicht wird. Über den Südgrat geht es mit angeschnallten Steigeisen (Schwindelfreiheit und sicheres Steigeisengehen vorausgesetzt) auf den Gipfel. Bei sicheren Verhältnissen nimmt manch ein exzellenter Skifahrer die Ski mit zum Gipfel und fährt die Westflanke zwischen Haupt- und Nordgipfel ab (ca. 45 Grad).

**Abfahrt:** Vom Skidepot fährt man in den flachen Boden des Taschachferners möglichst hoch in Richtung Brochkogeljoch (3423 m). Zwischen diesem und dem Taschach-Hochjoch (3355 m) muss die einfachste und sicherste Abfahrtsvariante auf das Becken des Vernagtferners gesucht werden (diese variiert je nach Schneeverhältnissen). Das Becken wird hinüber zum Taschachjoch (3241 m) gequert; dann geht es hinunter über den grandiosen Ausläufer des Sexegertenferners zum Urkundssattel und weiter in westlicher Richtung in den Talboden. Mit geringem Gegenanstieg geht es zurück zum Taschachhaus.

**ab München** 3 Stunden  
**Bus & Bahn** Bahn bis Innsbruck und evtl. Umsteigen bis Imst; weiter mit dem Bus bis St. Leonhard/Mittelberg  
**Talort** St. Leonhard im Pitztal, 1366 m  
**Schwierigkeit\*** Skihochtour schwer  
**Kondition** groß  
**Anforderung** Spaltengefahr am Taschach- und Sexegertenferner; das Taschachtal sollte bei erheblicher Lawinengefahr gemieden werden; im Frühling tageszeitlichen Anstieg der Lawinengefahr im Taschachtal beachten!  
**Ausrüstung** kompl. Skihochtourenausrüstung inkl. Steigeisen, LVS-Gerät, Sonde, Schaufel  
**Dauer** 4 Std.  
**Höhendifferenz** 2150 Hm



Text & Foto: Christoph Eder

Bergwetter: [www.alpenverein-muenchen-oberland.de/alpenwetter](http://www.alpenverein-muenchen-oberland.de/alpenwetter)

## Das ideale Geschenk für Bergfreunde

### Ein Hüttengutschein

Schenken Sie Ihren Freunden etwas Außergewöhnliches! Einen Gutschein für eine Übernachtung inklusive Abendessen und Frühstück auf einer von 16 bewirtschafteten Alpenvereinshütten – da ist für jeden Geschmack genau das Richtige dabei. Der „Hüttengutschein“ kostet € 34,-, ist für eine Person gültig, kann übertragen werden und ist drei Jahre ab Ausstellung gültig. Das ideale Geschenk für Weihnachten, Geburtstag, Valentinstag ... oder für Sie Selbst!

**Infos & Bestellung:**  
 DAV-Sektion München, Bayerstr. 21, 80335 München,  
 Tel. 089/55 17 00-0, Fax 089/55 17 00-99, [service@alpenverein-muenchen.de](mailto:service@alpenverein-muenchen.de)  
 oder [www.huettengutschein.de](http://www.huettengutschein.de)



**ab München** 3,5 Std.  
**Bus & Bahn** Bahn über Brenner nach Lienz, Bus nach Matrei und weiter nach Hinterbichl im Virgental  
**Talort** Prägeraten im Virgental, 1309 m  
**Schwierigkeit\*** Skihochtour mittelschwer  
**Kondition** groß  
**Anforderung** Spaltengefahr, für die Tour anseilen  
**Ausrüstung** kompl. Skihochtourenausrüstung mit LVS-Gerät, Schaufel, Sonde  
**Dauer** 2 Std., Gipfel 5 Std.  
**Höhendifferenz** 2150 Hm



\* alpinwelt-Schwierigkeitsbewertungen: [www.alpenvereinstouren.de/schwierigkeitsbewertung](http://www.alpenvereinstouren.de/schwierigkeitsbewertung)

## Auf Ski zur „weltalten Majestät“

### Von der Johannishütte auf den Großvenediger, 3666 m

Traumziel vieler Bergsteiger und eine Skihochtour mit Superlativen: von einer der ältesten Hütten der Ostalpen auf den vierthöchsten Berg Österreichs.

**Ausgangspunkt:** Parkplatz Wiesenkreuz im Dorfertal, 1484 m, Zufahrt von Hinterbichl

**Stützpunkt:** Johannishütte, 2121 m. Bew. Mitte März bis Anfang Mai, Tel. 0043/4877/5150 (Hütte), 0043/4877/5387 (Tal) – [www.johannishuette.at](http://www.johannishuette.at)

**Karte:** AV-Karte 36 „Venedigergruppe“ 1:25 000

**Hüttenanstieg:** Vom Parkplatz folgt man dem Fahrweg ins Dorfertal zum Gumpackkreuz und weiter zur Johannishütte (2121 m).

