



# Panorama

FRANKREICH • SCHWEIZ • ÖSTERREICH • SLOWENIEN • ITALIEN

Spezial

# Hüttentouren

10 großartige Mehrtagestouren  
in den Alpen

Eine Sonderveröffentlichung  
von DAV Panorama 2023



**4 Sämtis-Runde**  
Alles nur nicht langweilig! 26



**3 Tessin**  
Seen, Berge, Einsamkeit 20



**2 Zwischen Biella und Aostatal**  
Spukgeschichten auf der Südseite der Viertausender 12



**1 Nationalpark Vanoise**  
Ein Huhn der Sonderklasse 4



**10 Piccole Dolomiti**  
Vom Rechner in die Berge 70



**5 Vinschgau**  
Bilder im Kopf 32



**6 Sarntaler Hufeisentour**  
Einsam im Glück 46



**9 Triglav**  
Zu Besuch beim Dreiköpfigen 64



## Auf in den Bergsommer!

**Rauskommen** – das ist schon was anderes: Das Ziel liegt einige Tagesetappen entfernt Richtung Horizont, hinter einer Handvoll Bergketten. Schon die Vorbereitung der Mehrtagestour ist eine kleine Herausforderung: Routenverlauf, Hüttenübernachtungen buchen, Rucksack mit Bedacht packen, ein wenig Kondition aufbauen kann auch nicht schaden ... Doch die Belohnung ist gewiss: Wer einmal ein paar Tage so richtig Strecke gemacht hat, wird schnell gepackt vom Fieber „Hüttentouren“.

**Ankommen** – endlich erscheint die Hütte im Blick. Die Aussicht auf ein kühles Getränk und einen Kaiserschmarrn, eine gesellige Runde beim Abendessen und eine erholsame Nacht im Lager – sofern niemand den Wald absägt – mobilisiert die letzten Reserven. Mit dem Wissen, dass auch der nächste Tag aufregende Abenteuer birgt, sollten süße Träume gewiss sein.

**Oben sein** – was für ein schönes Gefühl: Früh morgens die ersten Sonnenstrahlen in der frischen Luft auf der Hüttenterrasse genießen, wenn sich die Berggipfel mit scharfen Konturen vor dem klaren Himmel abzeichnen. Und oben bleiben: Gipfelziele mitnehmen, die vom Tal aus ohne Übernachtung nicht so leicht erreichbar wären. Auch ein kleines „Rauskommen“ mit vielleicht zwei oder drei Übernachtungen ist möglich und gerade für den Einstieg sehr zu empfehlen.

Aber lesen Sie selbst: Für dieses Spezial haben wir großartige Hüttentouren aus zwei Jahren DAV Panorama ausgewählt. Vielleicht ist Ihre Tour für den kommenden Bergsommer darunter?



**Julia, Philipp und Jonas**  
aus der Redaktion DAV  
Panorama/[alpenverein.de](http://alpenverein.de)

# INHALT

<b>Editorial</b>	<b>3</b>
<b>Impressum</b>	<b>3</b>
<b>Planung Hüttentour</b>	
Checkliste	<b>40</b>
<b>Auf einen Blick</b>	
Wie kommt das	
Essen auf die Hütte?	<b>43</b>
<b>So geht das</b>	
Orientierung mit App	<b>44</b>

**Titelbild:** Iris Kürschner.  
Das Rifugio Barma im Naturschutzgebiet Mont Mars wirkt wie eine alte Festung.



**7** Am Großvenediger  
Schatzkiste der Natur **52**



**8** Kitzbüheler Alpen  
Lieblingsplatz **60**

## IMPRESSUM

DAV Panorama Spezial  
2023 – Hüttentouren ist  
eine Sonderveröffentlichung  
von DAV Panorama.

**Inhaber und Verleger**  
Deutscher Alpenverein e.V.  
Anni-Albers-Str. 7  
80807 München  
Tel.: 089/140 03-0  
Fax: 089/140 03-98  
dav-panorama@  
alpenverein.de  
[alpenverein.de/panorama](http://alpenverein.de/panorama)

**Redaktion**  
Georg Hohenester  
(verantwortlich, Adresse  
siehe oben)  
Philipp Radtke (Reportage,  
So geht das, Auf einen Blick)  
Julia Behl (Reportage,  
Service)  
Jonas Kassner (Reportage)

Die Sonderveröffentlichung  
und alle in ihr enthaltenen  
Beiträge und Abbildungen  
sind geschützt. Verwertung  
ohne Einwilligung des  
Verlags ist strafbar. Die  
Beiträge geben die Meinung  
der Verfasser\*innen, nicht  
des Deutschen Alpenvereins  
wieder. Die Redaktion behält  
sich die Kürzung und Be-  
arbeitung von Beiträgen und  
Zuschriften vor. Alle in DAV  
Panorama Spezial 2023 vor-  
gestellten Touren sind nach  
bestem Wissen recherchiert,  
es wird jedoch keinerlei Haf-  
tung für die Richtigkeit der  
Angaben übernommen. Die  
Beiträge ersetzen nicht eine  
korrekte Tourenplanung mit  
Karte, Führer und aktuellen  
Informationsquellen.

An dieser Ausgabe wirkten mit:  
Iris Kürschner, Folkert Lenz,  
Silvia Schmid, Stefan Herbke,  
Franz Güntner, Alix von Melle,  
Michael Prötzel, Max Bolland

**Gestaltung und Produktion**  
Sensit Communication GmbH,  
81543 München, [sensit.de](http://sensit.de)

**Verantwortlich für Anzeigen  
in DAV Panorama**  
Ad Alliance GmbH, Am Baum-  
wall 11, 20459 Hamburg  
Verantwortlich für Anzeigen  
(v.i.S.d.P.):  
Petra Küsel: Head of Brand  
Print+Direct Sales  
Daniela Pormann: Deputy Head  
of Brand Print+Direct Sales  
Anzeigentarif Nr. 57 (ab  
1.1.2023) Es gilt die jeweils  
gültige Anzeigenpreisliste unter  
[ad-alliance.de](http://ad-alliance.de)

**1**

## Entdeckungsrunde auf der Tour de la Vallaisonnay

Dauer max. pro Tag Höchster Punkt Schwierigkeit Beste Zeit

2-3 Tage

1050 Hm,  
5 Std.

Col de la  
Grassaz  
(2637 m)

Mittel-  
schwer, für  
Familien-  
geeignet

Anfang  
Juli bis  
Ende Sep-  
tember



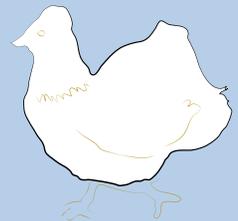
Die Grande Casse (3855 m) ist die Königin und unumstrittene Schönste der Vanoise – hier mit dem Lac du Plan du Lac als Spieglein.



Wandern im  
Nationalpark Vanoise

# Ein Huhn der Sonderklasse

Der Vanoise-Nationalpark begeistert mit erhabenen Landschaften und mit einer Tierfülle, die ihresgleichen sucht. Mit Blick auf die Landkarte erklärt die Autorin obendrein, wo das Huhn steckt.



Text und Fotos: Iris Kürschner

**P**lötzlich ist es ganz still. Die Köpfe hängen im Nacken, weil „Yeti“ in den Himmel zeigt. Ein imposanter Bartgeier kreist elegant durch die Lüfte, als sei er leicht wie eine Feder. „An die sieben Kilo können diese Vögel auf die Waage bringen“, tönt es im Hintergrund, „und die Spannweite der Flügel beträgt nicht selten zweieinhalb Meter.“ „Yeti“ weiß, wovon er redet, er half beim Tragen im Wiederansiedlungsprogramm, ihm wurde auch die Überwachung der Bartgeier aufgetragen. Christophe Gotti, wie „Yeti“ eigentlich heißt, arbeitet seit über 30 Jahren als Parkranger für den Vanoise-Nationalpark. Zugleich ist er Bergführer, Langlauflehrer, Wettkämpfer beim Skibergsteigen und Autor von Wander- und Skiführern. Der Ranger sprüht vor Energie und hat Pranken wie – vielleicht ein Yeti. Das Schöne an Bartgeiern, sagt er, sei ihre Neugier und dass sie gerne auch mal ganz nahe kämen. So wie jetzt. Das Wanderpublikum, das sich auf der Terrasse des Refuge du Col du Palet zusammengefunden hat, ist begeistert. Und Gotti ist mit seinen Ausführungen noch lange nicht zu Ende, zeigt geduldig seine Fotos, die er von all den Tieren hier geschossen hat. Königsadler fräßen gerne Murmeltiere, und der

Wolf sei wieder zurückgekehrt, ein Rudel lebe im Nachbartal, im Vallon de Rosuel.

Will man die Lage des Vanoise-Massivs erklären, kann man gleich im Tierreich bleiben. La poule – in Frankreich lernt jedes Schulkind, wie leicht die Gebirgsgruppe auf der Landkarte im Gewirr der französischen Bergketten zu entdecken ist. Denn das durch die Täler der Isère (Tarentaise genannt) und Arc (Maurienne genannt) umschlossene Gebiet nur wenig südwestlich des Mont Blanc hat unverkennbar die Form eines Huhns und sticht sofort ins Auge. Im Hinterteil der Henne befindet sich der Vanoise-Nationalpark. Der älteste Nationalpark Frankreichs, 1963 gegründet, um das Aussterben des Steinwilds zu verhindern, zeigt sich mittlerweile in überwältigender Tierfülle. Damals kraxelten nur noch vierzig Steinböcke durch das Hochgebirge, heute sind es rund zweitausend Exemplare, so Gotti. Ähnlich hoch ist die Zahl der Gämssen.

Völlig isoliert im Nordosten des Nationalparks liegt das Refuge du Col du Palet. Es ist eine von 16 Hütten, die dem Nationalpark gehören. Insgesamt aber verteilen sich 54 Stützpunkte auf 530 km<sup>2</sup>. „Das ist einzigartig“, sagt

Gotti. „Kein anderes Gebiet in den Alpen hat so viele Hütten auf relativ kleinem Raum.“ Diese Hüttdichte macht hier das Wandern besonders leicht. Allein an der Tour de la Vallaisonnay befinden sich neun Refuges, darunter auch das am Col du Palet. Eine Vorzeigehütte, was die Energiebilanz betrifft. Seit 2015 wird sie zu 100 Prozent energieautark betrieben. Mit dem Prototypen einer Kombination aus Fotovoltaik, Wasserstoffproduktion und Brennstoffzelle versucht man neue Wege zu gehen. Zuvor hätte es immer wieder Probleme mit der Energieversorgung dieses abgelegenen Stützpunkts gegeben, erklärt Gotti, weil die von den Solarmodulen erzeugte elektrische Energie nicht länger als drei Tage gespeichert werden konnte. Es reichte nicht für den Betrieb der Trinkwasserhebepum-

---

Kein anderes  
Gebiet in den  
Alpen hat so  
viele Hütten  
auf relativ klei-  
nem Raum.

---

pe, deshalb musste man einen Diesel-Generator einsetzen. Um die Speicherung der Sonnenenergie zu optimieren und so auch den Generator zu erübrigen, entwickelte der Park den innovativen Prototypen: Überschüssige Solarenergie erzeugt Wasserstoff durch Elektrolyse von Wasser, die Brennstoffzelle wandelt bei Bedarf den Wasserstoff wieder zu Strom. Eine geniale, saubere Energietechnologie ganz ohne Treibhausgas. Begeistert sind wir auch von der netten Hüttenwirtin, die mit viel Herzlichkeit und Engagement den Betrieb führt. Bérengère Vallat wollte vor einigen Jahren als Architekturstudentin mit dem Ferienjob eigentlich nur etwas Geld verdienen. Es gefiel der 28-Jährigen so gut, dass sie ihr Studium erst mal auf Halde legte, um die Zeit nun in den Bergen zu genießen. Bei ihr sieht es





nicht nach Arbeit aus, sie strahlt über beide Ohren, wenn sie ihr leckeres Brot bäckt oder deftigen Eintopf kocht.

Dieter und ich wollen die schönsten Runden herausfinden, und die Tour de la Vallaisonnay gehört definitiv dazu. Wir gestalten sie zu einer Zweitagestour, die im Hochtal von Champagny beginnt und endet. Ein Bilderbuch-Hochtal, wo

sich in üppigen Blumenwiesen archaische Weiler betten und überm Kopf die Gletscher glitzern. Nicht selbstverständlich, denn ein Tal weiter stehen Retortensiedlungen ins Auge. Eine Kunstwelt aus Beton und Hässlichkeit, die im Sommer tot erscheint, im Winter aber zum Skizirkus erblüht. Gigantische Wintersportzentren wie Les Trois Vallées, Les Arcs und Val d'Isère konfron-

**In den Cirques de Pralognan zeigt die Vanoise ihre wilde Seite. Das Refuge du Col du Palet wird mit regenerativer Energie versorgt und bietet feine Verpflegung. Geradezu legendär sogar ist der Beaufortkäse der Alp Ritort – über so einen Leckerbissen würden sich auch Murmeltiere mit Bandscheibenbeschwerden freuen.**



Hinter den Wollgraswiesen im Biotop Bellecombe überragt der Dent Parrachée (3695 m) das Tal von Termignon.

tieren. Sie zeigen aber auch, wie wichtig es ist, Landschaften zu schützen. Der Vanoise-Nationalpark ist so geblieben wie bei unserem ersten Besuch vor über 20 Jahren: unverbaut und traumhaft schön. Unzählige Seen, weite Hochplateaus und wilde Gebirgskessel, so genannte Cirques, prägen seine Landschaft. Unser Favorit bezogen auf Letzteres: die Tour des Cirques de Pralognan.

Pralognan im Herzen des Nationalparks strahlt noch immer den Charme eines Bergsteigerdorfs aus. Von hier starteten der britische Alpenpionier William Mathews und seine Führer Michel Croz und Etienne Favre im Jahre 1860, um die Grande Casse, den höchsten Gipfel der Vanoise, als Erste zu besteigen. Die Königin der Vanoise, unverkennbar ihre Form und doch von allen Seiten anders, wandelbar wie eine Diva. Schon von der Tour de la Vallaisonnay konnten wir sie bewundern. Von Pralognan aus zeigt sie ihre markanteste Seite. Wie ein Rüssel zieht sich ein Gletscher vom eingeschnittenen

(cassé = gebrochen) Haupt der Grande Casse herab. Über diese Seite führt auch der Weg der Erstbesteiger und heutige Normalweg. Eine strenge Route, die, je mehr der Gletscher schmilzt, umso heikler wird, hatte uns Gotti gewarnt. Seit geraumer Zeit herrschen meist nur noch im Juni gute Bedingungen.

Damals mussten Mathews, Croz und Favre 1100 Stufen schlagen, um den 45 Grad steilen Eishang zu bewältigen. Mathews gehört zu den fünf Briten, die im August 1857 auf dem Gipfel des Finsteraarhorns beschlossen, den ersten alpinen Club der Welt zu gründen, was denn auch vier Monate später offiziell in London geschah.

Viele kämen zügellos umsonst, bevor die Grande Casse sie gewähren lasse, sagt Gotti. Aber was heißt hier umsonst. Allein ihr Anblick bleibt eine Augenweide – Blickfang auf dem Weg zwischen Pralognan und dem Col de la Vanoise. Unterwegs biegen wir ab, um durch den Cirque de l'Arcelin zum Cirque du Grand Marchet aufzu-

steigen. Wasserfälle stieben von lotrechten Wänden. Sie bilden reißende Gebirgsbäche, die im Grund der Felsenkessel sanft und friedlich durch Moorbiotope mäandern.

Unterm Pic de la Vieille Femme wartet das Refuge de la Valette auf uns. Vier schmucke Holzhütten im Stil von Finnenhäusern, die seit dem Sommer 2019 von Julie und Baptiste bewirtschaftet werden. Das junge Paar – er Ingenieur, sie Tierärztin – zieht ein Leben in der Natur vor und will etwas bewirken. Es stellte die Hüttenkost auf Bio um und möchte jetzt auch andere Hütten dafür gewinnen, sich überwiegend mit lokalen Produkten beliefern zu lassen. Julie serviert uns zur Begrüßung einen köstlichen Kuchen aus wildem Rhabarber. „Der wächst direkt vorm Haus, ist milder und weniger pelzig“, sagt sie und zeigt aufs nahe Gestrüpp. Überhaupt sammle sie seit Coronazeiten mehr Kräuter, um nicht so oft einkaufen gehen zu müssen, schmunzelt Julie. Viel

Zeit verbringen die beiden in der Küche. Applaus nach dem Abendessen ist die Antwort der Gäste.

Ein überirdisches Lichtspektakel lockt plötzlich alle nach draußen. Die Grande Casse glüht, dann die ganze Felsbarriere hinter der Hütte und im Süden die Aiguille de Polset. Ihr vergletschertes Antlitz begleitet uns anderntags auf dem Höhenweg zum Cirque du Génepy. Gletscher anschauen, solange es

sie noch gibt. Auch im Vanoise-Massiv lässt die Klimaerwärmung das Eisvolumen stark zurückgehen. Der vom Dôme de l'Arpont herabfließende Glacier du Génepy zeigt sich im Hochsommer nur noch in Flecken, aus denen Bäche und Wasserfälle herausfließen. Als würde er weinen ... Die Szenerie wirkt nach wie vor sehr imposant.

Einen Kontrast setzt die liebliche Almlandschaft eines breiten Hochtals mit der Alp Ritort, besprenkelt von Tarentaise-Kühen, mit deren Milch der berühmte Beaufortkäse gleich vor Ort hergestellt wird. Als Käse-Fans lassen wir uns das nicht entgehen. Zweimal am Tag, vormittags

---

**La Grande Casse: unverkennbar ihre Form und doch von allen Seiten anders, wandelbar wie eine Diva.**

---



NATIONALPARK VANOISE



**VAUDE**

*The Spirit of Mountain Sports*

# Fair, funktional und klimaneutral\*

VAUDE Bekleidung und Ausrüstung  
für deine Outdoor-Erlebnisse.



\* VAUDE und alle VAUDE-Produkte sind klimaneutral. Die Emissionen aus Mobilität, Materialien, Herstellungsprozess und Versand werden ganzheitlich ermittelt und systematisch reduziert. Aktuell nicht vermeidbare Emissionen werden vollständig über die unabhängige Non-Profit-Organisation „myclimate“ kompensiert.  
[vau.de/klimaneutral](http://vau.de/klimaneutral)



**Abendrot an der Grande Casse,  
gesehen vom Refuge de la Valette.  
Nahe dem Plan du Lac liegt die ver-  
lassene Alp la Chavière.**

und abends gegen halb sechs Uhr, kann man durch Glasfenster die Produktion beobachten. Degustieren und ein ordentliches Stück Käse einkaufen liegt auf der Hand. „Bon appétit“ wünscht uns der Käser. 19-jährig tingelte Gaël als Backpacker durch die Welt. Er jobbte auf der Alp und blieb hängen. Das war 1998. Gaël Machet ist muskelbepackt, denn die Arbeit ist hart. Die Käselaiber wiegen um die 40 Kilo, regelmäßig müssen sie in der Schatzkammer gewendet werden, zwischen 350 und 400 Stück pro Saison.

Der Beaufort, gehuldigt als „Prinz der Greyerzer“, gibt vielen lokalen Gerichten einen beson-



INFO



**Anreise:** Zentrale Ankunftspunkte mit ÖV sind in der Tarentaise die Bahnhöfe von Moûtiers und Bourg-St-Maurice, in der Maurienne der Bahnhof von Modane. Von dort sind die diversen Nationalpark-Täler per Bus erreichbar.

**Wichtige Webadressen:** [vanoise-parcnational.fr](http://vanoise-parcnational.fr), [pralognan.com](http://pralognan.com), [saintefoy-tarentaise.com](http://saintefoy-tarentaise.com), [haute-maurienne-vanoise.com](http://haute-maurienne-vanoise.com), Tour de la Vallaisonnay: [vanoiserando.fr](http://vanoiserando.fr)

**Hütten:**

- ▶ Refuge du Col du Palet (2587 m), Tel.: 0033/(0)668 28 52 47, [refuge-coldupalet.vanoise.com](http://refuge-coldupalet.vanoise.com)
- ▶ Refuge de la Valette (2590 m), Tel.: 0033/(0)665 64 57 36, [refuge-valette.vanoise.com](http://refuge-valette.vanoise.com)
- ▶ Refuge le Repoju (1710 m), Tel.: 0033/(0)683 58 21 73, [refuge-repoju.com](http://refuge-repoju.com)
- ▶ Refuge du Lac Blanc (2290 m), Tel.: 0033/(0)627 20 29 04, [refugedulacblanc-vanoise.com](http://refugedulacblanc-vanoise.com)
- ▶ Refuge de Plan du Lac (2368 m), Tel.: 0033/(0)479 20 50 85, [refuge-plandulac.vanoise.com](http://refuge-plandulac.vanoise.com)
- ▶ Refuge d'Entre-Deux-Eaux (2128 m), Tel.: 0033/(0)479 59 60 37, [refuges-vanoise.com](http://refuges-vanoise.com)
- ▶ Refuge de l'Arpont (2290 m), Tel.: 0033/(0)783 48 42 27, [refuge-arpont.vanoise.com](http://refuge-arpont.vanoise.com)



**Hotel-Tipps:**

- ▶ Hotel Le Monal in Ste-Foy Tarentaise, cooles Ambiente, feine Küche, Tel.: 0033/(0)4 79 06 90 07, [le-monal.com](http://le-monal.com).
- ▶ L'Auberge d'Oul, archaisch und ruhig im Dorfkern von Bonneval-sur-Arc, savoyardische Spezialitäten, Treffpunkt Einheimischer, Tel.: 0033/(0)4 79 05 87 99, [aubergedoul.com](http://aubergedoul.com).

**Literatur:**

Iris Kürschner: Wanderführer Vanoise, Bergverlag Rother 2021 (enthält alle erwähnten Routen – und mehr)



Mächtig spiegelt sich der Dent Parrachée in der Seeperle unterhalb der Hütte.

deren Goût. Den Crozets (Teigwaren) zum Beispiel. Im Restaurant „Bergerie“ in Les Prioux, das an unserer Runde liegt, werden sie ganz savoyardisch mit Diots serviert, Würsten, in denen neben Fleisch auch Grünzeug wie Lauch und Spinat verarbeitet ist. Zur Bergerie gehört das Refuge Repoju, beide urig, man fühlt sich fast wie zu Pionierzeiten. „Repoju heißen im Patois, dem loka-

len Dialekt, die Ruhebänke“, erzählt uns Patron Nicolas, „dazumal, als die Säumer auf dem Rücken Salz und Käse über die Pässe transportierten“, hinüber in die Maurienne und weiter in den Süden. Heute folgen diesen historischen Handelsrouten große Weitwanderwege wie der GR 5 und der GR 55. Vom einen kann man auf den anderen abbiegen und das Herz des Nationalparks, die Vanoisegletscher, umrunden. Dabei lernt man auch das Hochplateau von Termignon kennen. Eine abgefahrene Landschaft, aus deren Wiesenprarie die Gletscherberge wachsen und sich in einem Dutzend Seen spiegeln.

Mehrere Hütten gibt es – Qual der Wahl. Das Refuge du Lac Blanc beispielsweise könnte nicht schöner liegen. Mächtig spiegelt sich der Dent Parrachée in der Seeperle unterhalb der Hütte. Ebenso genial liegt das Refuge de Plan du Lac. La Grande Casse zeigt sich doppelt. Selbst dann, wenn nicht zu viel vom selbst gemachten Kräutertlikör, dem Génepy von Guilhem, genossen wurde. Stolz ist der Hüttenwirt aber vor allem auch auf sein batteriebetriebenes Geländefahrzeug. Damit können auch behinderte Menschen hier coole Touren unternehmen. Zudem ist die Unterkunft barrierefrei ausgebaut und leicht von Termignon aus über ein Sträßchen erreichbar. Nur ein dreiviertelstündiger Fußmarsch trennt sie von der ältesten Unterkunft, dem Refuge d'Entre-Deux-Eaux, Herberge seit 1908 an der Route du Sel et Fromage. Von dort starten wir eines Morgens zu den Lacs des Lozières hinauf. Es folgt ein grandioser Höhenweg zum Refuge de l'Arpont. Kurzweilig wegen des ständig wechselnden Panoramas, aber auch wegen der Steinböcke, die kokettieren, als wären sie beim Fotoshooting auf dem Laufsteg. Selbst die Murmeltiere kommen so nah, als hätten sie nichts zu befürchten. Vertrauen, das wir erst wieder lernen müssen.



**Iris Kürschner** war bei der Arbeit für ihre Führer-Neuaufgabe so begeistert, dass sie gleich wieder in die Vanoise möchte.

Dauer	max. pro Tag	Höchster Punkt	Schwierigkeit	Beste Zeit
-------	--------------	----------------	---------------	------------

5 Tage	1490 Hm, 7 ½ Std.	Monte Mars (2600 m)	Anspruchsvoll, Kombi aus Klettersteig und alpiner Bergtour	Juli - September
--------	-------------------	---------------------	--	------------------



Das Rifugio Coda auf 2280 Metern ist berühmt für seine einzigartige Lage auf dem Kamm und die legendären „Zuccherini“ der Wirtin.



Zwischen Biella und Aostatal

# Spukgeschichten auf der Südseite der Viertausender

Im Biellese ist alles möglich, selbst auf den Mars zu steigen. Das Gebirge zwischen dem piemontesischen Biella und dem Aostatal birgt verwunschene Winkel und in manchem spukt es sogar. Deshalb gehen Iris Kürschner und Dieter Haas hier immer wieder gerne auf Entdeckungstour.

