



Wirtshaushotel

ALPENROSE

Wandervorschläge



Inhaltsverzeichnis

Gardertal:	5
Kalk und Karst, Capanna Alpina-Fanes-Pederü	5
Mit Kindern unterwegs	5
Senes – Lé de Fosses	5
St. Vigil kennenlernen	5
Weiler-Rundgang	6
Wasserspiele: Kreidesee – Ciastlins	6
Frühe Tage Pederü-Fodara Vedla-Sass dia Para-Pederü	6
Im Reich der Tiere: St. Vigil-Fojedöra-Pragser Wildsee	6
Im Geleit des Mondes: Pederü-Fanes-Lé de Limo oder Fodara Vedla-Senes-Pederü ..	7
Bärenspuren Fanes-Conturines	7
St. Lorenzen:	7
Wanderweg nach Stefansdorf über den Bachwiesenhof	7
St. Lorenzen - Stadlerhof - Irenberg - Issinger Weiher	7
Onach - Wieseralm und Glittner Joch	8
Maria Saalen – Loach – Moosener Kaser	8
Bruneck Umgebung:	8
St. Georgen — Kofler — Sambock (2.396 m)	8
Bruneck — Aufhofen — Amaten (1.260 m) (auch als Mountainbiketour geeignet)	8
Bruneck — Wielental — Platten (1.413 m)	8
Reischach — Haidenberg — Reischach (1.345 m)	9
Kronplatzwanderung — 1.700 bzw. 2.215 m (Gipfel)	9
Platten — Erdpyramiden (Percha)	9
Percha — Sportzone — Unterwielenbach	9
Platten — Erdpyramiden — Redensberger Alm — Hochnall — Gönneralm — Platten (Percha)	9
Tesselberg — Hühnerspiel — Schönbichl — Auf der Geige — Tesselberg (Percha) ..	10
Oberwielenbach (1.394 m) — Wielental — ehemaliger Haidacher See (2.213 m) und retour (Percha)	10

Terenten im Pustertal:	10
Mühlenrundweg	10
Panoramarundweg	11
Pertinger Alm.....	11
Stockner Tal Weg.....	11
Terenten – Pichlern	12
Winnebachtal - Astnerbergalm - Tiefrastenhütte	12
Hochpustertal:	13
Bergwanderung um Sexten:	13
Moos - Knieberg	13
Moos - Kammwanderung - Helm	13
Schöner Waldweg bis ins Fischleintal	14
Moos - Klammbachalm	14
Bergwanderung rund um Toblach:.....	15
.....	15
Drei Zinnen Umwanderung	15
Toblacher Pfannhorn.....	15
Silvesteralm und Silvesterkapelle (1.800 m)	15
Monte Piano (2.324 m)	16
Bergwanderung rund um Prags:	16
Plätzwiese - Dürrensteinhütte.....	16
Rundwanderung Pragser Wildsee	17
Dürrenstein	17
Strudelkopf	17
Putzalm	18
Hochalpenhütten	18
Seekofelhütte	18
Tauferer Ahrntal:	19
Reiner Wasserfälle und Franziskusweg	19
Moosstock	19
Klausse.....	19
Kasslerhütte (Hochgallhütte)	19

Wanderungen Gitschberg Jochtal:	20
Rodeneck: Höhenweg Zumis - Jakobstöckl - Würzjoch.....	20
Mühlbach/Meransen: Hochgebirgswanderung Stin Alm - Großer Seefeldsee.....	20
Vintl/Pfunderertal: Beisteigung der Eidechsen Spitze (2.738 m).....	20
Meransen: Zu den Seefeldseen	21
Vintl/Pfunderertal: Gampeshütte - Mitterhofalm.....	21
Vintl/Pfunderertal: Pfunderer Höhenweg	21
Meransen: Wandern auf dem Gitschberg.....	21
Meransen: Scharte - Kiener Alm	22
Mühlbach/Vals: Hinterberg - Jochtal.....	22
Mühlbach/Vals: Höhenweg zur Fanealm in Vals	22
Rundwanderung Aicha/Spinges	22
Rodeneck - Rundlbrücke - Schabs.....	22
Rodeneck - Kreuzstöckl - Lüsen.....	23

Gardertal:

Kalk und Karst, Capanna Alpina-Fanes-Pederü

(von 8.00 bis 17.00 Uhr) Gehzeit 5 bis 6 Stunden

Wegverlauf: Steiler Anstieg von der Capanna Alpina (1.726 m) zum Col de Locia (2.069m). Über die Groß-Fanes-Alm zum Limojoch und weiter zur Klein-Fanes-Alm (2.060 m). Mittagsrast. Abstieg nach Pederü (1.545 in) und Rückkehr nach St. Vigil mit dem Linienbus.

Die "bleichen Berge" (Dolomiten) geleiten uns hinauf zur weiten, sagen-umwobenen Hochebene von Fanes - eine von Wind und Wetter geprägte Karstlandschaft. Zu Eis erstarrtes Wasser entfaltet in den Rissen und Spalten des Gesteins ungeheure Kräfte. Es sprengt den Fels. Regen und Schnee formen ihn. An den Auffaltungen des Paromkammes wird sichtbar, welche ungeheure Bewegungen zur Entstehung der Alpen geführt haben.

Mit Kindern unterwegs

(von 8.30 bis 17.00 Uhr) Gehzeit: 3 bis 4 Stunden

Wegverlauf: Von Pederü (1.545 m) zur Hochebene von Fanes (2.000 m) bis zum Parlament der Murmeltiere und zurück.

Wir hören den Gesang der Vögel, das Zirpen der Grillen. Wir haschen nach dem Duft von Blumen und Gräsern, erfühlen die Rinde der Bäume, die Nadeln der Föhren, den weißen Stein. Und dann - im Schatten eines Kreises lassen wir uns fesseln von uralten Erzählungen aus dem versunkenen Reich der Fanes...

Senes – Lé de Fosses

(von 8.00 bis 17.00 Uhr), Gehzeit ca. 5 bis 6 Stunden

Wegverlauf: Aufstieg von Pederü (1.545 m) zur Fodara Vedla Alm (1.980 m), dann über dem Hochplateau der Sennesalm bis zur Seekofel-Hütte (2.327 m). Von hier rechts abbiegend erreicht man ca. 30 Minuten eine grüne Mulde in der sich der legendäre Lé de Fosses befindet.

An diesem sehr ruhigen und abgeschirmten Platz am Fuße der Kleinen Croda Rossa leben noch sehr viele Murmeltiere und während der Sommermonate weidet das Vieh mit den gutklingenden Kuhglocken.

St. Vigil kennenlernen

(Start um 10.00 Uhr)

Wegverlauf: Leichter Rundgang um die Schönheiten, die Geschichte und die Besonderheiten des Dorfes kennenlernen.

Weiler-Rundgang

(von 9.00 bis 13.00 Uhr) Gehzeit: 3 Stunden

Wegverlauf: Ausgangspunkt der Wanderung ist Enneberg/Pfarre. Ab hier können mehrere Routen ausgewählt werden um zu den „Weilern“ von Brach, Ciaseles, Frontü, Biei, Fordora, Frena, La Costa, Cianorè zu gelangen. Eine relativ leichte Wanderung, um die Schönheit dieser Landschaft zu entdecken und die architektonische Besonderheit der Gadertaler Weiler zu erkunden.