**Weg:** Von der Johannishütte folgt man entweder dem Tal des Zettalunitzbachs nach Nordosten, schwenkt bei einer Höhe von 2500 m nach links und steigt zum Defreggerhaus hinauf – oder man quert hinter der Johannishütte einen Bachgraben, geht kurz steil bergauf und hält sich, rechts an der Talstation der Materialseilbahn vorbei, in Nordostrichtung. Unterhalb des Mullwitzköpfls quert man einen steilen Osthang (bei Neuschnee Vorsicht!) und erreicht in einigen Spitzkehren schließlich ebenfalls das Defreggerhaus. Die weitere Route verläuft nach Norden über den Rücken des Mullwitzadlers zum Rainer-



kees. Über den Gletscher gelangt man zuerst flach in den Kessel unterhalb des Rainerhorns und in Kehren hinauf zum Rainertörl, 3422 m. Dort hält man nordwestlich wiederum flach auf den Gipfelhang des Großvenedigers zu und steigt über ihn nun steiler zum schmalen Grat hinauf, der zum Gipfel führt. Die Abfahrt erfolgt entlang der Aufstiegsspur. Eine Abfahrtsvariante für geübte Skifahrer verläuft östlich am Hohen Adler vorbei – dort hält man sich wegen der Spaltengefahr rechts – über das Rainerkees und steile Hänge ins Dorfertal und zurück zur Hütte.

**Variante:** Lohnend ist das sog. „Gletscherdach“, die Überschreitung von Rainerhorn (3560 m), Schwarzer Wand (3511 m) und Hohem Zaun (3457 m) zur Kristallwand (3329 m) mit anschließender Abfahrt durch das Zettalunitztal.

## TOURENSKISTIEFEL SIND UNSERE STÄRKE!



**Conradpreis**  
~~\*369,-~~  
**€ 199,-**  
**Lowa Degrees Auslauf**  
 Struktura Innenschuh, Schale und Manschette aus transparentem Polyether. 3 Ratschenschellen, durchgehende Schalen-Zunge mittlere Breite.  
 Gewicht: ca. 2050g (Gr. 8,5). Größen 7-9.



**Conradpreis**  
~~\*399,-~~  
**€ 359,-**  
**Dynafit Zero 4 U MF**  
 Abfahrtsorientierter Tourenstiefel mit Schnür-Innenschuh und Quick-step-in-Einstiegschiffen für die Dynafitbindung.  
 Gewicht: ca. 1860g (Gr. 27). Größen 26-29,5.



**Conradpreis**  
~~\*399,-~~  
**€ 369,-**  
**Dynafit Zero 4 U TF**  
 Der Zero 4 U TF ist für abfahrtsorientierte Skifahrerinnen, aber auch für lange Distanzen im Aufstieg. Mit anpassbarem Thermoflex Innenschuh und Quick-step-in-Einstiegschiffen für die Dynafitbindung.  
 Gewicht: ca. 1555g (Gr. 25,5). Größen 23-27.



**Conradpreis**  
~~\*449,-~~  
**€ 419,-**  
**Dynafit Gaia TF-X**  
 Der leistungsstärkste Damen Freeride Touring Schuh. Besitzt die gleichen Merkmale wie der Zeus hat einen weiblichen Wadenbeins angepasst ist.  
 Gewicht: ca. 1710g (Gr. 25,5). Größen 23,5-27.



**Conradpreis**  
~~\*469,-~~  
**€ 399,-**  
**Scarpa Diva Lady**  
 Neuer Damen-4Schnaller mit sehr guten Abfahrtsseigenschaften. Angenehmes Gewicht durch die leichte Pebaxschale. Verschiedene Vorlagepositionen, zwei unterschiedlich harte, einfach austauschbare Zungen für Tour oder Freeride.  
 Gewicht: ca. 1560g (Gr. 25). Größen 23-27.



**Conradpreis**  
~~\*649,-~~  
**€ 399,-**  
**Scarpa Spirit 4**  
 Hochwertiger 4-Schnaller mit ausgezeichnetem Verhältnis zwischen Abfahrtsperformance und Aufstiegskomfort! Einfach austauschbare Wechselschellen für Tour oder Freeride. Hochwertige Pebaxschale, robust, komfortabler Cordura-Innenschuh.  
 Gewicht: ca. 1870g (Gr. 27). Größen 26-31.



**Conradpreis**  
~~\*495,-~~  
**€ 299,-**  
**Garmont Endorphin G-Fit**  
 Der Endorphin ist die 1. Wahl für den Freerider/Varianteur. Kompakter Sitz, harte Schale und 4 Schnallen sprechen eher den sportlichen Abfahrer an. Mit Isonorm-Alpine- und Tourensohlen und anpassbarem Thermoflex Innenschuh.  
 Gewicht: ca. 2050g (Gr.27). Größen 25-30,5



**Conradpreis**  
~~\*455,-~~  
**€ 299,-**  
**Garmont Adrenalin G-Fit**  
 Eine Stufe weicher als der Endorphin hat der Schuh gute Abfahrtsseigenschaften ist aber auf Grund der angenehmeren Aufstiegsseigenschaften universeller einsetzbar. Mit anpassbarem Thermoflex Innenschuh und wechselbarer Sohle.  
 Gewicht: ca. 1900g (Gr.27,5). Größen 25-30.

