



Sterzing-Ratschings-Gossensass
Vipiteno-Racines-Colle Isarco



BergErlebnis

Wandern und Bergsteigen

Raus aus dem Alltag – rein in Genuss,
Gebirge und Entspannung.

www.sterzing-ratschings.com

Inhaltsverzeichnis

Gipfelwanderungen	11
Almen- und Bergwanderungen	28
Rundwanderungen	43
Wandern am Wasser	49
Kultur- und Talwanderungen	55
Wandern mit Kindern	60
Wandern mit Kinderwagen	72
Mehrtageswanderungen	77
Hochalpine Touren	80
Klettersteige	83
Mountainbike-Touren	87

Legende

	Familiengerecht
	Geeignet für Kinderwagen
	schwierig
	mittel
	einfach

	Startpunkt
	Gesamtgehzeit
	Höhenunterschied
	Streckenlänge

Unterwegs

auf der Alm oder in den Bergen
gilt es ein paar Regeln zu beachten,
welche Ihrer **eigenen Sicherheit**
aber auch zum **Schutz der Natur** dienen.

Beherrzigen Sie diese,
steht einem schönen Wandertag
nichts mehr im Wege.



NOTRUF



Wie man einen **Notruf** richtig absetzt

- > Wählen Sie 112
(einheitliche europäische Notrufnummer)
- > Angabe des genauen Aufenthaltsortes
(Wegnummer, Höhenmeter, evtl. GPS-Koordinaten)
- > Nennen Sie Ihren Namen
und die Telefonnummer
- > Beschreiben Sie, was passiert ist
und wie viele Personen verletzt sind
- > Bleiben Sie für weitere Rückfragen erreichbar

SOS EU



Die App **SOS EU** ermöglicht eine genaue Standortbestimmung über das Smartphone.

Diese Standortdaten werden im Notfall direkt an die zuständige Leitstelle (Tirol, Südtirol oder Bayern) übermittelt.



PLANUNG



Jede Tour startet mit einer guten Planung.

Dazu gehört es, schon im Vorfeld den genauen Wetterbericht zu verfolgen und auf plötzliche Wetteränderungen zu achten. Im Frühsommer bzw. wenn es hoch hinaus geht sollte man zudem vorher abklären, ob noch Schnee liegen könnte.

Die Startzeit sollte immer an die Dauer der Auf- und Abstiegszeit angepasst sein und auch Pausen müssen berücksichtigt werden. Starten Sie morgens zeitig um im Hochsommer nicht in die Mittagshitze und im Herbst nicht in die Dämmerung zu gelangen - die Dunkelheit hat schon so einige überrascht.

Passen Sie die gesamte Tour an den Schwächsten der Gruppe an - alle Wegbegleiter müssen die nötigen technischen und körperlichen Voraussetzungen besitzen.

Teilen Sie Ihrem Gastgeber und Ihrer Familie das Ausflugsziel samt Route und die geplante Ankunftszeit mit.

AUSRÜSTUNG



Zur richtigen Ausrüstung gehören neben guten Berg- bzw. Wanderschuhen auch eine angemessene Bekleidung. Die Bergbekleidung ist aus atmungsaktivem Material, das wind- sowie wetterfest ist und auch etwas Warmes zum Drüberziehen gehört selbst im Sommer in jeden Rucksack (Wechselkleidung nicht vergessen!). Die Sonne strahlt auf dem Berg viel stärker als im Tal, daher ist Sonnenschutz samt Sonnenbrille und Kopfbedeckung Pflicht.

Genügend Trinkwasser und ein kleiner Snack wie Obst oder Müsliriegel dürfen ebenso nicht fehlen!
Packen Sie außerdem die Wanderkarte mit in den Rucksack.

Wichtig: Erste Hilfe Set inkl. Rettungsdecke und Blasenpflaster (vor allem bei neuen Schuhen oder längeren Touren sinnvoll) immer im Rucksack aufbewahren!

RESPEKT



Wer auf Almen Erholung sucht, bewegt sich auf fremden Gründen.

Oberstes Gebot ist deshalb Respekt - vor dem fremden Eigentum, gegenüber Gleichgesinnten, vor der Natur mit seinem Ökosystem, und vor dem Gesetz, das unter anderem das Sammeln von Pilzen, das Befahren mit Fahrzeugen und den Schutz wild lebender Tiere und Pflanzen regelt. So können viele Konflikte entschärft werden.

Die Almen sind in den meisten Fällen bewirtschaftet. Es ist daher notwendig, dass die Personen, die hier arbeiten, mit Autos und Traktoren auf den Forstwegen unterwegs sind. Weichen Sie bei Gegenverkehr rechtzeitig aus, begeben Sie sich dafür gemeinsam mit Ihren Wegbegleitern auf eine Straßenseite.

EINKEHREN



Almen und Schutzhütten sind nicht mit einem Restaurant im Tal zu vergleichen.

Die Beschaffung der Lebensmittel ist meist mit einem enormen logistischen Aufwand verbunden, so muss oft alles was benötigt wird mit dem Hubschrauber angeliefert werden.

Mehr Verständnis und weniger hohe Erwartungen sind daher geboten, z.B. wenn das eine oder andere Gericht aus der Speisekarte nicht mehr angeboten werden kann.

Sollten Sie selber etwas zum Essen mitbringen, wird dies abseits der Hütte verzehrt. Wenn Sie dennoch die Toilette benutzen müssen, ist es angebracht etwas zu konsumieren.

ALMTIERE



Kühe, Schafe und Ziegen sind gutmütige Tiere und lieben die Ruhe.

Von Wanderern fühlen sie sich nicht gestört, sofern diese die Herde ohne hektische Bewegungen umgehen. Kommt es dennoch zu einer gefährlichen Situation, bewahren Sie Ruhe und laufen Sie nicht davon, sondern gehen Sie langsam und stetig aus der Gefahrenzone, ohne den Tieren den Rücken zuzukehren. Generell sollten Wanderer stets auf den beschilderten Wegen bleiben um nicht unnötig die Lebensräume von Tieren und Pflanzen zu stören. Viele Weideflächen sind aus Sicherheitsgründen umzäunt. Wer ein Gatter öffnet oder ein offenstehendes Gatter sieht, sollte es rasch schließen.

PILZE UND WILDPFLANZEN



Beim Pflücken von Wildpflanzen muss man etwas vorsichtig sein, denn erstens schützt ein Landesgesetz die Artenvielfalt, und zweitens könnte der Kontakt mit giftigen Pflanzen bereits beim Pflücken die Haut reizen. Selbst essbare Pflanzen können in gewissen Zeiträumen giftig sein. In Südtirol sind 76 Blütenpflanzen, vier Farnpflanzen und vier Moose geschützt, darunter Edelweiß und Enzian.

Manche Arten sind „teilweise geschützt“; das heißt, dass pro Person und Tag höchstens zehn Blütenstängel gepflückt werden dürfen. In Biotopen, Naturparks und Natura-2000-Gebieten ist das Sammeln von Pflanzen, einschließlich der Pilze, untersagt. Ansonsten sind Wald und Wiese ein riesiger „Supermarkt“ mit saisonalem Angebot. Es reicht, zehn Pflanzen - diese allerdings exakt - zu kennen.

Wichtig: Pflücken Sie nur so viel wie notwendig und erlaubt. Einen Teil der Pflanze sollten Sie immer stehen lassen, damit sie weiterwachsen kann.

Info: Für das Sammeln der Pilze muss vorher ein entsprechender Pilzausweis ausgestellt werden. Wenden Sie sich dafür an das jeweilige Tourismusbüro.

ABFALL



Lassen Sie im Wald und auf Almflächen auf keinen Fall Restmüll wie Stanniolpapier, Zigarettensammel oder Wertstoffe wie Dosen, Kunststoffflaschen, Glas, Karton und Papier (vor allem Bedrucktes) liegen!

Jeglichen Abfall sollten Sie wieder mit nach Hause nehmen und dort entsorgen. Das gilt auch für organische Rückstände wie Marillenkerne, Brotreste, Obst- und Gemüseschalen. Fruchtschalen zersetzen sich in höheren Lagen erst nach zwei Jahren. Gefrieren organische Rückstände, können sie sich nicht biologisch abbauen. Zudem kann jede Zersetzung zu einem Anstieg der Bodensäure führen - zum Nachteil der einheimischen Gebirgspflanzen.

Wenn Sie Ihr „Geschäft“ in der freien Natur erledigen müssen, sollten Sie - wenn unbedingt notwendig - Klopapier verwenden. Taschentücher verrotten nur sehr langsam.

KINDER



Wenn Sie mit Kindern im Kindergartenalter unterwegs sind, sollten Sie viel Zeit einplanen und die angegebene Gehzeit mindestens verdoppeln. Kinder haben andere Ziele als Erwachsene: Ein Bach, ein kleiner See oder ein schöner Wald motivieren mehr als ein gutes Gasthaus. Dem Nachwuchs kann man ruhig etwas zutrauen! Bespricht man mit Kindern am Vortag die Wanderung, kann das motivierend wirken. Spannender als ein Forstweg ist abwechslungsreiches Gelände, wo es viel zu entdecken gibt. Kinder lieben es, auf Fragen Antworten zu finden. Von welchem Vogel könnte die gefundene Feder sein? Wie heißt die Blume? Es lohnt sich, während des Gehens Märchen und Geschichten zu erzählen. Ein paar Rosinen und Nüsse zur Hand helfen bei Krisen oft Wunder.

HUNDE



Es kommt öfters vor, dass sich Hunde beim Wandern verlaufen. Zudem schrecken freilaufende Hunde das Vieh oft in unwegsames Gelände zurück, wo es sich verletzen oder wo es abstürzen kann. Das Vieh kann aber auch angriffslustig werden, wenn der Hund Angst zeigt. Ist ein Angriff eines Rindes abzusehen, leinen Sie Ihren Hund ab. Ansonsten gilt: Wenn Sie auf Nummer sicher gehen wollen, legen Sie ihnen ein gutsitzendes Geschirr an. Hunde haben auch Spaß, wenn sie an einer Schleppe mitwandern. Im Übrigen gilt in ganz Italien und somit auch in Südtirol die Leinenpflicht. Als absolutes No-Go gilt freies herumtollen der Hunde durch die Wiesen - vor allem bei hohem Gras, dies lässt sich dann nämlich nicht mehr mähen. Ebenso zu beachten ist, dass Hundekot auf der Wiese sehr gefährlich für Kühe ist!

GEWITTER



Menschen sind dem Blitzschlag nicht nur auf exponierten Berggipfeln und Graten, sondern auch auf Almen und in höheren Tallagen ausgesetzt.

Quellwolken, die sich rasch aufbauen, weisen meist auf eine Gewitterbildung hin. Setzen Windböen und erste Schauer ein, lässt ein Gewitter nicht mehr lange auf sich warten. Verringern sich die zeitlichen Abstände zwischen Blitz und Donner, ist dies ein letztes Alarmzeichen, rasch vom Gipfel abzusteiern oder umzukehren. Ist der Unterschlupf in einer Hütte nicht möglich, sollten Sie in einer Mulde eine Kauerhaltung einnehmen. Keinesfalls dürfen Sie unter alleinstehenden Bäumen Schutz suchen! Abstand auch von Wasserläufen, Seen und Tümpeln! Metallgegenstände wie Pickel und Steigeisen weglegen. Ringe und Halsketten zumindest in die Jacke oder in den Rucksack geben. Wenn sie sich unter einer überhängenden Felswand in Schutz bringen, sollten Sie mindestens einen Meter Abstand vom Felsen halten. Der Blitz findet oft über den Felsen die Erdung in den Boden. Das Gewitter müssen Sie zur Gänze vorüberziehen lassen und erst dann den Weg fortsetzen. Achtung auf glatten Böden: Ein Gewitter geht oft mit einem Temperatursturz einher, und gutes Schuhwerk kann in solchen Fällen wertvolle Dienste erweisen.

Gipfelwanderungen



MITTAGSSPITZE

2052 m

Ausgangspunkt ist der kleine Weiler Schluppes am Ende des Jaufentales. Von hier zuerst etwa 600 Meter auf dem Forstweg mit der Markierung Nr. 12 weiter hinein ins Jaufental. Dann bei dem Hinweisschild (Mittagsspitze und Markierung Nr. 16) links ab und teilweise recht steil durch den Bergwald hoch. Man gelangt auf dem markierten Steig über die Waldgrenze und hin zur Lawinenverbauung unter der Mittagsspitze. Das letzte Stück wiederum steiler den Grat entlang, bis zum Gipfelkreuz. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

 Schluppes, Jaufental  3½ h  660 hm 

JAUFENSPITZ

2481 m

Von der Passhöhe des Jaufenpasses (2094 m), führt der Weg Nr. 17 in südöstlicher Richtung die weniger steilen Westhänge empor, zuletzt nach einem Bogen, von Süden her zum felsigen Gipfel. Stellenweise sind Drahtseilsicherungen angebracht. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

V Vom Jaufental (Schluppes) führt der Weg Nr. 12 bis zum Jaufenpass (zusätzliche Gehzeit: 1,5 - 2 Stunden)

 Jaufenpass  2½ h  360 hm 

HOCHPLATTSPITZE

2545 m

Von der kleinen Kapelle „Mariä Heimsuchung“ unterhalb des Jaufenpasses auf Weg Nr. 12 hinunter Richtung Süden und auf Weg Nr. 12B weiter südlich unterhalb des Nord-Ost Hangs der Jaufenspitze entlang. Nach etwa 15 min. beginnt der Aufstieg bis zu einer kleinen Hochfläche mit mehreren Wasserflächen. An diesen vorbei dem Weg folgend weiter südlich

und über den steilen Nordhang auf den Nord-Ost Grat der Hochplattspitze hinauf. Auf dem Grat in wenigen Minuten hoch zum Gipfel. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

○ Kapelle unterhalb Jaufenpass  3-4 h  700 hm 

FLECKNER

2331 m

Ausgehend von der Römerkehre am Jaufenpass geht es auf breitem Weg bis zur Flecknerhütte. Von dort aus auf Weg Nr. 12B weiter bis zum Fasnachter und anschließend auf Weg Nr. 12 auf den Fleckner. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

○ Römerkehre, Jaufenpass  2 h  344 hm 

V Mit der Bergbahn hinauf zur Bergstation, 1800 m. Von dort auf Weg Nr. 13B bis zum Rinner Sattel und weiter auf Weg Nr. 12 zum Fleckner. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

○ Bergstation Ratschings  4 h  503 hm 

V Von Bichl aus geht es auf Weg Nr. 15 bis zur Äußeren Wumblsalm. Von dort aus weiter auf Weg Nr. 10A hinauf auf den Rinner Sattel und auf Weg Nr. 12 zum Fleckner. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

○ Bichl, Innerratschings  7 h  1050 hm 

SAXENLE

2191 m

Die Kabinenbahn Ratschings-Jaufen bringt Sie von Bichl bis zur Bergstation. Von dort aus wandert man den Weg Nr. 19B zur Wasserfalleralm entlang und weiter zur Saxnerhütte. Der Weg Nr. 19A führt dann weiter auf das Saxenle. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

○ Bergstation Ratschings  2¾ h  430 hm 

V Von der Bergstation Ratschings-Jaufen wandert man auf Weg Nr. 19B zur Rinneralm und weiter auf Weg Nr. 13B hinauf zum Rinner Sattel. Dort auf Weg Nr. 12 bis zum Fasnachter. Von dort nun rechts auf Weg Nr. 19A über den neu angelegten Klettersteig hinauf zum Saxenle mit Gipfelkreuz. Zurück über den Weg Nr. 19A Richtung Saxnerhütte und zurück zur Bergstation. Es besteht die Möglichkeit den Rundweg auch in umgekehrter Richtung zu begehen.

 Bergstation Ratschings-Jaufen  3 h  430 hm 

KLEINE KREUZSPITZE

2518 m

Zuerst durch den Bergwald auf Weg Nr. 12 ansteigen, dann, immer noch recht steil, über die Almwiesen bis zur bewirtschafteten Klammalm (1925 m). Ab hier weiter auf Weg Nr. 12B über Bergwiesen bis der Steig unterhalb des Gipfelaufbaus geröllig wird. Auf ihm nun hinauf zum Gipfel der Kleinen Kreuzspitze mit Gipfelkreuz. Ausgesetzter, brüchiger Felsgrat! Trittsicherheit erforderlich! Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

 Flading, Innerratschings  4 h  1030 hm 

HOHE KREUZSPITZE

2743 m

Zuerst durch den Bergwald auf Weg Nr. 12 ansteigen, dann, immer noch recht steil, über die Almwiesen bis zur bewirtschafteten Klammalm (1925 m). Weiter führt der Weg Nr. 12 nun am auf 2362 m hoch gelegenen Butsee vorbei über Bergwiesen ansteigend bis zum felsigen und ausgesetzten Gipfelaufbau der Hohen Kreuzspitze. Das schöne Gipfelkreuz und eine herrliche Aussicht in die umliegenden Gletscher belohnt Sie für Ihre Mühe! Trittsicherheit und im letzten Stück Schwindelfreiheit erforderlich! Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

 Flading, Innerratschings  6 h  1259 hm 

RATSCHINGER WEISSEN

2822 m

Ausgehend von Flading Weg Nr. 12 und danach Weg Nr. 30 ansteigen. Zuerst durch Bergwald und Almwiesen recht steil an einem schönen Wasserfall vorbei. In zahlreichen Kehren nun hinauf zur Gleckalm und weiter auf Weg Nr. 31B zum Glecksee. Am Glecksee vorbei bis zum Grat am Gipfelaufbau der Ratschinger Weißen. Auf dem großen Gipfelplateau steht ein schönes Gipfelkreuz. Für den Abstieg den Weg Nr. 31 am Bergrücken entlang bis kurz vor der Gleckalm. Den Boden querend, führt der Weg hinunter bis man die Brücke über den Bach quert. Anschließend geradeaus und steil hinunter bis zur Einmündung in den Weg Nr. 12. Diesem folgend bis zum Ausgangspunkt.