---

Text und Fotos: Iris Kürschner

---

**D**ie Dielen knarzen, als würde jemand durchs Haus schleichen. Eine steile Wendeltreppe führt nach oben. Da und dort gehen Gänge ab. Verwinkelt und verwirrend die Wegführung. Hätte man's eilig oder wäre in Gedanken, könnte man leicht über eine dicke Holztruhe stolpern. Sie sieht aus wie eine Schatztruhe. Spooky. Und so wirkt auch die äußere Hülle des Gebäudes: wie ein filmreifes Spukhaus mit seinem Türmchen, den Arkaden und verschnörkelten Säulen. Ein bisschen gruselig, würde Nebel wallend Fata Morgana spielen. Herrlich mystisch bei Dunkelheit, wenn sich die Milchstraße funkelnd darüber spannt. Mucksmäuschenstill ist's, wenn das Gebälk nicht wieder mal knarzt und auch die Straße gesperrt ist, die an der Locanda Galleria Rosazza direkt vorbeiführt. Dann dürfen die Frühstückstische auf der Straße stehen und man genießt abgasfrei die schöne Landschaft, den freien Blick über das Biellese in die Poebene. Dort, wo sich die Hänge aus der Ebene zu den Alpen aufschwingen, zieht die Strada Panoramica Zegna durch. Vermarktet als schönste Panoramastraße des Piemont, musste ihre Fortsetzung wegen eines Erdbebens gesperrt werden – nun liegt sie seit einem Jahr im Dornröschenschlaf. Wir freuen uns darüber und würden uns wünschen, dass man sie für immer als Rad- und Fußgängerzone belässt.

Die Galleria Rosazza ließ der Rechtsanwalt und Senator Federico Rosazza Pistolet Ende des 19. Jahrhunderts erbauen, erzählt uns Wirtin Simona beim Frühstück. Damit gab es eine direktere Verbindung vom Dorf Rosazza im Oberen Cervotal nach Oropa. Den dazwischenliegenden Kamm durchbohrt ein schnurgerader Tunnel, eben diese Galleria Rosazza, in die nun die Morgensonne streift, während wir zufrieden am Cappuccino nippen. Simona holt aus, erzählt von der Strada Panoramica Zegna, die erst in den 1930er Jahren entstand. Sie führt von Trivero nach Rosazza. Textilfabrikant Ermenegildo Zegna, dessen Firma zum Weltmarktführer im Bereich Herrenkollektionen aufstieg, wollte damit die Regionalentwicklung fördern. Mit der Textil- und Wollindustrie war in Biella, der kleinsten Provinz des Piemonts, Wohlstand eingezogen.



Die Alta Via Alpi Biellese begeistert: eine verwegene Route entlang der Kamm-schneide, die das Biellese von der Aosta-region trennt.

Geschäfte mit Barockportalen und prächtige Villen säumen so manche Straße. Begehrt sind die Outlet Stores der Textilmanufakturen, die einen günstigen Direktverkauf bieten. Industriearb- ne investierten einen Teil ihres Geldes in die Natur, so wurde ein ganzer Hügel über Biella in einen Garten Eden verwandelt. Der Parco Burcina begeistert mit schönen Blumenarrangements unter Sequoiabäumen, Pinien und Zedern. Oder die Oasi Zegna, wo mit Aufforstung, Zierpflanzen und neuen Wanderwegen ein rege genutztes Erholungsrevier entstand.

Dieter und mir aber steht der Sinn mehr nach wilder Natur. Gerade die gibt es hier zur Genüge, weil die italienische Mehrheit eben gewisse Ansprüche an die Bequemlichkeit stellt und deshalb lieber in Straßennähe bleibt. Die Alta Via Alpi Biellese (AVAB) beispielsweise begeistert uns: eine verwegene Route entlang der Kamm- schneide, die das Biellese von der Aostaregion trennt. Für uns einer der schönsten Panorama- steige der Südalpen. Es wirkt, als würde man hautnah an den Viertausendern stehen, an Mont Blanc, Matterhorn, Monte Rosa. Gleichzeitig breitet sich im Süden die italienische Tiefebene aus und es fällt leicht, sich am Horizont das Meer vorzustellen.

Dennoch ist die Route kaum bekannt, folglich kaum begangen. Eine Kombination aus Kletter- steig und alpiner Bergtour. Aufregend, span- nend, weil eben nicht jeder Tritt abgesichert ist. Dass hier vieles „unberührt“ blieb, hat vielleicht auch damit zu tun, dass in Biella 1987 auf Initi- ative von Reinhold Messner Mountain Wilder-

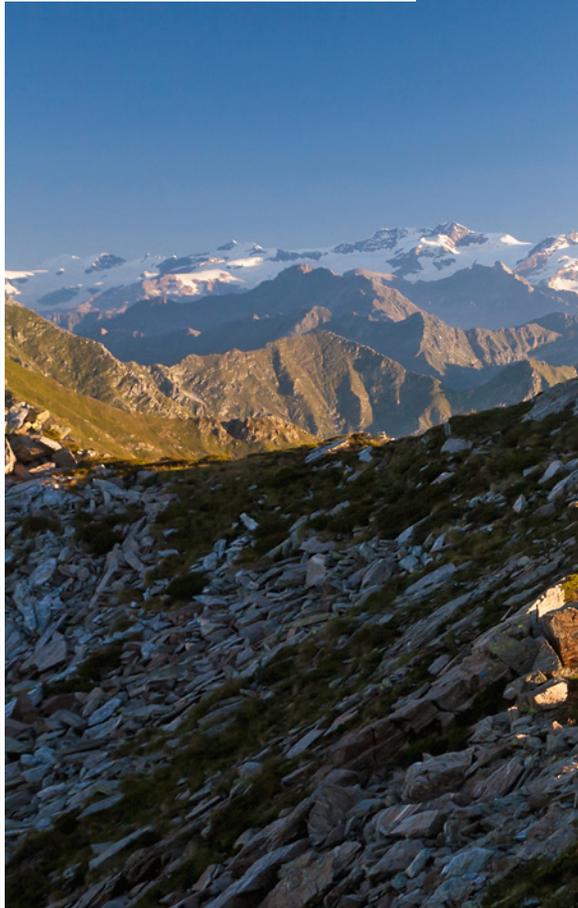


In Piedicavallo endet die Wanderung auf der Alta Via Alpi Biellese; unterwegs gibt es magische Ausblicke wie hier vom Mombarone und Einblicke in die Gedankenwelt der Bergziegen am Monte Rosso. Mit „Zuccherini“, in Hochprozentiges eingelegten Zuckerstücken, überzeugt Christina auf dem Rifugio Coda.





Fast filmreif: die Locanda Galleria Rosazza; später hat man auf der Etappe zum Rifugio Lago della Vecchia (1488 m) auf dem Blockgelände der Punta Lej Long stets den Monte Rosa im Blick, und am Rifugio Barma bieten sich Seen für eine ausgedehnte Pause an.



ness gegründet wurde. Die längst internationale Bewegung verfolgt das Ziel, die Berge vor zu starker Infrastruktur zu schützen. „Ich wollte die Bewegung ursprünglich White Wilderness nennen“, verriet Messner damals in einem Interview, denn er sieht es als wichtig an, dass weiße Flecken auf der Landkarte bleiben. Ein „... Freiraum. Da ist die Stille, da ist die Einsamkeit, da ist das unverbaute Land daheim.“

Aber es ist nicht nur diese Alta Via, die uns ins Hinterland von Biella zieht. Sondern die Mischung aus Wildnis und jahrtausendealter Kultur. Pilger- und Kreuzwege durchziehen die Landschaft. Da stößt man mitten im Wald auf wundersame Kapellen, aus deren Schatten sich fast geisterhaft kunstvolle Fresken lösen. Man kann in Klöstern übernachten, sich von deren Kräutergärten in-

Als hätte man hier Zugang zu Höherem, so zeigt sich die ganze Umgebung rund um Oropa, eines der wichtigsten Heiligtümer Italiens.

spirieren lassen, dem Heilwissen nachspüren, Kunstschätze bewundern. Verknüpft man die AVAB zu einer Runde, erlebt man beides, und die Locanda Galleria Rosazza liegt direkt am Weg. Gleich jenseits des Scheiteltunnels an der verwunschenen Herberge trifft man im Talgrund auf Oropa, eines der wichtigsten Heiligtümer Italiens. Seit 2003 auch UNESCO-Weltkulturerbe. Beim Bummel durch diese gigantische Anlage, die man in einer doch eher unscheinbaren Gebirgsfalte nicht vermutet hätte, kommt man aus dem Staunen nicht mehr raus. Allein schon die Kuppel der Basilika, 80 Meter hoch, weist auf außergewöhnliche Dimensionen hin. Als hätte man hier Zugang zu Höherem, zeigt sich die ganze Umgebung, im speziellen Rosazza, das Dorf im Oberen Cervotal, zu dem von der Locanda die



Straße in die andere Richtung führt. „Un borgo misterioso“ bezeichnet es Simona und zeigt uns die esoterischen Symbole im Mauerwerk der Locanda, die auch im Ortsbild von Rosazza auftauchen und auf die Freimaurerei hinweisen.

Wir erfahren, dass Federico Rosazza Pistolet, 1813 im Dorf geboren, bereits früh zwei Schicksalsschläge verkraften musste: den Tod seiner Frau und seiner einzigen, erst 16-jährigen Tochter. Er suchte Hilfe im Okkulten, schloss sich mit dem Maler und Architekten, Medium und Freimaurer Giuseppe Maffei zusammen. Gemeinsam machten sie sich die Umgestaltung des Dorfes zur Lebensaufgabe. Von ihren Reisen durch viele Stilrichtungen inspiriert und geleitet von einer inneren Führung entstand ein ganz ungewöhnliches Dorf. Beispielsweise zeigt sich die Kirche im lom-

bardischen Stil, anderes erinnert an Schottland, wie die Schlosstürme des Castello di Rosazza. Zwischen den alten Walserhäusern eine interessante Mischung. Simona, der einst Ikonen-Restaurateurin, hatte diese Geschichte schon immer fasziniert und als dann die Locanda zur Bewirtschaftung ausgeschrieben war, zugegriffen. Nicht nur, dass Rosazza den Einheimischen die Jobs gab, er schaffte auch bessere Arbeitsbedingungen, als es in jener Zeit üblich war. So bekamen die Frauen mehr Lohn und es galten striktere Sicherheitsregeln. Kein einziger Arbeiter sei beim Bau der Straße umgekommen. Mitunter spuke der Geist von Rosazza noch durchs Haus, höre sie Schritte, wenn keiner da sei. Aber vielleicht sind es ja



## IN DEN ALPEN VON BIELLA

**Anreise:** Gute Zugverbindungen nach Biella. Von dort Busverbindungen nach Graglia, Oropa und ins Cervotal (Piedicavallo, Rosazza).

**Information:** [atl.biella.it](http://atl.biella.it)

### Unterkünfte:

- ▶ Rifugio Mobarone, Mitte Juni bis Sept., Tel.: 0039/391 351 50 56.
- ▶ Rifugio Coda, Juli bis Mitte Sept., Juni und Sept./Okt. an Wochenenden, Tel.: 0039/015/256 24 05, [rifugiocoda.it](http://rifugiocoda.it).
- ▶ Capanna Renata al Monte Camino, Mitte Juli bis Anfang Sept., Tel.: 0039/015/204 37.
- ▶ Rifugio Lago della Vecchia, Juni bis Mitte Sept., bis Mitte Okt. an Wochenenden, Tel.: 0039/015/885 32 32, [rifujodellaveccchia.com](http://rifujodellaveccchia.com).
- ▶ Locanda della Galleria Rosazza, Tel.: 0039/015/885 32 20 oder 337/24 74 40, [galleriarosazza.com](http://galleriarosazza.com).
- ▶ Rifugio Barma, Tel.: 0039/0125/190 62 40 oder 331/108 70 09, [rifugiobarma.it](http://rifugiobarma.it).

### Alta Via Alpi Biellese:

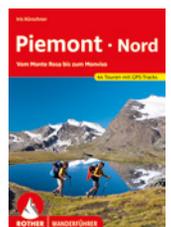
- 1.Tag:** Santuario di Graglia – Rifugio Mobarone 4 ½ Std., 1490 Hm ↗
  - 2.Tag:** Rifugio Mobarone – Rifugio Coda 3 ½ Std., 426 Hm ↗, 458 Hm ↘
  - 3.Tag:** Rifugio Coda – Capanna Renata 5 Std., 678 Hm ↗, 607 Hm ↘
  - 4.Tag:** Capanna Renata – Rifugio Lago della Vecchia 7 ½ Std., 839 Hm ↗, 1318 Hm ↘
  - 5.Tag:** Rifugio Lago della Vecchia – Piedicavallo 1 ½ Std., 823 Hm ↘
- Per Bus zurück nach Biella oder auf der GTA über Rosazza und die Galleria di Rosazza bis Oropa, ca. 6 ½ Std.

### Rund um den Monte Mars:

- ▶ Bergstation am Monte Camino – Rifugio Barma 1 Std.
- ▶ Rifugio Barma – Rifugio Coda 4 - 5 Std.
- ▶ Rifugio Coda – Bergstation Oropa Sport 1 ½ Std., über den Monte Mars 1 Std. länger.
- ▶ Infos zur Seilbahn unter [funivieoropa.it/orari-e-tariffe-funivie-oropa/](http://funivieoropa.it/orari-e-tariffe-funivie-oropa/)

**Karten:** Carta dei Sentieri del Biellese, eine Serie aus fünf Karten 1:25.000, deckt das gesamte Biellese ab. Für die vorgestellte Route benötigt es: Il Biellese Nord-Occidentale, Foglio 2.

**Literatur:** Wanderführer Piemont Nord, Iris Kürschner, Bergverlag Rother.



Saftige Wiesen, unterbrochen von Felsen und kleinen Seen – ein Markenzeichen der Reserva Naturale del Monte Mars. Markierungen weisen den Weg zum Mars.

auch die Siebenschläfer, die nachts ihr Unwesen treiben, schmunzelt Simona.

Als ein besonderer Gipfel im Kammverlauf der AVAB erweist sich der Monte Mars. Nicht nur seines Namens wegen und weil er der Höchste der Biellese-Alpen ist, sondern weil er in einer Landschaft von besonderer Bedeutung liegt. Um diese genauer zu betrachten, umrundet man den Monte Mars am besten, weil das Naturschutzgebiet, die seit 1993 geschützte Reserva Naturale del Monte Mars, nur die Aosta-Seite umfasst. Hinzugelangen geht ganz leicht, denn von Oropa befördert erst eine Seilbahn (wegen Wartungsarbeiten geschlossen, Stand 4/2023), dann ein nostalgischer Korblift weit nach droben. Vor allem Letzteres macht riesigen Spaß: Man schwebt in seinem halben Käfig durch die Landschaft wie ein Alien. Oropa schrumpft, die Poebene wächst. Genauso schnell wechselt das saftige Grün in alpine Brache. Und bald steht man auf dem Monte Camino und kann auch in die andere Richtung staunen, wo sich die Haute Volée der Walliser Viertausender hautnah aufreht. Nur fünf Minuten von der Bergstation entfernt, teilt man freilich den Gipfel des Öfteren mit Schaulustigen, doch dem Kamm gefolgt, ist man rasch alleine. Farbpunkte leiten durch Blockfeldgelände bis zum Colle della Barma, wo man wieder auf einen Wanderweg trifft.

Der Pass trennt das Biellese vom Aostatal. Zu



Füßen im Westen betten sich in vom Gletscher ausgeschliffene Mulden glitzernde Seeaugen und leuchtend grüne Biotope. Ein zauberhafter Kontrast zu den Schuttflanken der umliegenden Berge. Auf einem kleinen Plateau zwischen den Seen liegt das Rifugio Barma. Ein Neubau, dabei wirkt es wie eine alte Festung. Kleine Steinhäuser bilden einen Kreis, als wollten sie alles rundum überwachen. Wegen der Grasdächer fügt sich der Komplex perfekt in die Landschaft ein.

Eigentlich erstaunlich, dass in einem Naturschutzgebiet gebaut werden durfte. Vielleicht machte es die Lage am legendären Pilgerweg nach Oropa sowie an der Alta Via Nr. 1 notwendig. Mit Fördergeldern startete die Gemeinde Fontainemore bereits im Jahr 2000 das Hüttenprojekt. Doch nach Fertigstellung stand es einige Jahre leer, wollte sich niemand für die Pacht finden, erzählt uns Greta Armani. Ihre Eltern hatten sich, gemeinsam mit der Familie ihrer Tante 2019 entschieden, das Abenteuer der Bewirtschaftung anzugehen. Seither hilft Greta während ihrer sommerlichen Semesterferien mit. Und da sie in Passau studiert, führte Greta auch eine gewisse Exotik ein, so steht gelegentlich eine Cena Bavarese auf der Karte: ein bayerisches Abendessen mit in Bier geschmorter Schweinshaxe, Kässpätzle und Kaiserschmarrn. Demnächst könnte es Blåbärs-soppa oder Köttbullar sein, denn Greta plant die Fortsetzung ihres Studiums in Schweden. Jetzt aber freuen sich Dieter und ich auf die mediterrane Küche, lassen uns hauchdünn geschnittenes Carpaccio auf der Zunge zergehen, im Anschluss Salbeignocchi und Tiramisu.

Weil die Anlage um einen Felsen herum gebaut wurde, gab man ihr den Namen Barma. So heißt im einheimischen Patois ein vorstehender, eine Höhle bildender Fels, ein Unterschlupf. Sich nur für eine Nacht einzuquartieren, wäre definitiv zu kurz, um diesen gediegenen „Unterschlupf“ angemessen zu genießen. Sichtmauerwerk und Lärchenholz sorgen für Gemütlichkeit. Man kann sich auch in einen Hängesessel fläzen und durch Panoramafenster zu See und Bergen träumen. Oben über den Kamm führt die AVAB. Eine Stippvisite als Tagesausflug geht auch. Selbst an Sonntagen ist es hier einsam, da die meisten Gäste um die Seen bummeln, baden oder sich am Ufer

Unter einem glitzert das Lichtermeer der Poebene, als spiegle sich der Sternenhimmel und die Luft summt voller Glühwürmchen.



Gemeinsam mit Dieter Haas ist Bergjournalistin **Iris Kürschner** gern im Biellese unterwegs – und entdeckt immer wieder Neues. Seien es Spukgeschichten, Gipfelpanoramen oder ganz besondere Unterkünfte.

sonnen. In einem 400 Jahre alten Walserhaus etwas tiefer im Tal lebt die Familie Armani, dort sind die drei Geschwister Greta, Emil und Eric aufgewachsen. Nicht etwa nordische, sondern typische Walsernamen, lacht Greta, als wir nachfragen. Das Tal der Lys gehöre zu den Hochtälern südlich des Monte Rosa, wo sich im Mittelalter die ersten Walserfamilien niederließen.

Draußen bullert die Hitze und man freut sich über die Kühle spendenden Räumlichkeiten. Genial sind die Solartubes, die das Sonnenlicht in die Waschräume und Gänge zaubern. Architektonisch hat man sich hier etwas einfallen lassen, leider auch Lichtschalter am Schlafplatz, die nachts leuchten, sowie unserer Meinung nach völlig unnötige Händetrockner, die beim Einschlafen stören. Mag sein, dass auch der Vollmond seine Wirkung tut. Gespenstisch beleuchtet er das natürliche Amphitheater.

Anderntags folgen wir dem Sentiero del Lys wie auch der Alta Via Nr. 1 Richtung Coda. Im Auf und Ab schlängelt sich der Pfad über Alpterrassen nach Süden. Wir begegnen einer Herde neugieriger Ziegen und ein paar Rindern. Nicht wenige Alphütten aber machen einen verlassenem Eindruck. Nach ein paar Stunden verlässt der Weg die bequeme Höhenlinie und führt quasi direttissima zur Krete, die wir am Colle Sella erreichen. Schön, dass unterwegs ein kleiner See Abkühlung erlaubt. So erreichen wir nicht verschwitzt, sondern erfrischt das Rifugio Coda. Seine Lage direkt auf dem Kamm macht es einzigartig, aber auch die herzliche Hüttenwirtin Christina Chiappo, die den Stützpunkt gemeinsam mit ihrer Schwester Laura bereits seit 32 Jahren führt. Legendär sind ihre „Zuccherini“. Über der Theke reihen sich die Gläser der in Hochprozentigem eingelegten Zuckerstücke. Ob Zimt, Orange oder ein anderer Gusto, ein Zuccherino auf die Zunge gelegt, ergibt gewaltige Geschmackskonstellationen. Am lustigsten wird es mit Nelke. Warum, wird nicht verraten. So gediegen die eine, so einfach die andere: eine Hütte der alten Schule. Kein Lichtschalter leuchtet, kein Händetrockner brüllt. Dafür glitzert des Nachts unter einem das Lichtermeer der Poebene, als spiegle sich der Sternenhimmel. Summt die Luft voller Glühwürmchen. Aber vielleicht spukt es ja auch nur.

Dauer	max. pro Tag	Höchster Punkt	Schwierig- keit	Beste Zeit
5 Tage	1700 Hm, 8 Std.	Passo Grandi- nagia (2694 m)	Anspruchs- volle Runde in alpinem Ambiente	Mitte Juli bis Mitte September



„Trekking dei laghetti alpini“. So heißt eine spannende Weitwanderrunde im Tessiner Maggia-Tal. Seen gibt es reichlich auf der Fünf-Tages-Tour. Und auch alpin geht es zur Sache. Eine Langstrecken-Wanderung für bergsteigerisch gestandene Einsamkeit-Suchende.

---

Text und Fotos: Folkert Lenz

---

**W**enn Ash nur dürfte, wie er will. Dann würde er sicher zu den Murmeltieren hinübersprinten, die auf der anderen Seite der Wiese auf der Alpe Toggia pfeifen. Oder er würde der Fährte des Steinbocks folgen, der sich ganz oben in den Gipfelfelsen des Poncione di Braga zu einem Nickerchen hingelegt hat. So aber muss sich der Border-Collie-Mischling an der Bocchetta di Val Maggia darauf beschränken, seine Wanderbegleitung um ihre Pausenbrote anzubetteln.



Bergwandern im Maggia-Tal

# Seen, Berge, Einsamkeit



**Tessiner Bergvielfalt! Hinter dem Peccia-Tal zieren Corona di Redorta und Monte Zucchero den Horizont.**

Ash ist mit seinem Herrchen Matteo Zanoli unterwegs auf dem „Trekking dei laghetti alpini“ im hintersten Maggia-Tal. Zanoli ist so etwas wie der oberste Wegewart der Region Locarno und er hat diese Streckenführung 2019 mit entwickelt: über 60 Kilometer auf und ab in alpinem und weltabgeschiedenem Ambiente.

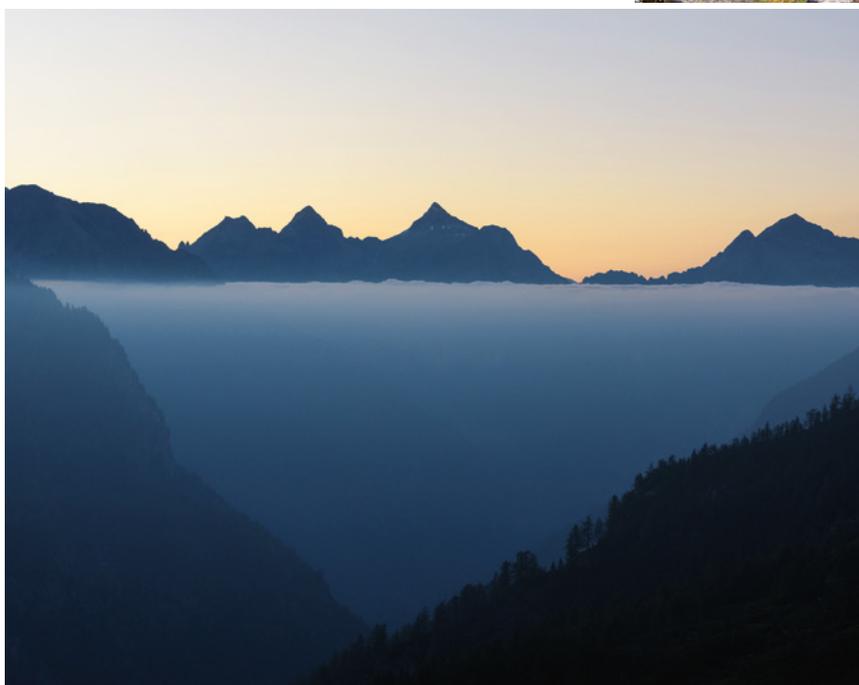
Los geht's in Fusio (1289 m): Alte, beige und bunt verputzte Steinhäuser scharen sich pittoresk um den markanten Glockenturm. Gerade mal ein paar Dutzend Menschen wohnen hier

noch. Ein steiles Sträßchen führt in die Einsamkeit der oberen Vallemaggia und bald in den Lärchenwald. „Die Bäume und ihr Schatten machen das Wandern in den heißen Sommern im Tessin erträglich“, sagt der Wanderführer Pierre Crivelli. Ohne große Umschweife steigt der Weg zur Alpe di Röd an, wo das Ödland beginnt. Noch sind es vor allem Schafherden, die über den neu geschaffenen Pfad laufen.

Zwei Jäger kommen der Gruppe entgegen. Stolz berichten sie, gerade einen Hirschen erlegt zu haben. Das bleibt vorerst die einzige Begegnung. Tief sind die Täler im schweizerischen Südkanton Ticino, entsprechend lang die Anstiege. Das tun sich nicht allzu viele an. Schon der erste Pass, die Bocchetta di Pisone (2478 m), will erkämpft sein. Rund 1200 Höhenmeter sind es von Fusio bis zum Übergang vom Val Lavizzara ins einsame Peccia-Tal. Dass die Scharte lange Zeit nicht mehr benutzt wurde, zeigt sich beim Abstieg: Beim Wegebau wurden zwar hilfreiche Stufen in die Steilwiesen gehackt. Ein Fehltritt aber ist in der Flanke nicht angesagt, denn der hätte fatale Folgen. Bei Nässe oder gar Schnee ist diese Passage zum Tourauftakt wohl die heikelste. Zumal zum konditionell fordernden Tagwerk noch ein 1000-Meter-Downhill und ein Gegenanstieg hinauf zur Capanna Poncione di Braga (2001 m) gehören. ▶

Das Kuhglockengeläut von der Waldweide der Alpe Srödan signalisiert dann aber: Bald ist die Hütte erreicht, puh! Auf der Eingangsschwelle hat sich schon Ivan Mattei aufgebaut. Der junge Wirt versorgt nicht nur die gelegentlich heraufkommenden Gäste: Mit seinen drei Schwestern kümmert er sich auch um 140 rostbraune Highland-Rinder. Die tragen zum lokalen Mahl aus der offenen Küche der Hirten-WG bei. Das Ragout auf der Pasta „stammt von den Tieren, die da draußen rumspazieren“, erläutert Mattei. Genau wie die Fleischstreifen zum nächsten Gang. Möhren und Salat kommen aus dem Bauerngarten der Familie im Tal, die Kräuter standen bis eben noch im Topf neben der Hüttentür. Frischer geht's nicht! „Ein nachhaltiges Null-Kilometer-Menü also“, frohlockt der Guide Pierre Crivelli.