Weitere Skitouren- und Freeride-Setangebote unter:  
[www.sport-conrad.com](http://www.sport-conrad.com)

Bestellungen bitte an Sport Conrad,  
 Bahnhofstrasse 20, 82377 Penzberg  
 Bestell-Tel. 08856.81133 Bestell-Fax 08856.81115  
 Mail: [info@sport-conrad.de](mailto:info@sport-conrad.de)

WIR RÜSTEN SIE AUS



82377 Penzberg  
 Bahnhofstraße 20  
 82418 Murnau  
 Obermarkt 18  
 82407 Wielenbach  
 Blumenstraße 35  
 82467 Garmisch-Partenkirchen  
 ChamoniXstraße 3-9

## Eine Skitour für (fast) alle Fälle

Aus dem Spertental auf den Schwarzkogel, 2030 m

Die richtige Einsteigertour, um auf den Geschmack zu kommen: zum Eingehen eine Piste, zum Schwingen weitläufiges Almgelände und zum Genießen ein Gipfel mit Aussicht.

**Ausgangspunkt:** Übungsskilift in Aschau, 1013 m  
**Stützpunkt:** Oberlandhütte, 1014 m, am Ortsrand von Aschau (Zufahrt mit Pkw möglich). Ganzjährig geöffnet, außer im November und nach Ostern, Tel. 0043/5357/81 13 – [www.oberlandhuette.at](http://www.oberlandhuette.at)

**Karte/Führer:** AV-Karte 34/2 „Kitzbüheler Alpen“ 1:50 000; Brandl/Hirtreiter, Skitourenführer Kitzbüheler Alpen (Rother)

**Weg:** Die Route führt im unteren Teil über eine Skipiste: Man steigt links des kurzen Aschauer Skilifts bergauf und folgt der Skiabfahrt, die vom Pengelstein herunterkommt, ca. 45 Min. aufwärts, zuletzt durch eine steilere Waldschneise. Ab ca. 1300 m ist der Anstieg für Tourengeher markiert. Man kreuzt eine Forststraße und kommt über einen Rücken ansteigend zu einer Fahrweg-Verzweigung. Auf dem oberen Weg geht man nach rechts und gelangt schließlich in einem weiten Linksbogen auf einen Geländevorsprung mit einem Kreuz und den Hütten der Kleinmoosalm, 1624 m. Man hält sich weiter Richtung Osten und umgeht links eine felsige Erhebung. Vor der verfallenen Oberen Kleinmoosalm wendet man



sich nach rechts in eine weite Mulde. Dort geht es wieder ostwärts steiler zum Vorgipfel hinauf und über den breiten, oft verblasenen Kamm zum Gipfel. Die Abfahrt erfolgt entlang der Aufstiegsspur.

**Variante:** Bei sicheren Schneeverhältnissen bietet sich die Südwestabfahrt an: Dazu kehrt man auf den Gipfelgrat zurück und schwingt noch vor dem Vorgipfel links in die freien Hänge. Die Kloo-Hochalm lässt man rechts liegen und fährt über steile bewaldete Hänge in den Oberen Grund ab. Engstellen im Wald erfordern etwas skifahrerisches Geschick. Auf dem Fahrweg geht es talauswärts und schließlich rechts ab zur Oberlandhütte und nach Aschau.

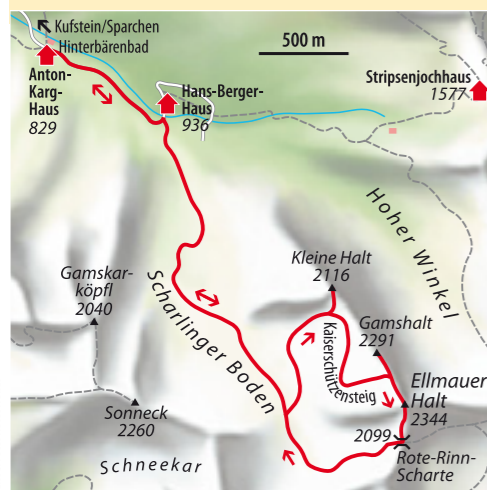
**ab München** 1,5–2 Std.  
**Bus & Bahn** Bahn über Kufstein und Wörgl nach Kirchberg, Bus nach Aschau  
**Talort** Aschau im Spertental, 1013 m  
**Schwierigkeit\*** Skitour leicht  
**Kondition** mittel  
**Anforderung** auf der Normalroute geringe Lawinengefahr, bei ungünstigen Verhältnissen ist am Nordosthang des Vorgipfels Vorsicht geboten  
**Ausrüstung** Skitourenausrüstung mit LVS, Sonde, Schaufel  
**Dauer** ≈ 3 Std.  
**Höhendifferenz** ≈ 1020 Hm



Text & Foto: Franziska Baumann

\* alpinwelt-Schwierigkeitsbewertungen: [www.alpenvereinstouren.de/schwierigkeitsbewertung](http://www.alpenvereinstouren.de/schwierigkeitsbewertung)

**ab München** 1,5 Std.  
**Bus & Bahn** Bahn bis Kufstein, Bus zum Kaisertaleingang Kufstein-Sparchen, 496 m  
**Talort** Kufstein-Sparchen, 496 m  
**Schwierigkeit\*** Bergtour/Klettersteig mittelschwer (bis C)  
**Kondition** groß  
**Anforderung** Erfahrung im ungesicherten Schrofengelände und an ausgesetzten Klettersteigpassagen; bei Schneelage/Vereisung gefährlich  
**Ausrüstung** kompl. Klettersteigausrüstung inkl. Helm  
**Dauer** insgesamt 14 Std.  
**Höhendifferenz** ≈ 1860 Hm



Text & Foto: Horst Höfler

## Der Kaiserschützensteig

Aus dem Kaisertal zur Ellmauer Halt

Auch wenn es am Gamskarköpfel mittlerweile den „Kufsteiner Klettersteig“ gibt: Der 1986 installierte „Kaiserschützensteig“ ist nach wie vor beliebt.