○ Flading, Innerratschings  6-7 h  1425 hm 

MAREITER STEIN



2192 m

Ausgehend von Pardaun entlang dem breiten Weg Nr. 25, der am Beginn des Bergwaldes in einen schmalen, bis zur Waldgrenze relativ steilen Steig mündet. Dann bei herrlicher Rund- sicht entlang dem breiten, grasigen, mit vielen Blumen be- standenen Rücken des Berges bis zum großen Gipfelplateau mit Gipfelkreuz. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

○ Pardaun  6,5 h  1040 hm 

V Vom Weiler Gasse im Ridnauntal auf Weg Nr. 24 und wenig später auf Weg Nr. 25 hinauf zur Wurzeralm. Stets auf dem Weg Nr. 25 geht es hinauf zum Mareiter Stein. Der Rückweg erfolgt ein Stück auf Weg Nr. 25 und dann auf Weg Nr. 25B zur Kerschbaum- eralm. Weiter auf Weg Nr. 23 bis zur Joggelealm und im Abstieg kurz auf Weg Nr. 24B, dann Nr. 24A hinunter nach Gasse.

○ Gasse, Ridnauntal  5 h  910 hm 

RATSCHINGER KREUZ & HOCHSPITZE

2359 m

2424 m

Vom kleinen Parkplatz an der Schranke zum Valtigtal wandern wir hinein zur Valtiglalm. Dort auf Weg Nr. 26 steil hinauf zur Oberen Entholzalm und weiter hoch zum Grat. Vom Grat entweder rechts weiter auf das Ratschinger Kreuz oder vom Grat links zum Hochspitz. Der Abstieg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

 Parkplatz Valtigl, Ridnauntal  7 h  930 hm 

EINACHTSPITZ

2305 m

Vom Weiler Gasse im Ridnauntal wandert man an der Höfegruppe Entholz vorbei. Auf dem Weg Nr. 24 geht es durch Wiesen und Wald hinauf bis zur Joggelealm. An der Almhütte vorbei führt der Weg weiter bis zum Fuchssee, von dort weiter der rot-weißen Markierung folgend bis zum kleinen Gipfelplateau mit neuem Gipfelkreuz. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

 Gasse, Ridnauntal  4 h  860 hm

V Von Ridnaun Weg Nr. 26 durch das Valtigtal bis kurz vor das Joch. Dann einen gut markierten Weg ohne Nummerierung über die Almen bis zum lohnenden Aussichtsberg Einachtspitz ansteigen. Von dort die rot-weiße Markierung weiterverfolgen, am kleinen Fuchssee vorbei, über die Joggelealm und die Forststraße zum Ausgangspunkt zurück.

 Parkplatz Valtigl, Ridnauntal  4 h  940 hm 

HOHE FERSE

2669 m

Diese hochalpine Rundtour beginnt bei der schönen Marienkapelle in Flading. Auf dem Steig Nr. 30 geht es hinauf

zur Gleckalm auf 2.264 m. Man lässt die Almhütte rechts liegen, hält sich danach wieder rechts und steigt auf Steig Nr. 26 dem Gipfel entgegen. Nun geht es auf eher schwierigem und etwas ausgesetztem Steig in einer Gratwanderung hinauf zum Gipfel der Hohen Ferse (2.669 m). Weiter auf Weg Nr. 26 überschreitet man die Kleine Ferse (2457 m) und steigt dann zum Ratschinger Kreuz ab (2359 m). Dort beginnt rechts vom Kreuz der Weg Nr. 14B, welcher über eine Stunde in die Talsohle zum Plattnerhof hinunterführt. Von dort geht es auf dem Ratschinger Talweg zurück zum Parkplatz in Flading. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich!

○ Flading, Innerratschings  6-7 h  1300 hm 

V Von Ridnaun Weg Nr. 26 durch das Valtigtal bis zur gleichnamigen Alm. Dem Weg entlang hoch zum Ratschinger Kreuz und auf dem Rücken ziemlich ausgesetzt bis zum Gipfel. Seltene Flora und Fauna! Großartiger Blick in die Stubai- und Öztaler Gletscher. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich! Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

○ Parkplatz Valtigl, Ridnauntal  6-7 h  1250 hm 

ZUNDERSPITZE

2445 m

Von Ried ausgehend den Forstweg Nr. 29 ca. 2 Std. zur Zunderspitzhütte (nicht bewirtschaftet – 1950 m) hoch. Nach weiterem halbstündigem Fußmarsch erreicht man die Obere Gewingesalm (bewirtschaftet - 2050 m). Von der Oberen Gewingesalm weiter auf gezeichnetem Pfad in weiteren 1,5 stündigem Fußmarsch auf die Zunderspitze. Der Ausblick auf die Gletscher und die umliegenden Täler lohnt jede Mühe! Der Rückweg erfolgt entweder auf dem Aufstiegsweg oder man folgt dem Weg Nr. 29A in Richtung Martalm (ca. 45 Min.). Ab hier Forststraße bis ins Tal folgen.

○ Ried, Ridnauntal  5 h  1020 hm 

KRAPFENKARSPITZE IM RIDNAUNTAL

2707 m

Von Maiern Weg Nr. 9 bis zur Staumauer vor dem Aglsboden. Diese nicht überqueren, sondern links davor der rot-weißen Markierung bis zum Horn (2164 m) folgen. Nun auf schmalen Steig dem langen, ziemlich ausgesetzten Grat bis zum Gipfelaufbau der Krapfenkar Spitze folgen. Diesen an leichten Blocks bis zum Gipfelkreuz hochklettern (1,5–2 Std.). Gipfelplateau genau der Markierung nach überqueren. Eine Geröllhalde abwärts steigen und immer der rot-weißen Markierung bis zum Trüben See folgen. Von dort aus gelangt man auf Weg Nr. 33 unterhalb der Grohmannhütte auf Weg Nr. 9. Ab hier Abstieg zum Ausgangspunkt. Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und gute Kondition erforderlich!

 Parkplatz Landesmuseum Bergbau, Ridnauntal

 6 h  1250 hm 

TELFER WEISSEN

2588 m

Die äußerst eindrucksvolle Gipfeltour auf die Telfer Weißen stellt für geübte Alpinisten ein unvergessliches Erlebnis dar. Verschiedene Ausgangspunkte:

Telfes: Von der Feuerwehrrhalle in Obertelfes aus wandert man gleichmäßig ansteigend bis zu den Telfer Almen. Bei den



Telfer Alm ankommen, steigt man dann zum Grat zwischen Rosskopf und Telfer Weißen, der Ochsencharte, empor. Ab der Ochsencharte führt ein Steiglein (Weg Nr. 23) in weiten Serpentin an der breiten Ostflanke aufwärts zum Vorgipfel und in leichter Kletterei zum etwas höheren Hauptgipfel. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

Bergstation Rosskopf (Sterzing): Der Aufstieg von der Bergbahnstation Rosskopf führt auf dem Weg Nr. 23 eben durch Almwiesen zu den Telfer Alm. Dort angekommen steigt man dann zum Grat zwischen Rosskopf und Telfer Weißen, der Ochsencharte, empor. Ab der Ochsencharte führt ein Steiglein (Weg Nr. 23) in weiten Serpentin an der breiten Ostflanke aufwärts zum Vorgipfel und in leichter Kletterei zum etwas höheren Hauptgipfel.

Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

Bergstation Ladurns (Pflerschtal): Dem schmalen Steig Nr. 34A unterhalb der Edelweißhütte in Ladurns bis zu einem flachen Boden folgen. Diesen querend erreicht man einen Anstieg, der allmählich steiler wird und über eine Geröllhalde zur Lotterscharte (2139 m) emporzieht. Dann rechts weiter auf dem Weg Nr. 24 bis zur Ochsencharte. Ab der Ochsencharte führt ein Steiglein (Weg Nr. 23) in weiten Serpentin an der breiten Ostflanke aufwärts zum Vorgipfel und in leichter Kletterei zum etwas höheren Hauptgipfel. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

Anstrengende Wanderung, erfordert Trittsicherheit und im oberen Teil auch Schwindelfreiheit.

 Telfes, Bergstation Rosskopf, Bergstation Ladurns

 ab Telfes 6 h

 ab Bergstation Rosskopf 4 h

 ab Bergstation Ladurns 8 h

 Telfes 1323 hm, Rosskopf 740 hm, Ladurns 1000 hm 

In Maiern startet der Weg Nr. 27, der in etwa 1,5 Std. zuerst durch Bergwald und dann über Almwiesen relativ steil zur Prischeralm (2160 m) führt. Ab hier steigt man auf nicht steilen Serpentinaen etwa 1 Std. zum Maurerjoch (2511 m) empor. Vom Joch geht es über den Westgrat auf dem Steig zum Gipfel. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich!

🕒 Maiern, Ridnauntal 🚶 5 h ⬆️ 1349 hm 🟡

✓ Von der Edelweißhütte führt der Weg Nr. 34 rechts leicht ansteigend zum Teissljöchl. Nun geht es etwas steiler ansteigend an der linken Talseite entlang, bis unter die steilen Hänge der Wetterspitze (2709 m). Links führt ein Steig in Serpentinaen hinauf bis zur Scharte und dann unschwierig bis zum Gipfel mit großem Gipfelkreuz. Abstieg über den Aufstiegsweg oder auf Weg Nr. 27 zur Allriss-Alm und über den so genannten „Sogeweg“ zurück zur Talstation Ladurns.

🕒 Edelweißhütte, Ladurns 🚶 4,5 h ⬆️ 930 hm 🟡

✓ Von der Bergstation der Umlaufbahn Rosskopf (1850 m) auf breitem Weg Nr. 23 südwestwärts leicht ansteigend, um den nach Süden vorspringenden Bergrücken herum, oberhalb der Kuhalm entlang zur Ochsenalm. Der Höhenweg, nun Nr. 23, führt unter den Telfer Weißen entlang zum Bergkessel der Seeberalm mit dem Seebersee (2220 m). Weiter entlang des Höhenweges bis kurz vor der Prischeralm steigt man rechts auf dem Weg Nr. 27 auf nicht steilen Serpentinaen etwa 1 Std. zum Maurerjoch (2511 m) empor. Vom Joch geht es über den Westgrat auf dem Steig zum Gipfel. Der Rückweg kann über die Prischeralm nach Maiern erfolgen. Von hier aus kann man mit dem öffentlichen Linienbus zurück zur Talstation Rosskopf gelangen. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich!

🕒 Bergstation Rosskopf 🚶 6-7 h ⬆️ 1062 hm 🟡

Von Maiern ausgehend folgt man dem Ridnauner Höhenweg bis zur bewirtschafteten Prischeralm und weiter auf Weg Nr. 23, vorbei an der Seeberalm (am Wochenende geöffnet) mit dem Seebersee. Wenig später dem Wegweiser auf der linken Seite für den Schlussaufstieg zum Gipfelkreuz folgen. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

○ Maiern, Ridnauntal  6,5 h  1200 hm 

Vom Sportplatz zuerst der asphaltierten Straße entlang über die Brücke und dann rechts hinauf zur Höfegruppe bis zum letzten Hof folgen. Von hier aus folgt man den Weg Nr. 7 über Felder und Wiesen bis man den Ridnauner Höhenweg erreicht. An dieser Kreuzung wandert man nun entlang des Höhenweges taleinwärts bis kurz vor die Seeberalm und biegt dort nach rechts auf den markierten Weg bis zum Gipfelkreuz. Rückweg entweder über den Aufstiegsweg oder über die Prischeralm nach Maiern ins Tal hinunter und mit dem Linienbus weiter bis zum Dorf Ridnaun und zum Ausgangspunkt zurück.

○ Sportplatz Ridnauntal  5-6 h  1230 hm 



GIPFELTOUR KÖPFL

2189 m

Ab der Bergstation rechts führt der Weg Nr. 24 am Sterzingerhaus vorbei bis zur Bergstation des Stockliftes. Wir folgen dem Grat in mäßig ansteigendem Gelände bis zum Gipfel des Rosskopfs, dem genannten „Köpfl“. Der gewaltige Panoramablick von der Aussichtsplattform ist bei Sonnenaufgang besonders atemberaubend.

○ Bergstation Rosskopf  1,5 h  1330 hm 

HÜTTENSTEIG > HOCHFEILERHÜTTE > HOCHFEILER

3510 m

Von der 3. Kehre der Pfitscherjochstraße zweigt der Weg Nr. 1 ab. Man überquert den Bach, an mehreren alten Heuhütten (Bichl) vorbei. In langer Querung oberhalb des Gliedergangstaleinwärts. Nun etwas steiler auf gutem Weg bis zu einem Geröllkessel. Zuletzt über eine begrünte Rampe in Serpentinaufstieg hinauf zur Hochfeilerhütte. Aufstieg (1A) zum Hochfeiler (3510 m), höchster Gipfel der Zillertaler Alpen. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

○ 3. Kehre Pfitscher Jochstraße  9,5 h  1840 hm 

WEISSSPITZE

2705 m

Siehe Wanderung zum Saun: vom Saun aus weiter entlang über Riedspitze und Bairnock zur Weißspitze. Herrliches Panorama, Weg Nr. 6.

Vom Brauhof aus weiter auf dem Weg Nr. 3 zur Prantneralm und Riedbergalm – ab dort folgt der Anstieg. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

○ Saun  6 h 15 min.  1350 hm 

SIMILE MAHDALM > WILDER SEE > WILDE KREUZSPITZE

2011 m > 2535 m > 3127 m

Mit dem Auto bis nach Niederflans, ein Weiler oberhalb von Trens. Auf dem Weg Nr. 2 zur Simile Mahd Alm (Jausenstation mit Übernachtungsmöglichkeit). Der Weg führt weiter zum Wilden See und zur Wilden Kreuzspitze. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

○ Niederflans  9,5 h  1867 hm 

MANDELSEITENJOCH

2815 m

Vom Parkplatz beim CAI-Gelände aufwärts durch den Wald, an den Höfen in Rust und Gupp vorbei hoch zum Mandelseitenjoch. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

○ Sterzing  7 h  1232 hm 



ZINSELER



2420 m

Etwa 500 m vor der Passhöhe des Penser Jochs startet der Wanderweg Nr. 15 westwärts. Aufsteigend zum Jaufentaler Jöchl folgt man dem Kamm Richtung Norden und gelangt über das Gospeneider Jöchl zum Südhang des Zinseler. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg. Ideal für Touren bei Sonnenaufgang und für Familien.

 500 m vor der Passhöhe des Penser Jochs  2 h
 320 hm 

TATSCHSPITZE

2513 m

Vom Penser Joch folgen wir dem Wanderweg Nr. 14B entlang des Kamms, passieren den Astenberg und in Hangquerung nun auf Weg Nr. 14A weiter bis zur Abzweigung des Bergweges Nr. 10, der links hinauf zur Tatschspitze führt. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

 Penser Joch  4,5 h  530 hm 

SARNTALER WEISSHORN

2676 m

Weithin sichtbares Felshorn am Nordrand der Sarntaler Alpen, dessen Nordseite aus Kalk besteht, der an einer Stelle den Leib des Berges durchdringt und im Süden zwischen dunklem Schiefer zum Vorschein kommt. Großartiger Aussichtsgipfel, der auf einer reizvollen Panoramawanderung zu erreichen ist. Von Sterzing zum Penser Joch (2215 m – 16 km). Ab dem Joch in leichtem Auf und Ab, meist auf der Höhe des gerundeten Kamms gegen Westen, stets mit freier Sicht nach allen Seiten. Der Kamm wendet sich nach Südwesten, man passiert die unteren Steinwandseen. Die schon nahen Südabstürze des Weißhorns zeigen einen großen weißen Fleck; hier dringt

der Kalk der Nordseite durch den Berg und tritt aus. Der Anstieg wird jetzt steil und Drahtseilsicherungen erleichtern den Aufstieg. Schließlich öffnet sich nach einem kurzen flachen Gratstück die herrliche Rundschau vom großen Gipfelkreuz aus. Bis Grat leicht, bei letztem Teil des Gipfelaufstiegs ist Vorsicht nötig! Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg. Variante: auch vom Jaufental (Obertal) aus erreichbar; Weg Nr. 12A

 Penser Joch  4,5 h  750 hm 

HÜHNERSPIEL- ODER AMTHORSPITZE

2749 m

Anstrengende aber lohnende Bergtour auf die Amthor Spitze - von Gossensass über die aussichtsreiche Hühnerspielhütte hinauf zum Gipfel. Am Dorfplatz in Gossensass (1098 m) beginnt die kräftezehrende Bergtour. Beim Gasthof Nussbaumer zweigt man rechts ab in die alte Postgasse. Vorbei am Hotel Gudrun wandert man in Richtung Hochwiede bis zur Schranke. Von dort führt der Weg Nr. 22 im Zickzack über die Hühnerspielhütte (1868 m) hinauf zum Gipfel der Amthor Spitze. Abstieg über den Aufstiegsweg.

 Gossensass Dorf oder Parkplatz Dax (2.Kehre Brennerstaatsstraße)

 7,5 h  1650 hm 

SANDJÖCHL

2165 m

Zufahrt von Gossensass ca. 2 km ins Pflerschtal, dann rechts Richtung Giggelberg abbiegen, unter der Bahn durch und auf einer Bergstraße bis zur Abzweigung in Innergiggelberg (Fahrverbotstafel, beschränkte Parkmöglichkeit). Von hier führt der Weg Nr. 1 stetig bergauf zum Sandjöchel (2165 m).

