



Stubai Alpen

inkl. Kühtai, Sellrain &
Westliche Brennerberge

Jan Piepenstock

| | |
|--|---------------------------|
| Vorwort | Seite 6 |
| Gebrauch des Führers | |
| Einführung, Gliederung..... | Seite 8 |
| Anfahrt, Verkehrslage..... | Seite 10 |
| Routenbeschreibungen..... | Seite 12 |
| Beste Zeit, Zeitangaben..... | Seite 14 |
| Karten, Routencharakter, Aufstiegslinien, Übersichtsfotos..... | Seite 16 |
| Gipfelanstiege, Schwierigkeitsskala | Seite 17 |
| Lawinengefahr, Lawinenlagebericht..... | Seite 18 |
| Wetterbericht, Im Notfall | Seite 20 |
| Übernachtung auf Hütten..... | Seite 22 |
| Übernachtungsmöglichkeiten im Tal..... | Seite 23 |
| Skitouren auf Pisten, Regeln..... | Seite 24 |
| Skitouren naturverträglich – Wildtiere im Bergwinter | Seite 26 |
| | |
| Übersicht der Ziele | Seite 318 |
| Der Autor | Seite 323 |
| Übersichtskarte, Legende | siehe Buchumschlag hinten |

ISBN 978-3-95611-047-4



2. Auflage 2016
ISBN 978-3-95611-47-4

© by  Alpinverlag
Gunzenhauserstr. 1
D-73257 Köngen
Tel. 0049 (0) 7024 82780
Fax. 0049 (0) 7024 84377
www.panico.de

printed Druckerei & Verlag Steinmeier GmbH & Co. KG
Gewerbepark 6
D - 86738 Deiningen
Tel. 0049 (0) 9081 2964-0
www.steinmeier.net

Die Beschreibung aller Wege und Routen erfolgte nach bestem Wissen und Gewissen. Der Autor, der Verlag oder sonstige am Führer beteiligte Personen übernehmen jedoch für Ihre Angaben keine Gewähr. Die Benutzung des vorliegenden Führers geschieht auf eigenes Risiko.

© Panico Alpinverlag Köngen – Alle Rechte vorbehalten, insbesondere das Recht auf Vervielfältigung und Verbreitung und Übersetzung. Kein Teil dieses Buchs darf in irgendeiner Form ohne schriftliche Genehmigung des Panico Alpinverlags reproduziert werden oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

| | | |
|----------|-----------------------------------|-----------|
| A | Inntal | Seite 34 |
| B | Nördliches Sellrain | Seite 48 |
| C | Speicher Längental | Seite 62 |
| D | Kühtai & Haggen | Seite 76 |
| E | Neue Pforzheimer Hütte | Seite 90 |
| F | Praxmar & Lisens | Seite 106 |
| G | Westfalenhaus | Seite 122 |
| H | Potsdamer Hütte & Bergheim Fotsch | Seite 130 |
| I | Kemater Alm | Seite 144 |
| J | Axamer Lizum, Mutters, Fulpmes | Seite 158 |
| K | Schweinfurter Hütte | Seite 168 |
| L | Winnebachseehütte | Seite 184 |
| M | Amberger Hütte | Seite 196 |
| N | Franz-Senn-Hütte | Seite 212 |
| O | Stubaital | Seite 240 |
| P | Gschnitztal | Seite 264 |
| Q | Obernbergtal | Seite 280 |
| R | Windachtal & Timmelstal | Seite 302 |

Titelbild
Schmutztitel

Unterwegs von der Neuen Pforzheimer Hütte auf den Zwieselbacher Rosskogel (E3).
Auf dem Verborgen-Berg-Ferner, kurz vor Erreichen der Turmscharte, im Hintergrund die Seespitzen und die Ruderhofspitze.
Lang hält das Wetter nicht mehr – im Stiergschwetz auf dem Weg zur Inneren Sommerwand.