**Ausgangspunkt:** Kaisertaleingang  
**Stützpunkte:** Anton-Karg-Haus (Hinterbärenbad), 829 m. Bew. Anf. Mai bis Mitte Okt., Tel./Fax 0043/5372/625 78 – [www.hinterbaerenbad.at](http://www.hinterbaerenbad.at); Kaisertalhaus (Hans-Berger-Haus), 936 m. Bew. Mitte Mai bis Mitte Okt., Tel. 0043/5372/625 75 – [www.bergsteigerschule.at](http://www.bergsteigerschule.at)

**Karte/Führer:** AV-Karte 8 „Kaisergerbirge“ 1:25 000; Höfler/Piepenstock, AV-Führer Kaisergerbirge alpin (Rother)

**Route:** Das Anton-Karg-Haus wie auch das Kaisertalhaus können vom Kaisertaleingang in ca. 2 Std. erreicht werden. Von dort geht es steil hinauf zum Oberen Scharlinger Boden (2,25 bzw. 2 Std. ab den Hütten), wo man den Hinweisen „Kaiserschützensteig“ folgt. Gesichert steigt man über die „Haltplatte“ (Abstiegstelle) und in der „Grünen Rinne“ auf eine Schrofenspitze Richtung Kleine Halt empor, bis der „Kaiserschützensteig“ rechts abzweigt. Dieser führt über eine gesicherte Wasserrille, rechts und bald links an glattem Fels (Drahtseil) unter den Steilaufbau der Gamshalt hinauf und dann rechts über die eine kleine Geröllschlucht begrenzende Rippe



am Massiv weiter. Über eine begrünte Mulde zwischen Gams- und Ellmauer Halt gewinnt man den Verbindungsgrat und gelangt mit Drahtseilsicherungen zum Gipfel der Ellmauer Halt (2344 m, 5,5 Std.). Der Abstieg führt über den oberen „Gamsängersteig“ bis zum Abzweig nach W zur Rote-Rinn-Scharte (2099 m) hinab. Dort geht es an Drahtseilen westwärts, über Schrofen und Geröll nordwestlich durch eine seichte Rinne hinab, links des die Geröllreise teilenden Sporns an den Felsen des Kaiserkopfs (Sicherungen) abwärts und in den Oberen Scharlinger Boden, wo sich der Kreis schließt. Es folgt der Abstieg nach Hinterbärenbad (2,5 Std.).

**ab München** 1 Std.  
**Bus & Bahn** Bahn bis Kufstein, Bus zum Kaisertaleingang Kufstein-Sparchen, 496 m  
**Talort** Kufstein-Sparchen, 496 m  
**Schwierigkeit** Sportklettern zwischen UIAA III und IX  
**Kondition** gering  
**Ausrüstung** Sportkletterausrüstung (60-m-Seil), Helm, evtl. Keile  
**Dauer** Zustieg zur Vorderkaiserfeldenhütte 2,5 Std., dann noch 30 Min. zum Kletterteamwandl  
**Höhendifferenz** ≈ 1050 Hm  
**Tipp** Topos der Neuerschließungen sind auf der Hütte erhältlich



Text & Foto: Nils Schützenberger, Topo: Panilo Alpinering

## Feinster Fels auf Vorderkaiserfelden

Neu erschlossene Sportkletterrouten im Zahmen Kaiser

Die Wettkampfkader des Kletterteams München & Oberland eröffneten in mehreren Trainingslagern den schönsten Klettersektor weit und breit: das „Kletterteamwandl“.

**Ausgangspunkt:** Parkplatz an der Sparchenstiege, 496 m  
**Stützpunkt:** Vorderkaiserfeldenhütte, 1388 m. Ganzjährig geöffnet, Tel. 0043/5372/634 82 – [www.vorderkaiserfeldenhuette.at](http://www.vorderkaiserfeldenhuette.at)

**Karte/Führer:** AV-Karte 8 „Kaisergerbirge“ 1:25 000; Haberer/Stadler, Out of Rosenheim – Klettern und Bouldern in den Bayerischen Voralpen (Panico; enthält alle Routen bis 2008)

**Zustieg:** Über die 286 Stufen der Sparchenstiege zum Veitenhof hinauf. Dann geht's links ab und steil zur Rietzaualm hoch. Von dort dauert's nur noch eine halbe Stunde zur altehrwürdigen Vorderkaiserfeldenhütte. Weiter waagrecht am Hang entlang zur Hinterkaiserfeldenhütte und zur Steingrubenschneid mit der imposanten Kaiserzinne. Etwas rechts neben der Zinne befindet sich das Kletterteamwandl.