Der lässt am nächsten Morgen schon im Frühtau starten. Hinauf geht's über Weiden, durch Alpenrosenfelder oder über glatte Felsplatten zum Froda-See (2363 m). Weiter oben verläuft der Weg über dem Taldunst, die Gipfel der Tessiner Alpen tauchen einer nach dem anderen im Panorama auf. Der Geologie-Fan Crivelli kommt in Fahrt: Brauner Fels und Quarzadern hier, gleich gegenüber ganz anderes Gestein.



„Hier sehen wir uralte Sedimentschichten von den Meeresböden – und gleich daneben Gestein der Europäischen Erdplatte.“

Einige kleine Schneefelder später ist die Bocchetta della Froda (2691 m) erreicht. Und beim Abstieg nach Robiei wartet ein landschaftlicher Höhepunkt. Kleine Teiche, einzelne Pfützen und – natürlich – die Seen, die dem alpinen Trekking den Namen verpasst haben: Zahllose glitzernde Wasseraugen blinken im Licht, als der Pfad die Geröllflanken und Steilhänge hinunterführt. Von oben sehen alle Seen eigentlich grün aus. Doch die Namen sagen anderes. Der Lago Bianco zum Beispiel sei ein Stausee, sagt Pierre Crivelli. Das Gletscherwasser, das darin gesammelt wird, erscheine weiß – wegen der Mineralien. Und der Lago Nero wirke doch wirklich schwarz und dunkel, oder? Na ja ... Eine holprige Que-

# Hütten Zustiege Übergänge

Foto: Julian Rohn



Stein-reich sind die Tessiner Berge, und reich an Wasser. Ob als Morgennebel über dem Val Lavizzara oder an den Boden-Seen unter dem Kastelhorn.

Zahllose glitzernde Wasser-  
augen blinken im Licht, als der Pfad die Geröllflanken hinunterführt.

rung noch zur Basòdino-Hütte (1855 m) hinüber, dann geht wieder ein vielständiger Wandertag zu Ende.

Das traditionelle Haus aus grobem, grauem Fels mag bei seinem Bau 1926 eine alpinistisch gute Lage gehabt haben: weit oben im Bavona-Tal und fern der Zivilisation. Heute schwebt die Schwerlast-Gondel der Maggia-Kraftwerke direkt über das Hüttendach. Werksseilbahnen, Strommasten und asphaltierte Wirtschaftsstraßen bilden ein Netz zwischen Staumauern, Turbinenhäusern und Ausgleichsbecken der Wasserwirtschaft in Robiei. So freuen sich die Naturliebhaber der Wandergruppe, als der Hütehund Ash sie zielstrebig ins Valletta di Fiorina treibt.

Weit unter dem Basòdino-Gletscher schlängelt sich der Pfad nun empor. Das flache Eisfeld unter dem höchsten Gipfel hier (3272 m) hatte schon



## Kostenfreier Download



**Android**  
• Google play

**iPhone**  
• App Store





am Vortag die Blicke auf sich gezogen. Dort oben herrscht hochalpines Ambiente, etliche Berg-Etagen weiter unten wiegen sich Wollgrasfelder im Wind, als der Trupp mal wieder eines der zahllosen namenlosen Seelein passiert. 14 „alpine Seen“ werden auf der Route offiziell versprochen – mindestens! Allerorten blitzen Gumpen und Weiher in der Sonne, auch auf der anderen Seite der Bocchetta di Val Maggia (2633 m), als es beschwerlich durch Blockwerk zu den beiden wässrigen Augen der Laghi Boden hinabgeht. Und dann breitet sich auch schon die azurblaue, gekräuselte Fläche des Lago Toggia vor den Weitwander\*innen aus – die übrigens nicht auf ständig gemütliche Trails hoffen sollten, sondern immer wieder auf alten Hirten-, Jäger- und Viehpfaden unterwegs sind.

Am Fahnenmast vor dem Rifugio Maria Luisa (2160 m) knattern drei Flaggen im Wind: das Schweizer Kreuz, die blaue Europa-Fahne und die italienische Trikolore – hier im Val Formazza macht die Route einen Schlenker nach Italien. Zwar hatte man im Tessin die Idee für das „Trekking dei laghetti alpini“. Doch beim Hüttenwirt Giovanni Maceraudi rannten sie damit offene Türen ein. Der hisst die drei National-Wimpel nämlich schon seit Langem gemeinsam. Die Stippvisite nach Bella Italia erlaubt Dolce Vita beim Abendessen mit Pasta und Vino Rosso.

**INFO** Mehr Infos: [alpenverein.de/213-1](http://alpenverein.de/213-1)



### TREKKING DEI LAGHETTI ALPINI

Mehrtagesrunde im nördlichsten Zipfel des Maggia-Tals auf teils wenig begangenen Wegen mit alpinem Ambiente – besonders bei widrigen Verhältnissen nicht zu unterschätzen. Rund 60 Kilometer und 5000 Höhenmeter sind in fünf Tagen zu absolvieren, bei Schwierigkeiten bis T4 (schwarz).

**Startpunkt:** Fusio (1289 m), Busverbindung von Locarno.

**Infos:** [viaaltavallelaggia.ch](http://viaaltavallelaggia.ch)

**Karte:** Swisstopo 1:50.000, Blätter 265 Nufenenpass und 266 Valle Leventina.

**Beste Zeit:** Mitte Juli bis Mitte September.

#### Etappen:

1. Fusio – Bocchetta di Pisone (2478 m) – Capanna Poncione di Braga (2001 m), 1700 Hm  $\nearrow$ , 1200 Hm  $\searrow$ , 8 Std.
2. Bocchetta della Froda (2691 m) – Capanna Basòdino (1855 m), 850 Hm  $\nearrow$ , 1000 Hm  $\searrow$ , 6 Std.
3. Bocchetta di Val Maggia (2633 m) – Rifugio Maria Luisa (2160 m), 800 Hm  $\nearrow$ , 500 Hm  $\searrow$ , 4 Std.
4. Passo San Giacomo (2306 m) – Passo Grandinaglia (2694 m) – Capanna Cristallina (2566 m), 1100 Hm  $\nearrow$ , 650 Hm  $\searrow$ , 6 Std.
5. Passo del Narèt (2437 m) – Fusio (1289 m), 550 Hm  $\nearrow$ , 1600 Hm  $\searrow$ , 8 Std.

Der Landschaftscharakter bleibt gleich, jeder Meter ist anders. Steinhütten an der Alpe di Röd, ausgesetztes Wandern über dem Lago dei Cavagnö, ein Bach durch Wollgraswiesen bei Randinascia oberhalb von Robiei.

Der Lago Toggia – wieder ein Stausee – prägt die nächste Etappe, weil der Weg zum Passo San Giacomo (2306 m) an seinem Ufer verläuft. Am Pass bei der kleinen weißen Kapelle endet die Italo-Eskapade, hier ist wieder Schweizer Boden erreicht. Von der gegenüberliegenden Talflanke des Val Bedretto grüßen die Gipfel der südlichen Urner Alpen herüber, derweil schlängelt sich der Weiterweg steil zum Passo Grandinaglia (2694 m) hinauf, dem höchsten Punkt der Tour. Dieser Abschnitt ist zwar blau-weiß markiert, was für „schwerer Weg“ steht, präsentiert sich aber harmlos. „Bei Schnee sieht das ganz anders aus, dann wird es schnell heikel“, warnt der „Pfadfinder“ Zanolì.

Die Crux der fünf Tage wartet beim folgenden Wegstück oberhalb des Lago dei Cavagnö: Kurze

**Berg-Hund Ash huscht die Absätze hinauf, dass die Wandergruppe kaum folgen kann.**

Kletterei, ein steiles Hartschneefeld und heikle Schleicherei über kiesbestreute Felsplatten geben der Passage den rechten Pfiff. Kein Problem für den tierischen Begleiter: Ash hat sein Leben lang als Berg-Hund nichts anderes gemacht und huscht die Absätze hinauf, dass die Wandergruppe kaum folgen kann. Nach der traumhaft schönen Passage oberhalb des Cavagnö-Sees ist es noch mal ein ordentliches Stück bis zum Etappenziel, der Capanna Cristallina (2566 m).

Kantig, praktisch, gut: 1999 wurde die schuhkartonartige Hütte eröffnet, nachdem eine Lawine den Vorgänger vom Pass gefegt hatte. Der Ausblick von der Panorama-Terrasse ist gigantisch am Abend. Von hinten wärmt das aufgeheizte Holz der Fassade. Von vorne strahlt das warme Orange des Dämmerlichts, wenn die Sonne hinter den Gletscherflächen am Basòdino untergeht. Eisig kalt ist es dagegen am nächsten Morgen, als Ash in der Frühe zum Aufbruch drängt. Die Hunde-Nacht unter der Veranda war wohl ungemütlich.

Hinab ins Val Torta, unter düsteren Felsflanken entlang. Der Vollmond steht am stahlblauen Himmel. Wärmende Sonne verwöhnt die Trekkinggruppe erst am Passo del Narèt (2437 m), wo wieder das Maggia-Tal erreicht ist. Und abermals blinkt dahinter Wasser in der Tiefe: Azurblau erscheint der Lago del Narèt in der Draufsicht. Auch Ash scheint vom Schauspiel gefangen, als weiß schillernde Reflexe über die See-Oberfläche tanzen. Küchenschellen-Felder wiegen sich leicht im Wind. Irgendwann wird aber auch der Vierpfoter unruhig und bettelt bei Herrchen Matteo Zanolì: weiter jetzt! Er will seinen fünftägigen Kontrollgang auf dem Seen-Trekking beenden – und er weiß, dass die Schlussetappe nach Fusio sich zieht. So lässt sich Ash auch vom keck pfeifenden Murmeltier oberhalb der Alpe di Campo la Torba nicht beirren.



**Folkert Lenz**, altgedienter Alpin- und Outdoor-Journalist und -Fotograf mit Basislager im Norden, war vom berggängigen Begleiter Ash genauso überzeugt wie von der Routenführung.

Dauer	max. pro Tag	Höchster Punkt	Schwierig- keit	Beste Zeit
5 Tage	1250 Hm, 6 Std.	Säntis (2502 m)	Schwere Bergwan- derung, seilver- sicherte Passagen	Ende Juni bis Mitte Oktober

Unterwegs im Alpstein

# Alles nur nicht langweilig!

Mal messerscharf, mal als zarte Silhouette, mal versteckt und wolkenverhangen ragt der Säntis über dem Bodensee auf. Vielversprechend dominiert er den Alpstein – und das Alpenpanorama. Wer ihm nahegekommen ist, wurde noch nicht enttäuscht.

---

Text und Fotos: Silvia Schmid

---

**I**ns Appenzell möchtest du?“ Der ältere Herr neben mir schmunzelt bei der Erinnerung. „Das geht nicht, die fressen dich auf!“ Das hätten alle zu ihm gesagt, damals, vor mehr als 40 Jahren. Wir sitzen in goldenes Licht getaucht zwischen Säntis und Altmann im Appenzeller Land. Noch schwebt die Sonne eine Handbreit über dem zarten Nebelmeer, aus dem die Gipfelketten des Schweizer Alpenhauptkamms wie dunkle Flossen herausragen. Drüben, im Norden, ist der Bodensee längst im Dunst ver-



Logenplatz über dem  
Nebelmeer am Rot-  
steinpass – nur noch  
die Gipfel südlich des  
Alpsteins ragen heraus.

sunken. „Und macht ein Appenzeller den Mund auf, so kommt ein Witz heraus“, erfahre ich noch. „Also, zumindest das, was er dafür hält.“

Hier, vor dem Berggasthaus Rotsteinpass, genießen einige Einheimische und viele aus aller Welt die letzten Sonnenstrahlen. Schwungvoll gleiten die drei fast parallel verlaufenden, mit eindrucksvollen Kletterwänden bestückten Bergkämme des Alpsteins von diesem „Steg“ zwischen Säntis, Altmann und Mutschen Richtung Osten hinunter nach Wasserauen und

Brülisau. Die Hochtäler dazwischen überraschen mit zauberhaften Almen und tiefblauen Seen. Ein gar nicht so kleines Paradies, das so gut wie allen etwas zu bieten hat.

Selbst jenen, die es bequem mögen: Die 1935 eröffnete Säntis-Schwebebahn bringt pro Jahr um die 430.000 Gäste von Schwägalp im Westen auf den mit allen touristischen Highlights ausgestatteten Gipfel. Ach ja, und dann gibt es da auch noch die Bergwelt und dieses unglaubliche Panorama ... Dabei fing alles ganz beschaulich an:

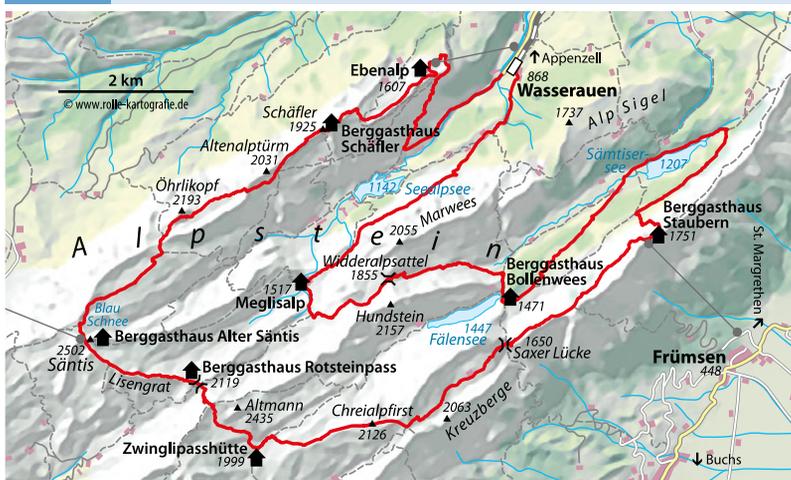


1846 eröffnete eine einfache Schutzhütte mit dem klingenden Namen „Grand Hotel Thörig“, ab 1882 wurden in der Wetterwarte erste Daten gesammelt. Die bestätigten, dass der Säntis ein Berg der Wetterextreme ist. In die Schlagzeilen kam er 1922: wegen eines Doppelmordes an dem Ehepaar, das in der Wetterwarte gerade Dienst hatte.

Die Schwebebahn gab es damals noch nicht, man hing noch ganz anderen Plänen nach: Von Appenzell aus sollte eine Zahnradbahn über Wasserauen, Meglisalp und die Wagenlücke zum Gipfel rollen. Der Bau der Gleise wurde indessen in Wasserauen abrupt gestoppt – das Projekt wurde zu teuer. Doch bis heute fährt das „Appenzeller Bähnli“ bis dorthin und sorgt dafür, dass dieser interessante Ausgangspunkt umweltfreundlich zu erreichen ist. Per Gondel geht es hinauf zur Ebenalp mit dem Äscher-Wildkirchli in Spazierdistanz – einem der „Hotspots“ des Alpsteins. In den Höhlen wurden Bärenknochen und Werkzeug aus der Steinzeit gefunden, 1658 zog der erste Eremit in die kleine, in eine Grotte geduckte Kapelle ein.

Fast ein halbes Jahrtausend herrschte Ruhe, dann entdeckten Blogger\*innen den Ort. Als das Äscher-Wildkirchli 2015 dann auch noch zum schönsten Ort der Welt gekürt wurde und die Titelseite von „National Geographic – Places of a Lifetime“ zierte, war es ganz aus mit der Gemüt-

## INFO



### ALPSTEIN RUNDWANDERUNG

Informationen zu Berggasthäusern und Hütten sind unter [appenzell.ch](http://appenzell.ch) aufgelistet, eine Reservierung ist unbedingt zu empfehlen.

**Beste Jahreszeit:** Ende Juni bis Mitte Oktober

#### Etappen:

1. Wasserauen (868 m) – Äscher-Wildkirchli (1454 m) – Ebenalp (1640 m) – Schäfli (1925 m)
  - ▶ Gehzeit: ca. 2 Std. (Ebenalp) bzw. 3 Std. (Schäfli), leichte Bergwanderung
  - ▶ Übernachtung: Gasthaus Ebenalp oder Schäfli
2. Schäfli (1925 m) – Lötzisälplisattel (1898 m) – Säntis (2502 m) – Lisengrat – Rotsteinpass (2119 m)
  - ▶ Gehzeit: ca. 6 Std., schwere Bergwanderung mit seilversicherten Passagen
  - ▶ Übernachtung: Gasthaus Rotsteinpass
  - ▶ Abstiegsmöglichkeit: Vom Rotsteinpass über Meglisalp nach Wasserauen (ca. 3 ¼ Std., mittelschwer)
3. Rotsteinpass (2119 m) – Altmannsattel (2334 m) – Zwinglipasshütte (1999 m) – Mutschensattel (2068 m) – Saxer Lücke (1650 m) – Stäuberenkanzel (1745 m)
  - ▶ Gehzeit: ca. 4 Std., schwer bis zum Altmannsattel, dann mittelschwere Bergwanderung
  - ▶ Übernachtung: Gasthaus Stäuberen
  - ▶ Abstecher: Altmannsattel (2367 m) – Altmann (2435 m, ca. 15 Min., Kletterei II, nicht abgesichert)
  - ▶ Mutschensattel (2068 m) – Mutschen (2122 m, ca. 10 Min., mittelschwere Bergwanderung)
  - ▶ Abstiegsmöglichkeit: Vom Altmannsattel nach Brülisau (ca. 4 Std., Abstieg vom Altmannsattel schwer, dann leicht)
  - ▶ Von Stäuberen nach Brülisau/Wasserauen (ca. 3 Std., leicht)
4. Stäuberenkanzel (1745 m) – Geologenweg bis zur Abzweigung Plattenbödeli (1589 m) – Plattenbödeli (1279 m) – Sämtisersee (1207 m) – Fählensee (1447 m)
  - ▶ Gehzeit: 3 Std., leichte Bergwanderung; Übernachtung: Gasthaus Bollenwees oder Hundsteinhütte (SAC) am Fählensee
  - ▶ Abstecher: Hoher Kasten (1749 m, ca. 30 Min., leicht)
  - ▶ Abstiegsmöglichkeit: Vom Plattenbödeli Abstieg nach Brülisau/Wasserauen (ca. 1 Std., leicht)
5. Fählensee (1447 m) – Widderalpsattel (1855 m) – Meglisalp (1517 m) – über die Schrennen oder am Seelipsee vorbei nach Wasserauen
  - ▶ Gehzeit: ca. 6 Std., leichte Bergwanderung

#### Anfahrt:

Wasserauen/Brülisau: Internationale Zugverbindungen bis Konstanz oder St. Margrethen; Regio-Bahn nach Herisau, mit dem Appenzeller Bähnli bis Wasserauen

#### Weitere Informationen:

Appenzell Tourismus, CH-9050 Appenzell, Tel.: 0041/(0)717/88 96 41, [info@appenzell.ch](mailto:info@appenzell.ch), [appenzell.ch](http://appenzell.ch)

#### Karten:

- ▶ Wanderkarte Appenzellerland, 1:25.000, Appenzeller Verlag
- ▶ Im Internet: [map.geo.admin.ch](http://map.geo.admin.ch) oder [alpenvereinaktiv.com](http://alpenvereinaktiv.com)



**Goldener Morgen am Rotsteinpass und zauberhafter Herbst bei der Saxer Lücke. Noch beschatten die Kreuzberge die Roslenalp. Schon sonnenverwöhnt sind Mutschen und Mutschensattel.**

lichkeit. Dass aus dem kleinen Gasthaus einmal eine Art Rummelplatz wird, ahnte nicht einmal die Wirtsfamilie Knechtle, die dort seit über 30 Jahren wirkte: „Mehr als voll kann es ja wohl nicht werden“, meinten sie. Ein Irrtum: Drei Jahre später übergaben sie die Bewirtschaftung der urigen, an die Felsen geschmiegenen Unterkunft einer Eventagentur.

Doch der Rummel lässt sich umgehen: Vor einigen Jahren sind wir am späten Nachmittag von Wasserauen aus Richtung Seealpsee gewandert und dort zum Äscher abgebogen. Die Menschenmassen waren längst ins Tal zurückgeschwebt, und überraschend schnell ist das Wildkirchli wieder ein stiller, mystischer Ort zum Innehalten. Ein Spazierweg führt weiter durch die Höhlen mit den Ausstellungsstücken zur Ebenalp, wo die „normale“ Bergwelt wieder beginnt. Durch geologisch hochinteressantes, ab-

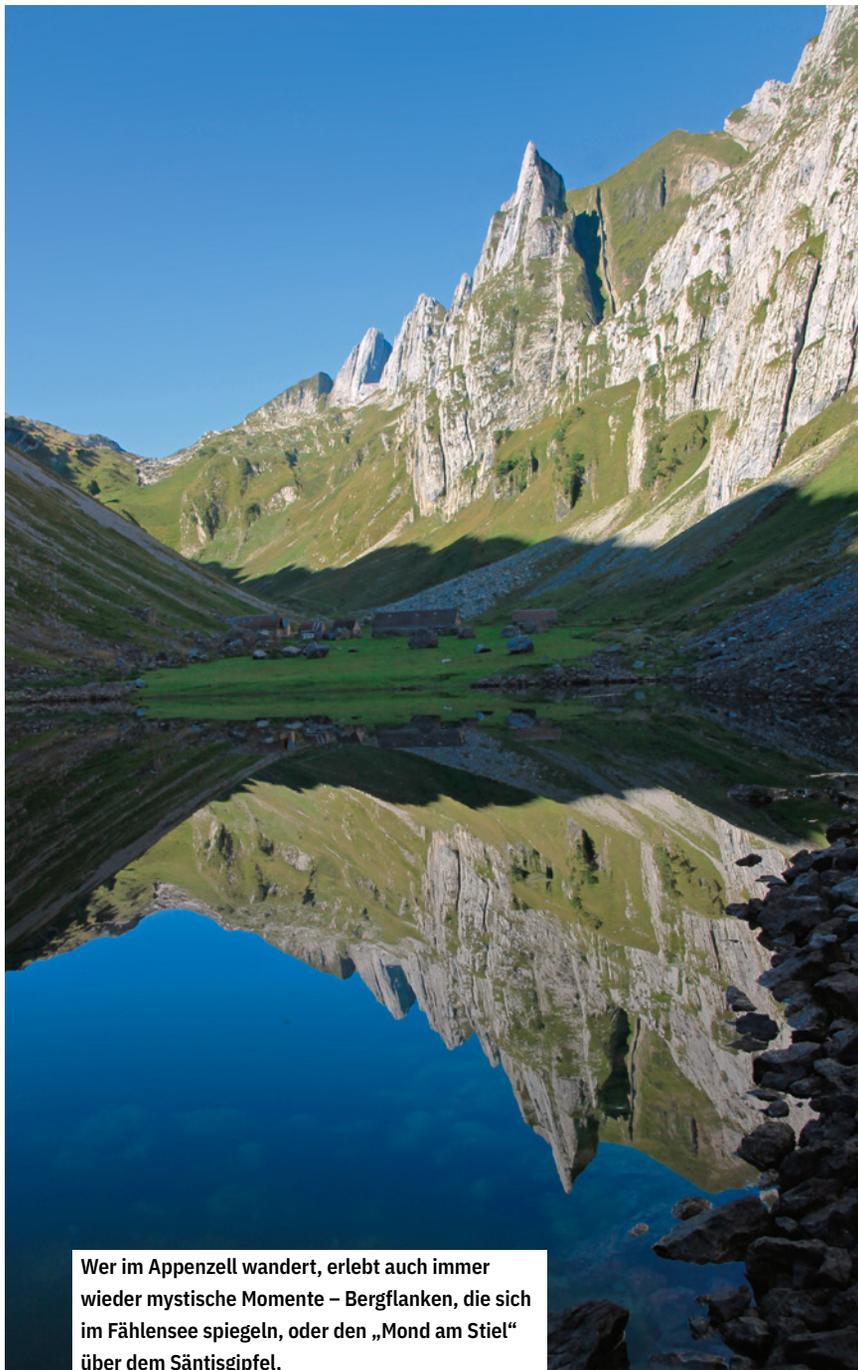
---

### Rund um den Säntis gibt es stille Wege ebenso wie Instagram-Hotspots

---

wechslungsreiches Gelände schlängelt sich der Steig zum Schäfler und vorbei an keck aufgestellten Felsplatten, entlang steiler Grashänge und über schmale Grate bis zum futuristisch gestalteten Gipfel des Säntis. Recht ausgesetzt ist der Steig dann über den Lisengrat zum Rotsteinpass. Wer will, kann hier absteigen zur idyllischen Meglisalp: einem winzigen Dorf, umrahmt von steilen Grashängen und leuchtenden Kalkwänden, mit Kirche, Kühen, Gasthaus, Almhütten und Alphornklängen.

Heute können wir zum Glück gemütlich am Rotsteinpass sitzen bleiben. Wir sind über den südlichsten der drei Alpsteingrate hierher gewandert: Von Brülisau aus zum Sämtisersee und dem Gasthaus Plättenbödeli, wo wir uns in dem kleinen Matratzenlager genüsslich ausstreckten. Am Morgen brodelten die Wolken vom Rheintal herüber, saugten sich am Hohen Kasten fest. Auf dem ersten Abschnitt des „Geologenwegs“ zwischen Hohem Kasten und Saxer Lücke waren wir von Nebel, Bäumen und einem Haufen Schulkinder umgeben. Am gemütlichen



Wer im Appenzell wandert, erlebt auch immer wieder mystische Momente – Bergflanken, die sich im Fählensee spiegeln, oder den „Mond am Stiel“ über dem Säntisgipfel.



Gasthaus Stauberenkanzel ließen wir Nebel und Schulkinder hinter uns. Was für ein Genuss, in Stille und Einsamkeit zur Saxer Lücke zu wandern. Entlang der Kletterwände der Kreuzberge stiegen wir über die malerische Roslenalp zum Mutschen, wo sich ein fantastischer Blick öffnet: hinüber zum Altmann, zu den markanten Churfürsten, tief hinunter ins Rheintal und weiter zu den schönsten Schweizer Gipfeln zwischen Bernina und Berner Oberland.