 Innergiggelberg oberhalb von Gossensass

 3 h 45 min.  800 hm 

ÜBER DAS SANDJÖCHL AUF DEN HOHEN LORENZENBERG

2315 m

Der Hohe Lorenzenberg ist einer der wunderbaren Ausichtsberge zwischen dem Obernberg- und Pflerschtal. Wir wandern auf der bergwärts abzweigenden und für den allgemeinen Verkehr gesperrten Militärstraße über drei Kehren aufwärts. Auf knapp 1500 m Seehöhe zweigen wir links auf den Russensteig, den Wanderweg Nr. 1 ab. Er führt durch den Wald zu einem Aussichtspunkt an der Gesteinsgrenze zwischen Schiefer und Dolomit hinauf. Dann verlässt er den Rücken und wendet sich rechts in den Hang hinein. Schließlich erreicht man die Militärstraße wieder. Diese führt über zwei Abzweigungen zum längst sichtbaren Sandjöchel mit seinen Sendemasten. Rechts über den Rasenkamm – vorbei an einer verfallenen Geschützstellung – zum großen Gipfelkreuz hinauf. Bei klarer Luft genießt man eine fantastische Sicht vom Karwendel bis zu den Dolomiten. Abstieg auf der gleichen Route. Vom Sandjöchel kann man westwärts in Gratnähe auch zum Grubenkopf (2337 m) aufsteigen. Der Rückweg erfolgt auf dem gleichen Weg zum Sandjöchel und talab zur Giggelberger Straße.

 Innergiggelberg oberhalb von Gossensass

 4,5 h  950 hm 

FLATSCHSPITZE

2566 m

Gipfeltour am Brenner - von Brennerbad über die Enzianhütte zum Schlüsseljoch und hoch zur Flatschspitze. Auf dem Fußsteig (Markierung 4-4A) geht es von Brennerbad über die Leitner Alm bis zur Enzianhütte (1898m). Von hier auf einer verfallenen ehemaligen Militärstraße über grüne Hänge in Kehren hinauf zum Schlüsseljoch (2212m). Ein überraschen-

der Tiefblick ins Pfitschertal tut sich auf. Links ab und auf dem Steig Nr. 3 über den breiten Südwestrücken zum schmalen Gipfelgrat und zum höchsten Punkt der Flatschspitze. Abstieg über den Aufstiegsweg.

○ Brennerbad  6 h  1240 hm 

ROTBACHLSPITZE

2897 m

Die Wanderung beginnt bei der 4. Kehre der Pfitscherjochstraße. Ab der 4. Kehre ist die Straße gesperrt. Der Straße entlang auf Steig Nr. 3, der hinter der Kehre ausgeschildert ist, zum Joch wandern. Auf der weiten Passhöhe steht das gut sichtbare Pfitscherjochhaus und darüber erhebt sich die Rotbachlspitze mit ihren charakteristischen roten Felsschichtungen. Der markierte Weg Nr. 4 umgeht den kleinen See unterhalb der Hütte und führt dann über den mit Gras bewachsenen Bergrücken aufwärts zum gut sichtbaren Gipfel. Man geht praktisch entlang der Staatsgrenze auf den immer steiler werdenden Bergkamm hinauf. Der Abstieg erfolgt auf derselben Route.

○ 4. Kehre der Pfitscherjochstraße

 3,5 h  1050 hm 



Almen- und Bergwanderungen



RATSCHINGER ALMENWEG

Der Ratschinger Almenweg startet an der Jaufenstraße und führt durch herrliche Landschaft an sieben Almen vorbei. Als erstes erreicht man nach ungefähr einer halben Stunde Gehzeit die Kalcheralm, von dort geht es auf dem gleichen Weg weiter zur Rinneralm und an der Bergstation vorbei, hoch zur Wasserfalleralm. Entlang des bestehenden Wanderweges verläuft er weiter zur Saxnerhütte. Die nächsten Almen sind die Äußere und Innere Wumbalsalm. Der Weg endet schließlich bei der Klammalm auf 1925 m, von der man auf dem markierten Weg Nr. 12 hinunter nach Flading gelangt. Der Almenweg ist in einer Tagestour leicht zu bewältigen und auch für Familien geeignet.

Möglich ist auch die Auffahrt bzw. Talfahrt mit der Kabinenbahn Ratschings-Jaufen – von der Bergstation aus kann man den Almenweg auch begehen.

 Jaufenstraße, Parkplatz Kalcheralm

 4-5 h  Aufstieg: 320 hm bis Klammalm, von dort 650 hm Abstieg nach Flading 

DOLOMIEU-WEG

Der Alm- und Lehrpfad führt über sechs urige Almen vom Rosskopf zur Kuh- und Ochsenalm oder zum Almdorf der Vallmingalm und weiter in Richtung Ladurns. Bei der Ladurnerhütte angelangt wandern wir vorwärts über schöne Almflächen bis zur Allriss-Alm und schließlich über den neuen Verbindungsweg zur Furtalm im Talschluss von Pflersch. Von Ladurns aus können die Wanderer auch mit der Sesselbahn ins Tal fahren und erreichen den Ausgangspunkt (Talstation Rosskopf) mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Selbstverständlich kann der Weg auch von Ladurns aus in Richtung Rosskopf begangen werden oder von Allriss nach Ladurns - Rosskopf

und umgekehrt. Der „Dolomieu-Weg“ gewährt einzigartige Einblicke in die Geologie, Natur, Tier- und Pflanzenwelt.

 Rosskopf Bergstation  7,5 h
 Aufstieg 530 hm – Abstieg 1250 hm 

WANDERUNG ÜBER DEN BOCK

2369 m

Von Jaufental aus (Mittertal, Kirche St. Ursula), auf asphaltierter Anliegerstraße in ca. 10 – 15 Min. bis Kaltenbrunn, dann auf Weg Nr. 13 an der bewirtschafteten Bärnfiechtalm vorbei. Ab dort ca. 2 Stunden den vielen Kurven des Steiges über Almwiesen mit vielen Blumen und Alpenrosen folgen bis zum felsigen, höchsten Punkt der Wanderung, dem Bock. Auf der anderen Seite der Bock-Scharte zuerst etwas steiler in Serpentin, dann dem Talboden des Ontrattbergtales entlang, bis zur bewirtschafteten Bergalm folgen. Von dort entlang der Forststraße bis ins Tal. Mittelschwere Rundwanderung, Trittsicherheit erforderlich.

 Mittertal, Jaufental  6,5 h  1284 hm 

GRATWANDERUNG AM JAUFEN

2090–2518 m

Ausgehend vom Jaufenpass (mit Ihrem Auto bis zum Parkplatz unterhalb des Passes) oder von Ratschings (mit der Bergbahn zur Rinneralm und dann zu Fuß auf Weg Nr. 13B zur Passhöhe). Weg Nr. 12 über Flecknerspitz, Glaitnerjoch, Schlotterjoch bis zur Kleinen Kreuzspitze. Von dieser hinunter nach Flading im Ratschingstal. Sollten Sie Ihr Auto am Jaufenpass geparkt haben: Bis zum Schlotterjoch, dann auf Weg Nr. 10 bis zur Inneren Wumbsalm, von dort auf Weg Nr. 15 und danach über den Ratschinger Almenweg bis zur Rinneralm zurück und weiter auf Weg Nr. 13A zum Ausgangspunkt zurück. Trittsicherheit erforderlich!

 Jaufenpass oder Bergstation Ratschings/Jaufen
 6 h  428 hm 

SIEBEN-SEEN-WANDERUNG

Diese Wanderung am Fuß der südlichen Stubaier Alpen ist wenig begangen, landschaftlich sehr reizvoll und führt bei den Seen durch unberührte Gebirgswelt. Vom Parkplatz beim Landesmuseum Bergbau Weg Nr. 28 hinauf zur bewirtschafteten Moarerbergalm (Poschhaus). Wir verlassen am Fuß der Felswand den Weg Nr. 28 nach St. Martin am Schneeberg und halten uns rechts, wo wir in 1,5 Std. steil hinauf auf Weg Nr. 33 Richtung Moarer Egetseen gelangen. Beim Egetjoch (2639 m) haben wir den höchsten Punkt der Tour erreicht und wandern abwärts entweder links an den Egetseen vorbei (Nr. 33A) oder rechts (Nr. 33) direkt zum Trüben See hinunter. Etwa 2 Stunden benötigt man wieder für den Abstieg ins Tal. Kondition und Trittsicherheit erforderlich! (Auf Anfrage besteht auch die Möglichkeit mit dem Bus bis zur Moarerbergalm hochzufahren und dabei 700 hm mit etwa 2 Stunden Gehzeit einzusparen. Anmeldung beim Landesmuseum Bergbau – Tel. 0039 0472 656 364)

 Parkplatz Landesmuseum Bergbau, Ridnauntal

 8 h  1450 hm 

GROHMANNHÜTTE & TEPLITZER HÜTTE

2254 m - 2586 m

Vom Parkplatz des Landesmuseum Bergbau stets der Markierung Nr. 9 folgend auf gutem Weg durch Wald und dem Fernerbach entlang mäßig steil hinauf zum Aglsboden. Hat man den Aglsboden durchschritten, steigt der Pfad zur nächsten Talstufe empor, auf der man bald zur Grohmannhütte gelangt. Die Fortsetzung des Weges, nochmals rund 300 Höhenmeter mit steilem Anstieg, führt in hochalpines Gebiet und schenkt immer umfassendere Aussicht. Die Teplitzer Hütte

steht in einer prächtigen Landschaft. Trittsicherheit erforderlich! Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

 Parkplatz Landesmuseum Bergbau, Ridnauntal

 Grohmannhütte 4 h 30 min, Teplitzer Hütte 6 h

 Grohmannhütte 845 hm, Teplitzer Hütte 1210 hm 

PFURNSEE

2457 m

Vom Parkplatz beim Landesmuseum Bergbau Weg Nr. 9 bis zum Aglsboden. Von dort der Markierung Nr. 9A über die Aglsalm (2004 m, bewirtschaftet) folgen bis zum wunderschönen, klaren Bergsee. Entweder gleichen Weg zurück oder über den Weg Nr. 9B zum Ausgangspunkt zurück. Verlangt Bergerfahrung und Trittsicherheit!

 Parkplatz Landesmuseum Bergbau, Ridnauntal

 5 h  1050 hm 

RIDNAUNER HÖHENWEG

Diese anspruchsvolle Tour führt am Sonnenhang des Rosskopfkammes in einer Höhe von 1900 bis 2300 Metern über dem Ridnauntal entlang, mit Abstieg in den Talschluss. Nur bei sicherem Schönwetter zu empfehlen. Von der Bergstation der Umlaufbahn Rosskopf (1850 m) auf breitem Weg Nr. 23 südwestwärts leicht ansteigend, um den nach Süden vorspringenden Bergrücken herum, oberhalb der Kuhalm (1897 m; bewirtschaftet) entlang zur Ochsenalm (1907 m, bewirtschaftet). Der Höhenweg, nun Nr. 23, führt unter den Telfer Weißen entlang zum Bergkessel der Seeberalm (am Wochenende geöffnet) mit dem Seebersee (2110 m). Unter den Südhängen der Wetterspitze vorbei erreicht man die bewirtschaftete Prischeralm (2160 m). Der Abstieg verläuft auf dem Steig Nr. 27 teils steil hinab zum Weiler Gesennen in Maiern. Von

dort aus können Sie mit dem öffentlichen Linienbus nach Sterzing zurückfahren. Bergerfahrung, Trittsicherheit und Kondition erforderlich!

○ Bergstation Rosskopf, Sterzing
(mit Bus zum Ausgangspunkt zurück!)

🚶 6 h ⬆️ 590 hm 🟡

STERZING > ROSSKOPF BERGSTATION

1862 m

Von der Lahnstraße aus (Weg Nr. 23/Weg Nr. 19) durch den schattigen Wald über einen Serpentinweg hin zu einem Forstweg weiter auf den Sterzinger Hausberg. Die Bergstation Rosskopf ist ein idealer Ausgangspunkt für verschiedene Wanderungen. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

○ Sterzing, Lahnstraße 🚶 2,5 h ⬆️ 940 hm 🟡



LADURNS > LOTTERSCHARTE > VALLMING-ALM > ROSSKOPF

Von der Edelweisshütte in Ladurns folgt man dem schmalen Steig Nr. 34A bis zu einem flachen Boden. Diesen querend erreicht man einen Anstieg, der allmählich steiler wird und über eine Geröllhalde zur Lotterscharte (2139 m) emporzieht. Von hier aus geht es mäßig steil hinunter zum Almendorf Vallming, wo alles in ihrer Urtümlichkeit erhalten geblieben ist. Scharf links ab und auf Markierung 19A einen bewachsenen Hang queren. Nach einer steilen Serpentine erreicht man die Kastellacke. Rechts abzweigen und leicht absteigend auf dem Weg Nr. 19 gelangt man zur Sterzingerhütte am Rosskopf. Abstiegsmöglichkeit nach Sterzing (Abstieg 970 hm) oder zurück über den Hinweg.

○ Edelweisshütte Ladurns  3 h

↕ 400 hm Aufstieg, 450 hm Abstieg 

ENERGIE- UND KRAFTWEG IN LADURNS

Die Schönheit der Natur genießen und Kraft tanken in Ladurns. Start an der Bergstation der Kabinenbahn Ladurns. Man folgt anfangs dem Ladurner Rundweg, zweigt dann nach 200 Metern beim Steig mit der Markierung Nr. 8 ab. Weiter geht es über den Hinkerboden bis zum Wasserspeicherbecken von Ladurns. Hier gibt es die Möglichkeit bei der Edelweißhütte einzukehren. Der Rückweg erfolgt wiederum entlang des Ladurner Rundweges vorbei an den Hirschlacken bis zur Bergstation der Kabinenbahn.

○ Bergstation Ladurns  2 h  310 hm

ROSSKOPF - VALLMING ALM – GOSENSASS



Von der Bergstation der Rosskopf Seilbahn führt die Tour auf Markierung 19 zur Kastellacke. Hier links ab und weiter in Richtung der Vallmingalm. Kurz vor dem Almendorf geht es auf den rechterhand talauswärts führenden Güterweg weiter. Gleich nach den so genannten „Kalköfen“ verlässt man den Weg und erreicht über den Steig Nr. 19A die Talsohle des Pflerschertales. Von hier wandert man auf der Uferpromenade weiter in Richtung Gossensass. Tägliche Busverbindung nach Sterzing ab Bahnhof Gossensass.

 Bergstation Rosskopf  2,5 h

 70 hm Aufstieg, 850 hm Abstieg 

WANDERUNG KEMATEN >

GRUBBERGALM / WOLFENDORN

2002m - 2776 m

Ab Kematen auf dem Almsteig Nr. 5 vorbei an der Hatzllacke hinauf zur Grubbergalm (nicht bewirtschaftet). Ab hier möglicher Anstieg auf den Wolfendorn (2776m) über das Flatschjöch. Zuerst der Wegmarkierung Nr. 5 weiter folgen und dann auf die Markierung Nr. 3 wechseln bis zum Gipfel. Bis zur Grubbergalm familienfreundlich. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

 Pfitschtal, Kematen  5 h  500 hm 

HOCHGEBIRGSTOUR EUROPAHÜTTE (LANDSHUTER HÜTTE)

2693 m

✓ Vom Pfitscher Joch (Haus) (siehe Wanderung Seite 36) über den Landshuter Höhenweg (Markierung 3) bis zur Europahütte. Großartige Weganlage – Teil des Tiroler Höhenweges – wunderbares Panorama.

○ Pfitscher Joch Haus  6,5 h  1090 hm 

✓ Von Platz nordwärts zuerst auf einem Traktorweg den Bach entlang und weiter den Weg Nr. 3A empor. Nahe an der Bürstlingalm vorbei – 1961 m, über den Kamm aufwärts in freies Gelände. Später leicht links des Kammes über Schutt- und Blockhalden in Serpentinaen hinauf zur Europahütte.

○ Platz, Pfitschtal  5,5 h  1246 hm 

✓ Von St. Jakob über die Beilsteinalm auf den Weg Nr. 3B zuerst den Bach entlang, dann am bewaldeten Hang aufwärts zur Alm. Weiter über Almböden bis zum Landshuter Höhenweg über den man die Europahütte erreicht. Möglichkeit Aufstieg zum Kraxentrager.

○ Pfitschtal, St. Jakob  bis zum Kraxentrager: 8h
 bis zum Kraxentrager: 1680 hm 

WANDERUNG STEIN > PFITSCHER JOCH-HAUS 2275 m

Von Stein (Gasthof) auf dem Weg Nr. 3 durch den Wald aufwärts, später in steilen Serpentinaen hinauf in flacheres Gelände. Man quert die Passstraße noch einmal, an alten Militärbauten vorbei und erreicht dann das Schutzhaus. Wundervoller Ausblick auf die Zillertaler Eisberge, die Jochseen und auf das Pfitscher Hochtal. Abstieg über den markierten Steig Nr. 4 durch das Windtal (Plattenweg). Shuttle-Dienst zum Pfitscherjoch von Anfang Juli bis Mitte September; Info: Tel. +39 0472 765 325

○ Pfitschtal, Stein  3,5 h  780 hm 

BERGWANDERUNG GÜNTHER MESSNER-HOCHFERNER-BIWAK

Von der 3. Kehre (Parkplatz) der Pfitscherjochstraße auf Steig Nr. 7 taleinwärts, linkshaltend durch ein botanisch hochinteressantes Gebiet. Man steigt über sanfte Bergwiesen vorbei an Gedenktafeln (Weg Nr. 7A) und gelangt zu einem Geröllkessel. Nun über die große Moräne empor zur Biwakschachtel. Die Abgeschiedenheit und die Nähe zu den Nordwänden des Griesferner und Hochferner vermitteln hier besondere Eindrücke. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

○ 3. Kehre der Pfitscherjochstraße  3,5 h  750 hm 

WANDERUNG FUSSENDRAß > DROSSBERGALM

Vom Weiler Fußendraß über den Weg Nr. 17 durch das Droßbergtal in gleichmäßiger Steigung hinauf zur Alm. Eine leichte schöne Wanderung in die Bergeinsamkeit. Abstieg wie Aufstieg. Es besteht die Möglichkeit über das Wilde Kar zur Sterzinger Hütte zu gelangen (nicht bewirtschaftet) (2 Std.) oder den Weg Nr. 17 folgend auf das Sandjöchel (2671 m), zur Brixner Hütte (2307 m), oder auf dem alten Militärweg Nr. 17A zum Pfunderer Joch (2568 m), zur Weitenbergalm (1958 m) abzusteigen.