Wasserspiele: Kreidesee – Ciastlins

(von 8.30 bis 16.00 Uhr) Gehzeit: 4 bis 5 Stunden

Wegverlauf: Vom Lé dla Creda (1358 m) durch die steile, von bewaldeten Häusern umgebene Schlucht zur Jagdhütte Ciastlins und zum Krippesjoch (2.310 m). Auf demselben Weg zurück.

Die steilen Hänge sind vorwiegend mit Föhren bewachsen. Wasserfälle sind dort entstanden, wo das Wasser auf härtere Schichten traf. Zum Teil versickert das Wasser im kalkigen Gestein und nimmt unter der Oberfläche seinen Weg. Bevor wir die Ciastlins-Hütte erreichen, kommen wir zu den Krippesquellen.

Frühe Tage Pederü-Fodara Vedla-Sass dia Para-Pederü

(von 8.30 bis 16.00 Uhr), Gehzeit 5 bis 6 Stunden

Wegverlauf: Aufstieg von Pederü (1.545 m) nach Fodara Vedla (1.980 m). Sodann nach rechts hinauf zum Gipfel des Sass dla Para (2.462 m), zuletzt eher steil. Rückkehr nach Pederü auf selbem Weg.

Hier haben die Menschen einst Zugang gesucht zu den weiten Hochebenen von Senes und Fosses. Das Gebiet von Fodara Vedla mit seinen zahlreichen Almhütten wird noch heute bewirtschaftet

Finden Sie hier Tage des Ausgleichs und der Erholung. Die Aussicht vom Sass dla Para auf die Hohe Gaisl und die Ampezzaner Dolomiten (Cristallo, Sorapis, Tofane), lässt die Anstrengungen des Aufstiegs vergessen.

Im Reich der Tiere: St. Vigil-Fojedöra-Pragser Wildsee

(von 8.00 bis 18.00 Uhr) Gehzeit: 7 Stunden

Wegverlauf: Von St. Vigil (1.201 m) durchs enge, walddreiche Fojedöra-Tal zum Kreuzjoch (2.283 m). Nun zu den Hochalpenseen und den Bach folgend zu den Hochalpenhütten. Durch das Grünwaldtal abwärts zum Pragser Wildsee (1.494 m). Zurück nach St. Vigil mit dem Linienbus.

Die Wanderung führt zu den ausgedehnten Alm- und Weidegebieten der Pragser Dolomiten. Eine artenreiche Tierwelt findet hier günstige Lebensbedingungen. Trittsicher bewegen sich Gamsen in den Schutt- und Steinkaren. Meist treffen wir sie in Gruppen an, selten einzeln. Mit grellen Pfiffen verraten sich die Murmeltiere, wenn sie sich vor nahenden Gefahren warnen. Auch der Steinadler nistet in diesem Gebiet.

Im Geleit des Mondes: Pederü-Fanes-Lé de Limo oder Fodara Vedla-Senes-Pederü

(von 15.30 bis 23.00 Uhr); Gehzeit: 3 bis 4 Stunden

Wegverlauf: Von Pederü zur Fanes-Alm und zum Lé de Limo (2.159 m). Von Pederü Aufstieg auf selbem Weg nach Fodara Vedla und Senes (2.126 m).

In einer hellen Mondnacht umarmen die Flügel des Nachtwindes die Wipfel der Bäume." Am Abend, in der Zeit zwischen Sonne und Mond, liegt vor uns eine verborgene Landschaft aus vergessenen Tagen.

Bärenspuren Fanes-Conturines

(von 8.00 bis 18.00 Uhr) Gehzeit: 6 Stunden

Wegverlauf: Von der Capanna Alpina in Richtung Fanes. Nach etwa vier Stunden Gehzeit über Geröllfelder zur Höhle (2.800 m).

Im Jahre 1987 hat ein Wanderer auf seinen Streifzügen durchs Gebiet von Conturines in etwa 2.800 Meter Höhe eine Höhle entdeckt - mit Skeletten des Höhlenbären. Ein bisher einzigartiger Fund in den Dolomiten. Der Höhlenbär (*Ursus spelaeus*) ist vor 11.000 Jahren ausgestorben. Er bevorzugte pflanzliche Nahrung - ein eindeutiger Hinweis auf ein milderes Klima, das einst in unseren Breiten den Waldgürtel in größere Höhen vorrücken ließ. Ungeklärt bleibt, welches Ereignis zum gleichzeitigen Tod der etwa 30 Bären geführt hat.

St. Lorenzen:

Wanderweg nach Stefansdorf über den Bachwiesenhof

(Gehzeit: 1 Std. – Markierung Nr. 4 blau/weiß). Vom Hauptplatz zur Fußgängerunterführung und weiter über die Mühlbachklamm zum Bachwiesenhof, weiter zum Hausstätterhof und nach Stefansdorf (964 m). Diese Wanderung kann als Rundgang über Moos/St. Martin erweitert werden, Markierung Nr. 12 A (Gehzeit ca. 2,5 Std.).

St. Lorenzen - Stadlerhof - Irenberg - Issinger Weiher

(Gehzeit: ca. 2 Std. – Markierung Nr. 6 rot/weiß). Westwärts bei Beginn der Gadertaler Straße nach rechts über die Holzbrücke der Rienz und leicht ansteigend über Sonnenburg zum Moarleiten- und Stadlerhof. An diesem Hof vorbei durch den schönen Kiefernwald nach Irenberg, Jausenstation (1.031 m), und weiter zum Issinger Weiher. Dieser kleine See liegt einmalig schön in der Mittelgebirgslandschaft und ist außerdem ein gut besuchter Badensee (910 m). Ab Pfalzen kann über Nr. 17 nach St. Lorenzen weitergewandert werden.

Onach - Wieseralm und Glittner Joch

(Gehzeit. 3 Std. – Markierung Nr. 3) Vom Gasthof Onach ausgehend verläuft der Weg sofort steil vorbei an Bauernhöfen zur Lerchneralm (1.828 m) – nicht bewirtschaftet – und weiter zur Wieseralm (2.059 m) – bewirtschaftet -. Beschaffenheit: Wiesen und Wald. Von der Wieseralm besteht die Möglichkeit zum Glittner Joch (2.189 m) zu gelangen oder zur Turnaretscher Hütte (2.030 m – bewirtschaftet), Markierung Nr. 11S. Ab Lerchneralm Variante 3A zum Jakobsstöckl (30 Min.)

Maria Saalen – Loach – Moosener Kaser

(Panoramaweg) – zum Kronplatz (Gehzeit: ca. 4,5 Std. – Markierung Nr. 8) Landschaftlich schön ist der Aufstieg auf der Markierung Nr. 8 von Saalen zur Loachwiese und weiter zur Moosener Kaser (1.810 m). Wunderbarer Blick auf das gesamte Pustertal und die Gletscherwelt der Zillertaler Alpen im Norden. Der folgende Abschnitt führt durch den Wald und den Bergrücken zum Kronplatz (2.275 m) hinauf

Bruneck Umgebung:

St. Georgen — Kofler — Sambock (2.396 m)

Gehzeit ca. 4–5 Std.