Frontispiz

Bildnachweis

Alle Fotos und Beschreibungen stammen – soweit nicht anders angegeben – aus dem Archiv des Autors. Besonderer Dank gilt Michael Heller und Markus Stadler, die uns mit freundschaftlicher Selbstverständlichkeit den Zugriff auf ihre Bildarchive gestatteten.

Tourengebiet F: Praxmar 1687 m & Lisens 1634 m



Von Gries im Sellrain erstreckt sich nach Süden hin ein weiteres Tal entlang der Melach. In diesem Tal liegt die Häuseransammlung von Praxmar und am Ende der Fahrstraße der Alpengasthof Lisens. Von den beiden Ausgangspunkten starten mehrere sehr lohnenswerte Skitouren. Lampsenspitze, Zischgeles und Lisenser Fernerkogel sind wohl die bekanntesten unter ihnen. Bedingt durch den Bekanntheitsgrad der Touren und die gute Erreichbarkeit sind alle Routen hier recht häufig begangen. An Wochenenden ziehen lange Karawanen die Berge hinauf. Doch das sollte einen nicht davon abhalten, diesem perfekten Skitourenental einen Besuch abzustatten.

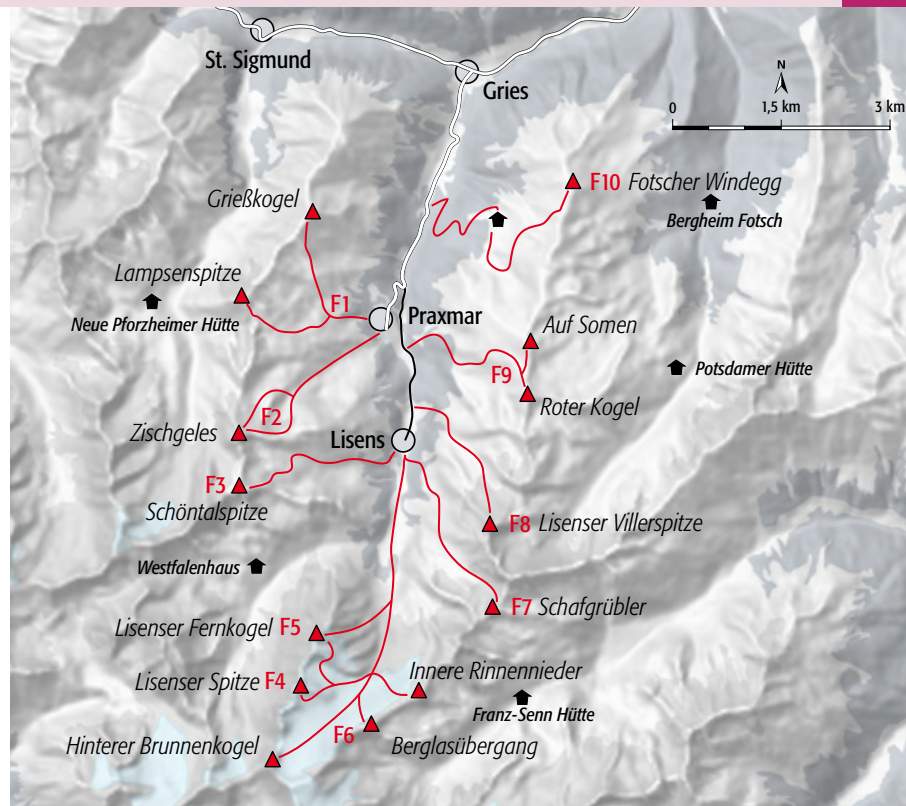
Anfahrt **Mit dem PKW:** Auf der Inntalautobahn A12 bis zur Ausfahrt Kematen etwas westlich von Innsbruck. Dann auf der Landesstraße L13 der Beschilderung nach Sellrain/Kühtai folgen. In Gries im Sellrain biegt man nach links in Richtung Praxmar/Lisens ab. Kurz vor Lisens zweigt rechts – gut beschildert – die Straße nach Praxmar ab. Nach Lisens folgt man dem Straßenverlauf bis zum Talschluss. Kostenpflichtige Parkplätze in Praxmar und Lisens.