○ Fußendraß, Pfitschtal  3,5 h  520 hm 

SAUN

2086 m

Anfahrt mit dem Auto bis zum Braunhof in Schmuders. Vom Braunhof folgt man zuerst der Straße dann rechts einem Fahrweg, später einem Waldweg bis hinauf zur Grubenalm, Weg Nr. 6. Weiter durch Wald und später durch Almwiesen gelangt man zum Gipfel des Sauns. Der Abstieg erfolgt auf dem gleichen Weg.

○ Jausenstation Braunhof, Schmuders  3,5 h  730 hm 

HÖLLENKRAGEN

2387 m

Mit dem Auto bis zum höchsten Hof des kleinen Weilers Partinges, oberhalb der Ortschaft Trens. Der Markierung Nr. 5 folgend, steil aufwärts über den alten Heuweg, die Forststraße zweimal queren bis zum Langwiesbrünndl (gutes Trinkwasser). Über den steilen Traktorweg zur Plitschalm, immer weiter auf dem Weg Nr. 5 zur Trenscher Joch Hütte (Notunterkunft). Der Markierung weiter folgen, rechts an der Hütte vorbei, hinauf zum Gipfel. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

○ Partinges, Freienfeld  4 h 15 min.  1030 hm 

MAULS > PLANER ALM

1938 m

Von Mauls führt der Steig Nr. 11 zur Höfegruppe Flans. Von dort weiter über sehr steiles Gelände zum Nock (2018m), dem Maulser Hausberg. Von hier geht es über flaches Gelände weiter zur Planer Alm. Der Rückweg kann über den Hinweg erfolgen oder über den Weiler Ritzail (siehe Rundwanderung Ritzail) und von dort weiter zurück nach Mauls.

○ Mauls  6 h 45 min.  1180 hm 

PUNTLEIDER SEE

1847 m

Oberhalb der kleinen Ortschaft Grasstein, ca. 3km südlich von Mauls, der Markierung Nr. 15, dann Nr. 14 folgend durch steilen Waldhang hinauf bis zur Puntleidersee Alm (bewirtschaftet) und den Wald querend weiter zum romantischen Bergsee im Lärchenwald. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

○ Grasstein, Mauls  5 h  1300 hm 

PFULTERS > EGGERTAL/ONSER ALM > PUNTLEIDER ALM > PUNTLEIDER SEE

987 m > 2080 m > 1774 m > 1848 m

Von Pfulters bis zum Schutzbau der Militärstraße. Nach etwa 5 Minuten Gehzeit nimmt man links die Abzweigung auf den Weg Nr. 16. Steiler Anstieg zur Onser Alm. Sich links haltend, kommt man zur verfallenen Hüttenwald-Alm. Dem Weg Nr. 16 folgend bis zur Puntleider Alm (bewirtschaftet). Nach kurzer Rast erreicht man in ca. 20-minütiger Gehzeit den einmalig schönen Puntleider See. Als Rückweg kann der Weg Nr. 15 B genommen werden. Der Weg führt von der Alm steil abwärts nach Grasstein. Rückfahrt mit Bus.

 Pfulters  7 h  1128 hm 

TRIBULAUNHÜTTE AM SANDESSEE

2368 m

Anfahrt von Gossensass hinein ins Pflerschtal, etwas außerhalb des Dorfes St. Anton (1245 m) von der Talstraße links ab und dann stets auf schmaler Straße talein bis zu einem kleinen Parkplatz in der Nähe des Wasserfalls „Hölle“ (ca. 1465 m). Nun zu Fuß stets der Beschilderung „Tribulaunhütte“ folgend auf naher Brücke über den Bach, kurz bergan und auf Weg Nr. 6/8 kurz talein, dann auf Weg Nr. 8 rechts ab, auf diesem durch die steilen, felsdurchsetzten Grashänge in vielen Serpentineen hinauf zu einer Geländeschulter und links zur Hütte am Sandessee. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

 Stein oder Parkplatz „Hölle“ (Innerpflersch)  5 h
 900 hm 

MAGDEBURGERHÜTTE

2423 m

Anfahrt von Gossensass hinein ins Pflerschtal, etwas außerhalb des Dorfes Innerpflersch (1245 m) von der Talstraße links ab und dann stets schattseitig (orographisch rechts) auf schmaler Straße talein bis zu einem kleinen Parkplatz in der Nähe des Wasserfalls „Hölle“ (ca. 1465 m). Von da den Wegweisern „Magdeburger Hütte“ folgend auf der Brücke über den Talbach und bald darauf auf dem alten Hüttenweg der Markierung Nr. 6 folgend durch großteils freies, von Grashängen und Felspartien bestimmtes Gelände, anfangs leicht ansteigend und später durchwegs steil hinauf zur Magdeburger Hütte (2423 m; Sommerbewirtschaftung); ab Parkplatz gut 2:30 Std. – Abstieg wie Aufstieg; 2 Std. (der zunächst bis auf fast 2900 m ansteigende »Höhenweg« zur Tribulaunhütte kommt als Abstiegsroute nicht in Frage).

○ Stein oder Parkplatz „Hölle“ (Innerpflersch)  4,5 h
↕ 950 hm



WEISSWAND RUNDE: TRIBULAUNHÜTTE > MAGDEBURGER HÜTTE

Von der Tribulaunhütte führt die Route über Weg Nr. 7 hinüber zur Magdeburger Hütte (Einkehrmöglichkeit). Hier liegt auch das bereits angesprochene Teilstück zwischen Hohem Zahn und Weisswand. Nach der Querung kann, wer möchte, die circa 130 hm hinauf zum Gipfel der 3018m hohen Weisswand in Angriff nehmen. Der Abstieg zurück zum Ausgangspunkt erfolgt über Weg Nr. 6, alternativ könnte man auch auf circa 1850 hm rechts in Weg Nr. 6B einbiegen und an der Furtalm vorbei talauswärts bis zum Ausgangspunkt wandern.

 Stein oder Parkplatz „Hölle“ (Innerpflersch)

 7 h

 1740 hm 

SATTELBERG & KREUZJOCH

2113 M & 2243 m

Am südlichen Ende der Ortschaft Brenner folgt man der Valentinsstraße zur ehem. Zollwache und steigt den Weg Nr. 1 aufwärts, der am Eisackfall vorbei den steilen Talhang emporleitet. In vielen Kehren überwindet der Steig die abschüssige, felsdurchsetzte Flanke und erreicht den Unterrand der Wiesen der Steinalm. Hier hält man sich rechts, steigt aufwärts und überschreitet den jungen Eisack. Über den freien Hang weiter nach oben. Ein Güterweg führt hier den Hang empor, dessen Kehren man teilweise weglos abkürzen kann. Zuletzt erreicht man über den grasigen Rücken den Gipfel des Sattelberges. Eine aussichtsreiche Kammwanderung führt vom Sattelberg zum Kreuzjoch. Man wandert vom Sattelberg zuerst südwärts, dann in südwestlicher Richtung hinüber zum Steinjoch (2186 m), und weiter zum etwas niedrigeren Steinsattel. Von hier geht es hinauf zur Erhebung des Kreuzjoches. Der Abstieg führt zurück zum Steinsattel, weiter zum Steinjoch bis

zur Steinalm. Der Abstieg von der Steinalm erfolgt entweder über den steilen Steig zum Brenner oder über die Forststraße zum Holzlagerplatz 300 m südlich vom Brenner.

 Brennerpass  4,5 h  970 hm 

ZIROGER HÖHENWEG

Der Ziroger Höhenweg verbindet die Hühnerspielhütte mit dem Almgebiet Zirog bei Brennerbad. Unterhalb der Baumgrenze verlaufend, durchquert der Höhenweg Lärchenwälder und ist von gehgewohnten Wanderern leicht zu bewältigen. Wegverlauf: Ab Gossensass Weg Nr. 22 zur Hühnerspielhütte und von dort auf dem markierten Höhenweg Nr. 11 bis zum Almgebiet Zirog (Zirogalm, Enzianhütte, Zirog, Leitneralm, Gröbner Alm, Lueger Alm, Postalm). Die Almen sind größtenteils nicht bewirtschaftet. Abstieg nach Brennerbad oder Brenner (Gasthaus Wolf) möglich.

 Gossensass  6,5 h  1160 hm 

ENZIANHÜTTE ZIROG > SCHLÜSSELJOCH

1894 m > 2212 m

Von Brennerbad ausgehend, erreichen wir auf dem Weg Nr. 4 über die Badalm das Schutzhaus Zirog (geschlossen) und die Enzianhütte Zirog (1894 m). Ab der Enzianhütte Zirog führt der Weg Nr. 4 a weiter zum Schlüsseljoch (2212 m). Abstiegsmöglichkeit ins Pfitschtal auf dem Weg Nr. 3.

 Brennerbad  4 h  1160 hm 

Rundwanderungen



GOSPENEID



Ab Mittertal im Jaufental auf dem Waldeben-Rodelbahn-Weg Richtung Seiterberg, links Richtung Wiesel nach Gospeneid. Dort erst über einen Fußweg, dann entlang einer schmalen asphaltierten Straße an einem alten Bauernhof vorbei nach Rust. Die Straße abwärts, an der Kreuzung geradeaus vorbei, und dann die kleine schmale Straße hinunter nach Sterzing. Bei der nächsten Kreuzung links abbiegen – und dann nach der Brücke gleich links auf einem Schotterweg entlang. Auf diesem gelangt man nach Gastegg – in die Nähe der Bar „Platzl“. Der Hauptstraße entlang einige 100 m gehen bis zum Hotel A.nett. Gegenüber dem Hotel, also auf der linken Straßenseite geht der „Panoramaweg“ ins Jaufental. Diesen bis zum Ausgangspunkt entlangwandern.

Mittertal, Jaufental 4-5 h 640 hm

RUNDWANDERUNG HOCHPLATEAU PLATSCHJOCH

Von St. Anton ausgehend führt ein am Anfang steiler Waldweg an der Gringer Wiese vorbei zum Platschjoch, wo er dann nur noch leicht aufwärts am Gostjöchel vorbei bis zur kleinen Kapelle „Mariä Heimsuchung“ unterhalb des Jaufenpasses läuft. Sehr schöne Aussichten in das Jaufental und Ratschingstal. Von dort aus kann man Richtung Schluppes wieder ins Tal herabsteigen und zum Ausgangspunkt zurückwandern.

St. Anton, Jaufental 5 h 1000 hm

RUNDWANDERUNG TELFES



Ausgangspunkt für die sonnige Panoramawanderung ist die Feuerwehrhalle in Obertelfes (Parkmöglichkeit). Von dort aus wandert man gerade aus in Richtung „Telfer Almen“. Nach ca. 30 Minuten Gehzeit gelangt man zur Waldgrenze. Nach Über-

querung einer Brücke folgt ein kurzer steiler Anstieg, wo der Weg links weiter durch Fichtenwälder, talwärts Richtung Untertelfes führt. Später kreuzt man einen Forstweg, den man überquert und der weiteren Markierung folgt. Nach kurzer Zeit gelangt man an eine Waldlichtung, „Neun Stangen“ genannt. Hier biegt man links ab und kommt zum Jaufnerhof. Entlang der Waldgrenze mit herrlichem Ausblick ins Tal geht es zurück zum Ausgangspunkt. Wunderschöne, einfache Tour für die ganze Familie.

 Feuerwehrrhalle Obertelfes  1,5 – 2 h  220 hm 

RUNDWANDERUNG PRANTLWEG > ROANDERWEG



Ausgangspunkt Hotel Wiesnerhof (Parkplatz). Man überquert den Pfitscher Bach über die Kirchbrücke (Weg Nr. 1) und wandert über den Erschließungsweg bis zur ersten Kehre. Von dort über den Prantlweg taleinwärts. Der Weg führt wieder zur Pfitscher Straße, über die Müllerbrücke werden Pfitscher Bach und Straße überquert. Nun die Straße entlang bis zum Elektrowerk. Von dort führt der Roanderweg wieder talauswärts nach Wiesen, zum Schloss Moos. Dort angekommen führt eine Dorfstraße zurück zum Ausgangspunkt. Der Roanderweg ist auch im Winter (bei wenig Schnee) ein beliebter Spazierweg.

 Parkplatz Wiesnerhof  2,5 h  215 hm 

RUNDWANDERUNG WIESEN > SCHLOSS SPRECHENSTEIN > WIESEN



Der Weg beginnt bei der Kirchbrücke in Wiesen, Weg Nr. 24, den Fahrweg folgend in mäßiger Steigung bis zum Schloss Sprechenstein. Etwas anstrengender aber schöner ist der Weg Nr. 24

durch den Wald, dann rechts über die Forststraße zum Schloss Sprechenstein (1071 m). Nordseits der Burg Abstieg (Wegweiser) zum Damm des Pfitscher Baches. Rückkehr nach Wiesen auf dem Damm an der linken oder rechten Seite des Pfitscher Baches. Vom Schloss Sprechenstein Abstiegsmöglichkeit zum Gasthof Burgfrieden oder über den Trenser-Höhenweg nach Trems.

 Kirchbrücke Wiesen  1,5 h  140 hm 

RUNDWANDERUNG WIESEN > GSCHLIESSEGG > PIRCHMAHDER > SPRECHENSTEIN > WIESEN

Ab der Kirchbrücke in Wiesen, die Straße entlang bis zur ersten Kehre. Hier links abbiegen und immer der Markierung in ziemlicher Steigung durch Hochwald hinauf nach Schnagge folgen. Am Forstweg (Weg Nr. 4A) zweigt man links ab hinauf zum Gschließegg (1670m). Nun westwärts entlang des Pfunderer Höhenweges (ohne Markierung) zu den Lärchenwiesen der Pirschmahder. Über den markierten Steig hinunter zum Schloss Sprechenstein und zurück nach Wiesen (Weg Nr. 24).

 Kirchbrücke Wiesen  4 h  760 hm 

RUNDWANDERUNG AFENS > PFAMMES > AFENS



1532 m

Beim Weiler Afens, von Wiesen Richtung Pfitschtal, zweigt links der Almsteig ab, der etwas steil empor über den Weg Nr. 1A zu den Weideflächen von Pfammes führt – romantisches Almgebiet mit herrlicher Aussicht. Man steigt am aufgelassenen Hof ostwärts auf breitem Waldweg hinunter zur Pfitscher Straße. Es geht beim Stausee talauswärts vorbei und über die Brücke. Nun der Landstraße entlang oder rechts über den alten Pfitscher Weg zurück nach Afens.

 Afens  2 h  300 hm 

RUNDWANDERUNG ST. JAKOB > VIEDALM > PLATZ

Von St. Jakob (Feuerwehrrhalle) über den Pfitscher Bach und auf der Markierung 10 steil hinauf zur Viedalm (1958 m). Von den Heustadeln weiter mäßig ansteigend ins Tal. Bei der folgenden Kreuzung rechts auf den Weg Nr. 11A und über Almböden oberhalb des Überwasserwaldes in westliche Richtung weiter. Über Weg Nr. 11 geht es wieder hinunter ins Tal nach Platz und von dort zurück zum Ausgangspunkt nach St. Jakob.

○ St. Jakob (Feuerwehrrhalle)  4,5 h  650 hm 

RUNDWANDERUNG RITZAIL > VALLER JÖCHL / JOCHTAL > PLANER ALM > RITZAIL

1938 m

Mit dem Auto bis zum Parkplatz oberhalb dem Weiler Ritzail, im Maulser Tal. Auf leicht begehbarem Wanderweg der Markierung Nr. 10 zum Valler Jöchel (1920m) und weiter zur Bergstation Jochtal folgen. Ab hier führt ein einfacher, wunderschöner Weg zur Planer Alm (1938m) und von dort zuerst über den Weg Nr. 11, dann weiter auf Weg Nr. 10 A zurück zum Parkplatz.

○ Ritzail  3 h  440 hm 

RUNDWANDERUNG MAULS > ROMEDISTEIG

Eine sehr schöne und leichte Wanderung führt vom Schulhaus Mauls, den Hohlweg entlang, zum hl. Antoniusstöckl. Dort weiter auf der blau-weißen Markierung und zurück nach Mauls.

○ Schulhaus Mauls  1 h  160 hm 

DER LADURNER RUNDWEG



Der Ladurner Rundweg beginnt an der Bergstation Ladurns (Einkehrmöglichkeit). Zunächst führt der Weg an den Hirschlacken, einem Biotop mit zwei kleinen Seen, vorbei. Weiter geht es über den Dolomieu-Weg bis zur Abzweigung Teissljöchl/Edelweißhütte. Es folgt ein kurzer Aufstieg auf das Wastenegg, von hier aus lässt sich das großartige Panorama auf die zerklüfteten Felswände des Tribulaun genießen. Weiter leicht absteigend zum Teissljöchl und links ab zur Edelweißhütte (Einkehrmöglichkeit). Von hier Abstieg auf einem Forstweg oder dem neuen Weg Nr. 8 (startend hinter dem Wasserspeicherbecken von Ladurns) zurück zum Ausgangspunkt.