Markierung Nr. 66

Jausenstation: Kofler (Mo Ruhetag) Ab St. Georgen den Weg Nr. 66 aufwärts zur Jausenstation Kofler, 1.487 m. Weiter über Almwiesen und durch den Wald zum Stockpfarner und dem Bergrocken folgend zum Gipfelkreuz, 2.396 m.

Bruneck — Aufhofen — Amaten (1.260 m) (auch als Mountainbiketour geeignet)

Gehzeit ca. 3 Std.

Markierung Nr. 2 und 5

Ebener, angenehmer Spazierweg über die Straße nach Dietenheim und Aufhofen, beim Ansitz Still in Aufhofen Abzweigung nach rechts, leicht ansteigend in Richtung Bärenental (bis hierher Markierung 2). Nach ungefähr 30 Minuten Marsch Wegteilung: Markierung 5 nach rechts, bei zunehmender Steigung bis zum Berggasthof Amaten, 1.260 m.

Bruneck — Wielental — Platten (1.413 m)

Gehzeit ca. 4 Std.

Markierung Nr. 1/A

Nach den Militärkasernen am Ortsrand (Ost) der Stadt links ab in östlicher Richtung (Markierung 1/a) leicht ansteigend durch Felder und Wald, die Oberwielentaler Straße überquerend ins Wielental, über den Bach und steil aufwärts durch den Wald bis Platten, 1.413 m. Eventuell weiter zu den Erdpyramiden. (40 min.)

Reischach — Haidenberg — Reischach (1.345 m)

Gehzeit ca. 3,5 Std.

Markierung SB (blau/weiß), 4+12 (rotweiß)

Ausgehend von der Kronplatz-Talstation in Reischach links vorbei der Markierung SB (blau-weiß) folgend leicht aufwärts, beim Korner Hof und Oberwelliser Hof erreicht man die Haidenberger Straße. (Markierung 4 + 12), die direkt zum Gasthof Haidenberg führt. Dabei hat man die Möglichkeit, einen markierten Steig (steil) oder den Forstweg zu begehen. (Gasthof Haidenberg — ideale Einkehrmöglichkeit). Der Rückweg führt zunächst wiederum auf dem Forstweg zu einer Kreuzung (Markierung SB — blau-weiß), von der Sie dann über einen Feldweg direkt die Ortschaft Stefansdorf erreichen. Auf dem Gehsteig entlang der Straße kommen Sie direkt wieder zum Ausgangspunkt Reischach zurück.

Kronplatzwanderung — 1.700 bzw. 2.215 m (Gipfel)

Gehzeit ca. 2 Std. bis zur Mittelstation oder ca. 4 Std. bis zum Kronplatzgipfel

Markierung Nr. 1, 8 + 4

Von Reischach führt zunächst eine Straße zum Parkplatz „Herrnegg“. Dort beginnt der Aufstieg über die sogenannte „Rodelbahn“ (Weg mit Markierung Nr. 1) bis zur Bergfreunde hütte (Einkehrmöglichkeit). Dort erfolgt eine Querung zur Mittelstation der Umlaufbahn (Forstweg). Sie haben dann die Möglichkeit zur Rückkehr mit der Umlaufbahn nach Reischach (nur Juli und August) oder über den Gasthof Haidenberg und Stefansdorf wieder nach Reischach abzustiegen. Für konditionsstarke Wanderer ist selbstverständlich ein Aufstieg auf den Kronplatzgipfel mit einem herrlichen Panoramablick empfehlenswert.

Platten — Erdpyramiden (Percha)

- Variante 1

Gehzeit ca 50 min.

Ausgangspunkt Gasthof Schönblick, auf steilem Weg hinauf — weiter auf Asphaltstraße Richtung Höllerhof, rechts abbiegen zu den Erdpyramiden.

- Variante 2

Gehzeit ca. 60 min.

Ausgangspunkt Oberwielenbach-Platten, vor Weller Platten rechts großer Parkplatz — links markierter Weg durch den Wald zu den Erdpyramiden (1550 m) — zurück zum Ausgangspunkt.

Percha — Sportzone — Unterwielenbach

Gehzeit ca. 45 min.

Ausgangspunkt Gehsteig unter der Kirche — geradeaus bis zur Straßenunterführung — danach auf Feldweg hinunter zu den Flußauen, links abbiegen — Weiher in der Aue — Sportzone — weiter auf Asphaltstraße Unterwielenbach — bei Kapelle links abbiegen — zurück zum Ausgangspunkt.

Platten — Erdpyramiden — Redensberger Alm — Hochnall — Gönneralm — Platten (Percha)

Gehzeit ca. 6 Std.

Markierung Nr. 4, 4a and 6

Platten (1.413 m) zu den Erdpyramiden —Mark. 4 a zur Redensberger Alm —Hochnall (2.231 m, Mark. 4)— hinunter zur Gönneralm (Mark. 6)— zurück zum Ausgangspunkt.

Tesselberg — Hühnerspiel — Schönbichl — Auf der Geige — Tesselberg (Percha)

Gehzeit ca. 5—6 Std.

Markierung Nr. 3 und 7

Von Tesselberg (1.470 m) auf den Wegen Nr. 3 und 7 zum Hühnerspiel, sodann weiter zum Schönbichl (2.452 m). Über die Tesselberger Alm zum Aussichtspunkt "Auf der Geige" (2.175 m). Dort öffnet sich ein weites Panorama: die Almen des Wielen- und Mühlbachtals, die nahen Dreitausender der Rieserfernergruppe und fern die Hohen Tauern, Zillertaler und Öztaler Alpen; von dort zurück ins Tal.

Auf die Markierung achten!

Oberwielenbach (1.394 m) —Wielental — ehemaliger Haidacher See (2.213 m) und retour (Percha)

Gehzeit ca. 5—6 Std.

Markierung Nr. 1

Ausgangspunkt und Endpunkt für unsere Wanderung ist die Ortschaft Oberwielenbach (von Percha mit dem Auto zu erreichen 7 km), am Dorf mit idealer Wanderumgebung (auch Einkehrmöglichkeiten). Von Oberwielenbach gehen wir auf dem für den öffentlichen Verkehr gesperrten Güterweg (Nr. 1) durch das walddreiche Wielental. Es geht den Bach entlang hinein zur Lercheralm (1.670 m). danach zur Unteren Haidacher-Alm (1.883 m) und weiter zur gleichnamigen Oberen Alm (2.089 m). Nun wandern wir auf dem Steig Nr. 1 hinauf zum ehemaligen Haidacher See, der zu einer breiten, sumpfigen Almfläche verlandet ist. Das Moorgebiet "Unterboden" ist als Biotop geschützt. Vom Unterboden geht es wieder zurück nach Oberwielenbach.

Terenten im Pustertal:

Mühlenrundweg

Gehzeit ca. 1 h 30 min

Vom Parkplatz im Dorfzentrum gehen Sie in nord-westliche Richtung 100 Meter an der Pustertaler Sonnenstraße entlang bis Sie am Ternerbach angelangt sind. Dort beginnt der Mühlenlehrpfad. Folgen Sie der

Beschreibungstafeln. Auf halber Strecke gelangen Sie zur Jausenstation Jennewein und zu den Erdpyramiden.