Fast genauso aussichtsreich geht es über den breiten Rücken vom Roslenalpfirst hinüber zur Zwinglipasshütte. Amüsiert beobachteten wir, wie der Mond für einen Moment wie eine zarte Seifenblase über dem 123 Meter hohen Sendemast des Säntis schwebt. Viel zu schnell erreichten wir die Zwinglipasshütte, wieder einmal rasten wir hier. Einmal, auf dem Weg zum Klettern am Altmann, meinte der Hüttenwirt, dass wir uns diese Schinderei ruhig sparen könnten: „Steigt mir auf den Buckel, dann seid ihr auch auf einen alten Mann geklettert“, schlug er vor. Wir zogen dann aber doch die herrliche Südwestkante vor ...

Bestens behütet wird die Zwinglipasshütte von Mitgliedern der Sektion Toggenburg, die hier abwechselnd Dienst haben. Und immer im Juni treffen sich die „Sherpas vom Zwinglipass“ zur „Hötteträgete“, um rund fünf Tonnen Material hinauf zu ihrer Hütte zu tragen. Uns servieren sie eine herrliche Gemüse-Gerstelsuppe und das obligatorische „Quöllfrisch“. „Ein Bier“ bestellt im Appenzell keiner, obwohl viele es trinken. „Quöllfrisch“ eben, so wie es auf dem in traditionellem Appenzeller Stil gestalteten Etikett steht.

Oben beim Altmannsattel lehnen sich die Felswände an einen schmalen Rücken. Durch die steile Flanke schlängelt sich ein gut abgesicherter Steig hinunter zum Gasthaus am Rotsteinpass. Wir bleiben draußen vor der Hütte sitzen, bis auch die rosa angestrahlten Gipfel düster werden und es mit einem Schlag kalt ist. Als alle in der warmen Stube sitzen, beginnt es draußen zu rumpeln: Steinböcke turnen durch die Felswand und kommen ganz nah zur Hütte.

Die späten Besucher haben sich längst verzogen, als wir am Morgen wieder zum Altmannsattel aufsteigen. Nur zehn Minuten sind es von dort zum Gipfel. Schon früher war der Fels dort blank poliert, und wie erwartet glänzen Griffe

und Tritte speckiger denn je. Ich bin froh, als wir den Gipfel erreicht haben und wieder heil am Sattel ankommen. Auch der weitere, gut abgesicherte Abstieg über bröckelige Felsriegel erfordert Konzentration. Aber bald liegen die Felsen hinter uns, einsam und verlassen ragen die Kletterwände von Fählentürmen, Freiheit und Hundstein neben uns auf. Glatt, fast unwirklich breitet sich der Fählensee aus. Messerscharf spiegeln sich Gipfel und Almhütten im Wasser. Am Ufer sitzend lassen wir den stillen, mystischen Moment auf uns wirken. Dann kommen die ersten Wandersleute vom Gasthaus Bollenwees am Seeufer entlang, der Zauber ist gebrochen und wir steigen ab zu den Almen am Säntisersee.

Bis uns ein Appenzeller Hund den Weg versperrt. „Den musst du am Hals kraulen. Das mag er. Und ich übrigens auch“, ruft uns der Senner zu. Wir fragen, ob er Käse zu verkaufen hat. „Hm“, sagt er und überlegt lange. „Reichen dir 40 Laiber?“ Wir nehmen zwei. Die Rinde sollen wir unbedingt mitessen, betont er. Er habe

Blankpolierte  
Felspassagen,  
Almgelände  
und Uferwege  
an traumhaften  
Seen wechseln  
sich ab.

sie jeden Tag gebürstet. Etwas skeptisch frage ich, mit was er sie denn gebürstet habe. „Ja mit Liebe natürlich, mit was denn sonst?“, lautet die Antwort.

Ein letzter Blick über den Säntisersee zum Hohen Kasten und hinüber zur Saxer Lücke, bevor wir Richtung Brülisau im Wald abtauchen. Wie schön wäre es, wieder einmal in mehreren Etappen diese Bilderbuchlandschaft zu durchwandern. Angst, gefressen zu werden, muss dabei niemand haben. Auch der Wahlappenzeller vom Rotsteinpass schlug vor Jahrzehnten alle Warnungen in den Wind. „Ich habe es gewagt und bin hergezogen. Noch keinen Tag hab ich das bereut“, hat er uns versichert. Eine kurze Pause, sein Lächeln wird breiter. „Aber es ist schon speziell hier. Und langweilig, das war das Appenzell noch nie.“



**Silvia Schmid**, Alpinjournalistin und Redakteurin, lebt in Bad Gastein und in Überlingen am Bodensee. Den Säntis kennt sie so seit Jugendtagen.

# Das Coolste am Wandern? Die Pausen.

Berge, Wiesen und Wälder: Ihr entdeckt heute die Natur? In unserer Ulmer Genusswelt könnt ihr sie sogar probieren. Denn wir haben viele natürliche Snacks, leckeren Seeberger-Kaffee, Kuchen und auch einen Spielplatz für euch da. Kommt vorbei.

Snack bewusst. Snack Seeberger.



Seeberger   
GENUSS  
WELT

## 5 Auf stillen Pfaden durch den Süden der Öztaler Alpen

Dauer	max. pro Tag	Höchster Punkt	Schwierigkeit	Beste Zeit
5 Tage	1265 Hm, 8 ½ Std.	Matscher Joch (3185 m)	Hochalpin; Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich	Anfang Juli bis Ende September

Vom Apfel zum Eis

# Bilder im Kopf

Zwischen Weißkugel und dem Vinschgau taucht man ein in die Stille ursprünglicher Täler, genießt auf einsamen Touren unvergleichliche Ausblicke und entdeckt am Fuß der Weißkugel einen neu markierten Steig, auf dem die Gletscher zum Greifen nah sind.

Text und Fotos: **Stefan Herbke**

**M**eine Begeisterung hat sich in Grenzen gehalten“, erinnert sich Valeria Steck, „denn eigentlich hatte ich nicht geplant, den Sommer auf einer Alm zu verbringen.“ Doch viel zu überlegen gab es damals nicht. Denn vor drei Jahren übernahm ihr Vater die Planeiler Alm – und dazu gehörte neben Ausschank und Küche auch die Sennerei. Kurz vor dem Start der Saison eignete sich die 22-Jährige

das Wissen in einem Sennkurs an. „Damit kam die Leidenschaft fürs Käsen“, erzählt Valeria, „danach allerdings wurde ich ins kalte Wasser geschmissen. Im Kurs klang alles ganz easy, da wird Käse mit hundert Liter Milch gemacht und dann kommt man auf die Alm und hat auf einmal einen Kessel mit 1200 Litern Milch vor sich.“

Mittlerweile hat Valeria Routine, und die Planeiler Alm in einem einsamen Seitental des Vin-



schgaus entwickelte sich zu einem Geheimtipp für Käsefans – bei der Käseolympiade in Galtür werden die Produkte regelmäßig ausgezeichnet. Nicht die einzige Besonderheit der wunderschön gelegenen Alm: Im kilometerlangen Planerler Tal gibt es keine weiteren Jausenstationen. Keine Ausnahme, wie ein Blick auf die vom Vinschgau in die Ötztaler Alpen ziehenden Täler zeigt. „Bei uns gibt es zwar Landschaft im Über-

**Nach einem steilen Aufstieg von der Oberetteshütte kann man mit Blick auf den Ortler und die Königspitze etwas durchschnaufen. Unter dem Nebelmeer verbirgt sich der Vinschgau.**

fluss“, sagt Gerald Burger, Geschäftsführer der Ferienregion Reschenpass, „aber leider wenig Almen, auf denen man einkehren kann.“

Im Grunde ist das gesamte Gebiet zwischen Langtaufers, Vinschgau und dem Schnalstal, das geografisch zu den Ötztaler Alpen zählt, ein ruhiger Fleck inmitten touristisch eher stark besuchter Bergregionen. Erstaunlich, denn hier begeistert eine einsame und faszinierende Landschaft, die vom fast schon mediterranen Vinschgau mit seinen endlosen Apfelplantagen auf rund 600 Meter Höhe bis zur vergletscherten Weißkugel auf 3738 Meter reicht. Einen guten Eindruck von den unterschiedlichen Höhenstufen gewinnt man bereits am ersten Tag einer fünftägigen Runde, auf der man sich Schritt für Schritt vom Vinschgau mit seinen Seen, Wiesen und Wäldern entfernt und schließlich am Fuß der Weißkugel ein Gelände erreicht, das gerade erst vom Gletscher freigegeben scheint.

Am besten startet man die Tour bei der Grauner Alm und wandert so von Beginn an im freien Wiesengelände. Die Wege beim Anstieg auf das Großhorn sind weder breit noch ausgetreten. Vereinzelt helfen ein paar verblasste Markierungen auf Felsblöcken, doch im Grunde sucht man sich seinen Weg auf dem Wiesenrücken selbst. Die Belohnung: Traumhafte Aussichten in den Vinschgau, in dem neben den sattgrünen Wiesen das tiefblaue Wasser von Haider- und Reschensee verführerisch glitzert. Über allem thront als schönstes Motiv der alles beherrschende, leuchtend weiße Ortler. „Da geht dir das Herz auf“, schwärmt auch Gerald Burger, „es ist immer wieder wunderschön, wenn du auf einem Gipfel stehst, auf den Ortler schaust und das Panorama genießt.“ ▶



Traumhaft ist auch die Fortsetzung der Tour zum Mittereck, bei der man sich je nach Lust und Laune seinen eigenen Weg suchen kann. „Wir haben 330 Kilometer Wanderwege in der Region“, erzählt Gerald, „und 30 Gipfel über der 3000-Meter-Marke.“ Viele davon sieht man vom breiten Gipfelrücken und man ahnt beim Blick auf die endlosen Geröll- und Schuttfelder, dass die meisten wenig Besuch erhalten. Selbst auf der Tour über das Mittereck sieht man eher einen Bartgeier als einen (Mit-)Menschen. Von Over-tourismus kann hier keine Rede sein, das weiß auch Gerald Burger: „Die Leute schätzen, dass sie bei uns Ruhe finden.“

Zufrieden scheinen auch die Hühner, Trutzhähne, Schweine und Kühe auf der Planeiler Alm. „Die Kühe stehen Tag und Nacht auf der Weide und kommen nur zum Melken in den Stall“, erzählt Valeria und findet: „Das ist für die

**Über weite Strecken verläuft die Route auf unmarkierten Wegen. Rund 150 Menschen leben in Planeil, Tendenz fallend. Die Käse von Valeria Steck schmecken den Gästen auf der Planeiler Alm – und der Jury der Galtürer Käseolympiade.**

### Ruhige Gegend: Mehr Bartgeier als Menschen

wie Urlaub für uns.“ Für die Sennerin dagegen ist der Sommer sehr arbeitsintensiv. Um halb vier in der Früh steht sie täglich auf, um die Milch vom Vortag zu verkäsen – und tagsüber hilft sie im Service. „Vor einigen Jahren gab es noch 114 Kühe auf der Alm“, weiß Valeria, „heute sind es noch 70 und die kommen aus der kompletten Region – nur drei sind aus Planeil.“ In dem kleinen Ort mit den schmalen Straßen leben rund 150 Menschen, Tendenz fallend. „Früher gab es ein Geschäft und einen Kindergarten“, erinnert sich Valeria, „wir waren 18 Schulkinder – heute sind es fünf.“

Wenigstens ein Gasthaus mit Übernachtungsmöglichkeit gibt es noch, so dass man anderntags direkt vom Quartier starten kann. Über die Spitzige Lun, einen Aussichtsgipfel, geht es hinüber ins erste Bergsteigerdorf Südtirols. Rund 460 Menschen leben im Matscher Tal, das





## Traumhafte Tourenmög- lichkeiten rund um das Berg- steigerdorf Matsch

voll auf Bio setzt. Ein Vorzeigebetrieb ist dabei die Gondaalm mit ihren 85 Milchkühen, die seit dem Sommer 2019 als Bio-Betrieb bewirtschaftet wird. „Die Bauern in Matsch wollen Bioprodukte produzieren“, erklärt Manfred Heinisch vom Glieshof, „mit ihren kleinen Flächen können sie nicht mit den Großbetrieben mithalten und brauchen ein Nischenprodukt, um einen guten Preis zu erzielen.“ Und so entdeckt man auf der gemütlichen Wanderung von Matsch entlang des Ackerwaals zum Glieshof immer wieder Felder, auf denen Beeren, Blumenkohl oder Karotten wachsen.

Ob man jetzt von der Spitzigen Lun über Matsch und den durch die grünen Wiesen verlaufenden Waalweg oder über die höher gelegene Gondaalm zum Glieshof wandert, ist ganz egal. Endpunkt der Etappe ist das in den letzten Jahren ausgebaut Hotel, das mehr als die Hälfte der Übernachtungen des Tales auf sich vereint. „Wir brauchen eine Institution wie die Bergsteigerdörfer, um das Tal bekannt zu machen“, bekräftigt Manfred Hei-

nisch, auch wenn die erhoffte Nachfrage trotz der Auszeichnung bislang eher gering ist. „Ich habe mit mehr Anfragen von Bergsteiger- oder Alpenvereinsgruppen gerechnet“, sagt er. Möglichkeiten zum Wandern, aber auch für Skitouren gibt es jedenfalls genug. „Außerdem ist das Matscher Tal sonnig und hat ein für die Höhenlage sehr angenehmes Klima“, sagt Heinisch.

Und als Höhepunkt die Saldurseen, die zu den schönsten Bergseen Südtirols zählen. Zwar ist der Anstieg abschnittsweise recht steil, doch spätestens an der Seenplatte ist jegliche Anstrengung vergessen. Zwischen 2750 und 3100 Meter Höhe verstecken sich mehrere kleinere und sechs größere Seen – ein siebter ist mittlerweile verlandet. Gleich daneben liegt ein See mit Sandstrand und einer Farbe, die eher an die Karibik erinnert. Statt Palmen prägen endlose Schuttfelder und Moränen diese Bilderbuchlandschaft – Reste der Gletscher, die sich längst in die obersten Winkel der Kare zurückgezogen haben und in einigen Jahren Geschichte sein werden.



VINSCHGAU

Noch größer sind die Moränen beim Abstieg zur Oberetteshütte, die wie eine Oase inmitten grüner Wiesen unterhalb des ehemaligen Oberettesferners steht und eine bewegte Geschichte hat. Schon im Jahr 1883 bot die damalige Karlsbader Hütte ihren Gästen Schutz. Im Jahr 1945 brannte das Haus bis auf die Grundmauern ab, ehe es viele Jahre später neu erbaut und 1988 eingeweiht wurde. Vor zwölf Jahren übernahmen Karin und

Edwin Heinisch die Hütte, für beide eine völlig neue Erfahrung. „Wir hatten vorher gar nichts mit Gastronomie zu tun“, erzählt Edwin, „aber wir haben es einfach mal probiert.“ Mittlerweile sind sie echte Profis und die Hütte ist für ihr gutes Essen bekannt. Anfangs waren sie zu viert hier oben, heute packen sie in der Hauptsaison zu acht an.

War früher die Weißkugel die Hauptattraktion, so locken mittlerweile auch Angebote wie

Die Saldurseen liegen zwischen 2750 und über 3000 Meter Höhe. Umgeben sind sie von Schuttfeldern und Moränen – Reste der Gletscher, die sich seit Jahren weiter zurückziehen. Der Vorgängerbau der Oberetteshütte bot seinen Gästen schon 1883 Schutz.

VER|SICHER|UNGS  
KAMMER  
BAYERN

Ein Stück Sicherheit.

## Beschützen ist unsere Leidenschaft.

Seit König Max 1811 die Versicherung zum Schutz der Menschen gegründet hat.

 Die Versicherungskammer Bayern ist Partner im Bereich Hütten, Wege und Naturschutz.





## EINSAMKEIT IM SÜDEN DER ÖZTALER ALPEN

**Charakter:** Abwechslungsreiche Mehrtagestour, wobei die ersten Etappen von Graun ins Matscher Tal leicht sind. Beim Übergang von den Saldurseen zur Oberretteshütte und auf der Fortsetzung ins Langtaufferer Tal sind Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich. Der Abschnitt Oberretteshütte – Planeilscharte ist zwar neu markiert, doch das Gelände ist anspruchsvoll. Aufpassen muss man in den Blockfeldern, hier benötigt man ein gutes Gespür für die richtige Route. Leichtsteigeisen können für den Planeilferner und im Frühsommer auch für den Abstieg von der Planeilscharte hilfreich sein.

**An- und Rückreise:** Mit der Bahn nach Mals und mit dem Bus nach Graun.

**Beste Zeit:** Anfang Juli bis Ende September.

### Etappen:

1. Graun im Vinschgau (1501 m) – mit dem Wandertaxi (jeden Mo., Di. und auf Vorbestellung, [obervinschgaureisen.com](http://obervinschgaureisen.com)) zur Grauner Alm (2165 m) – Großhorn (2630 m) – Mittereck (Mittereggspitze, 2909 m) – Planeiler Alm (2203 m) – Planeil (1599 m), 945 Hm ↗, 1515 Hm ↘, 5-6 Std.
2. Planeil – Spitzige Lun (2324 m) – Matsch (1580 m) – Glieshof (1824 m, [glieshof.it](http://glieshof.it)), 980 Hm ↗, 745 Hm ↘, 5 ½-6 Std.
3. Glieshof – Saldurseen – Scharke (3020 m) – Oberretteshütte (2670 m, [oberrettes.it](http://oberrettes.it)), 1265 Hm ↗, 410 Hm ↘, 4 ½-5 Std.
4. Oberretteshütte – Speiksee – Matscher Joch (3185 m) – Planeilscharte (3090 m) – Maseben (2267 m, [maseben.it](http://maseben.it)), 1040 Hm ↗, 1455 Hm ↘, 7 ½-8 ½ Std.
5. Maseben – Wetterkreuz (2438 m) – Kaproner Alm (1965 m) – zu Fuß oder mit dem Bus nach Graun, 340 Hm ↗, 1110 Hm ↘, 3 ½-4 Std.

### Karten:

- ▶ Alpenvereinskarte, Blatt 30/2, Ötztaler Alpen – Weißkugel, 1:25.000.
- ▶ Tabacco, Blatt 043, Vinschgauer Oberland 1:25.000.

**Auskunft:** [vinschgau.net](http://vinschgau.net)

„Bergferien für Familien“ der Alpenvereine oder ein markierter Anstieg auf die Schwemmerspitze. Dazu gibt es einen Übergang ins Langtaufferer Tal, der so neu ist, dass er noch nicht einmal in den Landkarten eingezeichnet ist. Vor einigen Jahren wärmte Edwin die alte Idee eines Übergangs wieder auf und fand in Kassian Winkler einen engagierten Unterstützer. Immer wieder hat der Wanderführer das Gelände erkundet, um den optimalen Wegverlauf festzulegen. „Schließlich habe ich angefangen, den Steig zu markieren“, erzählt Kassian, „an einigen plattigen Stellen wurden Eisenstifte gebohrt, im vorletzten Jahr dann zwei Baumstämme als Brücke über den Abfluss vom Matscher Ferner eingeflogen und im Jahr 2020 montierte ich die letzten Schilder.“

Das erste Stück ist identisch mit dem Normalweg zur Weißkugel über den Speiksee, ehe man am Beginn der flachen Querung zum Matscher Ferner die Route verlässt. Der Schriftzug „Matscher Jochsee“, der unübersehbar auf einem vom Gletscher glatt geschliffenen Felsrücken aufgepinselt wurde, gibt die Richtung vor. Die Markierungen führen durch das einst vom Eis geformte Gelände, ehe ein kurzer Abstecher zum Gletschertor des Matscher Ferners führt. Weiter geht es im Auf und Ab durch die Hänge,

Der Übergang ins Langtaufferer Tal ist so neu, dass er noch nicht einmal in den Landkarten verzeichnet ist.

wobei es sich hier keinesfalls um einen Steig, geschweige denn einen Weg handelt. Mit viel Fantasie sind hier und da Trittspuren zu erkennen, mehr nicht. Oder, wie Kassian betont: „Geschauelt wurde nichts.“

Dennoch glaubt man ihm gerne, dass er den bestmöglichen Routenverlauf gefunden hat. „Ich bin sogar auf die Freibrunner Spitze rauf, um den Planeilferner zu umgehen“, erzählt er, „aber



ich habe schnell gesehen, dass man hier niemanden raufschicken kann.“ Und so muss man jetzt nach dem mühsamen Anstieg ins Matscher Joch ein Stück am Rand des Gletschers absteigen. Für Kassian bisher kein Problem, doch im Sommer 2020 war alles ausgeapert. Statt über harmlose Schneefelder führten einige Meter über blankes Eis, das man dank vieler Steine ohne Steigeisen überwinden konnte. Mehr Auf-

**Kassian Winkler hat viele Routenverläufe probiert, bevor er den bestmöglichen gefunden und markiert hat. Für den Übergang über das Matscher Joch und die Planeilscharte sollte man sich dennoch im hochalpinen Gelände souverän bewegen können.**

merksamkeit erforderte der anschließende Gegenanstieg über die Seitenmoräne – gefühlt ist hier alles in Bewegung. „Die Tour ist nur etwas für Leute mit guter Kondition, die zudem schwindelfrei und trittsicher sind“, betont Kassian, der sich in so einem Gelände sichtlich wohlfühlt.

Eine lange Stange auf einem Felsrücken markiert den Ausweg aus dem Blockgelände und die Fortsetzung der Route zur Planeilscharte. Beim Abstieg ins Langtauferer Tal bestätigt sich eindrucksvoll, dass das Gelände überaus anspruchsvoll ist. Es ist alles in Bewegung, einen Steig anzulegen ist aussichtslos – hier kann man nach jedem Winter wieder von vorne anfangen zu schaufeln. Erst weiter unten ist buchstäblich Gras über den Schutthaufen gewachsen und man wandert auf guten Wegen hoch über dem Langtauferer Tal nach Maseben – allerdings nicht, ohne immer wieder zurückzuschauen auf die vergletscherten Gipfel im Talschluss.

Als Skigebiet hatte Maseben keine Zukunft. Doch es geht auch ohne Liftzubringer, wie Alessandro Secci beweist. Zusammen mit ein paar Partnern kaufte er das Gebiet und lockt die Gäste mit Sternwarte und gutem Essen. Im Winter läuft für die Haus- und Tagesgäste, die sich vom Tal zu Fuß auf den Weg machen, der Schlepplift – quasi ein Privatskigebiet mit Naturschnee. Ähnlich privat und individuell ist auch die fünf-tägige Runde durch die südwestlichen Öztaler Alpen, die von den sanften Gipfformen direkt über dem Vinschgau mitten hinein ins Hochgebirge führt. Dabei begeistert nicht nur die Königsetappe auf dem neu markierten Steig über die Planeilscharte. Hier sammelt man Schritt für Schritt unglaublich viele Eindrücke. Die leben daheim sofort wieder auf als Bilder im Kopf – bei der Jause mit Valeria Stecks Käse, den man nur bei ihr auf der Alm kaufen kann.



Wer wie **Stefan Herbke** gerne im alpinen Gelände unterwegs ist und einen Blick für die einfachste Linie hat, der entdeckt viele alte Übergänge, auf denen man garantiert allein unterwegs ist.

# Abgehakt?!

## Die Checkliste für eine erfolgreiche Hüttentour

Für viele ist sie das Highlight der Bergsaison: eine Hüttentour. Mehrere Tage fernab der Zivilisation, eins sein mit der Natur, das einfache Leben und gesellige Beisammensein auf der Hütte erleben. Diese Checkliste gibt Tipps zu Tourenplanung, Ausrüstung und Sicherheitsaspekten unterwegs. Wer die praktischen Hinweise beachtet, kann die Zeit am Berg wirklich genießen.

Text: **Julia Behl**



## Wie finde ich die zu mir passende Hüttentour?

- ▶ **Eigenes Wissen und Können und vor allem Fitness realistisch bewerten:** Wie viele Höhenmeter und Kilometer schaffe ich am Tag? Wie schwierig dürfen die Wege sein? Die Schwierigkeitskalen in den Alpenländern unterscheiden sich teilweise. Allgemein ist es jedoch so, dass einfache Bergwege zwar steil sein können, jedoch keine absturzgefährlichen Passagen aufweisen, mittelschwere schon mal versicherte Stellen (z.B. Drahtseil) enthalten können und schwere Wege häufig gesicherte Teilstücke und gelegentlich einfache Kletterstellen aufweisen.
- ▶ **Tools** wie der BergwanderCheck **1** ([alpenverein.de/bergwandercheck](https://alpenverein.de/bergwandercheck)), der anhand einfacher Fragen die persönlich optimale Wegekategorie ermittelt, und der Gehzeitrechner **2** ([alpenverein.de/gehzeitrechner](https://alpenverein.de/gehzeitrechner)) helfen bei der Planung. Außerdem muss man sich die einzelnen Tagesetappen der gewählten Tour genau anschauen und einschätzen können, ob die eigenen Fähigkeiten dafür ausreichen. Es ist ein großer Unterschied, ob man nur einen Tag unterwegs ist oder mehrere Tage hintereinander von Hütte zu Hütte wandert. Die Ermüdung baut sich sozusagen wie ein Berg von Tag zu Tag auf.
- ▶ **Anreise:** Anfahrtszeit und Aufenthaltsdauer sollten in einem sinnvollen Verhältnis zueinanderstehen – für die Umwelt und für die eigenen Nerven. Die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln bietet auch den Vorteil, unkompliziert Touren mit unterschiedlichem Start- und Endpunkt realisieren zu können.
- ▶ **Vorlieben:** Ein weiterer Aspekt bei der Auswahl einer passenden Tour ist natürlich auch der persönliche Gusto. Welche Gegend schwebt mir vor? Lieber tiefergelegen durch Wald und Wiesen oder will ich zwischendurch auch einen oder mehrere Gipfel besteigen? Eine Sammlung besonders schöner Hüttentouren in den Ostalpen, die öffentlich gut erreichbar sind, gibt es hier im Heft oder online **3** ([alpenverein.de/huettentouren](https://alpenverein.de/huettentouren)), und auf dem Tourenportal [alpenvereinaktiv.com](https://alpenvereinaktiv.com) **4** kann man das Suchergebnis nach Hütten- beziehungsweise Mehrtagestouren filtern.
- ▶ Selbstverständlich kann man die Tour auch mittels **Alpenvereinskarte** und/oder **Tourenapps** wie [alpenvereinaktiv.com](https://alpenvereinaktiv.com) planen und individuelle Tagesetappen zusam-

menstellen. Hintergründe zur digitalen Tourenplanung gibt's auf Seiten 44 und 45. Details zu Schwierigkeit oder Besonderheiten einzelner Etappen muss man sich dann aber selbst erarbeiten – Kenntnisse im Karten- und Führerstudium und eine detaillierte Planung sind dafür die Voraussetzung.