 Bergstation Ladurns  2 h  310 hm 

VON DER EDELWEISSHÜTTE ÜBER TOFFRING INS PFLERSCHTAL



Wir wandern von der Edelweißhütte (1982 m) zum sog. „Teissljöchl“, um dann auf dem Weg Nr. 35 zuerst etwas steiler, dann leicht abfallend, zum kleinen Stausee des Pflerscher E-Werkes, zu gelangen. Von dort aus bietet sich die Möglichkeit links auf der Forststraße nach Innerpflersch oder rechts zuerst über die Forststraße und dann über den „Sogeweg“ zurück zur Talstation Ladurns zu wandern.

 Edelweisshütte Ladurns  2 h  Aufstieg 30 hm, Abstieg 840 hm 

Wandern am Wasser



DIE GILFENKLAMM



Vom Dorf Stange wandert man auf dem beschilderten Weg am Bach talein zum Mauthäuschen und weiter im Waldgelände allmählich leicht ansteigend bis zum Eingang in die eigentliche Schlucht und damit zu einer der ersten Aussichtsbrücken. Weiter geht es über Brücken und Stufen hoch über den tosenden Bach durch die Gilfenklamm hinauf bis zu ihrem Ende. Abstieg über denselben Weg oder über die Burgruine Reifeneegg auf gutem Waldweg nach Stange zurück (zeitlicher Mehraufwand 30 min.).

 Stange  Aufstieg 1 h / Abstieg ca. 40 min.
 175 hm 

BURKHARDKLAMM



Die Burkhardklamm befindet sich am Fernerbach im Sennerberg in Maiern. Sie erreichen die Klamm in ca. 45 Minuten, ausgehend vom Landesmuseum Bergbau in Maiern, über den bereits bestehenden Weg Nr. 9. Der Weg bietet mehrere Aussichtspunkte in die beeindruckende Bergwelt der Stubai-er Alpen und überquert Brücken, an denen man die Naturgewalt des Wassers hautnah erleben kann! Der Wegverlauf endet an der Wassersperre am Aglsboden, wo man weiter auf dem Weg Nr. 8 zu den bekannten Schutzhütten – Grohmannhütte, Teplitzerhütte und Becherhaus – wandern kann oder wieder retour nach Maiern zurückwandert.

 Parkplatz Landesmuseum Bergbau, Ridnauntal
 Aufstieg 1 h 30 min. / Abstieg ca. 45 min.  300 hm 

WASSERFALL „GURGL“ – JAUFENTAL

Erleben Sie auf einem naturnahen Wanderweg das Rauschen des Wasserfalls hautnah! Eine gemütliche Wanderung für die ganze Familie. Ab Obertal im Jaufental wandert man auf der Almstraße bzw. dem neu angelegten Wanderweg Richtung Bergalm. Entlang des Weges kreuzen wir den Gurgl-Wasserfall, welcher imposant über felsiges Gelände stürzt und die Wasser-Moleküle zerstäubt. Im Ontratt-Tal angelangt, reizt der sanfte Gebirgsbach zum natürlichen Kneipp-Erlebnis. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg. Variante: ab Mittertal auf dem Panoramaweg taleinwärts.

 Obertal, Jaufental

 1 h 30 min. (ab Obertal), 3 h Stunden (ab Mittertal)

 288 hm 

WASSERFALLWEG BIS ZUR „HÖLLE“ IN PFLERSCH

Ab dem Parkplatz in St. Anton folgt man dem asphaltierten Fußweg bis zum Feuerstein Nature Family Resort, von dort aus rechts über die Brücke und dem schmalen Waldweg leicht ansteigend bergauf. Vorbei an Außerstein führt der Wasserfallweg in den Wald. Man überquert die beeindruckenden Wasserfälle (Trommelbachfall / Gansörbachfall / Mesnerbachfälle / Koggrabenfall) und gelangt zum Parkplatz „Hölle“ (1400 hm). Hier lohnt sich ein Abstecher zum Aussichtspunkt über der „Hölle“, dem wohl bekanntesten Wasserfall im Pflerschtal. Zurück geht es auf Markierung Nr. 6 zum Startpunkt bei St. Anton, oder in einer 1 stündigen Wanderung weiter hoch bis zur Furtalm 1690 hm (früher Ochsenalm genannt).

 St. Anton – Haus der Vereine, Pflerschtal  2 h

 230 hm 

PARKPLATZ „HÖLLE“ IN PFLERSCH BIS FURTALM



1690 m

Von St. Anton aus folgen wir der geteerten Straße steil ansteigend bis wir zur „Hölle“ kommen (bis hierher bis 10.00 Uhr und ab 16.00 Uhr auch mit dem Auto möglich, Parkplatz vorhanden). Je nach Motivation kann diese Sehenswürdigkeit zu Beginn der Wanderung oder als Abschluss besichtigt werden (Dauer ca. 15 min). Weiter geht es über die nicht mehr asphaltierte Forststraße, stets leicht ansteigend. Die Gegend besticht durch steile Wände und Wälder. Kurz vor Erreichen der Hütte öffnet sich das Tal und wir können eine Vielzahl von Wasserfällen, gespeist von der Schneeschmelze sehen. Der einsame Talkessel schließt sich und über uns befinden sich die Feuersteine und die Stubai Alpen. Unser Ziel erreichen wir nach ca. 1 1/2 Stunden (1.690 m). Der Rückweg erfolgt über den Hinweg bzw. es besteht die Möglichkeit die Tour zu verlängern, indem man den neuen Weg über die Allrissalm nimmt. Wegbeschaffenheit: Forststraße. Kinderwagen: alpin-tauglich, 3 oder 4 Räder

 Hölle in Innerpflersch (Durchfahrt bis 10.00 Uhr)

 2,5 h  470 hm 

WASSERERLEBNISWEG STERZING

Der Wassererlebnisweg Rosskopf zeigt anhand mehrerer Erlebnisstationen die Komplexität der modernen Trinkwassergewinnung für eine Stadt. Von der Quelle bis zur Wasserverteilung in der Stadt werden alle Stufen anschaulich erklärt und gezeigt. Der Weg beginnt an der Bergstation der Rosskopfseilbahn und führt entlang des markierten Wanderweges Nr. 23 hinunter in die Stadt. Dabei werden an den Stationen die Technik der Quelfassung, das Leitungsnetz, die

Energiegewinnung aus Trinkwasser und vieles mehr erklärt. Unterwegs findet sich auch ein anschaulich gestalteter Wasserspielplatz. Besonders für Familien und Schulklassen ist dieser Weg zu empfehlen.

○ Bergstation Rosskopf  2 h

↕ 40 hm hinauf, 930 hm hinunter 

WANDERWEG ACHENRAINSCHLUCHT



Auf einem gut gesicherten Steig wandert man ausgehend von Mareit hinter dem Hofmannsteg zunächst ganz nahe am Fernerbach schluchteinwärts. Dann erklimmt man in Serpentin eine Anhöhe, wo die alte Wegstraße beginnt. Von hier aus hat man herrliche Tiefblicke zum tosenden Bach hinunter. Über die „Katzleiter“ gelangt man zu einem Wegabschnitt, bei dem berg- und talseitig uralte Trockenmauern aus der Zeit der Erzförderung zu sehen sind. Dann erreicht man das große Murbruchgelände. Dort windet sich der Weg nach oben. Man blickt hinüber auf die andere Talseite mit den stillen Höfen. Ein schöner alter Waldweg geleitet schließlich hinauf zur Forststraße, die zur Streusiedlung „Gasse“ führt. Von hier aus führt die Tour auf Markierung Nr. 7A den Hügel hinauf zur malerisch gelegenen Knappenkirche St. Magdalena in Ridnaun. Die Kapelle wurde zur Blütezeit des Bergwerks am Schneeberg erbaut. Auf Weg Nr. 9 geht es zurück zum Ausgangspunkt nach Mareit.

○ Mareit  1,5 h  370 hm 

EISACKQUELLE AM BRENNER

2030 m

Der Eisack entspringt hoch über der Brennerfurche am Fuß des Sattelberges. Zum Ort Brenner stürzt er als unscheinbarer Wasserfall aus dem steilen Waldgelände. Den Weg Nr. 3 zur Eisackquelle findet man 800 m vor der Ortschaft Brenner rechts von der Staatsstraße. Der Weg führt an der Steinalm vorbei zur Sattelalm und rechts des Eisacks über Almmähder zur Eisackquelle.

 800 m vor Ortschaft Brenner  4,5 h  927 hm 

WASSERFALLWEG IN GOSENSASS



Der Rundweg Hochwieden/Herrengarten samt neuer Brücke wurde zu Zeiten des Nobeltourismus vor dem 1. Weltkrieg erbaut und ermöglicht einen gemütlichen Erlebnisrundgang in der Nähe des Dorfes mit wundervollem Blick ins Pflerschtal. Vom Dorfplatz in Gossensass führt die Tour zum Gasthof Nussbaumer und zweigt hinter diesem rechts ab. Ostwärts ansteigend geht es auf der alten Postgasse am Hotel Gudrun in Richtung Hochwieden am Wasserfall weiter, auf dem Rückweg am Herrengarten vorbei. Erleben Sie entlang des Wanderweges das imposante Rauschen des Wasserfalls!

 Gossensass  1 h  110 hm

Kultur- und Talwanderungen



TRENSER PILGERWEG

Vom Gasthof Burgfrieden folgt man auf der gegenüberliegenden Straßenseite dem Pilgerweg in Richtung Trens. Auf Höhe der Reiterkapelle die Straße überqueren und hinauf zur Wallfahrtskirche. Auf dem Hinweg zurück zum Startpunkt.

 Wallfahrtskirche in Trens  1,5 h  370 hm 

PANORAMAWEG JAUFENTAL



Ausgangspunkt ist der „Alte Jaufentalerweg“ in Gasteig (neben dem Hotel A.nett), weiter geht es in Richtung Platzerhof und Gringgerhof, wo man schließlich zur unteren Forststraße Richtung Hanseleplatz kommt. Über Feldwege geht es weiter Richtung Mittertal, von wo man direkt hinunter ins Dorf gelangt und man den Weg entweder zurückwandern, oder mit dem Bus zurückfahren kann.

 Gasteig, neben Hotel A.nett  2,5 h  520 hm 

TALWANDERUNG IM RIDNAUNTAL



Wanderung entlang des „Lehrpfades“ im wunderschönen Ridnauntal. Ausgehend vom Kulturhaus in Ridnaun entlang des Erzweges, der durch den Wald führt, nach Maiern zum Landesmuseum Bergbau. Dann die Hauptstraße überqueren und entlang eines unmarkierten, aber gut ausgeschilderten Weges Richtung Gasse. Schon von Weitem sieht man die Knappenkapelle St. Magdalena, die auf einem kleinen Hügel oberhalb des Weges thront. Den Weg weiterfolgen der uns wieder zum Ausgangspunkt führt.

 Kulturhaus Ridnaun  2,5 h  130 hm 

GOSENSASS – SILBERGASSE – AUSSERPFLERSCH (KREUZWEG-VIA CRUCIS)

Der besinnliche Spaziergang führt durch die Silbergasse bis zu den Mooshöfen, steigt dort rechts etwas steil an und führt dann südwärts Richtung Bahnlinie durch den Wald, kreuzt die Militärstraße vor der „Jagglkapelle“, führt dort vorbei und bald darauf beim „Ploserkreuz“ durch eine schmale Bahnunterführung, den Pflerscherbach und die Pflerscherstraße überquerend, zur Maria-Hilf-Kapelle in Außerpflersch. Auf der Uferpromenade führt der Spaziergang zurück zum Startpunkt nach Gossensass. Ev. besteht auch die Möglichkeit, rechts weiter auf der geteerten Straße den Kirchweg bis nach Ladurns zu begehen.

 Gossensass Dorf  1,5 h  70 hm 

BURGRUINE STRASSBERG

Ein netter Familienspaziergang zur Burgruine Straßberg. Beim Gasthof Nussbaumer in Gossensass zweigt man rechts ab in die alte Postgasse. Ostwärts ansteigend führt sie am Hotel Gudrun vorbei und nach der Autobahnunterführung rechts (beim Hubertushof – gelbes Gebäude) in den Wald. Über diesen Waldweg gelangt man am „Herrenplatzl“ vorbei zur alten Mühle und weiter zur Burgruine Straßberg. Zur Mühle zurück-



kehrend führt eine Waldstraße zur Brennerstaatsstraße nach Gossensass. Rückweg auch folgendermaßen möglich: An der Burgruine Straßberg vorbei führt südwärts eine Straße durch Wald und Wiesen zur Ortschaft Ried. Unter der Bahnunterführung erreicht man die Staatsstraße. Diese überqueren und auf einem Waldweg zur Steckholzerstraße. Von dort aus kann man entweder nordwärts über Steckholz nach Gossensass zurückkehren oder südwärts über Tschöfs nach Sterzing wandern.

 Gossensass Dorf  1 h  100 hm 

V Von der Talstation der Rosskopfseilbahn startet die Wanderung über den Eisack und links vorbei am Hotel Maibad. Durch einen Tunnel geht es unter der Eisenbahnlinie hindurch und hinauf in den Bahnwald. Zunächst auf Markierung 3A, dann Nr. 21 führt die Tour zum Weiler Oberried und weiter zur Burgruine Straßberg. Weiter geht es entlang des Eisackufers, unter dem großen Autobahnviadukt hindurch, absteigend nach Gossensass. Rückweg über Steckholz, Weg Nr. 20B.

 Talstation Rosskopf  2,5 h  213 hm 

V Über die Prantneralm zur Ruine Straßberg. Vom Schloss Moos in Richtung Flains auf Weg Nr. 24. Kurz vor dem Weiler scharf rechts abbiegen in Weg Nr. 25 und den Anstieg hinauf bis zur Straße folgen. Weiter bis zum Braunhof und dahinter in Weg Nr. 3 rechts einbiegen. Über den Strobelgraben hinauf bis zur Forststraße und dieser entlang zur Prantneralm. Bei der Prantneralm links ab, auf Weg Nr. 6A und über einen schwierigen Bergweg durch den Wald zur Ruine Straßberg absteigen. Rückkehr über Weg Nr. 21 durch den Weiler Oberried nach Flains und zum Schloss Moos. Einkehrmöglichkeiten: Braunhof, Prantneralm, Restaurant Sonnenheim.

 Schloss Moos  6,5 h  983 hm 

VON LADURNS NACH ST. ANTON IN INNERPFLERSCH (DREI-ALMEN-WEG)



Der Drei-Almen-Weg führt von der Bergstation der Kabinenbahn Ladurns durch das gleichnamige Almendorf. Rechts ansteigend geht es in Richtung Wastenegg, dann vorbei an kleinen Seen zur Toffringalm. Die Telfer Weißen (2588m), die Wetterspitze (2709m) auf der einen Seite und das Tribulaunmassiv (3097m), die Weißwandspitze (3016m), die Schneespitze (3128m) und die Feuersteine (3246m) auf der anderen Seite bieten ein außergewöhnliches Panorama. Von der Alm führt der Weg rechter Hand leicht ansteigend weiter zum sogenannten Pfaffenberg. Ab dort steigt man zur Allriss-Alm ab. Nun kann man über die Forststraße und dem sog. „Sogeweg“ zurück zur Talstation Ladurns wandern oder über die Forststraße nach St. Anton in Innerpflersch absteigen. Mit dem Bus geht es zurück zur Talstation. Ein schöner Tagesausflug für die ganze Familie.

○ Bergstation Ladurns 🚶 3 h 15 min.

↕ 310 hm Aufstieg, 880 hm Abstieg ■



A family of four is sitting on a lush green mountain slope. In the background, a large, rugged, rocky mountain peak rises against a blue sky with scattered white clouds. The family consists of a man in a yellow shirt, a woman in a light blue shirt, and two children, one in a purple shirt and one in a blue shirt wearing a cap. They are all looking towards the center, possibly at something they are holding together. The scene is bright and sunny, suggesting a pleasant day outdoors.

Wandern mit Kindern

ABENTEUERWEG „DEM WASSER AUF DER SPUR“ GOSENSASS – PFLERSCHTAL



Willkommen im Reich von „Gossy“ und „Gschnitzy“! Die beiden Wassertropfen erzählen ihre spannende Geschichte entlang von zwei Wegen in Nord- und Südtirol. Du kannst die Abenteuer der quirligen Tropfen nacherleben und erfährst nebenbei viel Wissenswertes über Wasser. Abenteuerlicher Spazierweg entlang der Uferpromenade des Pflerscherbaches mit verschiedenen Spielstationen zum Thema „Wasser“ und „Klettern“. Die Wanderung beginnt am Sportplatz in Gossensass und führt bis nach Innerpflersch. Rückfahrt stündlich mit dem Linienbus möglich.

 Gossensass  2 h  180 hm

NATURHEILKUNDLICHER LEHRPFAD – SCHLOSS WOLFSTHURN



Der Pfad beginnt am Fuße des Schlosshügels gegenüber der Pfarrkirche Mareit, führt nordseitig in unberührtes Waldgebiet im Bereich des Mareiter Baches und endet westlich des Schlosses, beim bestehenden Schlossteich. Auf diesem Weg wurden verschiedene naturkundliche „Stationen“ errichtet, an denen die Besucher durch die Natur geführt werden. Vom Bachufer bis zur Schotterbank, Wald und Wiese, Wasser und Moosboden, vom Ameisenhügel bis zu kleinen Tümpeln, von Teichen bis zum Waldtelefon und einem Pavillon mit verschiedenen Holzarten gibt es verschiedene Erlebniswelten. Hautnah mit der Natur in Berührung kommen kann man dann auf weichem Moosboden! Man kann also buchstäblich mit allen Sinnen die Natur erleben!