Nach ca. 10 min erreichen Sie dann die 5 Hauptmühlen. Bei der Hansleitner-Mühle kommen Sie über eine Brücke



auf die andere Seite des Ternerbachs. Sie kommen vorbei an einem alten Bauernhof und zum Skilift. Dort führt Sie ein Wiesenweg wieder ins Dorfzentrum zurück, Sie kommen beim Hotel Wiedenhofer, zurück an die Pustertaler Sonnenstraße.

Markierung: Mühlenweg, Einkehrtipp: Wiedenhofer / Zum Hasen /Jausenstation Jennewein

Panoramarundweg

Gehzeit ca. 4 h 20 min

Parkplatz Zentrum

Wandern Sie in westliche Richtung nach Pein (Abzweigung bei Hotel Tirolerhof). Über Pein

kommen Sie nach Margen (Kapelle St. Margareth kann täglich um 12.00 Uhr besichtigt werden), dann in die

Talson und über den Panoramaweg zu den Mühlen und den Erdpyramiden. Gehen Sie auf dem Panoramaweg in

östliche Richtung weiter. Bei Abzweigung auf Mark. 2 verlassen Sie den Panoramaweg. Sie kommen zum Gasthof

Alpeggerhof. Über die Walderlanerstraße (Mark.5 und Mark.1) kommen Sie wieder zurück nach Terenten.

Markierung: Nr. 1, Höhenunterschied: 620 m

Einkehrtipp: Gasthof Alpeggerhof/ Jausenstation Hauerhof / Gasthof Hohenbichl



Pertinger Alm

Gehzeit ca. 1 h

Parkplatz Schneeberg

Vom Parkplatz gehen Sie auf dem Hauptweg (Forststraße Mark.5) immer der

Markierung Pertinger Alm nach. Auf halber Strecke können Sie den Hauptweg

abkürzen. Auf der Abkürzung kommen Sie am Teufelsstein vorbei. Der Hauptweg ist

auch mit dem Kinderwagen befahrbar. Markierung: 5, Einkehrtipp: Pertinger Alm



Stockner Tal Weg

Gehzeit ca. 55 min

Parkplatz Zentrum

Sie gehen in südliche Richtung zum Freizeitpark, dort finden Sie die Abzweigung auf den Fitnessweg (Mark.18).

Bei der Abzweigung Stocknertalweg verlassen Sie den Weg Nr. 18. Bleiben Sie auf dem Stocknertalweg bis Sie an eine kleine asphaltierte Straße kommen. Dort gehen Sie in nördliche Richtung (Mark. 17) wieder nach Terenten

zurück. Bleiben Sie auf der asphaltierten Straße, die zurück ins Dorf führt. Sie passieren den Stocknerhof, die Pension Edelweiss und das Restaurant Waldrast.

Markierung: 18, Stocknertalweg , 17, Einkehrtipp: Stockner / Edelweiss / Waldrast



Terenten – Pichlern

Gehzeit ca. 2 h 30 min

Parkplatz Zentrum

Gehen Sie vom Parkplatz in westliche Richtung ca. 1 km an der Pustertaler Sonnenstraße

entlang. Ca 100 Meter nach der Tankstelle, vis-a-vis vom Gasthof Neuwirt finden Sie die

Abzweigung auf den Wanderweg Nr. 7 (Hofern). Folgen Sie der Markierung 7. Sie überqueren den Winnebach

und anschließend wieder die Pustertaler Sonnenstraße. Der leichte Anstieg führt vorbei am Bauernhof Mair am

Hof. Vom Mair am Hof wandern Sie noch ca. 20 min weiter bis Sie die Abzweigung auf Weg Nr. 11 (Pichlern)

antreffen. Gehen Sie in süd-westliche Richtung auf Mark. 11 (Pichlern) weiter. Sie kommen vorbei am Kuenhof.

Sie überqueren erneut die Pustertaler Sonnenstraße bei der Bushaltestelle (Rückfahrt ins Dorf auch mit dem Bus

möglich). Folgen Sie dem Weg 3A bis zur Abzweigung auf den Weg mit Mark. 3B. Den Weg 3B verlassen Sie bei

der Abzweigung auf die Mark.18A. Sie überqueren den Winnebach und kommen auf Markierung 18 (Terenten) -

wieder zurück ins Dorfzentrum. Markierung: 7, 11, 3A, 3B, 18A, 18, Einkehrtipp: Neuwirt / Kuenhof / Bar

Café Niederhof



Winnebachtal - Astnerbergalm - Tiefrastenhütte

Gehzeit ca. 7 h 25 min

Astnerbergalm, AVS Tiefrastenhütte

AVS Tierastenhütte mit dem Tiefrastensee (2312 m) - Kompfoss-See (2439 m) –

Eidechsspitze (2740 m)

Man wandert vom Parkplatz taleinwärts auf breitem Fahrweg leicht ansteigend,

Mark. 23, zur Astnerbergalm. Der Weg führt an mehreren Almhütten vorbei und es

beginnt bald ein steiler Anstieg, jedoch ungefährlich. An der verfallenen Huberalm vorbei, und auf der Höhe des

Wasserfalles angekommen, beginnt ein gemütlicher Abschnitt des Weges bis weiter oben wieder ein

mittelstrenger Anstieg bis zur Tiefrastenhütte und zum See folgt.

In ca. 2 1/2 Stunden erreichen auch gemütliche Wanderer die Hütte. Ab dort folgt man der Mark. 22 in westliche

Richtung (ca 2 Stunden bis zur Eidechsspitze). Der Weg ab hier erfordert Trittsicherheit und ist nur für geübte

Berggeher geeignet. Zunächst führt der Weg über steinig und teilweise felsiges Gelände hinauf zum Kompfoss-

See. Oberhalb des Sees angekommen, besteht die Möglichkeit den Weg um 2 Stunden abzukürzen, indem man

der Mark. 8B bis zum Alten Stall und von dort auf Mark 22 zur Englalm absteigt. Ansonsten folgt man weiter der

Mark. 22 in westl. Richtung teilweise über Felsen und etwas ausgesetzt (Trittsicherheit und Schwindelfreiheit) bis

zum Erreichen des Gipfels der Eidechsspitze (2.738 m). Der Abstieg erfolgt auf Mark. 22, der erste Teil des Weges

verläuft auf den Anstiegsweg, etwas unterhalb des Gipfels hält man sich rechts um den Weg über die

Kompfossalm und weiter hinab zur Englalm (1.816 m) zu folgen. Ab der Englalm folgt man der Mark. 8, direkt

unterhalb der Hütte vorbei in östl. Richtung. Nach Überquerung des Terner Baches verläuft der Steig auf

gleichmäßiger Höhe bis zum Gols. Ab Gols geht es in östl. Richtung weiter und hinab in das Winnebachtal. Kurz

vor der Astnerbergalm hat man den Talweg erreicht und folgt diesem Tal auswärts Mark 23 zum Ausgangspunkt.

Markierung: Nr. 23, 22, 8, 23, Kartenmaterial: Kompass/Pfunderer Berge Nr. 081 (1:25.000)



Hochpustertal:

Bergwanderung um Sexten:



Moos - Knieberg

Gehzeit: 5 ½ Std.

Höhenunterschied: 1.200 m

Wald- und Almwege mit steilem Anstieg in der letzten Stunde.