## Wie komme ich an meine Übernachtungsplätze?

Gerade zur Hochsaison und in den Ferienzeiten geht ohne rechtzeitige (!) Reservierung von Schlafplätzen meist nichts. Besonders einfach funktioniert dies bei Hütten, die bereits an das Online-Reservierungssystem angeschlossen sind. Dort sieht man auf einen Blick, ob und wie viele Plätze am gewünschten Datum auf der Hütte frei sind. Erreichbar ist das System über die jeweilige Hüttenseite oder über die DAV Hüttensuche **5** ([alpenverein.de/huettensuche](https://alpenverein.de/huettensuche)). Bei allen anderen Hütten müssen die Schlafplätze klassisch per Mail oder Telefon reserviert werden.

## Was muss alles mit – und wie?

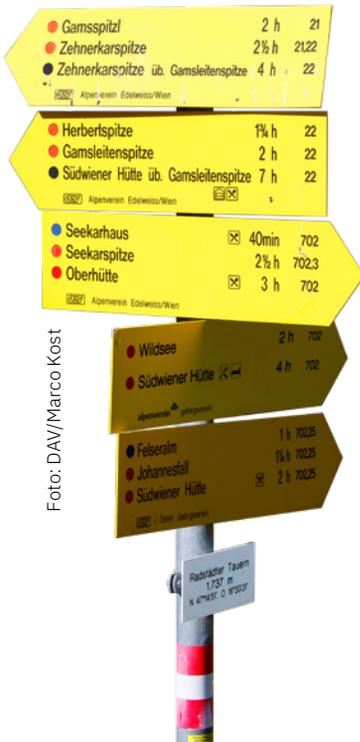
Die erste Regel: je größer der Rucksack ist, desto verlockender ist es, unnötiges Gepäck einzupacken – es ist ja Platz. Dabei sollte der Rucksack mit Inhalt **maximal zwölf Kilo** wiegen. Sonst leiden die Schultern und die Kondition wird von Tag zu Tag weniger. Ein mittelgroßer Rucksack mit ca. 35 bis 50 Litern Fassungsvermögen sollte für alles, was man wirklich braucht, reichen. Dazu gehören:

- ▶ **Bergwanderschuhe** mit Schaft und profilierter Spezialsohle, am besten mit wasserdichter Membran, denn ein Regentag ist schnell mal dabei
- ▶ **Wandersocken** mit Polsterungen an Zehen und Knöcheln aus Baumwollmischgewebe; ein Ersatzpaar Strümpfe
- ▶ **Funktionskleidung:** Jacke, Hemd oder Pulli und Hose, angepasst an verschiedene Witterungen und Temperaturen, sowie bequeme Sachen für die Hütte; ein atmungsaktives Funktionsshirt für tagsüber (auch mal zum Auswaschen) und ein Baumwollshirt für abends reichen; dasselbe gilt für Unterwäsche

### ONLINE-TIPPS

- 1** BergwanderCheck: [alpenverein.de/bergwandercheck](https://alpenverein.de/bergwandercheck)
- 2** Gehzeitrechner: [alpenverein.de/gehzeitrechner](https://alpenverein.de/gehzeitrechner)
- 3** 7 AV-Hüttentouren: [alpenverein.de/huettentouren](https://alpenverein.de/huettentouren)
- 4** Tourenportal: [alpenvereinaktiv.com](https://alpenvereinaktiv.com)
- 5** AV Hüttensuche: [alpenverein.de/huettensuche](https://alpenverein.de/huettensuche)
- 6** Rucksack richtig packen: [youtu.be/613gcj\\_hYro](https://youtu.be/613gcj_hYro)
- 7** Die perfekte Hüttennacht: [youtu.be/ved7Qr2sjzc](https://youtu.be/ved7Qr2sjzc)

**Essenziell für die Hüttentour:**  
**Gut sitzende Bergwanderschuhe**  
**mit Schaft und profilierter Sohle.**



In den bayerischen Bergen und in Teilen der österreichischen Alpen werden die Schwierigkeiten der Wege in blau, rot und schwarz angegeben. In anderen Ländern sieht das anders aus.

- ▶ **Erste-Hilfe-Set**, hochwertiges Blasenpflaster (Hydrogelpflaster) und Tape, ggf. Medikamente und Biwaksack, Regenhülle für Rucksack
- ▶ **Sonnenschutz** (Sonnenscreme, Sonnenbrille, Kopfbedeckung)
- ▶ (Alpenvereins-)Karte mit dem Maßstab 1:25.000 oder 1:50.000
- ▶ **Bargeld**
- ▶ (DAV-)Ausweis
- ▶ **Handy**, Powerbank
- ▶ **Hüttenschlafsack**
- ▶ **Waschbeutel** mit Ohrstöpsel, Zahnbürste, -pasta, Seife, Deo, kleinem Handtuch
- ▶ **Ausreichend Proviant** (Nüsse, Trockenfrüchte, Riegel), Brotzeitdose und Getränke in nachfüllbarer Flasche

## Und was kommt jetzt wo hin im Rucksack?

Schwerere Sachen sollten eher unten und nah am Rücken platziert werden. Unten findet auch alles Platz, was hoffentlich keine Verwendung findet, wie Biwaksack und Erste-Hilfe-Set. Jacke, Mütze, Handschuhe sollten griffbereit obendrauf, in die Deckeltasche kommen Proviant, Karte, Sonnenschutz, Handy – alles, was man unterwegs eben mit hoher Wahrscheinlichkeit braucht.

Wie man den Rucksack richtig packt, erklären wir auch im **Video 6** ([youtu.be/6l3gcj\\_hYro](https://youtu.be/6l3gcj_hYro)).

## Los geht's – was gibt's unterwegs zu beachten?

Weder Wetter noch Wegeverhältnisse vor Ort kann man bis ins letzte Detail vorausplanen, wenn man mehrere Tage in den Bergen unterwegs sein will. Aber was tun, wenn das Wetter nicht mitspielt oder sich bereits am zweiten Tag schmerzende Blasen ankündigen?

- ▶ Gerade wenn man länger unterwegs ist, macht es Sinn, einen **Puffertag** einzuplanen – grob geschätzt einen pro sieben Tage.
- ▶ Wer sich vorab Gedanken zu **alternativen Routen** gemacht hat, kann vor Ort notfalls umplanen: Gibt es einen anderen/niedrigeren Übergang zur nächsten Hütte? Welche Gipfel/Umwege kann ich auslassen?
- ▶ Im Zweifelsfall sollte man sich auf der Hütte oder bei entgegenkommenden Leuten nach den **aktuellen Verhältnissen** auf der Stre-

cke erkundigen: Liegt noch Schnee auf dem Joch? In welchem Zustand ist der Weg nach dem Unwetter?

- ▶ **Blasen**: Wenn sich eine Blase schon gebildet hat, hilft nur noch das Blasenpflaster, darüber ein Tape. Vorbeugen kann man aber recht einfach. Das A & O sind selbstverständlich passende Schuhe. Aber auch den Nutzen guter Wandersocken (z.B. Merino) sollte man auf keinen Fall unterschätzen. Die darf man dann auch mehrere Tage hintereinander tragen, das kann die Bildung von Blasen verhindern. Wer die Problemstellen zur Blasenbildung schon kennt, kann diese von Beginn an großflächig mit Tape abkleben. Entscheidend ist zu verhindern, dass zu viel Reibung auf der Haut stattfindet. Ist eine Blase da, dann scheiden sich die Meinungen, wie damit umzugehen ist: Aufstechen oder nicht? Erfahrungsgemäß sollte eine sehr große und dicke Blase mit sauberer Nadel aufgemacht werden, damit die Flüssigkeit entweichen kann. Die Haut wird nicht weggerissen!
- ▶ Sollte es trotz aller Planung und Vorsicht zu einem Unfall oder einer Notlage kommen, holt man Hilfe auch in den Bergen am besten über den europaweiten **Notruf 112**. Reine Bequemlichkeits-Air-Lifts sind absolut tabu!

## Eingecheckt – wie läuft's auf der Hütte?

Nach dem anstrengenden Marsch auf der Hütte angekommen, verlangt es viele erstmal nach einem kühlen Radler – am besten alkoholfrei. Bei der Bestellung kann man sich bei den Hüttenwirtsleuten dann auch direkt als Übernachtungsgast zu erkennen geben und sich über das Prozedere informieren. Auf vielen Hütten gibt es abends aus logistischen Gründen kein À-la-carte-Essen mehr, die Frühstückszeiten variieren je nach Toureoptionen und auch die Waschmöglichkeiten sind je nach Hütte unterschiedlich. Allen gemein ist die Hüttenruhe – meist ab 22.00 Uhr, die es auf jeden Fall zu beachten gilt. Viele weitere Infos für die perfekte Nacht auf der Hütte gibt's im **Video 7** ([youtu.be/ved7Qr2sjzc](https://youtu.be/ved7Qr2sjzc)).



**Julia Behl** hat sich vor Augen geführt, was man auf einer mehrtägigen Hüttenrunde wirklich alles beachten sollte – so ist sie auch für ihre geplante Tour im Sellrain bestens vorbereitet.

Wer sich mental auf die längere Auszeit einlassen kann und es schafft, das Handy nur für Fotos und den Wetterbericht in die Hand zu nehmen (digital detox), steigert den Genuss. Das Gehtempo und der Rhythmus von Pause und Aktion sollten vom ersten Tag an bewusst langsam gewählt werden; am besten so, dass man sich gut unterwegs unterhalten kann. Wer all diese Punkte beachtet, hat beste Chancen, heil und erholt von der aktiven Auszeit in den Bergen zurück ins Tal und den Alltag zu kommen.

# Wie kommt **das Essen auf die Hütte?**

Ein kühles Skiwasser und ein frischer Kaiserschmarrn versüßen jede Bergtour. Doch wie kommen Essen und Getränke überhaupt auf die Alpenvereins­hütten? Panorama klärt auf!

Infos: [alpenverein.de/huettenessen](http://alpenverein.de/huettenessen)



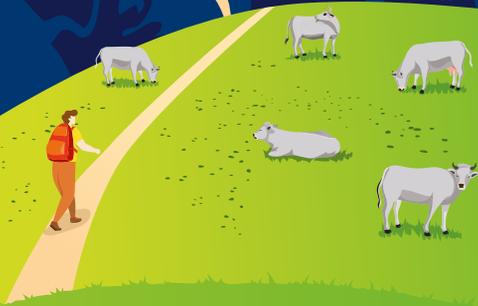
Schwer zugängliche Hütten werden häufig per Helikopter beliefert. Ein Hubschrauber kann bis zu 800 Kilogramm Material auf einmal transportieren. Das kostet: bis zu 50 Euro pro Flugminute. Außerdem ist die Versorgung wetterabhängig und der Hubschrauber extrem laut und CO<sub>2</sub>-intensiv.



Der DAV favorisiert daher den Transport per Materialseilbahn. Eine Fuhre kann je nach Typ bis zu 400 Kilogramm befördern, zudem besitzen einige Seilbahnen auch eine Zertifizierung für den beschränkten Personentransport.



Findig werden die Hüttenwirtsleute, wenn eine (Art von) Straße zur Hütte führt: Dann greifen sie regelmäßig auf Spezialfahrzeuge wie Quads oder Ähnliches zurück – der klassische Geländewagen bildet eher die Ausnahme.



Auch menschliche Träger\*innen kommen hin und wieder zum Einsatz. Sie tragen bis zu 40 Kilogramm und werden häufig in Kombination mit der Belieferung per Hubschrauber eingesetzt – für den regelmäßigen Nachschub mit Salat, Eiern & Co.

Gar nicht transportiert werden müssen Nahrungsmittel, die oben auf der Hütte angebaut werden. Fast jede alpine Unterkunft hat einen Kräutergarten oder Gemüsebeete. Allerdings dient der Garten in der Regel der Versorgung des Personals.



Mehr über die Alpen gibt es in unserem Alpenbuch: [dav-shop.de](http://dav-shop.de)

# Auf geradem Weg zur digitalen Abhängigkeit?

Noch 3° nach rechts, dann sind wir perfekt on Track!



## Orientierung mit App

Tourenforen & Smartphone-Apps – die Digitalisierung hat den Alpinismus längst erreicht – mit allen Vor- und Nachteilen. Orientierungs-Apps können gerade in nebulösen Situationen eine fantastische Hilfe bieten, aber auch dazu führen, dass man im blinden Vertrauen auf die Technik gehörig in die Bredouille gerät.

Text: **Max Bolland**  
Illustration: **Georg Sojer**

**W**er mit Orientierungs-Apps arbeiten möchte, sollte sich vorher mit der Funktionsweise vertraut machen, Tracks und Karten runterladen und diese im Offline-Modus speichern. So ist Navigieren auch ohne Netzabdeckung im energiesparsamen Flugmodus möglich. Ein Backup zur Smartphone-App in der Hinterhand zu haben ist wichtig: analoge Karten, „klassisches“ GPS oder Abspeichern der Tour auf mehreren Endgeräten (Tourenpartner\*innen).

### Tourenplanung per App

Bei der Tourenplanung per App werden Tourdaten wie Länge, Höhenmeter, Höhenprofil, Zeitdauer gleich mitgeliefert, andere wichtige Aspekte hingegen werden nicht abgedeckt: Anspruch und Schwierigkeit, aktuelle Verhältnisse (z.B. Lawinlage, Wetter, Wegverhältnisse), Faktor Mensch (Wer kommt mit? Wie ist Motivation und Können der Gruppe? Ausrüstung?). Für die Tourenplanung können entweder Vorschläge aus dem Tourenportal der App genutzt oder eigene Routen erstellt werden. Für „Standard-Touren“ wird man

#### Tipps:

- ▶ Nachteile und Grenzen der Apps kennen und beachten.
- ▶ Klassische Tourenplanung und Fähigkeiten auf keinen Fall vernachlässigen.
- ▶ Auch die Orientierung per App will gelernt sein.

meist in den Portalen fündig. Die Qualität der angebotenen Info kann bei Tourenvorschlägen aus der Community stark variieren und subjektiv beeinflusst sein: Der Abgleich mit Karten und Führerliteratur oder weiteren Forenbeiträgen ist wichtig. Alpenvereinaktiv vergibt das Alpenvereinaktiv-Siegel für Touren, die von speziell geschulten Nutzer\*innen mit Bergsportqualifikation (z.B. Bergführer\*innen, Trainer\*innen etc.) erstellt wurden und gewisse Standards an Informationsgehalt und -qualität erfüllen. Für Wintersportarten bieten manche Apps die aktuelle, regionale Gefahrenstufe nach Lawinlagebericht, die Einschätzung der Lawinengefahr muss jedoch selbstverantwortlich vorgenommen werden. Einzig Spezial-Apps wie Skitouren guru oder White Risk bieten für die Winterplanung so genannte Gefahrenkarten auf Grundlage des LLB. Wer eine eigene Route erstellt, kann dies in der App oder besser in der Desktop-Version tun. Viele Apps (z.B. Alpenvereinaktiv) erleichtern die Planung, indem Wegpunkte automatisch entlang des bestehenden Wegenetzes zu einer Route verbunden werden. Diese Funktion lässt sich deaktivieren, um etwa bei der Skitourenplanung abseits der Wege eine Route zu kreieren. Je mehr Wegpunkte man in der Planung setzt, umso präziser kann man anschließend navigieren. Für akkurate Tourenplanung im weglosen Gelände auf Hochtour oder zur Pla-

*Trotz oder manchmal gerade wegen der Nutzung digitaler Helferlein heißt es: Verstand an und den Blick auf den Berg richten, nicht nur aufs Display.*

nung einer Skitour ist die Verwendung von hochwertigen Kartenblättern und Hangneigungskarten uneingeschränkt zu empfehlen – auch wenn diese kostenpflichtig sind. Grundlegende Kenntnisse im Kartenlesen sind aber auch hier unerlässlich: Keine App warnt, wenn die geplante Skiabfahrt über eine 50 Meter hohe Felswand führt.

Wer am Desktop plant, muss die Tourenplanung auf das Smartphone bringen. In der Regel läuft das über Abspeichern im eigenen Account und anschließender Synchronisation.

### Mit App on Tour

Beim Bergsteigen sollten Blick und Aufmerksamkeit nicht auf den Bildschirm eines Smartphones, sondern auf Umgebung, Weg und etwaige Gefahren gerichtet sein. Daher gilt: Nur an neuralgischen Punkten per App navigieren. Dem eigenen Orientierungssinn folgen und die digitale Unterstützung nur zur Bestätigung oder Korrektur der eigenen Entscheidung nutzen. So kann moderne Technik helfen, persönliche Fähigkeiten zu verbessern, anstatt sie zu ersetzen. Auch klassisches Kartenlesen (analog) nicht vernachlässigen: Standort mit Karte-Gelände-Abgleich bestimmen und per App kontrollieren. Auch die App-Verwendung lässt sich unterschiedlich gestalten: Wird die gespeicherte Route zur Navigation gestartet, erfolgt eine komplette Führung durch das Gerät inkl. Sprachanweisungen. Das kann beim Biken und Wandern sinnvoll sein und funktionieren (oder auch ner-

ven), im weglosen Gelände gerät man damit schnell an die Grenzen. Hier ist es einfacher, anhand der eingezeichneten Route und angezeigtem Standort zu navigieren. Ist die Karte eingenordet, ist das Ganze deutlich leichter. In der Regel kann diese Funktion aktiviert oder deaktiviert werden. Bei App-Nutzung im weglosen Gelände gilt: Im Mikrokosmos der Route hat die eigene Einschätzung von Gelände und sinnvoller Route die deutlich höhere Qualität als ein am Schreibtisch geplanter Track – insbesondere bei der Spuranlage durch lawinengefährdetes Gelände. Wer sich vorwiegend mit analoger Karte orientiert und Touren plant, kann Orientierungs-Apps oder GPS als reines Back-up für schwierige Situationen verwenden. Mit einem Blick auf den Bildschirm den exakten Standort auf der Karte zu sehen, kann ausreichen, um sich über den weiteren Wegverlauf zu vergewissern. Die Track-Aufzeichnung ist sinnvoll als Absicherung für den Rückweg bei schlechter Sicht oder zum Abspeichern und Teilen eigener Touren. Diese muss aber zu Beginn der Tour aktiv gestartet werden. So oder so: Wer im Blindflug im Nebel mit App navigiert, darf nicht vergessen: Sicht ist zur Gefahrenbeurteilung entscheidend. Nicht alles, was möglich ist, ist sinnvoll – und die Bereitschaft zum Verzicht ist immer noch eine der wichtigsten Fähigkeiten beim Bergsteigen. ■



**Max Bolland** ist Dipl.-Sportwissenschaftler, Staatl. gepr. Berg- und Skiführer, Mitglied der DAV-Lehrteams Bergsteigen und Sportklettern und leitet die Bergschule [erlebnis-berg.com](http://erlebnis-berg.com).

Dauer	max. pro Tag	Höchster Punkt	Schwierig- keit	Beste Zeit
7 Tage	1490 Hm, 10 Std.	Obere Scharte beim Hirzer (2684 m)	Mittel- schwer, anspruchs- volle Ab- schnitte umgehbar	Ende Juni - Sep- tember

Sarntaler Hufeisentour

# Einsam im Glück

Wer ruhige Bergregionen spektakulären Gipfelzielen vorzieht, kommt in den Sarntaler Alpen nördlich von Bozen auf seine Wanderkosten. Und genießt dafür die Aussichten auf umso prominentere Gebirgsgruppen.

Text und Fotos: **Alix von Melle**

**G**lück gehabt – gerade noch geschafft: Schon landen die ersten dicken Regentropfen auf den Holztischen vor der Hütte und wenig später peitschen Windböen den Regen gegen die Fensterscheiben. Dumpfer Donner grollt über den Sarntaler Bergen, grelle Blitze zucken aus der schwarzgrauen Wolkenwand. Gebannt verfolgen meine Freundin Sabine und ich das Naturschauspiel von der sicheren,



warmen Gaststube aus. Die Flaggerschartenhütte auf knapp 2500 Metern ist die höchstgelegene Unterkunft auf der Hufeisentour. Für die Wirte Maura und Mauro aus Tiers am Rosengarten ist dieser Sommer die erste Saison auf der Hütte. „In den Sarntaler Bergen ist es viel ruhiger als bei uns in den Dolomiten“, sagt Maura. Die beiden haben sich bewusst für diesen Platz entschieden, für dieses kleine Berghaus, auf dem die Uhren noch

ein wenig langsamer ticken und wo auch einmal Zeit für ein Gespräch mit den Gästen bleibt. Mauros Leidenschaft ist das Kochen, wir kommen in den Genuss von selbst gemachter Marmelade, frisch gebackenem Brot und italienischem Risotto. Mit einem Glas rubinrot leuchtendem Lagrein stoßen wir auf Sabines 50. Geburtstag an und lassen den Tag Revue passieren: ein Bergwald, in dem die Sonne alles lebendig macht. Hellgraue

Schöne Aussichten gibt es beim Aufstieg vom Latzfonsener Kreuz zur Kasianspitze (2581 m) über dem gleichnamigen See.



Flechten, die den Nadelbäumen das mystische Aussehen eines Märchenwalds verleihen. Stille Hochtäler, in deren weiten Böden sich die Bäche durch die Wiesen schlängeln. Ein endloses Meer blühender Alpenrosen und auf den Hochflächen weidende Haflinger. Das gleichmäßige Gebimmel der Ziegenglocken, das uns bei jedem Schritt und Tritt begleitet und fast meditativ wirkt. Das schrille Pfeifen der Murmeltiere. Es sind diese

## Eine Bergidylle, in der alle Elemente im Einklang miteinander zu sein scheinen.

Momente einer Bergidylle, in der alle Elemente im Einklang miteinander zu sein scheinen.

Am nächsten Morgen ist der Spuk des Unwetters vorbei, die Luft reingewaschen. Im türkisblauen Flaggersee spiegeln sich die weiß-blauen Fensterläden der Hütte. Die Rucksäcke sind gepackt, wir verabschieden uns von den sympathischen Wirtsleuten und ziehen weiter Richtung Süden; das Schutzhaus Latzfonsner



## ZOOM

### DIE STOANERNEN MANDLN

Viele Sagen und Legenden gibt es zu den „Stoanernen Mandln“, den berühmten Steinmännern in den Sarntaler Alpen. Mehr als hundert aus Sandsteinplatten aufgeschichtete Säulen stehen auf der Hohen Reisch, einer 2000 Meter hohen Bergkuppe zwischen Mölten und dem Sarntal. Doch wie sind sie dorthin gekommen und was haben sie zu bedeuten? Alte Ritz-Zeichen deuten darauf hin, dass der heute beliebte Aussichtspunkt vor Jahrtausenden ein keltischer Kultplatz war. Und in Gerichtsprotokollen aus dem Spätmittelalter ist er als Hexentanzplatz vermerkt. Die „Pachlerzotti“ soll sich dort mit dem Teufel getroffen haben. Der Hintergrund dieser schaurigen Geschichte ist allerdings grausam: Barbara Pachler, die im Sarntal lebte und der Hexerei beschuldigt war, wurde 1540 zum Tod verurteilt und lebendig verbrannt.

Foto: IDM Südtirol-Alto Adige/Clemens Zahn



**Nicht mehr weit ist es bis zum Schutzhaus  
Latzfonser Kreuz; Nebelschwaden umgeben die  
Hütte und die kleine Kapelle bei der Ankunft.**

Kreuz ist unser nächstes Tagesziel. Vorher aber wollen wir einige Gipfel der Sarntaler Alpen besteigen und wählen die Kammüberschreitung der Jakobsspitze und des Schrotthorns. Belohnt werden wir mit einem atemberaubenden Panorama auf die umliegende Berg-Prominenz der Dolomiten, der Brentagruppe und des Ortlergebiets. Ein weißer Saum zierte den Horizont im Norden – die Schneeflanken der Zillertaler Alpen. Der Anstieg zur Fortschellscharte und der Weiterweg zum Latzfonser Kreuz ziehen sich am Nachmittag ein wenig in die Länge. Unsere Beine werden langsam müde, der Rucksack drückt auf den Schultern. Als wir um den Fuß des Ritzlars herumwandern, taucht plötzlich im Nebel das Schutzhaus Latzfonser Kreuz wie aus dem Nichts auf. Die daneben liegende kleine Kapelle ist bis heute ein gern besuchter Ort, um Bitten und Wünsche vorzubringen. Herzlich wer-

den wir auf der Hütte empfangen. Die Sarner gelten in Südtirol als besonderer Menschenschlag, ausgestattet mit viel Humor und Schlagfertigkeit, Neuem gegenüber zurückhaltend, doch sehr gastfreundlich.

So eigen wie die Menschen ist das Gebirge rundherum. Eine Berglandschaft, der markante Formen und große Namen fehlen, deren Ausstrahlung sich aber kaum jemand entziehen kann. Viele Sagen ranken sich um das Gebirge: Wetterhexen beschwören heftige Unwetter herauf, feenartige Jungfern bezirzen Hirten und Bauern, Knappen, die der plötzliche Goldsegen über die Stränge schlagen lässt, müssen ihren Übermut teuer bezahlen. Da ist es vielleicht auch kein Zufall, dass Alois Theodor Sonnleitner das Sarntal als Schauplatz von „Die Höhlenkinder“ gewählt hatte – der Jugendbuch-Klassiker hat Sabine und mich in unserer Kindheit verzaubert. Er erzählt die Geschichte der beiden Waisenkinder Eva und Peter, die im „Heimlichen Grund“ mutterseelenallein, ohne jegliches Werkzeug und ganz auf sich selbst gestellt leben. „Das kleine Hochtal gestern, mit der unbewohnten Alpe im Tal-



maloja

## MALOJA MOUNTAIN PEOPLE

**MENSCHEN, SPORT, NATUR  
– TIEF VERBUNDEN**

Ab einer gewissen Höhe am Berg gibt es keinerlei soziale Unterschiede mehr.