 Gegenüber der Pfarrkirche Mareit  1 h  40 hm 

PFEIFER-HUISELE-WEG

Vom Gasthof Jaufensteg wandert man auf dem Talweg Ratschings in Richtung Bichl und weiter bis nach Flading zum Geburtshaus des Sagenmeisters „Pfeifer Huissele“. Das „Pfeifer Huissele“, das vor allem sein Humor auszeichnete, gehört ohne Zweifel zu den bekanntesten Tiroler Sagengestalten. Wie ein zweiter Till Eulenspiegel zog er auf seinem kleinen Esel durch Täler und Berge. Seine Einfälle sind so wunderlich, dass man heute noch herzlich darüber lachen kann. Auf dem Weg informieren Sie mehrere Infoschilder über die Sagen des Hexenmeisters Pfeifer Huissele. Um zum Ausgangspunkt zurückzugelangen kann man entweder denselben Weg zurückwandern oder ab dem Larchhof mit dem Linienbus zurückfahren.

 Gasthof Jaufensteg, Ausserratschings

 5 h (mit Linienbus nur 2h 30 min.)  366 hm 

BARFUSSWEG

„Die Natur fühlen“ - ist im wahrsten Sinne des Wortes das Ziel des etwa 400 m langen Barfußweges im Ratschingstal. Mit nackten Füßen durch die Natur zu laufen und ganz bewusst die unterschiedlichen Materialien wie Gras, Sand, Kieselsteine, Ratschinger Marmor, Holz in allen Variationen und natürlichen Waldboden und dessen Beschaffenheit zu ertasten. Den Unterschied zwischen rauen und angenehmen Materialien, das Gleichgewicht beim Balancieren ausprobieren und auf der Kneippstrecke im Ratschingerbach mit warmen Steinen und kühlem Wasser eine natürliche Fußreflexzonenmassage genießen. Barfußgehen ist ein sinnliches Vergnügen für Jung und Alt mit großem gesundheitlichem Nutzen und stimuliert den Organismus sowie unsere Abwehrkräfte.

Neu: Direkt neben dem Barfußweg befindet sich die neue Kneippanlage.

 Innerratschings, Hotel Larchhof  20 min. 

NATURHEILKUNDLICHER WANDERWEG KUHALM

Der Start des knapp 3 km langen Wanderweges befindet sich direkt an der Bergstation der Kabinenbahn Rosskopf. Der erste Abschnitt verläuft durch ein Waldstück zur Raminger Alm, überquert die Skipiste Telfes und führt weiter durch ein Latschen-Gebiet, ehe der anderweg in den Almweg „Kuhalm – Ochsenalm“ mündet. Nicht zuletzt verschiedene beeindruckende Aussichtspunkte wie jener am so genannten „Telfer Wetterkreuz“ machen den Weg zu einem echten „Naturerlebnisweg“. Der Weg ist Teil des bestens ausgeschilderten und informativen sommerlichen Rundwanderweges am Rosskopf: Hier erhalten naturkundlich interessierte Wanderfreunde einen unmittelbaren Einblick in den Lebensraum Wald und in die Besonderheiten der örtlichen Geologie, Gewässerdynamik und Botanik. Über den Wanderweg „Kuhalm“ erreicht man unter anderem die Kuh- (ab hier Markierung 23), die Ochsen- und die Freundalm (alle bewirtschaftet), den Ridnauner Höhenweg, die Quelle des Ferchwassers (2050 m) oder die Telfer Weißen (2588 m). Über die Wegmarkierung 23 ist auch der Abstieg nach Sterzing möglich.

 Bergstation Rosskopf  1,5 h.  190 hm 

WIPPTALER BIENENWEG

Der bequem begehbarer Wipptaler Bienenweg entführt in die Welt der Bienen. Was ist der Unterschied zwischen einer Königin und einer Drohne? Wieso sind Bienen für die Kulturlandschaft unentbehrlich? Stimmt es, dass die Bienen für 1 kg Honig eine Strecke von 150.000 km bewältigen? Diese und viele weitere Fragen beantworten Ihnen die Schautafeln entlang des Themenweges. Für Kinderwagen bestens geeignet. Wegverlauf: Start beim Imker-Pavillon hinter dem Kulturhaus und entlang des angenehmen, meist im Schatten der Bäume verlaufenden Bienenwegs. An diversen Schautafeln wird den Interessierten das Treiben der Bienen und die Honiggewinnung nähergebracht.

 Trens  1 h  62 hm 

„BIRGL“ - RUNDGANG IN MITTERTAL

Schöner Rundgang im ruhigen Jaufental. Ab dem Dorf Mittertal geht es an einer kleinen Straße Richtung „Hotel Jaufentalerhof“ (beschildert). Daran vorbei und weiter bis nach Kaltenbrunn wandern. Von dort kommt man rechts weiter über den Waldweg zurück ins Mittertal.

 Mittertal, Jaufental  1 h  300 hm 

WANDERUNG ENTLANG DES MAREITER BACHES



Tolle Familienwanderung in ruhiger und schöner Umgebung. Den Ausgangspunkt kann man nach Belieben wählen.

Ab Mareit: Parkmöglichkeit im Dorfzentrum. Von dort über die Brücke und gleich rechts in Richtung Handwerkerzone. An der Säge vorbei und dort auf dem schönen breiten Weg nach Stange. Dort überqueren wir eine Brücke und gehen am anderen Ufer des Baches Richtung Gasteig. Dort überqueren wir wiederum den Fluss und wandern auf dem Fuß- und Fahrradweg nach Stange und weiter nach Mareit zum Ausgangspunkt zurück.

Ab Stange: Parkmöglichkeit bei der Sportzone. Von dort am Fußballplatz vorbei Richtung Mareiter Bach (Biotop Schönau). Dann je nach Belieben zuerst nach Mareit oder Richtung Gasteig wandern!

Ab Gasteig: Parkmöglichkeit vor dem Kulturhaus (Feuerwehr). Man überquert die Hauptstraße und spaziert nun den „Mühlbachlweg“ etwa 500 m entlang bis zu einem Bauernhof, wo schon die nächsten Hinweisschilder stehen. Wir folgen dem Weg Richtung Stange. Hier fängt der Weg, der zuerst meist durch das kleine Wäldchen führt, an. Wir gelangen nach Stange, überqueren die Brücke und gelangen bis Mareit. Der

Rückweg führt uns zuerst auf der gleichen Strecke nach Stange, dort kann man dann aber auf dem Fuß- und Fahrradweg nach Gasteig gelangen.

Tipp: Diese Wanderung kann man gut mit dem Besuch des Schlosses Wolfsthurn in Mareit (Landesmuseum für Jagd und Fischerei) oder der Gilfenklamm in Stange verbinden!

○ Mareit, Stange oder Gasteig  2 h  80 hm 

TRENS

987 m

Entlang der Eisackpromenade bis unterhalb von Burg Sprechenstein. Kurzer Anstieg zur Burg über den Weg Nr. 24B. Von dort aus leicht ansteigende Wanderung nach Trens Weg Nr. 24. Rückweg über den Trensener Pilgerweg oder Rückfahrt mit Bus oder Bahn.

○ Sterzing Stadtplatz  4 h 15 min.  409 hm 

HÖHENWANDERUNG ZUM FLANER JÖCHL 1935 m

Wir begehen den beschriebenen Weg zur Kastellacke, biegen vor dem Biotop rechts ab und folgen dem Kamm zwischen Rosskopf und dem Vallmingtal bis hinunter zur großen Antennenanlage. Auf dem Rückweg kann man denselben Weg nehmen oder ab den Antennen über die Forststraße, vorbei an der Furlhütte, direkt zur Rosskopfseilbahn zurückkehren.

○ Bergstation Rosskopf  4 h 15 min.  409 hm 

FLANERJÖCHL – GOSENSASS – STECKHOLZ – STERZING

Wir folgen der Wegbeschreibung „Höhenwanderung zum Flanerjöchl“ (siehe eigene Beschreibung), um bei der großen

Antennenanlage, der Wegmarkierung Nr. 19 folgend den Weiler Steckholz zwischen Gossensass und Sterzing zu erreichen. Ab Steckholz führt eine Straße linker Hand nach Gossensass oder rechter Hand nach Sterzing. Info: Auf halber Strecke des Abstieges überquert man eine Forststraße, auf der man, so man will - Sterzing auch über Matzes, Flans und Tschöfs erreichen kann.

 Bergstation Rosskopf  4 h
 242 hm hinauf, 1151 hm hinunter 

WANDERWEG WIESEN > SCHMUDERS > BRAUNHOF

1346 m

Vom Schloss Moos (Trautsonstraße) den Wegweiser Nr. 24 folgend wandert man Richtung Flains. Vor Erreichen des Weilers scharf rechts über den markierten Waldweg Nr. 25A hinauf bis oberhalb des Klauserhofes. Über den Übersteiger, den Waldweg ansteigend gelangt man zur Straße, die zur Jausenstation Braunhof führt. (mehrere Varianten möglich z.B. Weg Nr. 25 oder Nr. 3)

 Schloss Moos  2 h 30 min.  400 hm 

WANDERWEG WIESEN > GSCHEIBODEN

1300 m

Gleicher Wegverlauf wie Schmuders – Braunhof. Kurz vor Erreichen der Straße, Weggabelung (Wegweiser Gschleiboden Nr. 25B) rechts über den fast ebenen Steig (Weg Nr. 25) entlang zum Gschleiboden. Wunderbares Panorama über Wiesen und die gesamte Talsohle. Halbtagswanderung mit Einkehrmöglichkeit im Gasthof Braunhof. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

 Schloss Moos  2 h 30 min.  398 hm 

SPAZIERWEG RAIN > PLATZ > ST. JAKOB > STEIN



1520 m

Von Rain über die Brücke auf die andere Talseite, auf einem Waldweg (orografisch links) taleinwärts bis zu einem kleinen Bach. Über die Straße zu einem Hof und weiter nach Überwasser. Nun am Bachufer entlang auf dem Traktorweg taleinwärts bis zum Knappenhof. Weiter gegen Süden in leichtem Anstieg den Waldrand entlang, teils durch Weidegebiet, etwas oberhalb des Biotops Sanderau talein. Beim Weiler Kinzen sehenswerter Wasserfall Maislbach, später über eine Brücke auf die andere Talseite und dort ansteigend zum Weiler Stein (1520 m). Besonderheiten: Quarzit-Steinbruch am Talende, große Bestände an Tamarisken im Biotop Sanderau (geschützt). Rückweg über die alte Pfitscherstraße – mehrere Einkehrmöglichkeiten.



Rain



3 h



126 hm



TRENSER HÖHENWEG

1207 m

Oberhalb der Wallfahrtskirche von Trens, am Pfarrhaus (gelbes Gebäude) links vorbei, der Dorfstraße und zugleich Wegmarkierung Nr. 24 folgend immer geradeaus bis ein Forstweg anschließt. Es geht durch einen kleinen Graben und durch den Wald nach oben. Immer weiter der Wegmarkierung folgend, steigt man schließlich nach Wiesen ab. Variante: Auf halber Strecke der Wegmarkierung Nr. 24A folgen, direkt zum Schloss Sprechenstein und dann weiter Richtung Wiesen, oder gleich dort absteigen zum Gasthof Burgfrieden und über den Pilgerweg, der Landstraße entlang, zurück nach Trens.



oberhalb der Wallfahrtskirche von Trens



2 h



280 hm



MAULS > LEIMGRUBEN > HIMMELREICH

Vom hinteren Maulser Tal links abzweigend (Wegweiser Leimgruben), führt die Straße vorbei am Martlerhof zum Laimerhof. Dann über Wiesen abwärts und den Waldrand entlang zum sog. Himmelreich und zurück ins Maulser Tal bzw. nach Mauls. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

○ Maulser Tal  1 h 30 min.  288 hm 

MAULS > PFULTERS > NIEDERRIED > STILFES

945 m > 987 m > 962 m

Variante I: Vom Hotel Stafler in Mauls durch den sog. Na-gelesteig nach Pfulters. Der Straße entlang zum Weiler Niederried. Abzweigung (Nr. 16) beim ehem. Wildbad Möders, weiter nach Stilfes.

Variante II: Bis Niederried gleich wie unter Variante I beschrieben. Zwischen Niederried und Möders bis Abzweigung „Stilfes“, welche nach links zu einem wunderschönen Waldweg (Stationsweg) führt. Diesen Steig benutzend, erreicht man die Forststraße, welche zum Rofisboden führt. Auf dieser Straße nordwärts wandernd, erreicht man die Ortschaft Stilfes.

○ Hotel Stafler  1 h 30 min.
 172 hm hinauf, 141 hm hinunter 

PFULTERS > EGGERTAL > EGG

857 m > 1498 m

Von Pfulters den Talweg weiter folgend durch das wildromantische Eggertal rechts, über eine Brücke nach Egg. Jausenstationen: Gasthof Egg und Gasthof Schönblick. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

○ Pfulters  4 h  530 hm 

STILFES > EGG - KIRCHSTEIG

Vom Vereinshaus in Stilfes zum oberen Sportplatz und südlich desselben zum sog. Stationsweg durch den Wald nach Egg. Alter Kirchweg mit Markierung Nr. 15. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

○ Vereinshaus in Stilfes  4 h  505 hm 

STILFES > ROFISBODEN

Am Ortszentrum von Stilfes links vorbei, auf dem Fahrradweg Richtung Niederried/Pfulters. Am Beginn der Forststraße (Schranke) rechts, auf den Hohlweg abzweigen zum Rofisboden, einer schönen flachen Waldlichtung mit Spielplatz, Grillstelle (bei Nutzung in der örtlichen Gemeinde anzumelden) und kleinem Teich. Ideal für Familien. Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

○ Stilfes  50 min.  120 hm 

ZUM REDWITZPLATZ

Von Gossensass vorbei am Sportplatz führt die Wanderung über den Pflerscherbach auf die Uferpromenade. Gleich zu Beginn links ab und hoch zum Redwitzplatz. Hier befindet sich eine Heilwasserquelle (Eisenquelle).

○ Gossensass Dorf  30 min.  20 hm 

VON LADURNS NACH GOSSENSASS

Von der Bergstation der Kabinenbahn über die Skipiste und auf einem gut ausgebauten Güterweg bergab. Über eine Forststraße geht es in südlicher Richtung weiter bis zur „Holzstube“. Hier endet der Forstweg. Man überquert den

Schreyergraben und folgt der Markierung Nr. 34A, die wiederum in eine Forststraße übergeht. Nach Erreichen der Talsohle gelangt man über die Uferpromenade ins Zentrum von Gossensass.

○ Bergstation Ladurns  2 h  650 hm (Abstieg) 

VON LADURNS ZURÜCK INS TAL

Dem Güterweg bei der Bergstation folgend geht es bis zur Talstation des alten Wasteneggliftes. Von dort aus weiter über Weg Nr. 34 zurück bis zur Talstation.

○ Bergstation Ladurns  2 h
 15 hm Aufstieg, 593 hm Abstieg 

V Dem Dolomieuweg von der Bergstation weg folgen, leicht abwärts ins „Toffringtal“. Am tiefsten Punkt angekommen zweigt man rechts spitz in den „Sogeweg“ ein (gut markiert, Nr. 35) und gelangt zu den Feldern der „Bichlhöfe“ und dann auf den Weg Nr. 34 zurück zur Talstation.

○ Bergstation Ladurns  3 h
 278 hm Aufstieg, 858 hm Abstieg 

STEINALM AM BRENNER

1685 m

Das Gebiet der Steinalm ist ab Brenner auf dem Weg Nr. 1 erreichbar. Beim zweiten Heustadel verlässt man den Weg Nr. 1 und wandert über schöne Mäher zu den drei Steinalmen.

V 800 m vor der Ortschaft Brenner führt auch eine Forststraße (Markierung Nr. 3) zur Steinalm.

○ Brenner Dorf  2 h 30 min.  497 hm 

WECHSELALM AM BRENNER

Von Brennerbad ausgehend erreicht man auf einem Militärweg (Markierung Nr. 2) die Wechselalm im Wipptal. Durch den Wald führt der Hinweg wieder zurück zum Startpunkt.

V Abstiegsmöglichkeit über Giggelberg nach Gossensass.

 Brennerbad  2 h 30 min.  500 hm 

THEMENWEG BERGFOTOGRAFIE

Der Themenweg ist den Bergen der Region gewidmet und auch jenen Menschen, die besondere Augenblicke in diesen Bergen fotografisch festhalten und somit für viele andere Menschen erlebbar machen. Der Themenwanderweg beginnt in Maria Trens. Der Ort ist seit jeher ein bekannter Wallfahrtsort der Region. Der Wanderweg führt über Wiesen und Wälder, vorbei an Kraftorten und Aussichtspunkten zur Burg Sprehenstein. Wanderer können die Stille der Natur, eine reizvolle Berglandschaft und die Stimmen der Vögel genießen. Anhand von 6 Bergfotos stellen Fotografen besondere Augenblicke und Momente vor, die sie in der Wipptaler Bergwelt erleben durften. Die Bilder entstammen einem Fotowettbewerb des CAI. Der Zielort ist Schloss Sprehenstein, eine der historisch wertvollsten Burgen des Landes. Rückweg erfolgt über Hinweg.

 Wallfahrtskirche Trens  2 h  118 hm 

Wandern mit Kinderwagen



BERGERLEBNISWELT

Der Rundgang „BergerlebnisWelt“ beginnt gleich an der Bergstation der Kabinenbahn Ratschings- Jaufen auf einem guten, auch für Kinderwagen geeigneten Weg. Er kann bei einem Höhenunterschied von 50 m in etwa 45 Min. locker zurückgelegt werden und eignet sich deshalb besonders für Familien mit Kindern. Der Erlebnis-Wanderweg überrascht mit zahlreichen Attraktionen wie der Ameisenwelt, der Murmeltierwelt, dem Kuschelzoo, lustigen Wasserspielen, dem Riesenpinguin, überraschenden Klettergerüsten und Aussichtsbrücken und Einkehrmöglichkeiten in den Almhütten. An vielen Standorten sind Lehrtafeln aufgestellt, die über die lokale Flora und Fauna informieren und den Wissensdurst der Naturfreunde stillen.