Von der Alpe-Nemes-Hütte aus auf leicht ansteigendem Forstweg in östliche Richtung dem Talgrund zu. Nun steigt der Weg in mehreren Serpentin bis auf den Übergang, den Kniebergriedl, und von dort führt ein Pfad über den Südostgrat auf den Gipfel. Im letzten Abschnitt stoßen wir auf Überreste aus dem Ersten Weltkrieg. Der pyramidenförmige Berg, den wir während der Wanderung ständig vor unseren Augen haben, bietet eine weitreichende Aussicht in die Popera-Gruppe und Sextner Dolomiten

Moos - Kammwanderung - Helm

Gehzeit: 8 Std.

Markierungen: Nr. 146, Nr. 160, Nr. 402;

landschaftlich großartige, sehr lange Wanderung.

Vom Kniebergriedl (siehe obige Beschreibung) aus in steilen Serpentin hinauf in den flachen Obstanser Sattel mit einer verfallenen Finanzkaserne; prächtiger Blick auf den Obstanser See mit der gleichnamigen Schutzhütte. Hier beginnt der eigentliche Höhenweg, der auf seiner ganzen Länge der Kammlinie folgt, wobei die nicht besonders ausgeprägten Gipfel meist direkt überstiegen werden. Sowohl auf österreichischer als auch auf italienischer Seite läuft ein Wanderweg entlang. Weiße Grenzsteine markieren den Grenzverlauf. Nach etwa 4 Stunden (ab Finanzkaserne) erreicht man die Sillianer Hütte.

Von hier aus auf gutem Steig, das Füllhorn westseitig umgehend, hin zum Helm. Auf der ganzen Wanderung genießt man eine herrliche Sicht ins Pustertal und ins Obere Comelico, in die Dolomiten und zu den Zentralalpen. An mehreren Stellen liegen noch Reste von Stellungsbauten aus dem Ersten Weltkrieg.

Wer nicht mehr auf den Helm ansteigen will, nimmt den breiten Weg, der in Richtung Westen die Almen quert und auf den Pfad stößt, welcher vom Helm zum Negerdorf hinunterführt, und dann weiter nach Sexten. Es besteht auch die Möglichkeit, dem breiten Weg über die Hahnspielhütte bis zum Helmrestaurant zu folgen und mit der Seilbahn nach Sexten abzufahren.

Wer sich für diese lange Wanderung den Großteil der Anstieges sparen will, fährt mit der Seilbahn zum Helmrestaurant hoch und läuft den Höhenweg in umgekehrter Richtung.

Weitere Bergwanderungen

- Sexten - Helm
Gehzeit: 4 Std.; Höhenunterschied: 1100 m
etwas mühsame Wanderung mit prächtiger Aussicht ins Pustertal und auf die gegenüberliegenden Sextner Dolomiten
- Rotwandwiesen - Kreuzbergpass
Gehzeit: 2 Std.
sonniger Höhenweg mit Ausblicken auf die Hänge der Alpe Nemes
- Moos - Rotwandwiesen
Gehzeit: 1 ½ Std.; Höhenunterschied: 600 m
leichte Bergwanderung auf Waldwegen mit mäßigem Anstieg
- Rotwandwiesen - Burgstall
Gehzeit: ¾ Std.; Höhenunterschied: 300 m
etwas steiler, aber aussichtsreicher Spaziergang von den Rotwandwiesen aus
- Rotwandwiesen - Rotwandköpfe
Gehzeit: 2 ½ Std.; Höhenunterschied: 600 m
aussichtsreicher Rundweg mit Rastbänken; Trittsicherheit erforderlich
- Sexten - Außergsell
Gehzeit: 2 ½ Std.
schattiger Waldweg mit prachtvoller Aussicht auf Sexten und den Karnischen Kamm
- Sexten - Innergsell
Gehzeit: 2 ½ Std. + Abstieg 1 ½ Std.
Waldweg mit weitreichender Aussicht vom Gipfel

Schöner Waldweg bis ins Fischleintal

Gehzeit: 2 ½ Std.

Markierung: rot-weiß-rot 1A;

Höhenunterschied: 200 m;

Lohnender Spazierweg mit Sitzbänken

In der Nähe des Hauptplatzes in Sexten über die Schießstandbrücke, dann etwa 50 Meter bis zu einer Scheune hochsteigen, nach links abbiegen und dem Pfad zwischen den Feldzäunen folgen. Am Waldrand biegen wir nach links ab und wandern an den Feldern entlang, bis wir auf einen breiteren Weg treffen, der von Moos kommt. Immer aufwärts gehend, gelangen wir zu den Ruinen der Festung Haideck. Der Weg führt fast eben weiter durch Wald und Wiesen, dann durch Latschengehölz bis zum Dolomitenhof. Von dort aus führt ein breiter Weg, der für den Verkehr gesperrt ist, bis zur Talschlußhütte. Auf dem letzten Abschnitt der Wanderung genießt man unvergessliche Ausblicke in die Sextner Dolomiten.

Moos - Klammbachalm

Gehzeit: 2 ½ Std.

Markierung: rot-weiß-rot Nr. 13;

Höhenunterschied: 600 m;

Größtenteils Waldwege, geringe Steigung

An der Kirche in Moos zweigt links ein asphaltierter Weg ab, der gleich in eine Forststraße übergeht. Diese führt an der Schlucht des Sextner Baches entlang und durch dichte Fichtenwälder. Immer wieder gibt er Blicke in die Sextner Dolomiten frei. Nach etwa 2 Stunden erreicht man das Saumahd, die Grenze der Alpe Nemes. An dem hohen Wegkreuz, einem alten Waldmark, führt ein ebener Weg weiter zur Alpe-Nemes-Hütte, links steigt ein guter Wanderweg zur Klammbachalm empor (Jausenstation).

Bergwanderung rund um Toblach:

Drei Zinnen Umwanderung

Ausgangspunkt: Auronzohütte (2.320 m)

Gesamtzeit: 4 Stunden

Anforderungen: Ausdauer erforderlich; leicht anstrengend

Sehenswertes: Aussicht auf die weltberühmten Drei Zinnen

Einkehrmöglichkeiten: Drei Zinnen Hütte, Auronzohütte, Lavaredohütte, Almhütte "Lange Alpe"



Von der Auronzohütte an der Südseite der Drei Zinnen entlang Steig Nr. 101, an der Lavaredo Hütte (2.344 m) vorbei leicht ansteigend zum Paternsattel (2.454 m). Erster herrlicher Einblick in die 500 m hohen Nordwände der Drei Zinnen (bis hierher auch für ungeübte Wanderer). Leicht absteigend entlang bis zur Weggabelung:

a) leichter Aufstieg zur Drei Zinnen Hütte (2.405 m)

b) links noch weiter absteigend nach der Markierung Nr. 105 trifft man bald auf Steig Nr. 102, der über das Rienztal hochkommt. Über Steig Nr. 105 (links) leicht ansteigend weiter zur Almhütte "Lange Alpe" und vorbei am Lang-Alpe-See umwandert man die Drei Zinnen an der Westseite bis zur Auronzohütte

Toblacher Pfannhorn (2.663 m)

Wegen der besonderen Lage zwischen den Zentralalpen und den Dolomiten ein vielgerühmter Aussichtsberg.