**Wandbeschreibung:** Das südwestseitig ausgerichtete Kletterteamwandl ist der schönste aller Sektoren auf Vorderkaiserfelden. Es wurde 2008 von den Wettkampfkadern des Kletterteams München & Oberland eröffnet. Fantastischer Fels – Platten, Wand und Überhänge – und ein herrlicher Blick auf den Wilden Kaiser und das Inntal lohnen einen Besuch über das Wochenende. Nach Regen trocknet das Kletterteamwandl schnell ab, spätestens wenn mittags die Sonne in die Wand scheint. Allerbeste Absicherung mit neuen Bohrhaken (Abstände max. 3 m) gewährleistet höchsten Klettergenuss. Einen Vier (UIAA) sollte man aber schon draufhaben, um genügend Betäti-



gung zu finden! 2009 ist auch noch das linke Kletterteamwandl dazugekommen, dessen Routen jedoch noch nicht alle freigegeben wurden (Topos auf der Hütte). Bei nicht zu starkem Regen kann oft auch in die anderen Sektoren der Steingrubenschneid ausgewichen werden (Almoachsen, Monsunreserve, Buschwerk), die später nass, aber auch später wieder trocken werden. Ideal ist ein Besuch an einem sonnigen Frühlings- oder Herbstwochenende, wenn es im Gebirge sonst zu kalt zum Klettern ist. Im Sommer ist Klettern an der Steingrubenschneid bei eher kühlem Wetter bis nachmittags sinnvoll. Spätestens um 16 Uhr kommen die letzten Routen in die Sonne, und dann empfiehlt es sich, auf der Hütte ein kühles Getränk zu genießen.

alle alpinwelt-Tourentipps: [www.alpenverein-muenchen-oberland.de/alpinwelt/tourentipps](http://www.alpenverein-muenchen-oberland.de/alpinwelt/tourentipps)

Orthopädie-Technik	Rehatechnik
Orthopädie-Schuhtechnik	Homecare
Sanitätshaus	Rücken- und Fußanalyse

## Die neue Freiheit beim Wandern

Für Geist und Seele wirkt es befreiend, für die Füße ist Wandern ziemlich anstrengend. Die Einlage **TRIactive®** hilft wirkungsvoll: sie stabilisiert, dämpft und entlastet die Füße. Für ein gesundes und vor allem längeres und schmerzfreies Laufen.

Übrigens: Sie finden bei uns auch noch viele andere, sportartspezifische Einlagen. Fragen Sie einfach danach.

Die Innovation von BAUERFEIND: Die Spezialeinlage TRIactive®

Wir gratulieren zum 10-jährigen Jubiläum!

**LAIM** Landsberger Str. 203-205  
**SOLLN** Sollner Str. 67  
**MOOSACH** Dachauer Str. 272  
 Telefon 089-517777-0

**Samberger**  
[www.samberger24.de](http://www.samberger24.de)

## Der steile Edelweißberg

Auf den Ostgipfel der Höfats, 2258 m

Die Höfats zählt zu den markantesten und eigenartigsten Bergen der Nordalpen. Berühmt ist sie nicht nur wegen ihrer Form, sondern auch wegen ihres Blumenreichtums.

**Ausgangspunkt:** Bahnhof Oberstdorf

**Einkehrmöglichkeiten:** Oytalhaus, 1006 m, Tel. 08322/803 81 – [www.oytalhaus.de](http://www.oytalhaus.de); Käseralpe, 1406 m

**Karte:** AV-Karte 2/1 „Allgäuer Alpen West“ 1:25 000

**Zufahrt:** Vom Bahnhof Oberstdorf Richtung Skischancen radeln, direkt vor dem Stadion rechts über eine kurze Steilstufe Richtung Oytalhaus. Den sonnigen Hang auf einem gut asphaltierten Sträßchen queren mit herrlichem Blick auf Fiderepaß, dann durch eine schöne Allee zum Oytalhaus. Taleinwärts weiter und über Holperstellen zur Gutenalpe und zum Prinzenkreuz. Ab hier steil bis sehr steil am Stuibenfall vorbei zur Alphochfläche mit Käseralpe. Dort Rad-Depot.

**Weg:** Von der Käseralpe steigt man auf markiertem Weg, zuletzt durch dichtes Erlengebüsch, zum Älpelesattel direkt am Fuß des Südsüdostgrates der Höfats. Von dort geht es auf einem guten Pfad durch die steile Flanke zu einem kleinen Nebengipfel hinauf, dann steiler bis zur exponierten Felspassage und weiter zum Gipfelkreuz. Der so erreichte Ostgipfel ist einer der vier fast gleich hohen Höfatsgipfel und bietet einen herrlichen



Panoramablick zu den umliegenden Bergen wie dem Schneck, dem Krottenkopf und der Mädelegabel. Auf dem steilen Aufstiegsweg geht es mit großer Vorsicht wieder hinab zur Käseralpe.

**Wissenswert:** Die Höfats ist für ihren Blumenreichtum bekannt und gilt mit ihren rund 400 Pflanzenarten als einer der artenreichsten Berge der gesamten Alpen. Besonders begehrt waren früher die in den bis zu 80 Grad steilen Flanken wachsenden Edelweisse, weswegen es häufig zu tödlichen Abstürzen kam.