 Bergstation Ratschings-Jaufen  45 min.

 50 hm 

FLADING IM RATSCHINGSTAL

Von Bichl aus wandert man zuerst leicht ansteigend an mehreren Höfen vorbei talein. Entlang blumiger Wiesen geht es Richtung Flading, einem kleinen Weiler am Ende des Ratschingstales. Auf der rechten Seite hört man schon das Rauschen des Ratschinger Baches, dann durchquert man ein kleines Wäldchen und erreicht das Ziel der Wanderung.

V Ab dem Hotel Larchhof in etwa einer Stunde nach Flading. Der Rückweg erfolgt über den Hinweg.

 Bichl, Innerratschings  3 h  190 hm 

THUINS

1066 m

Vom Stadtplatz aus in Richtung Krankenhaus bis zum Café Margarethen (geschlossen), dort rechts, hinauf zur Autobahnunterführung (Thuinerweg). Fortsetzung: von Thuins aus über den Weg Nr. 4, weiter nach Ober- und Untertelfes und Abstieg nach Mareit. Rückkehr mit dem Linienbus.

 Stadtplatz Sterzing  2 h 30 min.

 323 hm hinauf, 236 hm hinunter 

ELZENBAUM UND BURG REIFENSTEIN

983 m

Vom Stadtzentrum, über den Fahrradweg Richtung Süden, über die Elzenbaumer Brücke zum Dorf Elzenbaum. Rechts vor dem Ortskern: die Burg Reifenstein (Geöffnet von Mai bis Anfang November, Infos unter +39 339 264 37 52). Der Rückweg erfolgt auf dem Aufstiegsweg.

 Stadtplatz Sterzing  1 h 30 min.  40 hm 

WIESEN

948 m

Ausgehend vom Stadtplatz Sterzing, oberhalb der Stufen über die Brücke dann der Mühlgasse folgend. Nach der ersten Unterführung links, nach der zweiten Unterführung rechts, führt eine kurze steile Straße hoch zum Weiler Flains mit schönem Ausblick auf den Sterzinger Talkessel. Von hier folgt der Abstieg nach Wiesen. Rückweg entlang der Eisackpromenade.

 Stadtplatz Sterzing  2 h  77 hm 

WANDERUNG ZUR KASTELLACKE

1920 m

Nach dem Ausstieg aus der Gondelbahn bewegen wir uns rechter Hand auf dem markierten Weg Nr. 19 vorbei am Sterzingerhaus inmitten von Bergwiesen und Wäldern in Richtung des Biotops „Kastellacke“. Diese halbstündige Wanderung ist von geringem Schwierigkeitsgrad und daher besonderes für Familien mit Kleinkindern geeignet. Trotzdem bietet sie einen beeindruckenden Ausblick auf die Bergwelt des Alpenhauptkamms.

 Bergstation Roskopf  30 min.  70 hm 

VON VALGENÄUN BIS NIEDERFLANS UND ÜBER DAS HUNDSLOCH NACH MAULS IM WIPPTAL

Von Valgenäun startet die Tour bergauf nach Niederflans auf Weg Nr. 2A. Rechts ab und auf Markierung 3 zum Aussichtspunkt über dem Hundslotch. Von hier führt der Weg recht steil hinunter bis Mauls. Über den Bergrücken geht es auf Weg 2B oberhalb Schloss Welfenstein zurück zum Ausgangspunkt nach Valgenäun.

 Valgenäun  2 h 30 min.  490 hm 

STILFES > ELZENBAUM > SCHLOSS REIFENSTEIN

Von Stilfes nach Norden über einen leichten Feld-Fahrweg am Weiler Weihern vorbei, nach Elzenbaum und hinauf zum Schloss Reifenstein. Geöffnet von Mai bis Anfang November, Infos unter +39 339 264 37 52.

 Stilfes  2 h 45 min.  20 hm 

UFERPROMENADE GOSENSASS

Aufgrund der angenehmen, schattigen Lage ist die Uferpromenade ein gern begangener Spazierweg. Der Promenadenweg beginnt am Sportplatz in Gossensass und führt bis zur Maria-Hilf-Kapelle bei Außerpflersch. Zurück über den Hinweg. Die Uferpromenade ist ein Teil des Abenteuerweges „Dem Wasser auf der Spur“.

V Man überquert den Pflerschbach und kommt rechts in die Uferpromenade. Gleich am Anfang derselben führt ein Weg links ab zum Redwitzplatz und zur dortigen Eisenquelle. Verschiedene Wege führen von hier aus zum Gottschalkweg, zur Vallmingalm oder zurück zur Uferpromenade.

 Gossensass  1 h 15 min.  30 hm 

STERZINGER JOGHURTWEG - VOM GRAS INS GLAS

Begib Dich auf eine spannende Reise vom Stadtzentrum bis zur Molkerei und dann auf dem Radweg zurück durch die historische Innenstadt von Sterzing! Egal ob allein, zu zweit oder mit der ganzen Familie: Der Weg ist ein inforeiches Erlebnis!

Insgesamt 12 Stationen laden zum Entdecken ein. Vom Futter der Kühe bis zum fertigen Joghurt wird der Weg vom Gras ins Glas in lustigen Mitmachstationen erlebbar. Am Rückweg über den Radweg kommst Du an den wichtigsten Sehenswürdigkeiten von Sterzing vorbei. Von der Pfarrkirche im Süden, vorbei am Rathaus in der Innenstadt bis zum Zwölferturm, hinauf zum Ausgangspunkt am Nordparkplatz.

 Nordparkplatz Sterzing  2 h  6 hm 

Kinderwagen- und Rollstuhlgerecht!

Mehrtages- wanderungen



TIROLER HÖHENWEG

Der Tiroler Höhenweg ist ein Weg der Kontraste und Superlativen. Fast 12.000 Höhenmeter und knapp 160 Kilometer sind vom hinteren Zillertal in Österreich bis nach Meran zu überwinden. Der Alpinist bekommt eine reichliche Palette an unterschiedlichen Eindrücken serviert. Der Tiroler Höhenweg bewegt sich, mit einigen Ausnahmen, auf einer Höhe zwischen 1500 und knapp 3000 m. Er ist in 13 Etappen unterteilt, wobei es am Brennerpass, im Obernberger Tal, im Pflerschtal, Ridnauntal, im Passeirer Timmelstal und im Pfelderer Tal Zu- und Abstiegsmöglichkeiten gibt.

Wer sich dem Unternehmen „Tiroler Höhenweg“ ganz widmen möchte, der sollte sich knapp 2 Wochen Zeit nehmen. Sehr gute psycho-physische Ausdauer und Kondition ist ein Muss! Einzelne Streckenabschnitte verlangen vom Bergwanderer absolute Trittsicherheit und Schwindelfreiheit, sowie Orientierungsvermögen und Bergerfahrung. Es gibt diverse Stützpunkte am Wegverlauf vom Tiroler Höhenweg. Die Schutzhütten sollten schon im Voraus gebucht werden, damit die bequeme Übernachtung gesichert ist und der Wirt auch besser planen kann.

Etappen:

- 1. Etappe:** Schlegeisspeicher zur Landshuter-Europahütte 5:00 h
- 2. Etappe:** Landshuter-Europahütte zur Sattelbergalm 5:00 h
- 3. Etappe:** Sattelbergalm zum Obernberger See 5:00 h
- 4. Etappe:** Obernberger See zur Tribulaunhütte 6:00 h
- 5. Etappe:** Tribulaunhütte nach Innerpflersch 5:00 h
- 6. Etappe:** Innerpflersch nach Maiern 6:00 h

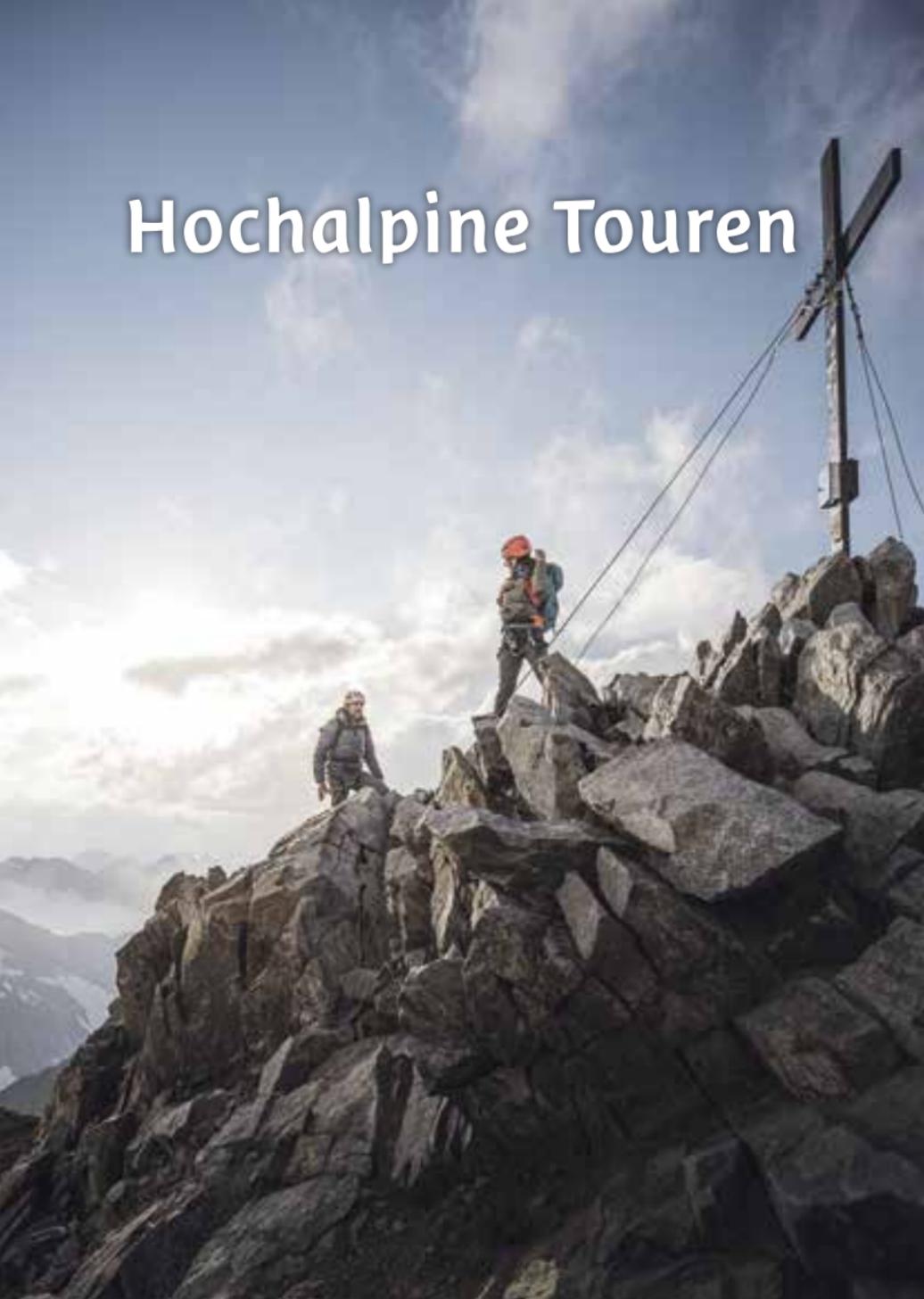
- 7. Etappe:** Maiern zur Schneeberghütte 6:00 h
- 8. Etappe:** Schneeberghütte zum Hochfirst 4:00 h.
- 9. Etappe:** Hochfirst zur Zwickauer Hütte 6:45 h
- 10. Etappe:** Zwickauer Hütte zur Stettiner Hütte 3:30 h
- 11. Etappe:** Stettiner Hütte nach Pfelders 3:45 h
- 12. Etappe:** Pfelders zur Bockerhütte 5:00 h
- 13. Etappe:** Bockerhütte nach Meran 4:30 h

PFLERSCHER HÖHENWEG

Sie erreichen den Pflerscher Höhenweg über Wanderweg 1 vom Stockhof in Giggelberg aus (Anfahrt bis kurz unterhalb des Sandjochs auch mit Taxi möglich, die Wanderzeit verkürzt sich in diesem Fall um ca. 1,5h). Über Serpentina den Waldhang empor bis zur Waldgrenze und dann links ab auf den Pflerscher Höhenweg (32A) in Richtung Talschluss. Über das Portjoch an einigen ausgesetzten Stellen vorbei, am Fuße des Tribulauns auf Wanderweg Nr. 7 bis zur Tribulaunhütte am Sandessee (2369m). Nach der Hütte weiter auf Weg Nr. 7 in Richtung Weißwandspitze. Sie queren den steinigen Hang unterhalb des Gipfels und folgen dem Weg bis kurz vor der Magdeburger Hütte (2425m). Hier Abstieg über Weg 6 nach Stein und über den Wasserfallweg nach St. Anton. Rückkehr von St. Anton nach Gossensass mit Buslinie 313. Einkehrmöglichkeiten: Tribulaunhütte, Magdeburger Hütte, Furtalm.

 Giggelberg (oberhalb Gossensass)  11 h
 Aufstieg 2052 hm, Abstieg 2182 hm 

Hochalpine Touren



BECHERHAUS

3196m

Ausgehend vom Talschluss im Ridnauntal über die Grohmann- und Teplitzer Hütte. Nach der Teplitzer Hütte weiterhin Weg Nr. 9 bis zum Übeltalsee. Nun rechts weg auf dem „Carl-Sonklar-Weg“ zu einer fast spaltenlosen, nicht schwierigen Gletscherzunge. Diese bei Steinmännern überqueren, bis zum gut gekennzeichneten Einstieg in den Becherfelsen. Auf gut gesichertem Felssteig bis zur Hütte. Bergerfahrung, Trittsicherheit und zweckmäßige Ausrüstung unbedingt erforderlich! Der Rückweg erfolgt über den Aufstiegsweg.

○ Maiern, Ridnauntal  10 – 11 h  1794 hm 

MÜLLERHÜTTE

3145m

Ausgehend vom Talschluss im Ridnauntal bis zum Becherfelsen (siehe Becherhaus). Beim Zeichen „Müllerhütte“ im Becherfelsen auf den Gletscher hinaus (Spalten möglich) bis zu der mitten im Gletscher stehenden Müllerhütte. (Natürlich auch direkt vom Becherhaus aus möglich)! Bergerfahrung, Trittsicherheit und zweckmäßige Ausrüstung unbedingt erforderlich! Der Rückweg erfolgt über den Aufstiegsweg.

○ Maiern, Ridnauntal  10 – 11 h  1695 hm 



WILDER FREIGER

3418m

Vom Becherhaus ausgehend (siehe Becherhaus) hinab bis zum Südgrat des Wilden Freigers. Nun, stellenweise gesichert, hinauf bis zur Wetterstation am Signalgipfel und weiter über den Ostgrat auf den Gipfel. Der Rückweg erfolgt über den Aufstiegsweg. Bergerfahrung, Trittsicherheit und zweckmäßige Ausrüstung unbedingt erforderlich!

 Maiern, Ridnauntal

 vom Becherhaus ausgehend ca. 45 min. Aufstieg

 2148 hm 

AGLSSPITZ

3194m

Ausgehend vom Talschluss im Ridnauntal über die beschriebene Route zur Grohmann und Teplitzer Hütte. Nach der Teplitzer Hütte geht man auf Weg Nr. 6 zum Hohen Trog und dann weiter zur Magdeburgerscharte. Von dort geht es noch über den Grat hoch zum Gipfel, der einen phänomenalen Ausblick bietet. Der Rückweg erfolgt über den Aufstiegsweg. Bergerfahrung, Trittsicherheit und zweckmäßige Ausrüstung unbedingt erforderlich!

A Über den Pfunsee auf Weg Nr. 9A hinauf zum Hohen Trog und von dort aus wie beschrieben auf den Aglsspitz. Der Rückweg erfolgt über den Aufstiegsweg.

 Maiern, Ridnauntal  9 h  1780 hm 

A photograph of a rock climbing activity. A person in a dark shirt and blue pants is rappelling down a steep, grey rock face. A second person in a red shirt and dark pants stands at the bottom of the rock face, holding the rope. The rock face is composed of large, layered blocks of stone. A wooden railing is visible at the bottom of the frame. The text "Klettersteige" is overlaid in the center of the image.

Klettersteige

KLETTERSTEIG LAMPSKOPF-TRIBULAUNHÜTTE

Beim Parkplatz 1 in St. Anton (Haus der Vereine) zu Fuß bis zum Hotel Feuerstein. Von hier gleich rechts über den Bach und in Richtung Wasserfall zum Weiler Außenstein aufsteigen. Beim Peterhof links zum Wald und anfangs auf Ziehweg, später auf Steig bis zum Einstieg. Der Zustieg ist markiert.

Der Klettersteig wird als mäßig schwierig (B) eingestuft, einzelne Abschnitte sind aber nicht zu unterschätzen. Immer wieder fällt der Blick hinunter ins Tal und zu den gegenüberliegenden Gipfeln. Dann endlich – an der Waldgrenze angekommen – öffnet sich auch der Blick zum Pflerscher Tribulaun, der sich hoch über dem Lampskopf erhebt. Abstieg: Vom Ausstieg dem Weg in Richtung Tribulaunhütte folgen. Dort dann den Weg Nummer 8 zurück ins Tal nehmen.

○ St. Anton – Haus der Vereine, Pflerschtal ■ 5x bis 8a
↕ ca. 1260 Hm.