Ausgangspunkt: Weiler Kandellen, Silvestertal, 1600 m

Höhenunterschied: 1.063 m

Markierung: Aufstieg Nr. 25 (über die Bonnerhütte); Abstieg Nr. 25a (über die Bergalm)

Gesamtzeit: Aufstieg 3 ½ Stunden

Anforderungen: anstrengende Wanderung

Sehenswertes: das Rundpanorama am Gipfel des Pfannhorns

Einkehrmöglichkeit: Bonnerhütte



Nach der Schranke in Kandellen auf breitem Wirtschaftsweg, über den Golfenbach rechts weiter, bis links der eigentliche Bergweg beginnt. In Kehren, an der bewirtschafteten Bonnerhütte vorbei direkt zum Gipfelkreuz auf 2.663 m.

Abstieg wieder über den Weg Nr. 25 oder über die Bergalm (Nr. 25a) an den Ausgangspunkt zurück

Silvesteralm und Silvesterkapelle (1.800 m)

Ausgangspunkt: Toblach (1.264 m) oder Enzianhütte (Silvestertal, 1.360 m)

Höhenunterschied: 600 m

Markierung: 1b

Gesamtzeit: Aufstieg 2 - 2½ Stunden



Sehenswertes: Silvesterkapelle

Anforderungen: leichte Wanderung (auch für geübte Mountainbiker)

Einkehrmöglichkeit: Almhütte der Silvesteralm

Von Toblach auf dem Weg Nr. 1B vorbei an Wahlen in das Silvestertal (rechts einbiegen), über den markierten Weg zur Silvesteralm und schließlich zur Silvesterkapelle

Monte Piano (2.324 m)

Ausgangspunkt: Dürrensee im Höhlensteintal (1.400 m)

Höhenunterschied: 900 m

Gesamtzeit: Aufstieg 3 Std.

Anforderungen: schwieriger Steig, nur für geübte Wanderer; teils ausgesetzt;

Trittsicherheit unbedingt erforderlich.

Sehenswertes: Das Freilichtmuseum auf dem Hochplateau des Monte Piano, welcher in den Kriegsjahren 1915 - 17 eine wichtige Gebirgsfront zwischen Österreich und Italien darstellte.

Einkehrmöglichkeit: Bosi Hütte



Aufstieg über den Pioniersteig Nr. 6 vom Hotel Drei Zinnen oder vom Dürrensee zuerst über den flachen Talboden zum Nordwestfuß des Berges. In Serpentina über Rinnen, eine kleine Schlucht über ein gesichertes Felsband und einen Grat zu einem aufgelassenen Soldatenfriedhof. Dann auf einer von zwei markierten Routen hinauf zur Hochfläche und zur südlichen oder nördlichen Gipfelerhebung. Der linke Weg ist ein Klettersteig von mittlerem Schwierigkeitsgrad, der rechte Weg ist leicht zu begehen.

Abstieg über Touristensteig Nr. 6A nach Schludersbach und entlang dem Dürrensee zum Ausgangspunkt oder über die Forcella di Castrati nordseitig den Steig Nr. 6 ins Rimbianco Tal. Von hier weiter westlich (links) absteigend kommt man ins Rienztal, über das man zurückwandert.

Bergwanderung rund um Prags:

Plätzwiese - Dürrensteinhütte

Wanderung auf einem der schönsten Hochplateaus Südtirols inmitten des Naturparks Fanes-Sennes-Prags. Einzigartige Aussicht auf die Hohe Gaisl, Drei Zinnen, Tofana und Monte Cristallo.

Start: Parkpl. Plätzwiese

Ziel: Dürrensteinhütte

Gehzeit (ein Weg): 1 Std

Höhenunterschied: 40 m

Wegnummer: Nr. 37, 3

Weitere Informationen:

- Bushaltestelle in unmittelbarer Nähe
- Parkplatz
- Restaurant, Jausestation oder Schutzhütte auf dem Weg
- geeignet für Kinderwagen besonders geeignet für Familien mit Kindern
- geeignet für Rollstuhlfahrer (mit Hilfe) zurück

Rundwanderung Pragser Wildsee

Rundwanderung um die Perle der Dolomitenseen, teilweise in Stufenform, vorbei an einer kleinen Kapelle, unter lichten Fichten-, Lärchen- und Kiefernshatten. Dabei spiegelt sich der Seekofel im See.

Start: Parkplatz Pragser Wildsee

Ziel: Parkplatz Pragser Wildsee

Gehzeit: 1 Std

Höhenunterschied: 60 m

Wegnummer: Nr. 1, 19

Weitere Informationen:

- Bushaltestelle in unmittelbarer Nähe
- Parkplatz
- Restaurant, Jausestation oder Schutzhütte auf dem Weg
- besonders geeignet für Familien mit Kindern
- geeignet für Rollstuhlfahrer (mit Hilfe) zurück
- vorwiegend durch Waldgebiet

Dürrenstein

Vom Parkplatz Plätzwiese auf Schotterstraße zum Berggasthof Plätzwiese. Zwischen diesem und dem Hotel Hohe Gaisl links ab und auf breitem Weg über die Wiesen nach Osten aufwärts zum querenden Dolomiten Höhenweg Nr. 3. Nun nordwärts die steilen, felsdurchsetzten Grashänge der Dürrenstein-Südwestfranke zum Teil in Kehren aufwärts, weiter über Geröll bis zum Vorgipfel. Nach einem kleinen Sattel befindet sich eine kurze, mit Drahtseil abgesicherte Stelle. Ab dort unschwierig weiter zum Gipfelkreuz.

Ausgangspunkt: Plätzwiese (2.000 m), Juni bis Oktober Buspendeldienst ab Brückekele sowie eingeschränkter PKW-Verkehr

Ziel: Dürrenstein (2.839 m)

Gehzeit: ca. 3 Stunden ab Parkplatz Plätzwiese zum Gipfel

Wegnummer: Nr. 40

Schwierigkeitsgrad: mäßig anstrengend; Trittsicherheit und Schwindelfreiheit

Abstieg: über denselben Weg

Zu beachten: Diese Wanderung ist nur für größere Kinder mit Ausdauer und Wandererfahrung geeignet; am Übergang vom Vor- zum Hauptgipfel empfiehlt es sich, Kinder mit einem Seil zu sichern. Der größte Teil der Wanderung ist stark der Sonne ausgesetzt

Strudelkopf

Vom Berggasthaus Plätzwiese zur Dürrensteinhütte (2.040 m) und zum alten österreichischen Werk Plätzwiese. Von dort zum Strudelsattel und über unschweres Gelände weiter bis zum Gipfelkreuz (2.307 m)

Ausgangspunkt: Plätzwiese (2.000 m)

Gehzeit: 1 ½ Std.

Wegnummer: Nr. 37, Nr. 34, anschließend rot markiert und beschildert

Schwierigkeitsgrad: mäßig anstrengend

Putzalm

Am Parkplatz des Sporthotels beginnt der breite Weg mit der Markierung Nr. 15 zur Putzalm. Am Anfang wandert man eben durch grüne Wiesen und Lärchenlichtungen. Der Weg führt am Bach entlang, der an mehreren Stellen auf Holzbrücken überquert wird. Auf ca. 1.600 m Höhe angelangt, erkennt man links einen schmälere, aber gut markierten Weg, der in den Wald hineinführt. Bald darauf erreicht man den Buchsenriedl auf 1.800 m. Hinter dem Holzgitter der Einzäunung führt ein breiter Weg in kurzer Zeit hinunter zur Putzalm.