Es ist völlig egal, welcher Herkunft du bist, wie viel Geld du besitzt und was du in deinem Leben schon gemacht hast. Alle sind gleich und per du.

**PETER RÄUBER (MALOJA GRÜNDER)**





Urige Hütten wie die Runggerer Saltnerhütte (o.) gibt es viele; hochgelegene ist der Kinigadner Lahner (o.r.); entspannte Zeitgenossen ruhen auf dem Getrum-Höhenweg; mehrere Gebirgsbäche fließen durchs Sarntal.

grund am Bach. Genau so stellte ich mir die Ent-rücktheit der Bergwelt immer vor, in der die Kinder ohne Kontakt zur Außenwelt aufwuchsen“, schildert Sabine mir ihre Eindrücke. Und ich erinnere mich daran, was ich in Wikipedia nachgelesen hatte: „Aus den geographischen, geologischen und astronomischen Andeutungen ließ sich schließen, dass Sonnleitner seinen ‚Heimlichen Grund‘ in den Sarntaler Alpen gedacht hat“.

Die Route der Sarntaler Hufeisentour umrundet in sieben Tagesetappen hufeisenförmig das Südtiroler Sarntal, vorbei an satten Wiesen und Almen, über Gipfel und Joche und auf wenig begangenen und naturbelassenen Pfaden. Und sie beschert uns so manchen Glücksmoment: Immer wieder bieten sich traumhafte Blicke zum Unesco-Weltnaturerbe, den Dolomiten. Berühmte Gipfel fehlen in der Abgeschiedenheit der Sarntaler Alpen, dafür sind die Hütten gemütlich und Einsamkeit ist garantiert.

Die klassische Hufeisentour startet in den östlichen Sarntaler Alpen und ist von mehreren Talorten aus erreichbar. Im westlichen Teil gibt es auf der fünften und sechsten Etappe leichtere, auch für Familien geeignete Varianten. Im östlichen Teil kann man zwischen der Flaggerschartenhütte und dem Latzfonsner Kreuz aussichtsreicher über Jakobsspitze und Schrotthorn wan-

## INFO



## HUFEISENTOUR – HÖHENWEG IN DEN SARNTALER ALPEN

Die Hüttenwanderung verläuft in sieben Tagesetappen gegen den Uhrzeigersinn, kann aber auch – wie hier beschrieben – umgekehrt begangen werden. Der Einstieg in die Runde ist von verschiedenen Talorten aus möglich, klassisch von Sarnthein oder auch direkt von Bozen (zu Fuß oder mit der Seilbahn) auf das Rittner Horn.

**Schwierigkeit:** Mittelschwere Bergwanderung auf rund 92 Kilometer Länge und auf der klassischen Route mit ungefähr fünfeinhalbtausend Höhenmeter in Auf- wie Abstieg. Die 5. Etappe zur Hirzerhütte ist deutlich anspruchsvoller, verlangt gute Ausdauer, Trittsicherheit und

Schwindelfreiheit. Sie ist nur mit entsprechender Bergerfahrung empfehlenswert. Als einfachere Alternative bietet sich am 5. und 6. Tourentag der Abstieg nach Weißenbach und der Talaufstieg zur Meraner Hütte (siehe Etappendetails) an.

**Anfahrt:** Mit dem Zug nach Bozen und weiter mit dem Bus nach Sarnthein

**Beste Jahreszeit:** Ende Juni bis September

### Karten:

- ▶ Tabacco-Karte 1:25.000, Blatt 040 „Sarntaler Alpen“
- ▶ Kompass-Karte 1:25.000, Blatt 056 „Sarntaler Alpen“
- ▶ Kompass-Karte 1:50.000, Blatt 699, Karte 2, „Südtirol“

### Weitere Informationen:

Tourismusverein, Kirchplatz, A-39058 Sarnthein, Tel.: +39/0471/62 30 91, info@sarntal.com, [sarntal.com](http://sarntal.com)

### Tagesetappen (Klassische Route):

- 1. Tag:** Sarnthein (962 m) – Rittner-Horn-Haus (2259 m), 6 Std., 1740 Hm ⤴, 410 Hm ⤵ – inkl. Variante Gipfelkreuz Sarner Scharte
- 2. Tag:** Rittner-Horn-Haus (2259 m) – Schutzhaus Latzfonsner Kreuz (2311 m), 5 Std., 930 Hm ⤴, 870 Hm ⤵
- 3. Tag:** Latzfonsner Kreuz (2311 m) – Flaggerschartenhütte (2481 m), 5 Std., 450 Hm ⤴, 150 Hm ⤵
- 4. Tag:** Flaggerschartenhütte (2481 m) – Alpenrosenhof/Penser Joch (2215 m), 6 Std., 350 Hm ⤴, 650 Hm ⤵
- 5. Tag:** Penser Joch (2215 m) – Hirzerhütte (1983 m), 10 Std., 950 Hm ⤴, 930 Hm ⤵
- 6. Tag:** Hirzerhütte (1983 m) – Meraner Hütte (1960 m), 6 Std., 1020 Hm ⤴, 820 Hm ⤵
- 7. Tag:** Meraner Hütte (1960 m) – Stoaernerne Mandln (2003 m) – Sarnthein (962 m), 2 Std. zu den Stoaernen Mandln, danach je nach Abstiegstroute über Bozen (262 m), Mölten (1140 m) oder Jenesien (1100 m)

### Einfachere Alternative:

- 5. Tag:** Penser Joch (2215 m) – Weißenbach (1335 m), 5 ½ Std., 350 Hm ⤴, 1200 Hm ⤵
- 6. Tag:** Weißenbach (1335 m) – Meraner Hütte (1960 m), 4 ½ Std., 850 Hm ⤴, 200 Hm ⤵

Eine genaue Beschreibung der einzelnen Tagesetappen findet sich unter: [sarntal.com/de/sarntal-aktiv/wandern/hoehenweg-hufeisentour.html](http://sarntal.com/de/sarntal-aktiv/wandern/hoehenweg-hufeisentour.html)

### Unterkünfte:

- ▶ Rittner-Horn-Haus (2259 m), [schutzhaus-rittner-horn.com](http://schutzhaus-rittner-horn.com)
- ▶ Latzfonsner-Kreuz-Hütte (2311 m), [latzfonsnerkreuz.com](http://latzfonsnerkreuz.com)
- ▶ Flaggerschartenhütte (2481 m), [forcellavallaga.it](http://forcellavallaga.it)
- ▶ Alpenrosenhof/Penser Joch (2215 m), [penserjoch.com](http://penserjoch.com)
- ▶ Hirzerhütte (1983 m), [hirzerhuetten.com](http://hirzerhuetten.com)
- ▶ Meraner Hütte (1960 m), [meranerhuetten.it](http://meranerhuetten.it)



Die Glücksmomente der Sarntaler Hufeisentour klingen noch lange nach.

dern. Beim Latzfonsner Kreuz sollte man sich die Vier-Gipfel-Kammwanderung über den Getrum-Höhenweg nicht entgehen lassen. Während der Norden der Sarntaler Alpen der wildere und unberührteste Teil des Gebirges ist, sind die südlichen Ausläufer eher sanft.

An die Hüttenmauer gelehnt, wärmt uns die Spätnachmittagssonne. Bei Cappuccino und

Buchweizentorte können wir uns kaum sattsehen an den markanten Felszacken der Dolomiten jenseits des Eisackts. Sie scheinen zum Greifen nah und sind immer wieder Blickfang auf der gesamten Tour.

Als die Sonne um die Hauswand herum verschwindet, ist es nicht nur die abendliche Kühle, die uns in die warme Hütte zieht – aus der Gaststube tönen musikalische Klänge. Stefan, der Koch auf dem Schutzhaus Latzfonsner Kreuz, spielt Ziehharmonika. Gäste und Einheimische lauschen ihm und lassen sich von seiner Musik verzaubern. Genauso begeistert er uns mit dem Abendessen: Gerstensuppe, Brennnessel-Knödel und Schwarzplenten Riebl (Buchweizenschmarrn) – ein Südtiroler Festmahl in der Abgeschiedenheit der Berge.

Als wir am Ende unserer Tourenwoche in die quirlige Altstadt von Bozen eintauchen, um unsere Heimreise anzutreten, klingen die Glücksmomente der Sarntaler Hufeisentour noch lange nach: die Stille der vergangenen Tage, die ursprüngliche, einsame Berglandschaft und die gemütlichen Hütten, auf denen wir mit kulinarischen Köstlichkeiten der Südtiroler Küche verwöhnt wurden.



Für **Alix von Melle** muss es nicht immer ein Achttausender sein – ihre Heimat sind die Alpen. Besonders verliebt hat sie sich in das einsame Sarntal und die Südtiroler Küche. Schließlich geht Liebe durch den Magen!

Dauer max. pro Tag Höchster Punkt Schwierigkeit Beste Zeit

6 Tage

1650 Hm,  
7 Std.

Larmkogel  
(3022 m)

Trittsicherheit und  
Schwindelfreiheit  
erforderlich

Mitte Juli  
bis Ende  
September





Anstieg ins Sandebentörl mit einem ersten Blick auf die Gletscher zwischen Hoher Zaun (l.) und Großvenediger (r.)

Hüttentour am Großvenediger

# Schatzkiste der Natur

Text und Fotos: Stefan Herbke

Endlose Täler, abgelegene Hütten und immer wieder Blicke auf die Gletscher der Venedigergruppe: Wer vom Pinzgau ins Osttiroler Virgental wandert, genießt stille Momente im Nationalpark Hohe Tauern und erlebt Landschaft im Überfluss.

**S**maragd-Express. Ein vielversprechender Name für das Shuttle-Taxi, welches Lauffaule vom Eingang des Habachtals zum Gasthof Alpenrose chauffiert. Die Mehrheit der Fahrgäste ist ausgerüstet mit Schaufel und Sieb – und steuert den Schuttkegel an, den der Leckbach nur ein paar Meter hinter dem Gasthaus aufgetürmt hat. Weit oben am Berg, quasi am Beginn der Bachrinne, befindet sich ein Smaragdbergwerk, dessen Abraumhalde vor einigen Jahren bei einem Unwetter talwärts rutschte. Und jetzt begibt man sich hier auf Schatzsuche. Doch die Wahrscheinlichkeit, einen zu finden, ähnelt der Chance auf einen Lottogewinn. Schon vor Jahren haben mein Sohn und ich dort vergeblich unser Glück versucht. Statt der erhofften Edelsteine gab es nur aufgeschauerte Fingerkuppen, mehrere Stärkungen im Gasthaus – und zum Trost einen Besuch im Mineralienmuseum Bramberg.

Dort lassen sich die Vielfalt der Mineralien und die atemberaubenden Steine aus dem einzig nennenswerten Smaragdorkommen Europas bewundern. „Das Habachtal ist eines der interessantesten Mineraliengebiete der Ostalpen“, schwärmt Herbert Hofer, „allein hier gibt es über 80 verschiedene – in den Hohen Tauern sind es sogar über 200.“ Der Ranger des Nationalparks

Hohe Tauern gehört zur kleinen Gruppe von Wandernden, die ebenfalls den Smaragd-Express bestiegen haben. Statt der Kristalle lockt sie vor allem die unglaublich abwechslungsreiche Landschaft des Nationalparks mit seiner interessanten Flora und Fauna. Und vielleicht ein klitzekleiner Funke Hoffnung, durch Zufall einen Edelstein zu finden. „Ich kann mich an einen August erinnern“, befeuert Herbert den Suchinstinkt, „da waren wir unterm Schwarzkopf unterwegs und ich habe mitten im Gelände einen großen Bergkristall gefunden.“

So ein Fund wäre natürlich die Krönung, doch wir sind heute nicht zur Mineraliensuche da, sondern starten zu einer Tour durch die imposante Bergregion des Großvenedigers. Die weltalte Majestät, wie der großartige Gletschergipfel seit der Erstbesteigung durch Ignaz von Kürsinger genannt wird, zeigt sich auf dem Venediger Höhenweg immer wieder von einer neuen Seite. Doch statt am Matreier Tauernhaus, eigentlicher Startpunkt des Höhenwegs, beginnen wir im nördlich gelegenen Pinzgau – und entdecken im Habachtal ein erstes landschaftliches Juwel. Das gut zwölf Kilometer lange Trogtal verläuft in Nord-Süd-Richtung und zeigt eine typische, von Gletschern geschliffene U-Form. Entsprechend steil sind die seitlichen Hänge, durch die sich geschickt ein schmaler Steig windet. Noch wird der Blick auf die Eisreste im Talschluss durch hartnäckige Nebelfetzen verdeckt, aus denen plötzlich neugierige Schafe auftauchen – unsere Begleitung auf dem Weg zur großartig gelegenen Neuen Thüringer Hütte. Dort freut sich Andi Eder aus Mühlbach bei Bamberg über jeden einzelnen Gast. „Als Hüttenwirt hat man schöne und schlechte Zeiten“, meint er, „im ersten Coronasommer hatten wir viel Tagesbetrieb, aber wenig Übernachtungsgäste, und in diesem Jahr fehlen beide.“

Dabei kann man von der Hütte aus ganz bequem den Larmkogel, einen Dreitausender, mitnehmen – und inklusive Abstieg zur Neuen Fürther Hütte eine abwechslungsreiche Runde

unternemen. Mit der Hohen Fürlegg und dem Anstieg über das spaltige Habachkees gäbe es sogar eine wunderschöne, einsame Gletschertour. „Die Alpinisten gehen alle auf den Glockner oder den Venediger“, erklärt Andi, „aber bei uns sind die stillen Dreitausender.“ Seit drei Jahren ist er Hüttenwirt, doch die Neue Thüringer Hütte kennt er schon lange. „Ich bin hier bereits seit 30 Jahren als guter Geist tätig“, erklärt er. „Neben meiner normalen Arbeit habe ich an Wochenenden immer wieder was raufgetragen und ausgeholfen.“ Mittlerweile gibt es zum Glück einen neuen Helfer, „der ist Rentner und hat mir erst gestern wieder Salat gebracht.“

---

Und plötzlich,  
als würde jemand einen  
Vorhang aufziehen, taucht  
hinten der  
Großvenediger  
auf.

---

Der Anstieg in die Larmkogelscharte ist ein Traum. Der Steig führt anfangs angenehm durch die grünen Hänge, bis Fels und Schutt das Gras verdrängen, im Hintergrund zeigen sich zwischen den Wolken gelegentlich die Eis- und Schneefelder des Habachkees. Und plötzlich, als würde jemand einen Vorhang aufziehen, taucht der Großvenediger auf. Der bildet das Zentrum einer der weitläufigsten

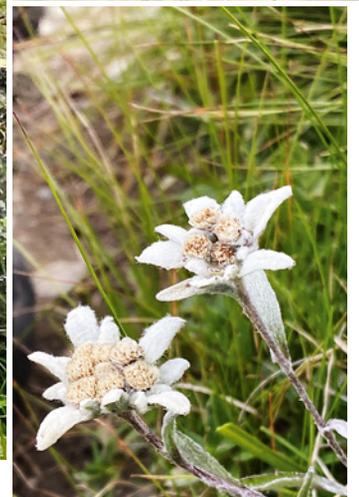
Gletscherflächen der Ostalpen und ist nach dem Großglockner der bekannteste Gipfel des Nationalparks Hohe Tauern. Der größte und gleichzeitig erste Nationalpark Österreichs hat eine Fläche von 1800 Quadratkilometern, für diejenigen, die Natur und Berge lieben, ist er eine wahre Schatztruhe. „Wir sind aber kein Nationalpark, der sich hinter einem Zaun versteckt“, erklärt Herbert Hofer, „wir versuchen, den Leuten die Schönheit der Natur näherzubringen und wollen zeigen, dass diese Natur schützenswert ist.“

Seit über 20 Jahren ist er als Ranger unterwegs. In der Natur, aber auch in Schulen, um bereits die Kinder zu sensibilisieren. Damit auch sie mit Respekt und offenen Augen die Natur erleben und lernen, wie sie sich mancherorts noch frei entwickeln kann. Am liebsten sind ihm aber die Tage in den Bergen. „Es gibt nichts Schöneres, als etwas zu beobachten“, meint er beim Blick durchs Fernglas, mit dem er erst den Himmel nach einem Steinadler oder Bartgeier absucht und dann die Hänge nach einem Steinbock oder einer Gäm-



## GROSSVENEDIGER

Bei der Neuen Thüringer Hütte verhindern Wolken den Ausblick auf das Habachkees. Im Nahbereich gibt es dagegen mehr zu sehen: etwa Wassertropfen an den Grashalmen, die wie Kristalle glitzern, oder Edelweisse.





## Beim Abstieg zur Neuen Fürther Hütte begeistert der Blick auf den über 30 Meter tiefen Kratzenbergsee.

se. Auch im Nahbereich entgeht dem Ranger nichts. „Das ist die Alpen-Kratzdistel“, erklärt er und zeigt auf eine, nun ja, stachelige Pflanze, auf die man immer wieder in den Bergen stößt. „Die wenigsten wissen, dass man den Stängel essen kann – der schmeckt wie Kohlrabi.“ Ein paar Meter weiter bleibt Herbert wieder stehen und deutet auf ein unscheinbares Gewächs: „Das ist der Lebendgebärende Knöterich, die Schneehühner fressen die Samen.“ Und schon steckt er die ersten in den Mund: „Mir kommt es vor, dass die nach Mandeln schmecken.“

Beim Abstieg zur Neuen Fürther Hütte im Hollersbachtal begeistert der Blick auf den über 30 Meter tiefen Kratzenbergsee. Mit einer Fläche von rund 24 Hektar ist er das größte natürliche Gewässer des Nationalparks. Ein je nach Lichteinfall blau bis hellgrün schimmerndes Juwel inmitten einer eher kargen Hochgebirgslandschaft. Gleich daneben thront auf einem Geländerrücken die mit Holzschindeln verkleidete Alpenvereinshütte, die seit dem Sommer 2021 von Roland Schett geführt wird. „Die Hütte ist schön, gemütlich und hat Charakter“, schwärmt er von seinem neuen Arbeitsplatz. Zwar ist das Wetter

schlecht („da brauche ich keine Balkonblumen mehr, sondern Wasserpflanzen“), aber langweilig wird ihm nicht: „Arbeit gibt es mehr als genug, man muss die Hütte in Schuss halten.“

Beim Anstieg ins Sandebentörl auf der zweiten Etappe wird man schier von der Neugier getrieben. Überraschenderweise zeigt sich der Großvenediger schon weit vor dem Übergang, doch erst oben sieht man den weißen Riesen fast in seiner ganzen Größe. Man weiß gar nicht mehr, wohin man als Erstes schauen soll: Im Südosten der Großglockner, vis-à-vis unbekannte Dreitausender mit fotogenen Gletscherresten und im Südwesten der Großvenediger mit seinen Trabanten. Wie auf einer Promenade wandert man direkt auf den markanten Gletscherdom zu, steigt auf dem Venediger Höhenweg etwas mühsam ab zum Viltragenbach und quert auf der anderen Talseite die steilen Grashänge der Gamsleitn mit Blick auf den Großglockner. Umwerfend und doch nur ein Vorgeschmack auf den Höhepunkt des Tages: Nach der Umrundung des vom Vorderen Kesselkopf herabziehenden Rückens hält man erst einmal direkt auf den Hängegletscher unter der Kristallwand zu. Mit jedem Schritt rücken die



Mal begeistert die formschöne Gletscherzunge des Schlatenkees (l.), dann der sportliche Anstieg in die Galtenscharte (r.). Gemütlicher wird es in der Bonnmatreier Hütte (o.) und der Neuen Fürther Hütte (u.).

Gletscher mehr ins Bild, bis bei der Alten Prager Hütte das gewaltige Schlatenkees auftaucht. 2009 wurde der Hüttenbetrieb eingestellt und 2017/18 das ursprünglich vor 150 Jahren erbaute Haus als Kulturdenkmal restauriert.

Die Gipfel und Eisflächen ringsherum bieten eine beeindruckende Kulisse, an der man sich kaum sattsehen kann. Entsprechend großartig ist daher auch der knapp einstündige Anstieg auf die unter Denkmalschutz stehende Neue Prager Hütte, von der man natürlich einen ebenso grandiosen Blick auf diese eisigen Weiten genießt, und anderntags der Abstieg zu den glattgeschliffenen Felsen im Gletschervorfeld. Spätestens beim Gegenanstieg über die ehemalige Seitenmoräne des Schlatenkees erkennt man gut den dramatischen Eisverlust des mit mehr als fünf Kilometern Länge und rund neun Quadratkilometern flächenmäßig größten Gletschers der Venedigergruppe: Vor rund 170 Jahren reichte das Eis noch bis auf die Höhe der Moräne. Nach dem



GLOBETROTTER

# NEUES LEBEN FÜR ALTE SACHEN!

WIR KAUFEN DEINE GEBRAUCHTE AUSTRÜSTUNG

In vielen Kleiderschränken und Kellern schlummern wahre Ausrüstungsschätze, die endlich mal wieder auf Tour gehen wollen. Bring sie zu uns!

MEHR AUF  
[GLOBETROTTER.DE/2NDHAND](https://www.globetrotter.de/2ndhand)





### AUF DEM VENEDIGER HÖHENWEG ÜBER DEN ALPENHAUPTKAMM

**Charakter:** Überaus abwechslungsreiche Mehrtagestour, für die Trittsicherheit und Schwindelfreiheit Voraussetzung sind. Aufpassen muss man vor allem bei der Querung sehr steil abfallender Grashänge, speziell im Bereich zwischen Viltragenbach und Alter Prager Hütte sowie kurz vor und nach der Badener Hütte Richtung Galtenscharte. Dieser Übergang sollte wegen der Steinschlaggefahr besser nicht bei Regen gemacht werden. Im Frühsommer oder bei Neuschnee können Leichtsteigeisen hilfreich sein.

**An- und Rückreise:** Mit der Bahn nach Mittersill und mit der Pinzgauer Lokalbahn bis Habachtal-Weyerhof (derzeit Schienenersatzverkehr), zu Fuß in rund 25 Minuten zur Haltestelle des Smaragd-Express beim Parkplatz am Eingang ins Habachtal. Zurück von Hinterbichl mit dem Bus (Linie 951) nach Matriei i.O. (Haltestelle Korberplatz), umsteigen und mit dem Bus (Linie 950X) nach Mittersill (Haltestelle Bahnhof).

**Beste Zeit:** Mitte Juli bis Ende September

#### Etappen:

Parkplatz beim Gasthaus Habachklause (875 m) – mit dem Bus (Smaragd-Express) zum Gasthaus Alpenrose (1384 m) – Neue Thüringer Hütte (2212 m, [nth-huette.de](http://nth-huette.de)) – Larmkogelscharte (2934 m) – Larmkogel (3022 m) – Larmkogelscharte – Neue Fürther Hütte (2201 m, [fuerther-huette.at](http://fuerther-huette.at)), 1650 Hm ↗, 835 Hm ↘, 7 Std.

Neue Fürther Hütte – Sandebentörl (2753 m) – Viltragenbach – Alte Prager Hütte (2489 m) – Neue Prager Hütte (2796 m, [alpenverein.de/pragerhuette](http://alpenverein.de/pragerhuette)), 1310 Hm ↗, 715 Hm ↘, 6 Std.

Neue Prager Hütte – Alte Prager Hütte – Löbentörl (2770 m) – Badener Hütte (2608 m, [alpenverein.at/badenerhuette](http://alpenverein.at/badenerhuette)), 655 Hm ↗, 845 Hm ↘, 4 ½ Std.

Badener Hütte – Galtenscharte (2791 m) – Kälberschartl (2791 m) – Bonn-Matreier Hütte (2750 m, [bonn-matreier-huette.at](http://bonn-matreier-huette.at)), 800 Hm ↗, 660 Hm ↘, 5 Std.

Bonn-Matreier Hütte – Eisseehütte (2521 m, [eisseehuette.at](http://eisseehuette.at)) – Zopetscharte (2958 m) – Johannishütte (2121 m, [johannis-huette.at](http://johannis-huette.at)), 825 Hm ↗, 1455 Hm ↘, 7 Std.

Johannishütte – Hinterbichl (1329 m), auch mit dem Venedigertaxi möglich ([huettentaxi.at](http://huettentaxi.at)), 790 Hm ↘, 2 Std.

**Karte:** Alpenvereinskarte Blatt 36, Venedigergruppe, 1:25.000

**Informationen:** [salzburgerland.com](http://salzburgerland.com) und [osttirol.com](http://osttirol.com)

Löbentörl wechselt man auf die einsame Seite der Venedigergruppe und erreicht die Badener Hütte, einen der abgelegensten Stützpunkte der Ostalpen. Aufgrund der langen Zustiege gibt es hier oben kaum Tagesgäste, doch für Marco Steiner ist das perfekt. „Die Gäste hier sind anders“, meint der Hüttenwirt, „jeder muss mindestens fünf Stunden laufen, was leisten, schwitzen – das sind einfach zufriedene Leute.“

Mit der Kristallwand gibt es auch ein interessantes Gipfelziel, doch die meisten Übernachtungsgäste sind auf dem Venediger Höhenweg unterwegs und visieren als Nächstes die Bonn-Matreier Hütte an. Schlüsselstelle auf dieser Etappe ist die Galtenscharte. „Von der liest und hört man immer viel“, weiß Marco, „aber jetzt bin ich 13 Jahre da, dort ist noch nie etwas passiert.“ Natürlich ist das Gelände steil, andererseits werden ab Mitte Juli, sobald der Schnee weg ist, an den exponierten Stellen Drahtseile gespannt. Eher unterschätzt wird dagegen der Zustieg, der ab dem kleinen Achselsee extrem steile Grashänge quert – hier darf man keinesfalls stolpern. Vielleicht trägt zum Ruf der Galtenscharte die überaus wilde, fast schon düstere Kulisse bei. Der Übergang ist die einzige Schwachstelle im felsigen Kamm der Virger Nordkette, die aus schroffen, abweisenden Felsgipfeln und -türmen besteht – und damit einen spannenden Kontrast bildet zu den eher sanften, ausgedehnten Gletschern der Venedigergruppe, die man ständig auf Fotos sieht.