Mit dem ÖPNV: Ab Innsbruck Hauptbahnhof mit dem Bus des Verkehrsverbundes Tirol Linie 4166 in etwa 45 Minuten nach Gries im Sellrain. Für die restlichen sieben Kilometer muss man ein Taxi organisieren, da Praxmar und Lisens nicht an den ÖPNV angeschlossen sind.

Stützpunkt Alpengasthof Praxmar: Tel. +43 (0)5236 - 212 | www.praxmar.at
 Alpenghf. Lüsens: Tel. +43 (0)5236 - 215 | www.alpengasthof-luesens.com

Karte AV-Karte Nr. 31/2 Sellrain mit Skirouten, 1:25.000

☐ Im Aufstieg zur Schöntalspitze.



| | | |
|---------------|-------------------------------------|--------|
| Touren | F1. Lampsenspitze & Gießkogel | S. 108 |
| | F2. Zischgeles | S. 110 |
| | F3. Schöntalspitze | S. 111 |
| | F4. Lisenser Fernerkogel | S. 111 |
| | F5. Lisenser Spitze | S. 114 |
| | F6. Hinterer Brunnenkogel | S. 115 |
| | F7. Schafgrübler | S. 117 |
| | F8. Lisenser Villerspitze | S. 118 |
| | F9. Roter Kogel & Auf Sömen | S. 119 |
| | F10. Fotscher Windegg | S. 120 |

1. Lampsenspitze 2875 m & Grießkogel 2712 m

Wer hat noch nicht von ihr gehört, von der Lampsenspitze? Von Innsbruck aus schnell zu erreichen ist diese ziemlich lawinensichere Tour über den gesamten Winter ein sehr beliebtes Ziel. Seit dort vor wenigen Jahren von der Tiroler Lawinenwarnzentrale ein Tourenlehrpfad eingerichtet wurde, zieht es auch viele Anfänger dorthin, die Erfahrungen bei einer ersten eigenständig geplanten Touren sammeln wollen. Leider hat dies natürlich einen entsprechenden Ansturm zur Folge. Wem es hier zu voll wird, der kann zur Hälfte des Aufstiegs auf den etwas niedrigeren, benachbarten Grießkogel ausweichen.

| | |
|----------|---|
| AP | Praxmar, kostenpflichtiger Parkplatz (1687 m) |
| Schw 1-2 | HR O HU 1200 m |

Aufstieg Wir starten auf der kurzen Piste rechts neben dem Schlepplift. Schon bald erreicht man eine Forststraße, der man kurz nach links folgt, bis erneut eine Straße nach rechts abzweigt (Wegweiser). Über diese nun in mehreren Kehren bis zur Kogelhütte. Je nach Saison ist dieser Weg auch als Rodelbahn genutzt und gewalzt. Im oberen Bereich können die langen Kehren auch abgekürzt werden.

a) Von der Kogelhütte geht es weiter nach Südwesten, hinauf zum schwach ausgeprägten Rücken mit dem Schönbichl. Jetzt wieder eher in westlicher Richtung zwischen einigen Felsstufen hindurch zum Satteljoch. Ab ca. 2500 m Höhe halten wir uns rechts der Felsen. Im Satteljoch angekommen richten wir