Ausgangspunkt: Sporthotel in Altprags (1.450 m)

Ziel: Putzalm (1.743 m)

Gehzeit: 1,5 - 2 Std.

Wegnummer: Nr. 15

Schwierigkeitsgrad: Mittelschwer, im letzten Abschnitt ist der Weg ziemlich steil

Hochalpenhütten

Am Pragser Wildsee entlang zum westlichen See-Ende, hier nach rechts ins Grünwaldtal, bald erreicht man die Grünwaldhütte (1.590 m) und später die Alte Kaser Hütte, auch Jägerhütte genannt, weiter taleinwärts, später nach rechts aufwärts. Ist der Almboden einmal erreicht, so sind es nur noch wenige Minuten zu den Hochalpenhütten (2.114 m).

Ausgangspunkt: Pragser Wildsee (1.494 m)

Gehzeit: 3,5 Std

Wegnummer: Nr. 19

Schwierigkeitsgrad: anstrengend

Abstecher zum Hochalpensee

Dem Weg Nr. 19 folgend zum Kreuzjoch (2.238 m), nach rechts dem Weg Nr. 3 entlang ins Lapadurestal und links leicht aufwärts zum schön gelegenen See (2.252 m).

Ausgangspunkt: Hochalpenhütten (2.114 m)

Markierung: Nr. 19 und Nr. 3

Anforderung: leicht

Gehzeit: 1 Std

Seekofelhütte

Am Westufer des Sees entlang bis zum südöstlichen See-Ende, dann aufwärts ins Nabige Loch (2.034 m), Querung auf die andere Talseite zum Äußeren Ofen, hier nach rechts zum Törl (2.388 m) dann leicht abwärts zur Seekofelhütte.

Ausgangspunkt: Pragser Wildsee (1.494 m)

Ziel: Seekofelhütte (2.320 m)

Gehzeit: 3 ½ Std.

Wegnummer: Dolomitenhöhenweg Nr. 1

Schwierigkeitsgrad: sehr anstrengend

Tauferer Ahrntal:

Reiner Wasserfälle und Franziskusweg

Ausgehend vom Parkplatz in Winkel bei Sand in Taufers (864 m) kann man über den Franziskusweg die Reinbachwasserfälle erreichen. Dieses dreimalige, in einem Abstand von einer Viertelstunde Gehzeit liegende Naturschauspiel zählt zu den schönsten dieser Art. Eine hoch angetragene Brücke bringt den Wanderer auf die andere Talseite, wo sich ein prächtiger Blick auf den Talboden und die Ortschaften Mühlen und Kematen auftut. Damit ist auch die höchste Stelle dieses Rundweges erreicht. Bei der Wegteilung folgt man rechts dem weiterhin guten Weg durch Wald hinauf zur Ruine der Tobl- oder Kofelburg mit der Kapelle (1172 m). Von dort aus geht es weiter auf dem breiten "Klaraweg" ostseitig kurz hinunter zur Reintalstraße und weiter zum Gasthaus Toblhof (1054 m).



Moosstock

Ausgangspunkt ist der Parkplatz beim Gasteigerhof in Ahornach. Man folgt der Forststrasse bis zur ersten Kehre. Hier folgt man nun den markierten Weg 10 B. Über diesen Wanderweg gelangt man zu den Schlafhäusern. Weiter auf dem Weg 10 B kommt man auf eine Seehöhe von 2550 mt., wo das Gelände steiler und anspruchsvoller wird. Nach dem Anstieg erreicht man den Moosstocksee, von wo man über den Weg zum Blockgrad und dann zum Berggipfel kommt



Klausse

Gestartet wird im Steinhaus bei der Talstation des Ski- und Wandergebietes Klausberg. Von hier aus mit der Gondel oder zu Fuß zur Bergstation. Dann über einen ansteigenden Waldweg zur Speck& Schnapsalm. Weiter über freie Hänge oder die Forststraße bis zum See. Ab der Bergstation benötigt man noch ca. 1 1/2 Stunden



Kasslerhütte (Hochgallhütte)

Die Hochgallhütte liegt an der Nordseite des Rieserferner-Hauptkamms hoch über dem Bachertal. Der einfachste Zustieg zur Hütte erfolgt aus dem Bachertal südseitig durch Lärchenwälder, vorbei an Ternerhütte, einem Wasserfall und der Eppacheralm, in etwa 2 Stunden. Von Antholz ist die Hütte über die Antholzer Scharte oder

die Schwarze Scharte wesentlich langwieriger und mühsamer erreichbar.
Heute wie Früher erfreut sich die Schutzhütte grosser Beliebtheit. Inmitten vom Rieserferner Naturpark ist sie ein idealer Ausgangspunkt für einfache Touren und anspruchsvolle Route



Wanderungen Gitschberg Jochtal:

Rodeneck: Höhenweg Zumis - Jakobstöckl - Würzjoch

Wegverlauf:

Vom Zumis Parkplatz zur Ronerhütte. Auf der Markierung 2 weiter zur Starkenfeldhütte und von dort über den Ast-Almweg (Mark. 2) zum Jakobstöckl (2.026 m - 3 1/2 Std.). Über den Fahrweg (Mark. 10) zum Jakobskopf (2.100 m), zur Wieseralm und über die Steigspur zum Glittnerjoch (2.189 m). Am Glittner See vorbei zur Turnaretschhütte (2.030 m - 1,5 Std.) auf die Straße. Von dort aus über den Steig Markierung 1 zum Lüsner Joch (2.008 m) über den Fußweg und die Steigspur Markierung 1 zur Maurerberghütte (2.127 m - 1 1/4 Std.). Auf dem Fahrweg zum Geweihten Wasser (1.869 m) und über die Straße zum Würzjoch (2.006 m, 1 1/4 Std.).

Gehzeit: 7 1/2 bis 8 1/2 Std.

Höhendifferenz: 780 m Anstieg, 500 m Abstieg

Mühlbach/Meransen: Hochgebirgswanderung Stin Alm - Großer Seefeldsee

Wegverlauf

Von Vals (1.350 m) die Talstraße einwärts zum Fane Parkplatz. Auf der Markierung 15 zur Stin Alm und weiter zur Stinscharte (2.530 m). Der Abstieg erfolgt über den Großen Seefeldsee (2.271 m, 3 1/2 Std.) durch das Altfaßtal zum Sägenkreuz und auf der Markierung 10 zur Abzweigung Leitensteig, von wo aus man nach Vals zurückkehrt (2, 1/2 Std.). Gehzeit: 6 Std.

Höhendifferenz: ca. 1.200 m

Vintl/Pfunderertal: Beisteigung der Eidechsen Spitze (2.738 m)

Wegverlauf:

Ausgehend vom Parkplatz im Winnebachtal bei Terenten durch das Winnebachtal und über den Alpenrosensteig zur Engelalm (1.826 m) und zur Eidechsen Spitze (2.738 m). Der Rückweg führt zum Kompfoßsee (2.442 m) über die Tiefrastenhütte (2.303 m) zum Ausgangspunkt zurück. Gehzeit: ca. 6 - 7 Std.