Auf der Südseite der Galtenscharte wartet nach einer kurzen, mit einem Drahtseil gesicherten Felsstufe deutlich freundlicheres Gelände – und kurz darauf die wunderschön gelegene Bonn-Matreier Hütte. Im Sommer 2022 startete Andreas Rainer als neuer Hüttenwirt. Für die alte Wirtin Nora Rosche war die Hütte etwas ganz Besonderes. „So einen Platz gibt es nicht oft“, meint sie, „der hat etwas Magisches.“ Besonders die Etappe zur Eisseehütte ist ihr ans Herz gewachsen: „Da wandert man auf einem wirklich schönen Höhenweg mit Edelweißwiesen.“ Recht hat sie, der Weg verläuft wirklich traumhaft mit leichten An- und Abstiegen hoch über dem Virgental und ist Genuss pur. Gleich neben dem Steig wachsen Edelweisse, und wer das erste entdeckt, sieht auf einmal ganz viele. Stundenlang könnte man so

Allein, allein: Beim Anstieg zur Galtenscharte ist man gefühlt Welten entfernt vom Alltag und genießt eine faszinierende Kulisse.



Gleich neben dem Steig wachsen Edelweisse, und wer das erste entdeckt, sieht auf einmal ganz viele.



weiterlaufen, doch auch der schönste Weg hat irgendwann ein Ende – in diesem Fall in Form der einladenden Eisseehütte.

Der erst im Jahr 1983 erbaute Stützpunkt im Talschluss des einsamen Timmeltals ist seit zehn Jahren im Besitz der Familie Isplitzer. „Ich habe ja von Gastronomie keine Ahnung gehabt“, erzählt Markus Isplitzer in seiner ehrlichen Art, „ich wusste vielleicht, wie eine Suppe warm zu machen ist, aber nicht, wie sie zubereitet wird.“ Entsprechend schwer war der Start, auch weil neben dem Hüttenbetrieb noch diverse Auflagen der Behörde zu erfüllen waren. „Das erste Jahr war schon hart“, erzählt er rückblickend, „das zweite Jahr schon ein bisschen besser, das dritte gut und das vierte manchmal sehr gut – ist halt immer ein Auf und Ab.“ So wie die Runde um den Großvenediger mit

ihrem vielen Rauf und Runter, bei der eine gewisse Grundkondition sicher hilfreich ist. „Ich sag immer, die Berge sind nur hoch, wenn man im Tal ist“, meinte Herbert Hofer am ersten Tag, „sobald man oben ist und herunterschaut, war das gar nicht so schlimm.“ Mit dieser Einstellung lässt sich auch der letzte Anstieg in die Zopetscharte bewältigen, ehe es endgültig bergab geht zur Johannishütte. Von hier aus sieht man den Großvenediger noch einmal aus einer ganz neuen Perspektive und genießt beim langjährigen Hüttenwirt Leonhard Unterwurzacher eine letzte Nacht am Berg. Und denkt dabei an einen weiteren Spruch des Rangers: „Wenn man das nur als Anstrengung sieht, dann ist man am falschen Platz – man muss das als Herausforderung sehen, als Genuss, da oben unterwegs zu sein.“



Jeden Tag neue Höhepunkte, für **Stefan Herbke** ([bergsüchtig.de](http://bergsüchtig.de)) ist diese kurzweilige Runde mit ihren wunderschönen Steigen und immer neuen Ausblicken ein Traum.

Dauer	max. pro Tag	Höchster Punkt	Schwierigkeit	Beste Zeit
6 Tage	1250 Hm, 8 Std.	Kitzbüheler Horn (1996 m)	Mittelschwer (KAT Walk Alpin), leichtere Varianten	Juni - September



**D**as Schönste ist, wenn ich morgens aus dem Fenster schau“, schwärmt Sepp Thaler. „Im ersten Licht siehst du noch nicht so weit, nur die Zacken der Berge sind zu erkennen, doch dann wird alles dreidimensional und es wirkt, als würden die Berge scheinbar auseinander wandern – und die Welt wird groß.“ Er wie seine Frau Theresa, die für die gute Küche der Stanglalm unter dem Kitzbüheler Horn verantwortlich ist, genießen die Panoramalage hoch über dem Tal und die einmaligen Stimmungen.

„Wenn dann der Kaiser rot leuchtet, dann kann man den Rosengarten in Südtirol vergessen“, erzählt er begeistert. Der stets gut gelaunte Almwirt, dem immer ein lustiger Spruch über die Lippen kommt, liebt seine Heimat und die Kitzbüheler Alpen. „Wenn mich einer fragt, wohin er in Urlaub fahren soll, dann sag ich ihm, bleib bei uns – wenn Millionen herkommen, dann werden wir doch nicht wegfahren.“

Mit den Millionen übertreibt Sepp Thaler natürlich, doch Gäste gibt es genug. Vor allem in

Satte Grüntöne flankieren den Weg auf der Hinterkar-Hochalm nach dem Abstieg von der Hinterkarscharte.



Mehrtagestour  
Kitzbüheler Alpen

# Lieblingsplatz

Auf dem KAT Walk zeigen sich die Kitzbüheler Alpen von einer überraschend einsamen Seite – und Tag für Tag gibt es neue Lieblingsplätze zu entdecken. Das Besondere: Die Tour kann ganz bequem online gebucht werden – nur laufen muss man noch selbst.

---

Text und Fotos: **Stefan Herbke**

---

Kitzbüchel, vor allem im Winter. Im Sommer sieht die Sache schon ganz anders aus. Denn die Kitzbüheler Alpen sind mit Ausnahme des Bereichs um die geöffneten Bergbahnen überraschend einsam, wie eine Mehrtagestour auf dem KAT Walk eindrucksvoll beweist. Der Kitzbüheler Alpen Trail (KAT) in der Variante Alpin führt in sechs Tagen von Hopfgarten im Brixental über Kitzbüchel und St. Johann bis nach St. Ulrich am Pillersee. „Der KAT Walk soll alle Regionen der Kitzbüheler Alpen miteinander verbinden“, er-

klärt Christina Jöchtl, die für den Tourismusverband Kitzbüheler Alpen die Tour betreut. „Die Leute sollen die Möglichkeit haben, die gesamte Region wandernd zu erkunden – und das mit so wenig Aufwand wie nötig und so komfortabel wie möglich. Daher haben wir die Tour von Anfang an mit Gepäcktransport und mit Übernachtungen in Hotels und Gasthöfen geplant.“

Die erste Etappe ist dabei eher gemütlich und geradezu perfekt zum Einlaufen. Über sanfte Wiesenterrassen mit stattlichen, fotogenen Erb-

höfen und begleitet von lautem Vogelgezwitscher geht es hinein in die Kelchsau und zum Fuchswirt. Das urgemütliche Gasthaus inmitten eines Ensembles besonders schöner Holzhäuser ist eine Oase der Ruhe. Am besten sitzt man im Garten unter dem großen, schattenspendenden Baum und geht dort zum gemütlichen Teil des Tages über. „Für mich ist das immer so, als wäre die Zeit stehen geblieben“, schwärmt Christina Jöchtl von der Kelchsau, einem kleinen Dorf in einem Seitental abseits des Durchgangsverkehrs. „Hier ist es so ruhig, als ob man in einer anderen Zeit angekommen wäre.“

Auf der zweiten Etappe über den Lodron zum Steinberghaus in der Windau taucht man endgültig ein in die Stille der Kitzbüheler Alpen. Dichte Wälder, malerische Almen, aussichtsreiche Berg Rücken und ein leuchtendes Meer aus Almrosen inmitten saftig grüner Wiesen kennzeichnen diesen Wegabschnitt. Im Winter ein Skitourenklassiker, ist der Lodron im Sommer ein einsamer Wanderberg, auf den sich höchstens KAT-Walker\*innen verirren – und dabei viele traumhafte Plätze entdecken. Beim Abstieg trifft man auf der Unteren Lärchenbergalm vielleicht Sepp Kahn, der mit seinem leuchtend weißen Bart den Idealtypus eines Senners verkörpert und sich gerne Zeit nimmt für einen kurzen Schwatz. Zumindest nachmit-

---

Vom krimi-schreibenden Käser bis hin zu Pflanzen aus dem Kaukasus oder der Mongolei – der KAT Walk bietet auch kuriose Überraschungen.

---

tags, denn vormittags muss er die frische Milch verarbeiten. „Beim Käsen kann man die Gedanken schweifen lassen, da fällt mir viel ein“, erzählt er und zeigt stolz auf seine Bücher. Mittlerweile sind mehrere Titel erschienen; vom Krimi über Gedichte bis zu witzig-ironischen Kurzgeschichten, alle inspiriert von seinem Leben auf der Alm.

Einsam ist auch die dritte Etappe des KAT Walks über die Hinterkarscharte, bei der ein kurzer Abstecher auf den mit einem Kreuz geschmückten Gipfel des Gassnerkogels führt. Neben grandiosen Ausblicken auf das markante Felsriff des Großen Rettensteins, der in den eher sanften Kitzbüheler Alpen unweigerlich auffällt, gibt es hier die letzten Altschneereste, die sich unter der Hinterkarscharte bis in den Frühsommer halten. Ein kleines Hochmoor mit wunderschönem Wollgras ziert den Abstieg auf dem Weg zur Labalm. „Sie wurde 1955 von meinem Ur-

## INFO

### KITZBÜHELER ALPEN – KAT WALK

Die Mehrtageswanderung auf dem Weitwanderweg Kitzbüheler Alpen Trail (KAT Walk) kann online gebucht werden (inkl. Infobroschüre mit detaillierter Wegbeschreibung, herausnehmbarer Wanderkarte, Gepäcktransport und Rückreise zum Ausgangspunkt mit öffentlichen Verkehrsmitteln). Neben der Variante Alpin (6 Etappen, 106 Kilometer, 6350 Höhenmeter, 7 Übernachtungen mit Halbpension ab 905 Euro im DZ) werden auch die einfacher zu wandernden Routen Kompakt und Family (jeweils 6 Übernachtungen, ab 835 Euro im DZ) angeboten. Auf dem KAT Bike lassen sich die Kitzbüheler Alpen auf drei Rad-Etappen erkunden (4 Übernachtungen, ab 545 Euro im DZ). Mittlerweile gibt es mit dem KAT Walk Winter und der KAT Skitour auch Ableger für die kalte Jahreszeit.

#### Infos und Buchung:

[kat-walk.at](http://kat-walk.at), [kat-bike.at](http://kat-bike.at), [kat-skitour.at](http://kat-skitour.at)





**Verdiente Einkehr in der Schaukäserei Kasplatzl – auf der Alm werden u.a. Bergkäse, Schnittkäse, Frischkäse und Weichkäse gemacht.**

großvater in eine Jausenstation umgewandelt“, erklärt Christiane Klingsbigl. „Vorher war das eine reine Almwirtschaft, heute sind wir eher ein Alpengasthaus.“ Und die erste Einkehrmöglichkeit auf der Strecke vom Steinberghaus nach Aschau. Wobei einige gleich hierbleiben, zumindest wenn sie die Labalm mit ihren acht Zimmern als Etappenziel gewählt haben. „Bei uns ist es wie bei Heidi“, meint Christiane, „wir haben eher einfache Hüttenzimmer mit Etagedusche, ohne Fernseher und Internet, und meistens auch keinen Empfang, bei uns gibt es Natur pur – so wie es sich für eine Alm gehört.“ Hüttentypisch ist auch das Essen. „Bei uns gibt’s Knödelteller, Kasspatzn, Schlutzkrapfn oder einen Schweinsbraten“, erzählt die junge Wirtin, „die Gäste mögen das, ist halt ein Unterschied zu den Halbpensionstagen in den Hotels im Tal.“

Wer auf der Labalm übernachtet, hat mit dem Liegestuhl beim Fischteich schnell einen Lieblingsplatz gefunden – und startet den nächsten Tag mit einem Abstieg. Gut 45 Minuten sind es hinaus nach Aschau, vorbei am Kasplatzl, einer für ihren Käse bekannten Alm, und einer Hängebrücke, die einen spektakulären Blick auf einen Wasserfall ermöglicht. Die aussichtsreiche Etappe über den Pengelstein ist ein Kontrastprogramm und führt vom einsamen unberührten Teil der Kitzbüheler Alpen hinein in ein weltbekanntes Skigebiet. Das Aushängeschild ist die legendäre Streif, die zu den schwierigsten Abfahrten der Welt zählt und auf der seit dem Jahr 1937 die Hahnenkammrennen ausgetragen werden. Wie steil die Strecke wirklich ist, zeigt sich beim Abstieg nach Kitzbühel. Schautafeln



**Stefan Herbbe** hat die Mehrtagestour KAT Walk Alpin mit Übernachtungen, aber ohne viel Gepäck genossen und durfte den Bezirk Kitzbühel von seiner natürlichsten Seite kennenlernen.

erklären wichtige Streckenabschnitte wie die Hausbergkante oder Mausefalle. Alternativ kann man auch die Gondelbahn für ein schnelles und kraftsparendes Bergab wählen, um im Anschluss mehr Zeit für einen Bummel durch die ehemalige Bergbaustadt zu haben.

Das von einem Sendemast gekrönte Kitzbüheler Horn ist einer der Höhepunkte des KAT Walks und begeistert neben dem einmaligen 360-Grad-Rundblick mit einem einzigartigen Alpenblumengarten. Zusammen mit ihrem Kollegen kümmert sich Jule Maier dort Tag für Tag um die rund 400 seltenen Gewächse. „Du findest hier Pflanzen aus den Pyrenäen, aus dem Kaukasus, aus der Mongolei oder aus Tibet“, erzählt sie, während sie das Himalayabeet vom Gras befreit. „Das sind schon Schätze, die du sonst nur siehst, wenn du dorthin reist.“ Längst kennt sie die Namen der meisten Blumen, doch im Grunde haben die keine Bedeutung. „Der Eindruck der Pflanze an sich und wie sie auf dich wirkt, das ist viel wichtiger“, meint sie, „die Schönheit, die Energie zählt.“ Eine Lieblingsblume hat Jule nicht, doch auf Nachfrage ergänzt sie: „Für mich steht das Edelweiß für eine Lebenskünstlerin, die unter härtesten Bedingungen das Beste draus macht.“

Der spektakulär angelegte Ludwig-Scheiber-Steig ermöglicht im Anschluss den Wechsel auf die Nordseite des Kitzbüheler Horns und damit zur Stanglalm. Die ist bekannt für ihre Strudel – und für das Almererschnitzel. „Das ist aus der Not geboren“, erzählt Sepp Thaler, „wir hatten keinen Schinken mehr für das Cordon Bleu und dann hat meine Frau einfach selbst gemachten Speck und Kräuterkäse verwendet – das kam bei den Leuten sehr gut an.“ Die KAT-Walker\*innen sind auf der Stanglalm willkommen, nicht nur weil sie hungrig und durstig sind. „Die sind alle gut aufgelegt“, weiß Sepp, „die haben schon eine Leistung erbracht und sind zufrieden, mit denen kann man über Gott und die Welt reden.“ Etwa über den einmaligen Sonnenuntergang. „Doch da ist der Tag vorbei“, meint er, „während in der Früh die Vögel zwitschern und die Kuhglocken bimmeln, da geht’s los, da habe ich noch den ganzen Tag vor mir.“ Ähnlich fühlen sich die KAT-Walker\*innen. Noch einmal voller Tatendrang aufstehen, dann startet in St. Johann mit der Überquerung des einsamen Plateaus der Kalksteinalm zum Pillersee das Finale – für viele die schönste Etappe des KAT Walks. ■

Dauer	max. pro Tag	Höchster Punkt	Schwierig- keit	Beste Zeit
4 Tage	1450 Hm, 7 Std.	Triglav (2864 m)	Kondi- tionell fordernd, Kletter- steig bis C	Juni bis Oktober

Zwischen Triglav  
und Prisojnik

# Zu Besuch beim Drei- köpfigen

Im tief eingeschnittenen Soča-Tal beginnt  
eine schwindelerregende Traumrunde durch  
den Triglav Nationalpark, gekrönt von  
Sloweniens höchstem Gipfel.

---

Text und Fotos: Michael Pröttel

---

Durchs Fenster auf den Gipfel:  
Der Steig des Jubiläumsweges  
führt durch das Felsenfenster  
Prednje Okno auf den Prisojnik.



### Satte 1450 Höhenmeter geht es auf dem historischen Steig mit kunstvoll angelegten Trockenmauern bergan.

**E**inmal, zweimal ... und noch ein drittes Mal saust der dicke, aus einer Reepschnur geflochtene Strick auf den Allerwertesten der Bergsteigerin. Doch die junge Slowenin schaut keineswegs leidend, sondern sogar ziemlich stolz. Dafür hat sie einen guten Grund: Sie steht heute am Hauptgipfel des Triglav und somit am höchsten Punkt ihres kleinen, feinen Landes. Wie es sich bei einer individuellen Erstbesteigung gehört, nimmt die junge Frau strahlend die traditionelle Triglav-Taufe in Empfang. Diese beinhaltet bei einem dreiköpfigen Gott – und als kein Geringerer wird der Triglav mit seinen zwei Nebengipfeln gehandelt – eben drei rituelle Popo-Schläge. Vor dem grinsenden Milan, der das Amt des Hohepriesters vollzieht, warten noch vier weitere Triglav-Frischlinge. Auch meine Berg-Spezis Jana, Silke und Wolfgang stehen heute zum ersten Mal am 2864 Meter hohen Gipfel, wagen es aber nicht, sich in die kleine Schlange der Täuflinge einzureihen. So kann Milan bald Feierabend machen und den Jubiläumskuchen anschneiden, den er heute für seine fünfzigste Triglav-Besteigung kredenzt bekommt. Wie seine Freunde die zweistöckige Sahnetorte vom Vrata-Tal aus 1900 Höhenmeter unbeschadet heraufgetragen haben, bleibt ihr Geheimnis.

Diese nicht alltägliche Gipfelszene ist nicht nur topografischer Höhepunkt einer viertägigen

Runde im Triglav Nationalpark, bei der wir neben überwältigenden Landschaftseindrücken mit den Klettersteig-Klassikern „Bambergweg“ und „Jubiläumsweg“ auch möglichst viel Luft unter dem Hintern erleben möchten. Schließlich ist das wilde Gebirge südlich des Tals der Save mit dem Bergstädtchen Kranjska Gora für steile Felswände berühmt, die in tief eingeschnittene Täler abstürzen. Und in einem davon fließt die wunderschöne Soča.

Unweit der Sočaquelle, beim verschlafenen Weiler Trenta, verlassen wir das Tal mit dem sprudelnden Fluss. Jetzt geht es auf ins Gebirge. Und wie! Satte 1450 Höhenmeter trennen uns von der ersten Berghütte. Da kommt der alte Saumpfad aus dem Ersten Weltkrieg gerade recht. Mit oft kunstvoll angelegten Trockenmauern führt der historische Steig in konstanter, angenehmer Steigung nach Osten bergan. Prächtig strahlt die slowenische Sonne an diesem schönen Juli-Wochenende. Trotzdem sind wir beim Aufstieg nahezu alleine unterwegs. Unser Ziel, die Hütte Zasavska Koča na Prehodavcih, ist hingegen gut besucht. Die großartig gelegene und ziemlich kleine Unterkunft trägt den Namen Berghütte noch zu Recht.

Im engen, aber gemütlichen Innenraum sind die Abstandsregelungen des ersten Corona-Bergsommers nicht konsequent einzuhalten.



„Zum Glück drücken die Behörden bei uns ein Auge zu. Sonst müssten wir die Hütte komplett dichtmachen“, sagt Vesna, die zusammen mit Thea und Aljaž die Hütte bewirbt. Das genauso junge wie sympathische Team spricht perfekt Englisch und hat nicht die geringsten Probleme mit der einfachen Ausstattung. „Unsere Gäste haben zum Glück keine großen Ansprüche und erwarten bei uns bestimmt keine heiße Dusche“, grinst Aljaž, der im Winterhalbjahr als Baumpfleger sein Geld verdient. Seine beiden Kolleginnen finanzieren mit dem „Hüttengeld“ ihr Studium in der Hauptstadt Ljubljana.

Nach einem einfachen, aber guten Eintopf und einer erstaunlich stillen Nacht im vollen Matratzenlager verabschieden uns die drei am nächsten Morgen herzlich in einen nicht ganz gewissen Bergtag.

Wie vom Wetterbericht vorhergesagt, ziehen dichte Wolken um die umliegenden Gipfel. Das ist auch der Grund dafür, warum wir unsere Nationalpark-Runde gegen den Uhrzeigersinn drehen und die spektakulären Klettersteig-Abschnitte an den letzten beiden Tagen angehen wollen, wenn das Wetter hoffentlich wieder bes-

**Perfekte Lage: Erstes Etappenziel ist die kleine Hütte Zasavska koča, eine Bergsteigerunterkunft wie aus dem Bilderbuch. Am nächsten Tag geht es über vier Stunden durch weitläufiges Karstgelände bis an den Fuß des Triglav, auf dessen Gipfel der skurrile „Aljazev stolp“ steht. Die Flora der Region ist überall begeisternd.**

ser ist. Bei der heutigen Überschreitung des gutmütigen Kanjavec sollte auch der eine oder andere Regenschauer kein Problem darstellen. Schließlich können wir nach dem Normalanstieg von Westen zwischen dem teils versicherten Nordabstieg und dem etwas leichteren Ostrücken wählen. Wir haben Glück. Zwar lecken an dem aus der unwirklichen Karstlandschaft aufragenden Gipfel kühle Nebelschwaden, doch es bleibt trocken und wir können auf dem direkten Nordabstieg schon heute etwas Stahlseil-Feeling schnuppern. Danach gönnen wir uns auf der am Weg gelegenen Hütte Koca na Doliču einen leckeren slowenischen Kaffee.

Der Schlussanstieg des zweiten Tages bringt uns schließlich zur wichtigen Dom-Planika-Hütte, hinter der noch wichtiger der Gipfelaufbau des Triglav aufragt. Der von allen Seiten her beeindruckende „Dreiköpfige“ wird im Land zwischen Karawanken und Meer sehr verehrt: Der Triglav prangt auf dem slowenischen Staatswappen und der Nationalflagge. Und auch auf die 50-Cent-Münze wird sein stilisiertes Antlitz geprägt. Der Kult um den Gipfel hat auch historische Gründe. 1944 zerschlugen Partisanen den



Nach einem entspannten Aufstieg auf den Triglav-Gipfel folgt ein anspruchsvoller Klettersteig im Abstieg.

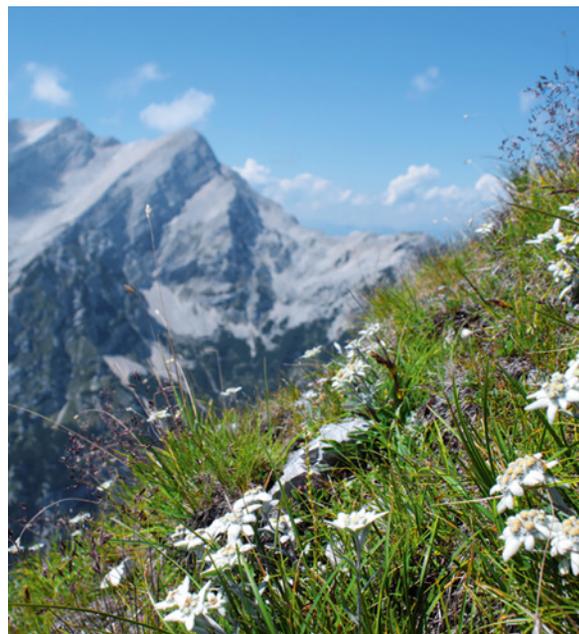
alten Gipfel-Grenzstein zwischen Italien und Deutschland und hissten die slowenische Fahne, genau wie später die Unabhängigkeitskämpfer am 26. Juni 1991. Der eiserne Gipfelturm wurde vom Priester Jakob Aljaž erbaut, nach dem auch das nordseitige Triglav-Haus benannt ist: Als die Bergsteiger des deutsch-österreichischen Alpenvereins Ende des 19. Jahrhunderts begannen, auch in Slowenien Hütten zu bauen, kaufte der Priester 16 Quadratmeter am Gipfel. Und stellte das runde Türmchen drauf. Ein Akt patriotischer Subversion gegen die herrschenden Habsburger. Der Triglav wurde so zum Symbol für die Unabhängigkeit Sloweniens.

Wie schon am Vorabend werden wir auf der Hütte Dom Planika von einem jungen Hütten-Team bewirtet, das wieder perfekt Englisch spricht. Im Gegensatz zum Vortag können auf dem großen Berghaus Corona-Abstandsregeln problemlos eingehalten werden, was einen unverhofften Nebeneffekt hat: Wir genießen ein komplettes Acht-Betten-Lager ganz für uns allein und somit eine äußerst geruhvolle Nacht.

Und das ist auch gut so. Denn Tag drei ist nach einem wunderschönen Ostgrat-Aufstieg in der weichen Morgensonne am Triglav-Gipfel samt der bereits geschilderten Taufzeremonie noch lange nicht zu Ende. Ganz im Gegenteil. Jetzt geht es in Sachen „alpiner Anspruch“ erst richtig los. Wie schwer wird der „Bambergweg“ im Abstieg wohl sein? Immerhin handelt es sich um einen Klettersteig der Schwierigkeitsstufe C.

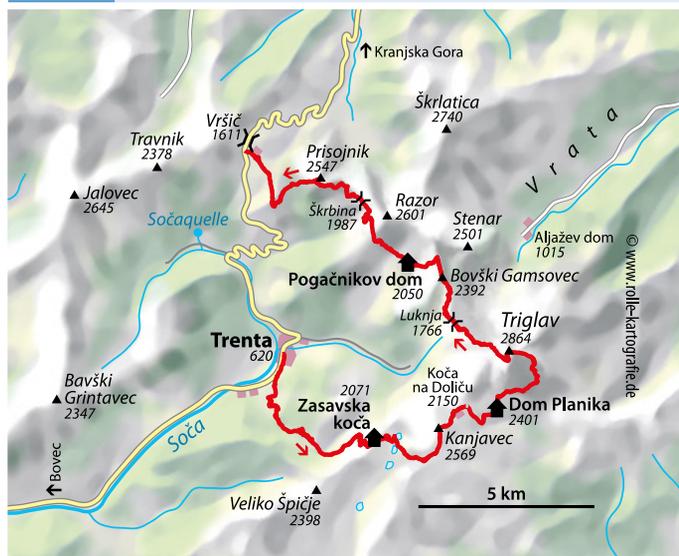
Nach dem Abstieg über den leichteren Gipfel-Klettersteig und eine schotterreiche Karschwelle kommen wir gleich zu Beginn des „Bambergwegs“ aus dem Staunen nicht heraus. Ab jetzt bieten sich immer wieder tolle Aussichten in die gewaltigen Steilabbrüche des Triglav. Mit einer Breite von drei Kilometern und bis zu 1500 Meter Höhenunterschied zum Talboden des Vratatales gehört das senkrechte Felsenmeer zu den ganz großen Nordwänden der Alpen.