**ab München** 2–2,5 Std.  
**Bus & Bahn** Bahn über Kempten nach Oberstdorf  
**Talort** Oberstdorf, 813 m  
**Schwierigkeit\*** MTB-Tour mittelschwer, Bergtour (I)  
**Kondition** groß  
**Anforderung** Trittsicherheit u. Schwindelfreiheit im ausgesetzten Steilgras und Felsgelände, bei Nässe gefährlich  
**Ausrüstung** kompl. Bergwandausrüstung, MTB mit Helm  
**Dauer** MTB insgesamt 2,5–3 Std.; Bergtour 4 Std.  
**Strecke** Oberstdorf–Käseralpe hin und zurück 26 km  
**Höhendifferenz** MTB ↗ 590 Hm; Bergtour ↗ 850 Hm



Text & Foto: Gabry Funk

## Münchner Alpenvereinswanderung

Eine Tour zu den Alpenvereins-Niederlassungen der Landeshauptstadt

Bei Lawinenwarnstufe 4 oder 5 sind gute Tourenziele rar. Wir empfehlen eine Wander- oder Radtour durch München, wo im Winter nur vereinzelt Gefahr durch Dachlawinen droht.

**Ausgangspunkt:** Bushaltestelle Waldhornstraße nahe der DAV-Bundesgeschäftsstelle

**Einkehr:** Hunderte von Kneipen und Gasthäusern unterwegs

**Karte:** Stadtplan München (z. B. von Falk)

**Weg:** Los geht's in der Von-Kahr-Straße 2–4 im Nordwesten Münchens, wo die Bundesgeschäftsstelle des DAV ihren Sitz hat. Im Anschluss wandert man immer südlich durch Wohngebiete in den Nymphenburger Park und zum Schloss. Nach dem schönen Spaziergang durch die Schlossanlagen hält man sich östlich und gelangt so – z. B. über Prinzen- und Winthirstraße – nach Neuhausen und zum Rotkreuzplatz. Weiter geht es über den Mittleren Ring und südöstlich zum Hauptbahnhof, wo die Servicestelle der Sektion München (Bayerstr. 21) donnerstags mit Leckereien von der Albert-Link-Hütte lockt. In der Servicestelle der Sektion Oberland (Tal 42), nach einem klassischen Innenstadtbummel, tut anschließend ein Heißgetränk gut. Über das Isartor und die Thierschstraße gelangt man an die Isar und zur Praterinsel mit dem Alpinen Museum. Nach diesem kulturellen



Höhepunkt geht es zum Maximilianeum und über den Wiener Platz zum JDAV-Stützpunkt Kriechbaumhof. Über die Metzstraße und den Weißenburger Platz verlässt man Haidhausen wieder und

wandert über die Franziskanerstraße in die Au hinab. An der Mariahilfkirche vorbei geht es über die Reichenbachbrücke und am westlichen Isarufer bis zum Flaucher. Ein kleiner Abstecher nach Westen führt zum DAV Kletterzentrum München in Thalkirchen. Zurück an der Isar, kann man noch den Tierpark entlangwandern, nach Harlaching hinaufsteigen und zur Geschäftsstelle des DAV Summit Clubs (Am Perlach Forst 186) gehen. Wer dann nicht noch bis zum Klettergarten Buchenhain weitermacht, lässt das Abenteuer bei der Busfahrt von der Au-tharstraße zurück in die Innenstadt ausklingen.

\* alpinwelt-Schwierigkeitsbewertungen: [www.alpinvereinstouren.de/schwierigkeitsbewertung](http://www.alpinvereinstouren.de/schwierigkeitsbewertung)

**ab München** 2 Std.  
**Bus & Bahn** Bahn bis Berchtesgaden/Salzburg, Bus bis Königssee, Schiff bis Salet Dorf Königssee, 604 m  
**Talort** Dorf Königssee, 604 m  
**Schwierigkeit\*** Bergwanderung mittelschwer/Bergtour (I)  
**Kondition** mittel  
**Anforderung** einzelne ausgesetzte, teils seilversicherte Passagen, Stellen I, bei Nässe heikel  
**Ausrüstung** kompl. Bergwandausrüstung  
**Dauer** ↗ 3–4 ↘ 2–3 Std. (Teufelshorn zusätzlich 4–5 Std.)  
**Höhendifferenz** ↗ 850 Hm (Teufelshorn zus. ↗ 950 Hm)



Text & Foto: Joachim Burghardt

## Enzian und Teufelshorn

Die Wasseralm in den Berchtesgadener Alpen

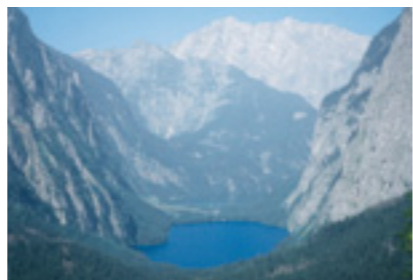
Pflücken sollte man den Enzian nicht – trinken darf man ihn. Zum Beispiel wenn der Hüttenwart der Wasseralm den nebenan gebrannten feinen Tropfen abends ausschenkt.