Höhendifferenz: ca. 1.200 m

Schwierigkeitsgrad: schwer

Meransen: Zu den Seefeldseen

Wegverlauf:

Mit der Kabinenbahn erreicht man die Bergstation (2.198m). Von dort wandert man auf Almböden zur Zaßlerhütte und zum Ochsenboden (2.198m; Gehzeit: 45min.). Hier führt der an einigen Stellen etwas ausgesetzte, jedoch sehr aussichtsreiche Steig Nr. 6 am Hang des 2.568 m hohen Fallmetzter entlang zur Seefeld-alm (2.340 m; Gehzeit: 1 Std., 15 min.) und hinunter zum Großen Seefeldsee. Auf dem Weg 14/15 geht's steil hinunter zur bewirtschafteten Wieserhütte und zur Pranter-Stadel-Hütte(1.850 m) und weiter ins Altaßtal bis man die Großberghütte (1.645 m) erreicht.

Abstieg: mäßig steil zurück nach Meransen

Gehzeit: 4,5 Std.

Schwierigkeitsgrad: Mittelschwer

Einkehrmöglichkeit: Wieserhütte, Pranter-Stadel-Hütte, Großberghütte

Vintl/Pfunderertal: Gampeshütte - Mitterhofalm

Wegverlauf:

Vom Gasthof Brugger ausgehend (Markierung 21) bis nach Kröll. Von der Astalm bis zur Gampeshütte auf dem Pfunderer Höhenweg bleiben, weiter Richtung Schmansenhang - Gitsch bis man die Mitterhofalm erreicht.

Abstieg erfolgt über den Weg Nr. 15 vorbei beim Samer und Kalcher bis nach Pfunders. Gehzeit: 5.45 Std.

Höhendifferenz: 1140 m (An- und Abstieg)

Einkehrmöglichkeit: Gasthof Brugger, im Sommer auch Gampeshütte.

Vintl/Pfunderertal: Pfunderer Höhenweg

Wegverlauf:

Auf dem Weg Nr. 19 von Dun aus über die Klamm zum Weitenbergbach und der Weitenbergalm. Von dort aus auf dem Weg Nr. 17 bis zum Talschluß, auf dem Pfunderer Höhenweg bis zur Kellerscharte und dann weiter nach Engberg, Dannelscharte und Weißsteinkar.

Abstieg über Biwak und die Bodental nach Dun.

Gehzeit: 5 Std.

Höhendifferenz: 980 m (An- und Abstieg)

Einkehrmöglichkeit: Duner Heuschupfe und Wegscheiderhof

Meransen: Wandern auf dem Gitschberg

Wegverlauf:

Mit der Kabinenbahn (Talstation 1.400) auf 2.000 m Höhe.

Für Wanderexperten: Von der Bergstation auf den Gipfel des Gitschberges (2.512 m - Panoramaplatzform mit Ausblick auf ca. 500 Berggipfel). Der Abstieg erfolgt auf der Rückseite des Gitschberges bis zum Falzärer Joch und von dort weiter zur Weißalm. Ab hier geht die Route wieder gemeinsam, mit der etwas einfacheren weiter.

Für weniger Geübte: Von der Bergstation zur Zasslerhütte und über den Weg 12 A zur Weißalm (2.177 m). Den Weg 12 A weiter bis zur Lofaine, biegt dort rechts ab zur Wieser- und Pranter Stadelhütte. Der Rückweg führt

durchs Altaßtal, an der Großberghütter vorbei. Gehzeit: Experten ca. 5 Std., weniger Geübte ca. 4 Std.
Höhendifferenz: Experten 500 m Anstieg und 1.100 m Abstieg, weniger Geübte 100 m Anstieg, 700 m Abstieg

Meransen: Scharte - Kiener Alm

Wegverlauf:

Ab der Bergstation der Kabinenbahn (2.198 m) folgt man der Skilifttrasse, am Anfang östlich, dann in Richtung Süden durch teils steile Waldschneisen zur Scharte (Kiener Alm, 1.750 m). Der Heimweg erfolgt entlang der Straße, vorbei am Pichlerhof bis in die Ortsmitte.

Gehzeit: 1,45 Std.

Mühlbach/Vals: Hinterberg - Jochtal

Wegverlauf:

Von Spinges aus durch das Dorf zum Wetterkreuz, auf dem Forstweg zur Hochkaser Alm und der Anratterhütte. Über die Hinterberg-Wiesen geht es weiter zur Bergstation des Jochtal - Sesselliftes (2.009 m) und von dort zum Hinterberg (2.100 m - 3 Std.). Selber Rückweg (2.30 Std)

Gehzeit: 5.30 Std.

terhütte

Mühlbach/Vals: Höhenweg zur Fanealm in Vals

Wegverlauf:

Von der Bergstation aus zum Valler Joch und zu den Schellenberg-Wiesen. Vorbei an der Rotensteinalm zum Peachen Jöchl (2.201 m) und weiter zur Ochsenalm. Von dort aus Richtung Fanealm (1.739 m - 2.15 Std.) Der Rückweg führt über die Talstraße nach Vals. (1.15 Std.) Gehzeit: 3.30 Std.

Schwierigkeitsgrad: Trittsicherheit erforderlich

Einkehrmöglichkeit: Bergrestaurant Jochtal, Gattererhütte und Zingerlehütte auf der Fane Alm

Rundwanderung Aicha/Spinges

Wegverlauf:

Von Aicha führt der Wanderweg (Rot-Weiß Nr. 7) nach Spinges. Auf dem Wanderweg (Rot-Weiß Nr. 9) über die sogenannte "Katzleiter" und vorbei am Urlaubsstöckl kommt man nach Aicha zurück.

Gehzeit: 3 Std.

Schwierigkeitsgrad: mittelschwere Wanderung

Höhendifferenz: 800 m

Rodeneck - Rundlbrücke - Schabs

Wegverlauf:

Ab dem Parkplatz in Vill erfolgt der Abstieg auf dem Waldweg Nr. 1 zur Rundl-Brücke (630 m), von dort aus Aufstieg zum Rundlhof. Auf der Straße zur Roßebene und weiter nach Schabs (772 m - 1 Std.). Der Rückweg erfolgt auf derselben Strecke.

Gehzeit: 2.15 Std.

Länge: 6 km

Höhendifferenz: 400 m (Hin- und Rückweg)

Rodeneck - Kreuzstöckl - Lüsen

Wegverlauf:

Vom Parkplatz/Vill der Markierung Nr. 1 folgen bis zur Straße nach Gifen, dort die Abzweigung nach Spisses nehmen. Vorbei am Vitroler und Planatscherhof auf dem Waldsteig Nr. 1 bis zum Kreuzstöckl (984 m). Danach weiter zum Ploner und auf der Straße zur Lasankenbrück (766 m) und auf der Hauptstraße nach Lüsen (981 m - 3 Std.) Rückweg auf derselben Strecke oder Rückfahrt über Brixen nach Mühlbach (Busverbindung).

Gehzeit: 5.40 Std.

Länge: 19 km (Markierung 1)

Höhendifferenz: 660 m Hin- und Rückweg