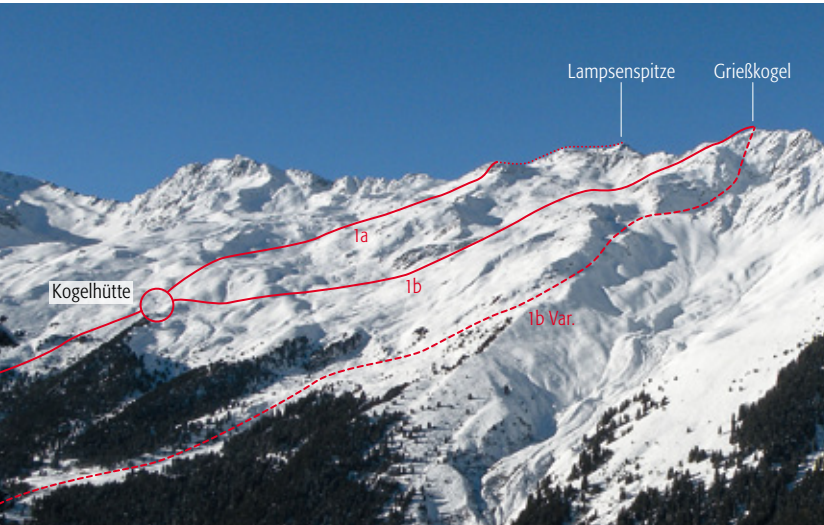


ein Skidepot ein und steigen einfach durch die Südwestflanke auf den breiten Gipfelbereich der Lampsenspitze mit Kreuz und Wetterstation.

b) Auf dem Grießkogel ist meistens weniger los, als auf der Lampsenspitze. Welchen Gipfel man besteigt, muss man erst an der Kogelhütte entscheiden. Zum Grießkogel biegen wir oberhalb der Hütte nach rechts ab und queren mit nur wenig Höhengewinn etwa einen Kilometer nach Norden. Hier zieht ein schmaler Felsgrat herab. Entweder noch vor diesem durch die Praxmarer Kühgrübl zuletzt rechts haltend auf den Grat, oder nach dem Felsgrat über die etwas steileren Hänge südlich des Schöntals durch den klangvollen „Roßfurz“ bis zum Grat. Auf dem Grat schließlich noch etwas nach rechts bis zum Gipfel.

Abfahrt Wie Aufstieg.

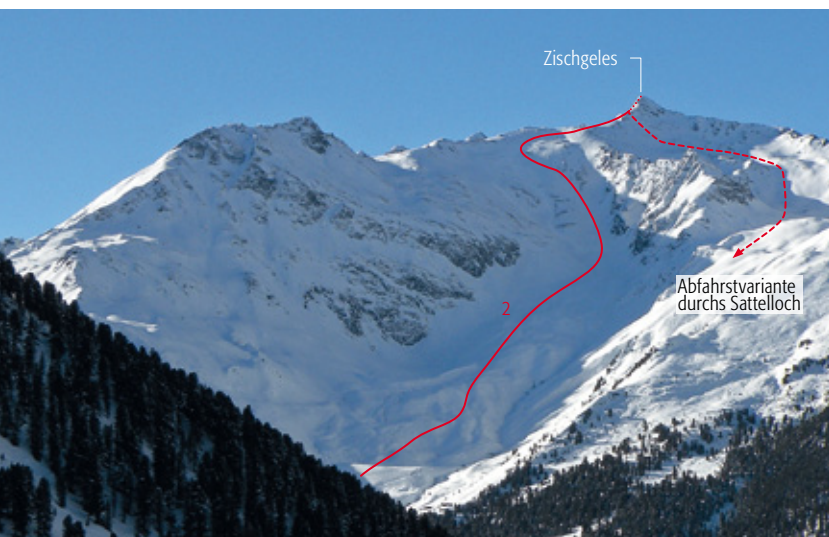
Variante a) Von der Lampsenspitze ab 2500 Metern direkt hinunter zur Kogelhütte.
b) Vom Grießkogel durch den Roßfurz bis auf 2000 Meter Höhe hinab, dann vor der Waldgrenze nach rechts queren, bis man über eine Lichtung nochmals 250 Höhenmeter abfahren kann bis zu einer Forststraße. Dieser abwärts folgend erreichen wir den Skilift von Praxmar.



☑ Schulungstafeln begleiten einen auf dem Anstieg zur Lampsenspitze.