Nach kurzer Zeit gewöhnen sich unsere Augen aber an die schwindelerregenden Tiefblicke und wir können das Steigen und Klettern genießen. Wie es sich für einen klassischen Klettersteig gehört, sind keineswegs alle Felspassagen mit Stahlseilen gesichert, so dass man alle Griffe und Tritte gut auf ihre Festigkeit hin überprüfen muss. Zum Glück haben



viele Bergsteiger-Generationen am „Bambergweg“ loses Gestein größtenteils abgeräumt. Wir kommen zügig voran und meistern auch die Schlüsselstelle problemlos, die sich ganz am Schluss in Form einer senkrechten Felsplatte präsentiert.

In der Luknja-Scharte angekommen, machen wir eine ausgiebige Brotzeitpause. Schließlich liegt die Überschreitung des Bovški Gamsovec und mit ihr gute 600 Höhenmeter noch vor uns, bevor wir auf der Hütte Pogačnikov dom mit ei-



## VIER TAGE DURCH DEN NATIONALPARK TRIGLAV

**Beste Jahreszeit:** Juni bis Oktober

**Anreise:** Über die Tauernautobahn nach Villach und über den Wurzenpass nach Kranjska Gora. Weiter über den Vršič-Pass nach Trenta im Soča-Tal. Bahn über Villach nach Jesenice bei Kranjska Gora.

### Unterkünfte:

- ▶ Zasavska koča na Prehodavci (2071 m), Juni bis September, Tel.: 0038/651 61 47 81, <https://en.pzs.si/koce.php?pid=34>
- ▶ Koca na Doliču (auch Trzaska koca, 2051 m), Juli bis September, Tel.: 0038/651 61 47 80, <https://en.pzs.si/koce.php?pid=33>
- ▶ Dom Planica (2401 m), Juli bis September, Tel.: 0038/651 61 47 73, <https://en.pzs.si/koce.php?pid=32>
- ▶ Pogačnikov dom (2050 m), Juni bis September, Tel.: 0038/648 28 13 00, <https://en.pzs.si/koce.php?pid=20>

**Karten:** Freytag & Berndt WK5141 „Nationalpark Triglav“ 1:35.000

**Ausrüstung:** Normale Wanderausrüstung plus Klettersteigset. Im Sommer auf guten Sonnenschutz und ausreichend Getränkeversorgung achten.

**Info:** Touristeninformationszentrum Kranjska Gora, Tel.: 0038/604 58 09 440, [kranjska-gora.si](http://kranjska-gora.si)

**Ausgangspunkt:** Trenta (620 m)

**Endpunkt:** Vršič-Pass (1620 m), von dort in der Hochsaison Busverbindung nach Trenta

**Dauer:** Vier Tage, gesamt ca. 24 Std. Gehzeit

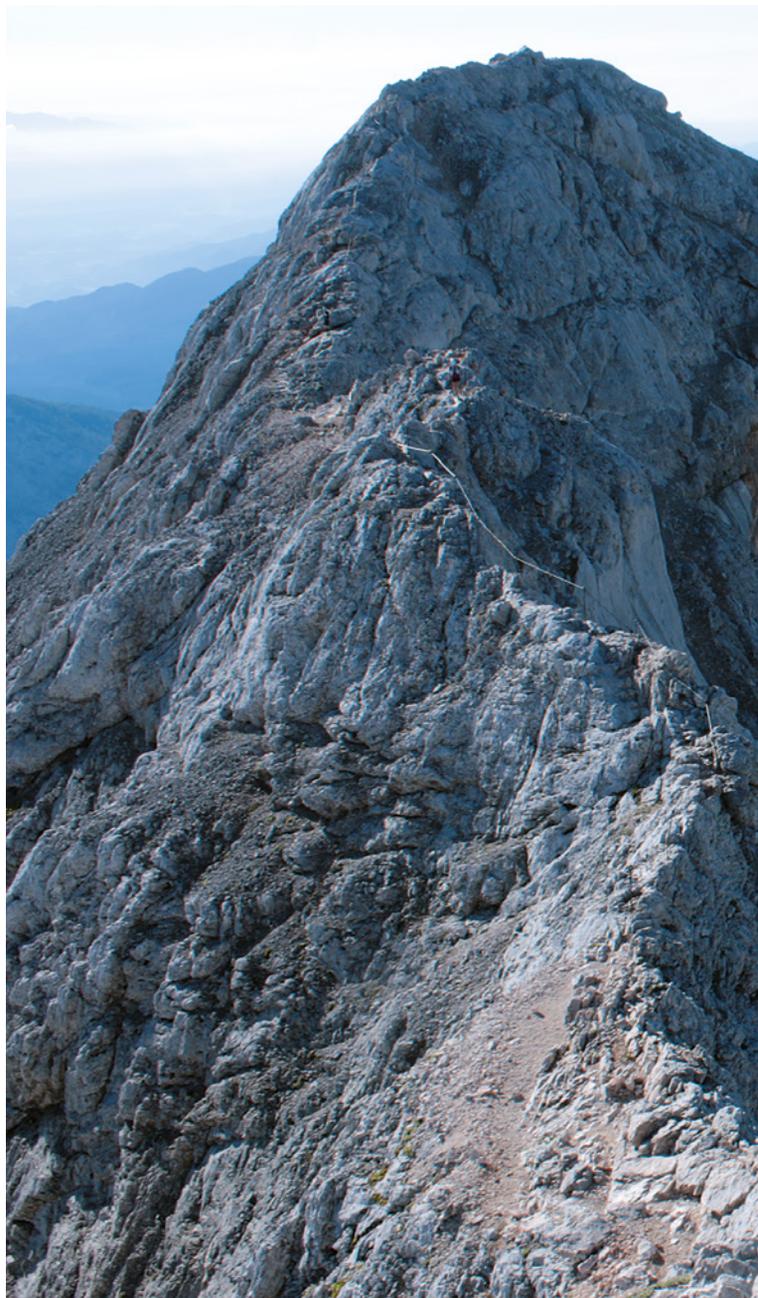
**Entfernung:** Gesamt ca. 35 km

**Höhendifferenz:** Gesamt 4740 Hm ↗, 3740 Hm ↘

**Gipfel:** Kanjavec (2568 m), Triglav (2864 m), Bovški Gamsovec (2392 m), Prisojnik (2547 m)

### Etappen:

- 1. Tag:** Hüttenzstieg Zasavska koča 10 km, 1450 Hm ↗, 4 ½ Std.
- 2. Tag:** Über den Kanjavec zur Hütte Dom Planica 7 km, 930 Hm ↗, 590 Hm ↘, 4 ½ Std.
- 3. Tag:** Über Triglav, Bambergweg und Bovški Gamsovec zur Hütte Pogačnikov dom 9 km, 1100 Hm ↗, 1450 Hm ↘, 7 ½ Std.
- 4. Tag:** Über den Jubiläumsweg und den Prisojnik zum Vršič-Pass 10 km, 1300 Hm ↗, 1700 Hm ↘, 7 Std.



nem kalten Bier Laško pivo auf den genauso langen wie grandiosen Tag anstoßen. Noch wissen wir nicht, dass der Folgende noch beeindruckender sein wird.

Mit etwas müden Oberschenkeln steigen wir am Beginn der letzten Etappe zur Scharte südlich des Razors auf, den Silke am liebsten auch noch mitnehmen würde. Da von Westen her aber eine heftige Gewitterfront im Anmarsch ist, die am Nachmittag auch die Julischen Alpen erreichen soll, steigen wir gleich auf einem anspruchsvollen, größtenteils seilversicherten Steig zum Škrblina-Sattel hinab.

Einige ausgesetzte Passagen auf dem Jubiläumsweg müssen auch mal ohne helfendes Stahlseil gemeistert werden.



Hier wird es noch einmal richtig spannend. Schon in der ersten halben Stunde zeigt uns der „Jubiläumsweg“ (Jubilejna pot), wo der Hammer hängt. Eine senkrechte Felswand wird mittels (nicht allzu üppig platzierter) Eisenstifte schwindelerregend erklommen, beziehungsweise gequert. Niemand von uns möchte hier das solide Stahlseil missen. Später sind leichtere, aber fast genauso ausgesetzte Passagen des 1953 zum sechzigjährigen Jubiläum des Slowenischen Alpenvereins eröffneten „Jubiläumswegs“ auch mal ohne helfendes Stahlseil zu meistern, was den alpinen Reiz der Tour noch steigert.

Landschaftlicher Höhepunkt des „Jubiläumswegs“ ist schließlich das Zadnje okno: Durch das gewaltige Felsenfenster gelangen wir mitten

**Gut versichert: Der Normalweg auf den Triglav über den Ostgrat, mit Blick übers slowenische Gipfelmeer. Wegen des aufgeständerten Drahtseil-Geländers trägt die Passage den Spitznamen „Stachelschwein“.**

durch den Berg auf die Nordseite des Prisojnik-Massivs, wo es weiter in Richtung Gipfel geht.

Dort liegen wir uns in den Armen, wohl wissend, dass der abschließende Abstieg zum Vršič-Pass vergleichsweise ein Kinderspiel ist. Auf dem Weg dorthin verabschiedet uns der Triglav Nationalpark noch mit einer letzten Zugabe: Der Pfad führt mitten durch die üppigsten Edelweißwiesen, die ich in meinem gesamten Bergsteigerleben jemals zu Gesicht bekommen habe.



**Michael Pröttel**, Vorsitzender von Mountain Wilderness Deutschland, setzt seinen alpinistischen Stolz in das Aushecken spannender Tourenkombinationen.

Dauer	max. pro Tag	Höchster Punkt	Schwierigkeit	Beste Zeit
3 Tage	1600 Hm, 7 ½ Std.	Cima Carega (2259 m)	Mittelschwer, anspruchsvollere Gipfel umgehbar	Anfang Juni - Mitte Oktober

Piccole Dolomiti

# Vom Rechner in die Berge



Saisonauftritt Anfang Juni auf dem Rifugio Fraccaroli (2238 m), das direkt an der Cima Carega (2259 m) liegt.



**Eine schöne Mehrtagestour in den „Kleinen Dolomiten“ online zusammenstellen? Mit Hilfe digitaler Tools kommt schon bei der Planung Freude auf, die vor Ort in der eher unbekanntem Bergregion noch viel größer wird.**

---

Text und Fotos: **Michael Pröttel**

---

**E**ine schöne Dreitagestour steht uns im Sinn. Keine schwere Aufgabe, sollte man meinen. Schließlich tüfteln Wolfgang und ich nicht erst seit gestern mehrtägige, möglichst unbekannte Rundwanderungen aus. Allerdings ist die Auswahl nach dem letzten Schnee-Winter zumindest am Alpenhauptkamm und nördlich davon noch sehr stark eingeschränkt. Obwohl es bereits Anfang Juni ist, werden im Internet nach wie vor lohnende Skitour-Einträge gepostet. Was bleibt, ist einmal mehr der Blick über den Tellerrand. Also über den Alpenhauptkamm. Doch auch dort zeigen einschlägige Webcams meist mehr weiß als grün. Erst weit im Süden scheint sich der Winter dem Frühsommer geschlagen zu geben. Und zwar südöstlich von Rovereto, wo ein kleines Gebirge namens Piccole Dolomiti in den Trentiner Himmel ragt. Dort sendet eine kleine Kamera am Rifugio Achille Papa vielversprechende Bilder ins Internet. Auf



immerhin 1928 Metern liegt zumindest im Blickwinkel der Linse so gut wie kein Schnee.

Den Piccole Dolomiti, also den kleinen Geschwistern der berühmten Kalkbastionen, wollte ich schon lange einmal einen Besuch abstatten. Was verbirgt sich wohl hinter dem bescheidenen Namen? Weder Literatur- noch Internetrecherche ergeben ausreichende Informationen für die Planung einer drei- oder viertägigen Rundtour. Und genau das spornt mich erst recht an. Als studierter Geograf und leidenschaftlicher Bergsteiger weiß ich einerseits genau, wie viele Informationen man aus einer guten topografischen Karte im Maßstab von 1:25.000 herauslesen kann. Und es ist meiner Meinung nach auch in Zeiten von Smartphones und Apps wichtig, eine solche immer unterwegs dabeizuhaben. Gleichzeitig verschließe ich mich keineswegs den Annehmlichkeiten einer digitalen Tourenplanung, zum Beispiel auf alpenvereinaktiv.com. Seit Jahren ist das gemeinsame Tourenportal von DAV, ÖAV und AVS für mich die erste Wahl, wenn es darum geht, Höhenmeter, Gehzeiten, Kilometerlängen und sogar die Wegbeschaffenheiten anvisierter Bergtouren zu ermitteln.

Auch südöstlich von Rovereto kann ich mittels Routing-Funktion selbst kleine Bergwege Stück für Stück zu einem spannenden Puzzle zusammenfügen. Das fertige Höhenprofil emp-

---

### Wie Ameisen zwischen Mikado-Stäbchen steigen wir über, unter und um nicht selten verkeilte Stämme.

---

fehlt das kleine Bergdorf Raossi als idealen Ausgangs- und Endpunkt für unsere dreitägige Rundtour. Nach gerade einmal einer halben Stunde Online-Planung wissen wir auch schon: Die erste Etappe – der Aufstieg über die 2232 Meter hohe Cima Palòn zum Rifugio Achille Papa am Pasubio – wird mit Sicherheit den meisten Schweiß erfordern. Summa summarum dürfen wir uns auf 3600 Höhenmeter und 45 Kilometer freuen.

Alles sieht perfekt aus. Wären da nicht die verzeichneten Wegsperrungen; sie betreffen auf unserer Route unter anderem den Bergwald oberhalb von Raossi. Im Herbst 2018 jagten nämlich verheerende Stürme über die Südtiroler und Trentiner Berge. Windböen bis zu 180 km/h hatten Bäume, Strom- und Telefonmasten wie Streichhölzer umgeknickt. Insgesamt wurden in Südtirol, im Trentino und in Friaul-Julisch Venetien etwa 100.000 Hektar Wald zerlegt. In einem solchen Fall (und natürlich auch dann, wenn man mit Führerliteratur seinen Bergurlaub plant) macht ein Anruf bei jemandem Sinn, der sich vor Ort auskennt. Die nette Wirtin des Rifugio Campogrosso versichert,



Frühsommerlich gestaltet sich der Aufstieg zum ersten Etappenziel, der Cima Palòn (Monte Pasubio, 2232 m), die wiederum noch unter einer Schneedecke liegt. Der Gipfel ist der höchste Punkt der Pasubio-Gruppe. Dort zeugen unzählige Krater, Ruinen, Tunneln und weitere Relikte vom Wahnsinn des Gebirgskriegs zwischen Österreich-Ungarn und Italien.

dass sowohl die Übergänge zum Pian delle Fugazze als auch zum Rifugio Scalorbi von den Unwettern nicht beschädigt wurden. Für den Anstieg zum Rifugio Achille Papa will sie freilich nicht die Hand ins Feuer legen. Leider hebt dort niemand den Hörer ab – diese Hütte ist noch „chiuso“.

Entsprechend gespannt schultern wir drei Tage später unsere Rucksäcke. Im kleinen Weiler Raossi, wo sich am Abend Fuchs und Hase wohl gute Nacht sagen werden, kann man den Sommer schon riechen. Schwarzer Asphalt flimmert in der Sonne. Gelbe Ranunkelsträucher blühen in voller Pracht. Direkt daneben weist ein nagelneues Schild zur Cima Palòn. Los geht's. Etappe eins steht nichts im Wege! Doch keine zehn Minuten später werden wir vom enormen Windbruch eines Besseren belehrt. Wie Ameisen zwischen Mikado-Stäbchen steigen wir über, unter und um nicht selten verkeilte Stämme. Und das fast eine Stunde lang.

Dann weicht der windanfällige Nadelwald niedrigeren Buchen, deren zartgrüne Äste die

# So viel Alpengenuss. So viel Bergader.

**Bergader**

**Bergbauern Käse**  
mild-nussig

Milch garantiert von Bergbauernhöfen\*  
Wiesen mit 100 verschiedenen Kräutern - für beste Milch  
Kleine Familienbetriebe mit 0-30 Kühen

Seit über 120 Jahren  
AUS FRISCHER ALPEN- UND BERGBAUERNMILCH HERGESTELLT.  
\*Nur aus der Region\*

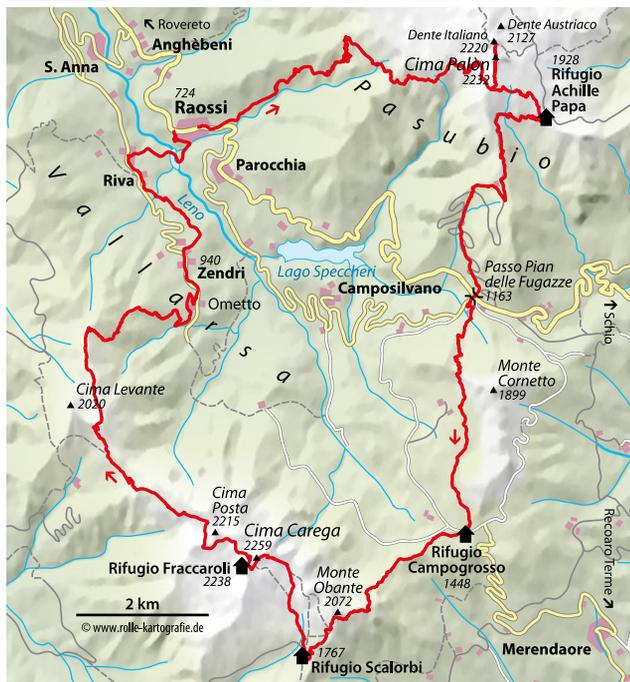
**Bergader**

**Savaria blu**  
DER WÜRZIGE  
BLAUSCHIMMELKÄSE  
INTENSIVITÄT ▲▲▲▲▲

**Bergader**

**Almzeit**  
cremig-würzig

Entdecke Deine Bergader.



**WENIG BEKANNTE WEGE IN DEN PICCOLE DOLOMITI**

Mittelschwere Mehrtagestour ohne nennenswerte Schwierigkeiten, normale Wanderausrüstung genügt. Im Sommer auf guten Sonnenschutz und ausreichende Getränkeversorgung achten.

**Beste Jahreszeit:** Juni bis Oktober

**Anreise:** Mit dem Zug nach Rovereto und mit dem Bus B312 nach Raossi

**Unterkünfte:**

- ▶ Rifugio Achille Papa (CAI, 1928 m), Anfang Juni bis Mitte Oktober, [caischio.it/rifugio-papa](http://caischio.it/rifugio-papa)
- ▶ Rifugio Campogrosso (CAI, 1448 m), ganzjährig geöffnet, [rifugiocampogrosso.com](http://rifugiocampogrosso.com)
- ▶ Rifugio Scalorbi (privat, 1767 m), Mitte Juni bis Mitte September durchgängig, Mai bis Oktober nur am Wochenende geöffnet, Tel.: 0039/045 784 70 29
- ▶ Rifugio Fraccaroli (CAI, 2238 m), Mitte Juni bis Mitte September, [cesarebattisti.org/chi-siamo/rifugio-mario-fraccaroli/](http://cesarebattisti.org/chi-siamo/rifugio-mario-fraccaroli/)

**Karte:** Tabacco-Karte 056 „Piccole Dolomiti, Pasubio“ 1:25.000

**Tag 1:** Raossi – Rifugio Achille Papa, 5 ½ Std., 1600 Hm ↗, 400 Hm ↘, 13 km  
Raossi – Passo di Lomo – Cogolo alto (– Cima Palòn) – Rifugio Achille Papa

**Tag 2:** Rifugio Achille Papa – Rifugio Scalorbi, 7 ½ Std., 1300 Hm ↗, 1450 Hm ↘, 15 km  
Rifugio Achille Papa – Pian delle Fugazze – Seletta – Malga Pradimezzo (– optional Monte Baffelan, Kletterstellen II) – Passo/Rifugio Campogrosso – Forcella del Fumante – Rifugio Scalorbi

**Tag 3:** Rifugio Scalorbi – Raossi, 6 ½ Std., 700 Hm ↗, 1700 Hm ↘, 17 km  
Rifugio Scalorbi – Bochetta Mosca – Cima Carega – Bochetta della Neve – Biv. Cap Sinel (– optional Monte Jocole, 1857 m) – Passo Jocole – Zendri – Riva – Raossi

**Hinweis:** Man kann die Etappen verkürzen, indem man einen weiteren Wandertag mit einplant. In diesem Fall ist es am besten, die zweite Nacht im Rifugio Campogrosso und die dritte Nacht im Rifugio Fraccaroli zu verbringen.



„Dolomiten-Blick“ beim Aufstieg zur Forcella del Fumante. An der Malga Pradimezzo geht es zunächst noch recht lieblich zu, bevor der optionale Gipfelanstieg auf den Monte Baffelan sicheres Bewegen im Iier-Klettergelände erfordert.

Stürme schadlos überstanden haben. Endlich kommen wir zügig voran. Trotzdem wird es 19 Uhr, bis wir die noch schneebedeckte Cima Palòn erreichen. Was für eine Abendstimmung! Im Gegensatz zu Wolfgang, der direkt zur Biwakschachtel am Rifugio Papa weitergewandert ist, lassen Jana und ich den kurzen Abstecher zum Gipfel nicht aus. Und als zwei Stunden später die Spaghetti über dem Gaskocher dampfen, wissen wir: Allein für diesen ersten Tag vollkommener Bergesamkeit hat sich die etwas weitere Anreise schon gelohnt.

Beim morgendlichen Abstieg über die legendäre „Strada delle 52 gallerie“ können wir nur erahnen, wie viel Blut, Schweiß und Tränen verloren gingen an die dunklen Tunnel dieser Militärstraße aus dem Ersten Weltkrieg, die zur Versorgung der italienischen Truppen am Pasubio zwischen Februar und November 1917 gebaut wurde. Sonniger Bergmischwald, idyllische Almwiesen und beim Start sogar ein leckerer Cappuccino: Größer als beim folgenden Gegenanstieg vom Pian delle Fugazze kann der Kontrast zweier Wegabschnitte kaum sein. Auf unserem Weg in Richtung Süden nehmen wir noch den kleinen, aber durchaus nicht „geschenkten“ Monte Baffelan mit. Gute Griffe im festen, manchmal steilen Kalk, bei der leichten Kraxelei kommt durchaus Dolomiten-Feeling auf. Wie kurze Zeit später auch am Rifugio Campogrosso, das an einer beliebten Motorradstrecke liegt. Also nichts wie weiter und hinein in die beeindruckende Nordflanke der Carega-Gruppe, die am gleichnamigen Gipfel das höchste Gipfelkreuz der Piccole Dolomiti besitzt.

Der Schweiß fließt. Die Sonne brennt. Und doch wird es von unten kalt. Auf dem riesigen Altschneefeld unter der Cima Centrale ist keine Spur vorhanden. Bei Nebel könnten wir jetzt die heruntergeladene GPS-Datei gut gebrauchen. Dank der guten Sicht treffen wir mit einem klei-

nen analogen Verhauer die Forcella del Fumante und sind somit heuer die Ersten, die den Übergang zum Rifugio Scalorbi gewagt haben, wie die Hüttenwirtin Silvia sagt. Erst gestern hat sie die Fensterläden nach dem langen Winter geöffnet. In der großen Gaststube laufen Holz- und Gasöfen auf Hochtouren, um die Winterkälte aus den dicken Steinmauern zu vertreiben. Was allerdings nur ganz langsam gelingt.

Als wir am nächsten Morgen im friedlichen Kessel der Alpe Campobrun zur letzten Etappe aufbrechen, können wir uns kaum vorstellen, wie gewalttätig es auch hier einst zugeht. Während des Ersten Weltkriegs wurde die Alm zu einem Bollwerk gegen die anrückenden österreichisch-ungarischen Truppen ausgebaut und zum Ende des Zweiten Weltkriegs lieferten sich hier Partisanen heftige Schießereien mit deutschen Soldaten.

Spätestens an der Bochetta Mosca stellt eine überwältigende Landschaft die Geschichte dann in den Hintergrund. Nach einem schwindelerregenden Tiefblick ins Val Sinelo stapfen wir noch mal im Schnee zur Cima Carega. Diesmal ist eine Spur vorhanden. Fleißige Leute des CAI Verona holen an diesem Wochenende das unweit des Gipfels gelegene Rifugio Fraccaroli aus dem Winterschlaf. Doch für eine längere Siesta haben wir keine Zeit. „Da habt ihr einen genauso schönen wie langen Weg vor euch“, lacht Antonio aus Affi, als wir ihm unser Ziel nennen. Fünf Stunden später sind wir etwas geschafft, aber überglücklich einig: „Der gute Mann weiß, wovon er redet.“

Nachtrag: Aufgrund der Wegsperrungen hatte uns die Planungssoftware nicht den direkten Abstieg von der Cima Carega, sondern den tollen Umweg über den Monte Jocole empfohlen. Wer weiß, ob ich da von selbst draufgekommen wäre!

### Bei leichter Kraxelei am Monte Baffelan kommt durchaus Dolomiten-Feeling auf.



Der Alpinjournalist **Michael Pröttel** ist im Sommer wie im Winter gern in weniger bekannten Ecken unterwegs – am liebsten als Selbstversorger.



  
Ausgewählt vom DAV:  
Qualitativ hochwertige  
und langlebige  
Materialien, veredelt  
mit dem Edelweiß.

# DIE NEUE DAV-KOLLEKTION

Der Bergsommer nähert sich mit großen Schritten. Wir haben tolle Shirts (Merino und Bio-Baumwolle), Trekkinghosen, Multifunktionsstücher, Hütten- schlafsäcke, Rucksäcke und vieles mehr ab sofort für euch im DAV-Shop.