KLETTERGARTEN STOHLWOND

Eingebettet in einer schönen und ruhigen Almlandschaft bietet die Stohlwond im hinteren Ratschingstal Routen vom unteren bis mittlerem Schwierigkeitsbereich. Vom Parkplatz geht man über den Bach und folgt der Forststraße talaus-



wärts. Nach ca. 5 Minuten gelangt man zu einer Abzweigung, hier biegt man links ab und nimmt kurz darauf einen Pfad der durch den Wald führt. Dieser Pfad führt in knapp 10 Minuten zum Wandfuß, zum Sektor „Schweinebucht“ und gleich danach zur „Hennenloater“. Zu den Sektoren „Alpenzoo“, „Schwert“ und „Bockhaus“ führt ein schmaler Pfad am Wasserfall vorbei. Insgesamt wurden bereits über 20 verschiedene Routen erschlossen.

 Parkplatz zwischen Larchhof und Flading, Ratschingstal
 4 bis 8b

KLETTERGARTEN SPRECHENSTEIN

Der Klettergarten „Sprechenstein Kofl“ gehört zu den ältesten Klettergebieten in Südtirol. Der Riss der Fußgängerzone wurde bereits 1956 von Walter Bonatti während seiner Militärzeit in Sterzing halb technisch erstbegangen (VI A2). 1978 holte sich Hanspeter Eisendle die erste freie Begehung der Fußgängerzone (damals ca. 6a+) mit Normalhaken und Keilen. Die ersten Sportklettertouren „Chock du Rock“, „Tiramisu“, „No Tschontsch“, „Leicht drweil“ und „Knabernossi“ wurden ab 1981 von Oswald Santin und Hanspeter Eisendle eingerichtet. Die Route „Buschwixer“ (7c+) wurde vom damals sehr jungen Gerhart Hörhager (1986) erstbegangen. Am 15. April 1989 konnte Hanspeter schließlich die schwerste Route des Gebiets „Purzigol“ (8a+) klettern. Anfang der 90er erschlossen schließlich Peter Trenkwalder und Leo Huter die Routen „Wams“ (7c) und „Ride the Lightning“ (7c+). Der Klettergarten ist wegen den etwas weiteren Hakenabständen und der straffen Bewertung berüchtigt. Er bietet vor allem in den mittleren Schwierigkeitsgraden sehr schöne Routen in senkrechtem bis leicht überhängenden Felsen.

 Sprechenstein  5a bis 8a+

KLETTERN IN RIDNAUN

Der Klettergarten in Ridnaun ist sehr sonnig gelegen und bietet mehrere Routen im leichten bis mittleren Schwierigkeitsbereich. Aufgrund der eher kürzeren Routen trifft man nur selten auf andere Kletterer.

○ Maiern, gegenüber dem Landesmuseum Bergbau
■ 4 bis 7a

KLETTERGARTEN MAULS

Der neue Klettergarten in Mauls bietet neben Routen mit Risslinien und Plattenstellen auch Boulderpassagen. Sie befinden sich fast alle im mittleren Schwierigkeitsbereich und verlangen vor allem einiges an Technik ab.

○ Mauls ■ 5c bis 8a

KLETTERGARTEN HOHE FESTUNG

Der Klettergarten neben der oberen Festung in Franzensfeste erfreut sich bereits seit Jahren großer Beliebtheit bei Anfängern und Familien. Die grüne Wiese und zahlreiche liebevoll errichtete Bänke und Tische machen das Plätzchen am Wandfuß besonders gemütlich. Neu dazugekommen ist der Sektor C, der sich oberhalb des Hauptsektors (B) befindet und bestens abgesicherte Routen im unteren Schwierigkeitsgrad aufweist.

○ Oberhalb der Festung Franzensfeste ■ 3 bis 6c

Mountainbike- touren



MOARERBERGALM

Mittelmäßig schwierige Tour inmitten eines schönen Gebietes mit interessanter Vergangenheit. Mit einer Wanderung vom Poschhaus zur alten Knappensiedlung St. Martin am Schneeberg (2335 m) über das Kaindljoch zu kombinieren (Lehrpfad). Das Landesmuseum Bergbau Ridnaun ist der Ausgangspunkt. Wir starten bei der Schranke und fahren die Teerstraße aufwärts, anfangs sehr steil, nach 800 m flacher. Bei der Brücke fahren wir links und folgen den Wegweisern Moarerbergalm. Hinter dem zerfallenen Poschhaus biegen wir rechts ab und fahren ca. 200 m bis zur Moarerberg-Almhütte. Hier können wir einkehren und uns stärken, bevor es dieselbe Strecke wieder abwärts geht bis zum Ausgangspunkt.

 Landesmuseum Bergbau, Ridnauntal  13,8 km

 700 hm  1 h 25 min.

MARTALM > GEWINGESALM

Die Tour ist einfach, sofern man nur die Martalm zum Ziel hat. Für den zweiten Teil der Tour, zur Gewingesalm, bedarf es doch einer gewissen Kondition (400 Höhenmeter und 8,1 km mehr). Ausgangspunkt ist der Parkplatz vor dem Hotel Schneeberg in Maiern. Das Hotel lassen wir zu unserer Linken und folgen nach 100 m links der Teerstraße Richtung Martalm aufwärts. Bei der nächsten Abzweigung fahren wir die rechte Teerstraße aufwärts bis zum Bauernhof. An der Forstschranke vorbei Richtung Martalm. Bei der Abzweigung fahren wir rechts taleinwärts, bis wir bei der Martalm angekommen sind, hier gibt es Verpflegung. Dann fahren wir wieder abwärts bis zu einer Weggabelung. Dort fahren wir diesmal aber geradeaus (nicht den Weg zurück, auf welchem wir gekommen sind). Nach 400 m halten wir uns geradeaus. Hier ist

die Abzweigung zur Gewingesalm. Wer genug Kraft hat kann rechts aufwärts zu dieser gelangen. Gemütliche fahren hier links abwärts.

 Parkplatz Hotel Schneeberg, Ridnauntal  24 km
 700 hm  2 h 30 min.

TELFER ALMEN

Eine lange und anstrengende Auffahrt führt bis ins Skigebiet Rosskopf mit seinen vielen Almen. Der herrliche Rundblick entlohnt für die Schwierigkeiten. Ausgangspunkt ist der Parkplatz bei der Rosskopf-Seilbahn. Die Tour beginnt beim Wegschild Raminges 19 / Rosskopf 23, welchem wir folgen. Wir fahren die Teerstraße aufwärts Richtung Thuins – Telfes. In der zweiten Kehre (bei Telfes) fahren wir geradeaus, beim Haus Rainer vorbei auf die Schotterstraße Richtung Rosskopf. Wir folgen der Forststraße ca. 6 km vorbei an der Furlhütte, dann weiter links bis zum Sterzinger Haus (AVS-Haus). Wir folgen dem Wandersteig weiter zur Sternhütte (im Sommer alle bewirtschaftet) und kommen dann auf den Weg Nr. 23, der nun eben bis zur Kuhalm und dann weiter zur Ochsenalm führt. Die Abfahrt geht an der Freundalm vorbei auf der Atscherwiesen (Rodelbahn) bis nach Telfes. Von dort die geteerte Straße entweder weiter nach Mareit oder zum Ausgangspunkt Sterzing zurück. Sehr lohnende Radtour.

 Parkplatz Rosskopf-Seilbahn, Sterzing  25,9 km
 1000 hm  2 h 30 min.

GOSPENEID

Diese mittelschwere Tour führt großteils über wenig befahrene Teerstraßen. Die Abfahrt ins Jaufental ist ein genussvolles Teilstück, welchem ein kurzer etwas ausgesetzter Waldweg bis nach Gasteig folgt. Ausgangspunkt ist der an der Penserjochstraße gelegene Sitz des ital. Alpenvereins, CAI. Von dort aus fahren wir in Richtung Rust/Gospeneid. Beim Hinweisschild Innerrust fahren wir geradeaus und halten uns rechts. Nach der nächsten Abzweigung wieder rechts aufwärts fahrend Richtung Gospeneid. Dort fahren wir an einigen Höfen vorbei, bis sich der Weg teilt. Wir fahren Richtung Jaufental. Wir gelangen zur Rodelbahn „Waldeben“ bis zum Naturhotel Rainer in Jaufental und fahren talauswärts. Bei der Staustufe in St. Anton zweigt links ein Waldweg nach Gasteig ab. Nun sind wir an der Jaufenpassstraße beim Hotel A.nett angekommen. Wir fahren Richtung Sterzing und wieder zum Ausgangspunkt zurück.

📍 CAI-Gelände an der Penserjochstraße, Sterzing
📏 16,8 km 📏 630 hm ⌚ 1 h 30 min.



GOSENSASS > LADURNS

Ausgangspunkt ist der Ibsenplatz in Gossensass (1050 m). Ab dort in Richtung Bahnhof die breiten Stufen der Treppe hinunter in Richtung Pflerschtal. Bei km 2 geht eine Forststraße (1077 m) links ab. Diese führt zuerst etwas steiler, dann gemütlicher talwärts, bis sie bei km 7,2 endet. Ein Steig führt nun durch den Wald (für gute Biker fahrend, für weniger gute schiebend). Bei km 7,6 geht die Forststraße weiter, bis bei km 8,7 die erste Möglichkeit besteht, abzuzweigen und einzukehren. Die abzweigende Straße (links) führt zu zwei bewirtschafteten Berggasthäusern (1731 m). Retour: Von den Gasthöfen dieselbe Strecke zurück, bei km 11,1 kommt man wieder auf die Forststraße. Diese weiter, jetzt in gemütlicher Abfahrt, bis man bei km 15,2 auf einen Weg nach Innerpflersch (siehe Aufschrift) trifft. Das ist die falsche Straße. Bei km 15,7 folgt eine weitere Kreuzung. Eine Straße führt leicht ansteigend zur äußerst gemütlichen Allriss-Alm (1534 m - Einkehrmöglichkeit). Jetzt geht es nur noch bergab, zuerst auf einer Schotter-, dann auf Asphaltstraße. Beim Sportplatz in Pflersch vorbei und talauswärts nach Gossensass.

 Ibsenplatz, Gossensass  29,3 km
 633 hm  2 h 30 min.

RUND UM DIE WECHSELALM

Kurz nachdem die Staatsstraße von Sterzing kommend die Eisenbahnlinie überquert, befindet sich auch die Forststraße Markierung Nr. 2, die man links hinauffährt. Nach ca. 1 km kommt man zu einer Serie von Kurven. In der fünften Kurve verlässt man die Markierung Nr. 2 und fährt jetzt entlang der Wechselalm (Richtung Gossensass) bis zu einer Kreuzung, dann rechts abbiegen. Diese Straße führt hinauf bis kurz unter das Sandjoch (2166 m). Die Grenze ist nur einige Meter entfernt. Die Militärstraße verläuft entlang der Staatsgrenze zurück bis unter das

Kreuzjoch. Jetzt stößt man wieder auf die Markierung Nr. 2 und kommt auf die Forst-/Militärstraße. Von hier weg talabwärts bis zur Ortschaft Brennerbad.

 Brennerbad  29 km  900 hm  3 h 30 min.

FURTALMTOUR

Diese Tour ist vor allem für die Familie gedacht. Daher ist es sehr zu empfehlen, mit dem Auto die Anfahrt bis nach Innerpflersch zu unternehmen. Am Kirchplatz befindet sich ein größerer Parkplatz, dieser ist auch gleichzeitig Ausgangspunkt für diese 8 km lange Rundtour. Von dort fährt man nochmals zurück zum Sportplatz, wo sich die asphaltierte Straße nach Stein befindet (ausgeschildert). In einer Rechtskurve kurz vor dem Brückenübergang zu den Höfen befindet sich ein Baum, an welchem schon einige Schilder genagelt wurden, darunter auch eines mit der Aufschrift „Magdeburger Hütte“. Die Schotterstraße führt von diesem Baum bis zu einer Forstschanke und von dort geradeaus weiter bis zur Furtalm.

 Kirchplatz, Innerpflersch  8 km  410 hm  1 h

STILFSER EGGERTAL

Von der Kirche in Stilfes in Richtung Niederried/Pfulters. Bei der Kreuzung nach rechts, beim Maurerhof vorbei, über die Betonbrücke und dann rechts aufwärts Richtung Egg (Wegweiser). Rechts über die zweite Brücke und über die Teerstraße nach dem Hof mit der Kapelle rechts. Die Penserjochstraße (Gasthof Schönblick 50 m aufwärts), abwärts bis zur ersten Abzweigung nach rechts und nach 200 m gegenüber vom Wegkreuz in den alten Weg nach Stilfes (Wegweiser). Forstwege immer überqueren. Am Sportplatz vorbei bis zur Teerstraße und durch das Dorf zur Kirche zurück.

 Stilfes  12,5 km  550 hm  1 h 15 min.

PFITSCHERJOCH

Unterhalb der alten Kirche in St. Jakob in Pfitsch taleinwärts anfangs auf geteierter Straße dann auf Schotterweg bis zum Weiler Stein. Dem braunen Schild „Pfitscher Joch“ folgen. Die Jochstraße weiterfahren und bei der Kreuzung scharf rechts bis zum Pfitscherjochhaus empor. Vom Schutzhaus geht es dieselbe Strecke zum Ausgangspunkt zurück.

 St. Jakob, Pfitschtal  19,4 km  830 hm  2 h 30 min.

GRUBBERGALM

Vom Hotel Kranebitt in Kematen/Grube auf der alten Pfitscher Straße taleinwärts auf der ersten Teerstraße links hinauf und dem Hinweisschild Grubberghütte folgen. 100 m nach der Forstschanke rechts und dem Hinweisschild nach links folgen. Rechts abzweigen. Nach einer kurzen Steigung gelangt man bei der Grubberghütte an. Zurück über die Aufstiegsstrecke bis zur Abzweigung, dann geradeaus, rechtshaltend (nicht mehr dem Aufstiegsweg folgen). Bei den Hinweisschildern geradeaus weiter, abwärts, an der Forstschanke vorbei und weiter bis zum Hotel Kranebitt.

 Hotel Kranebitt Kematen, Pfitschtal  11,2 km
 570 hm  1 h 20 min.

ROSSKOPF

Dem Wegschild Raminges 19 / Rosskopf 23 am Parkplatz bei der Rosskopfseilbahn folgen. Teerstraße Richtung Thuins fahren und bei der Kreuzung rechts aufwärts Richtung Telfes. In der zweiten Kehre geradeaus, beim Haus Rainer vorbei auf die Schotterstraße Richtung Rosskopf. Immer geradeaus bis zur Abzweigung, Linkskehre aufwärts Richtung Sterzinger

Haus. Dem Hinweisschild Kastellacke folgen. Bei der Kastellacke den Steig Nr. 19A Richtung Vallmingalm fahren. Abzweigung vor der Alm rechts abwärts, dem Forstweg folgen (nicht mehr 19A), geradeaus bis zur Forstschranke von hier aus abwärts bis zur Teerstraße dann geradeaus rechts Richtung Sterzing. Bei der Abzweigung rechts Richtung Thuins immer geradeaus weiter. Nach der Brücke links abwärts für 50 m. Beim Herrgottkreuz das Rad über die Treppe und die Mauer heben und zur Talstation zurückfahren.

 Parkplatz Rosskopf-Seilbahn, Sterzing  19,4 km
 830 hm  2 h 30 min.

HÜHNERSPIEL

Ausgangspunkt ist der Parkplatz beim Bahnhof in Sterzing. Von hier aus Richtung Wiesen fahren. Bei der Abzweigung links nach Flains/Schmuders fahren. Nach 7 km nach rechts abzweigen und auf der Schotterstraße Richtung Prantner Alm (Jausenstation) fahren. Bei km 12 ist die Schotterstraße zu Ende. Es geht auf dem Waldweg weiter Richtung Hühnerspiel-Alm. Bei der Platzalm links durch die Wiese bis zu den Liften fahren. Dem rot-weiß markierten Waldweg unter dem Liftständer abwärts folgen bis er in einen breiteren Forstweg mündet, dem man nach rechts folgt bis man in Gossensass ankommt. Dort kann man der Brennerstraße entlang nach Sterzing fahren oder die wenig befahrene Straße über Steckholz wählen.

 Bahnhof Sterzing  26,7 km
 1100 hm  3 h 30 min.

GROSSE GRENZKAMMRUNDE AM BRENNER

Klassiker. Die Große Grenzkammrunde beeindruckt durch ihr faszinierendes Panorama. Die alten Militärstraßen mit ihrer gleichmäßigen Steigung sind wie geschaffen für Biker. Daher ist es nicht verwunderlich, dass dieser Klassiker auch Teilstück einiger Transalptouren ist. Max. Höhe: 2.205 m

🕒 Bahnhof Gossensass ↔ 47,7 km

⬆️ 1420 hm 🕒 4 h



Fotoangaben:

Tourismusgenossenschaft Sterzing-Pfitsch-Freienfeld (Patrick Schwienbacher, Klaus Peterlin/allesfoto.com, Martin Braito/allesfoto.com, Albert Gruber, Klaus Kranebitter, Verena Weissteiner, Marco Toniolo), Ratschings Tourismus (Manuel Kottersteger, Guus Reinartz), TV Gossensass (Claudia Tilk, Manuel Kottersteger, Hannes Niederkofler, Günter Strickner, Hubert Eisendle)

© AP+ artprintplus www.artprint.bz.it

Version: 2022



sterzing-ratschings.guestnet.info

› **Tourismusgenossenschaft
Sterzing-Pfitsch-Freienfeld**

Stadtplatz 3, I-39049 Sterzing

Tel. +39 0472 765 325

info@sterzing.com | www.sterzing.com

› **Tourismusverein Gossensass**

Ibsenplatz 2, I-39041 Gossensass

Tel. +39 0472 632 372 | Fax +39 0472 632 580

info@gossensass.org | www.gossensass.org

› **Ratschings Tourismus**

Jaufenstraße 1, I-39040 Gasteig/Ratschings

Tel. +39 0472 760 608

info@ratschings.info | www.ratschings.info