**Ausgangspunkt:** Anlegestelle Salet, 604 m

**Stützpunkt:** Wasseralm, 1416 m. AV-Selbstversorgerhütte, im Sommer bewartet. Tel. (Tal) 08652/22 07

**Karte/Führer:** AV-Karte 10/2 „Hochkönig – Hagengebirge“ 1:25 000; Kühnhauser, Alpenvereinsführer Berchtesgadener Alpen (Rother); Burghardt, Vergessene Pfade um den Königssee (Bruckmann)

**Weg:** Der Aufstieg zur Wasseralm führt von Salet zunächst zum stillen Obersee, den wir auf seiner Südseite umwandern. Von der Fischunkelalm verfolgen wir den Weg bis in den letzten Winkel des Tals und weiter über den unteren Teil der Röhthwand. Bei einer Wegverzweigung auf 940 Meter Höhe geht es rechts zum Röhthsteig weiter, der die Steilwand auf kühne Art überwindet. Der Röhthbachfall rechts davon ist übrigens Deutschlands höchster Wasserfall. Nach den ausgesetzten und mit Drahtseilen gesicherten Passagen folgen bald flachere Waldhänge, die früher intensiv zum Holzgewinn und für die Almwirtschaft genutzt wurden. Schließlich erreichen wir die idyllisch gelegene Wasseralm (1416 m), die nicht nur als gemütliche, im Sommer bewartete Selbstversorgerunterkunft und Enzian-Brennhütte, sondern auch als



Versammlungsplatz von Hirschen bekannt ist. Wem der Rückweg über die Röhthwand zu anspruchsvoll ist, kann auch auf dem Weg Nr. 416 in Richtung Landtal/Hochgschirr wandern und über den ebenfalls steilen, aber einfacheren Steig durch die Landtalwand zurück zum Obersee absteigen.

**Variante:** Die markanteste Erhebung im Umfeld der Wasseralm ist das Große Teufelshorn. Es kann auf einem markierten Pfad bestiegen werden, der durch ein besonders schönes und abgelegenes Gebiet des Nationalparks Berchtesgaden führt und dabei auch leichte Kletterstellen überwindet.

IST TREKKING WIRKLICH EINE FORM DER ENTSCHLEUNIGUNG? WARUM WIRD UNSER URBEDÜRFNIS NACH VERLANGSAMUNG IMMER STÄRKER? HALTEN SIE INNE UND ERLEBEN SIE MIT ASI ZEIT IN DER NATUR! VIEL ZEIT...

**AKTUELLE REISETIPPS**

NEPAL – ANNAPURNA UMRUNDUNG | 20 Tage ab € 2.290,-  
 NEPAL – MT. EVEREST BASE CAMP | 17 Tage ab € 2.390,-  
 DOLOMITEN DRUCHQUERUNG | 7 Tage € 755,-  
 TOUR DU MONTE ROSA | 7 Tage € 995,-

Katalogbestellung, Beratung und Buchung bei ASI Wirklich Reisen  
 +43 512 546 000 | [info@asi.at](mailto:info@asi.at) | [www.asi.at](http://www.asi.at)

## Isar, Berge, Inn

### Mit dem Rad von Mittenwald nach Kufstein

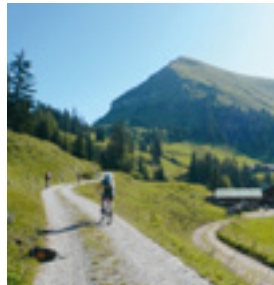
*Die Karwendel-Durchquerung mit dem Mountainbike ist eine beliebte Tour. Spannend ist es, im Anschluss noch die Brandenberger Alpen dranzuhängen und bis Kufstein zu fahren.*

**Ausgangspunkt:** Mittenwald, 923 m

**Stützpunkte:** Fereinalm/Krinner-Kofler-Hütte, 1394 m. Tel. 08823/55 84; Forsthaus Aquila, 919 m. Im Sommer bewirtschaftet, Di Ruhetag, Tel. 08042/26 01

**Route:** 1. Tag: Vom Bahnhof in Mittenwald der Beschilderung Isar-Radwanderweg folgen und die B2 unterqueren. Auf einer Forststraße geht es z. T. recht steil gut 400 Hm aufwärts zur Fereinalm. Die Übernachtung erfolgt in der neuen Krinner-Kofler-Hütte.

2. Tag: Rasante Abfahrt über 300 Hm in Richtung Hinterriß. Achtung nach starken Regenfällen! Die Durchquerung der Furt kann dann unmöglich werden! Nach kurzem Gegenanstieg gelangt man über die Vordersbachau abfahrend nach Hinterriß. Man folgt der Straße in die Eng etwa 10 km und fährt fast 600 Hm hinauf zum Plumsjoch. 500 Hm geht es sehr steil, z. T. sogar über schottrige Felsplatten hinunter. Kaum unten angekommen geht es auch schon wieder über die sehr steile, mittlerweile gut ausgebaute Straße hinauf in den Schleimsattel. Die 2 km nach der Mantschenalm haben es noch mal in sich. Hier können sich nur noch Experten



auf dem Radl halten. Doch dann lässt man's laufen. Das Bächental wird immer flacher, und bald ist das sehr gut bewirtschaftete Forsthaus Aquila erreicht.

3. Tag: Die Auffahrt zur Rotwandlalm führt auf gut angelegtem Forstweg bisweilen sehr aussichtsreich in den Sattel zwischen Juifen und Demeljoch. Es folgt die Abfahrt über 700 Hm hinunter ins Achental. Etwa 18 km lang ist der folgende Anstieg über 700 Hm zur Guffert-Hütte. Es schließt sich die lange Abfahrt ins Tal der Brandenberger Ache an. Gleich unterhalb der Kaiserklamm biegt man links ab und hat noch einmal 300 Hm Anstieg vor sich. Danach gemäß den Wegweisern nach Hinterthiersee und weiter bergab auf der Bundesstraße nach Kufstein.

<b>ab München</b>	1–1,5 Std.
<b>Bus &amp; Bahn</b>	Bahn bis Mittenwald, Rückfahrt ab Kufstein
<b>Talort</b>	Mittenwald, 923 m; Kufstein, 499 m
<b>Schwierigkeit*</b>	MTB-Tour mittelschwer, am 2. Tag schwer
<b>Kondition</b>	groß
<b>Anforderung</b>	lange Tour; am 2. Tag sehr steile Passagen
<b>Ausrüstung</b>	MTB, Sturzhelm
<b>Dauer</b>	1. Tag: 11 km, 2. Tag: 50 km, 3. Tag: 90 km
<b>Höhendifferenz</b>	1. Tag: ↗ 500 Hm, 2. Tag: ↗ 1600 Hm ↘ 2100 Hm, 3. Tag: ↗ 2000 Hm ↘ 2400 Hm



\* alpinwelt-Schwierigkeitsbewertungen: [www.alpinvereinstouren.de/schwierigkeitsbewertung](http://www.alpinvereinstouren.de/schwierigkeitsbewertung)

<b>ab München</b>	1 Std.
<b>Bus &amp; Bahn</b>	S8 nach Herrsching
<b>Talort</b>	Herrsching, 547 m; Breitbrunn, 564 m
<b>Schwierigkeit</b>	Talwanderung einfach
<b>Kondition</b>	gering; Pausen je nach Alter der Kinder
<b>Ausrüstung</b>	bequemes Schuhwerk, Verpflegung für die Kinder
<b>Strecke</b>	ca. 4 km
<b>Dauer</b>	je nach Pausen und Alter bis zu 5 Std.
<b>Besonderheiten</b>	Befahrung mit dem Kinderwagen kaum möglich; bei Hochwasser matschig oder überschwemmt



## Die Zapfenwichtel bekommen ein Haus!

### Von Herrsching/Lochschwab am Ammersee entlang nach Breitbrunn

*Für diese Wanderung sollte man mit Kindern ab vier Jahren bis zu fünf Stunden einplanen, weil große Bäume und der See viele Möglichkeiten zum Spielen und Bauen bieten.*

**Ausgangspunkt:** Herrsching-Lochschwab bei Anfahrt mit dem Auto; Bhf Herrsching bei Anfahrt mit der S-Bahn oder Benützung des Dampfers zur Rückfahrt

**Einkehrmöglichkeit:** Restaurant „Platzhirsch“ in Breitbrunn oberhalb des Dampferstegs (unter der Woche nur abends geöffnet); diverse Restaurants und Cafés in Herrsching

**Karte:** Umgebungskarte „Ammersee, Starnberger See und Umgebung“ 1:50 000

**Weg:** Etwa 300 m nach dem Ortsausgang Richtung Breitbrunn parkt man links im Wald auf einem kleinen Parkplatz mit Infotafel. Von hier aus führt der Pfad zum Ufer des Ammersees. Weiter geht es kurzzeitig auf Brettern. Bei Hochwasser oder nach starkem Regen ist es hier matschig. Bald wandern wir durch uralten Buchenwald. Hier sollen die Zapfenwichtel hausen. Wir finden eine Stockhütte, in die die Kinder neugierig krabbeln, aber es ist nichts zu finden. Die kleinen Wanderer stürmen über den schmalen Pfad, vorbei an Wurzeln und Moospolstern auf der Suche nach den Wichteln. Plötzlich hat jemand einen entdeckt. So klein sind sie! Vorsichtig wird er in der Hand getragen, und immer mehr Wichtelverstecke wer-

den aufgespürt.

Während der Pause sammeln die Kinder stapelweise Moos und bauen ein Wichtelhaus. Der Weg führt jetzt an einen versteckten Kiesstrand. Wäre es Sommer, könnten wir für die Wichtel ein Floß bauen oder selbst ins Wasser hüpfen. Bei der nächsten Pause klettern die Kinder in die Äste einer der majestätischen Buchen. Später drängen sich alle auf einen Baumstumpf. Da saust ein kleines, wuschliges Wesen über das Holz. Ein Wichtel? Nein, nur eine Maus! Der letzte Kilometer führt mit schönen Ausblicken direkt am Ammersee entlang. Da beginnt es zu regnen. Gut, dass die Fahrer schon gestartet sind, um die Autos zu holen. Am Parkplatz oberhalb des Dampferstegs fallen alle erschöpft und zufrieden in ihre Sitze.