2. Zischgeles 3005 m

Da dieser Gipfel als Tagestour gut zu bewältigen ist und noch dazu über die 3000-Meter-Marke hinausreicht, ist er bei Skitouristen ähnlich beliebt wie die benachbarte Lamspenspitze. Allerdings ist eine Besteigung durchaus anspruchsvoll. Der Gipfelanstieg erfordert auf einer kurzen Passage Anstrengung und das steile Kampulloch benötigt sichere Lawinverhältnisse, um einen problemlosen Aufstieg zu gewährleisten. Man sollte sich von den zahlreichen Spuren der Vorgänger nicht täuschen lassen, der Gipfel hat schon mehrere Lawinopfer gefordert.



AP Praxmar, kostenpflichtiger Parkplatz, (1687 m)

Schw 2-3 **HR** O, N **HU** 1300 m

Aufstieg Links oberhalb des Parkplatzes sieht man ein altes Liftgebäude. Zu diesem kurz auf einer Straße durch die steile Mulde. Dann dem ehemaligen Pistenverlauf folgend nach Südwesten, die Schefalm rechts und die Wände der Kreuzschrofen links liegen lassend, auf das Kampulloch zu. Dieses Kar knickt in 2400 Metern Höhe nach links ab. Durch die immer steiler werdende, breite Mulde

steigen wir auf den Grat, den wir in etwa 2800 Metern Höhe erreichen. Auf dem breiten, rückenähnlichen Grat gehen wir nun nach rechts, bis dieser schmaler und felsiger wird. Hier lassen wir unsere Ski zurück und steigen zu Fuß weiter dem Gipfel entgegen. Eine kurze plattige Felsstufe ist die größte Herausforderung des Fußanstiegs, wird aber durch ein Stück Fixseil erleichtert. Schon bald stehen wir auf dem Gipfel des Zischgeles.

Abfahrt Wie Aufstieg oder aber vom Skidepot aus geradewegs nach Norden hinter ins Sattelloch. Bis 2700 Meter halten wir uns eher links, eine Steilstufe umfahrend. Dann in der Mitte des Kars bis auf 2300 Meter hinunter. Noch einen kurzen Steilhang hinab, dann befinden wir uns unterhalb des Kampullochs wieder am Aufstiegsweg.

Variante Dort wo wir im Aufstieg den Grat erreichen nach links zum Oberstkogel (zuletzt zu Fuß).



Am Skidepot des Zischgeles.

3. Schöntalspitze 3008 m

Die Schöntalspitze liegt, wie der Name bereits vermuten lässt, als höchste Erhebung am Ende des Schöntals, welches sich von Lisens aus nach Westen erstreckt. Das Schöne an dieser Tour ist, dass es so gut wie keinen Anfangshatscher gibt. Gleich vom Alpengasthof Lisens aus geht es, anfänglich sogar ziemlich steil, bergauf. Nach einer erfolgreichen Besteigung erwarten einen 1300 Höhenmeter nord- und ostseitige Abfahrtsfreuden ohne großartige Beeinträchtigung durch Waldpassagen oder Forstwege. Nicht ganz ohne ist allerdings das letzte Stück auf den Gipfel, welches durch steile, wahlweise plattige oder brüchige Schrofen führt.

AP Lisens, kostenpflichtiger Parkplatz (1634 m)

Schw 2-3 **HR** O, N **HU** 1300 m

Tourengebiet K: Schweinfurter Hütte 2028 m



Ganz nah am Kühtai und am Sellrain liegt die Schweinfurter Hütte und doch ist es hier deutlich ruhiger. Die längere Anreise durchs Ötztal dürfte der Hauptgrund hierfür sein. Von Niederthai ist die Hütte bequem in einem etwa zweistündigen Aufstieg auf breiter und gewalzter Forststraße zu erreichen. Sie ist Ausgangspunkt für Tourenziele unterschiedlichsten Anspruchs. Auch als Stützpunkt für Durchquerungen ist die erst vor wenigen Jahren sanierte Hütte eine beliebte Anlaufstelle für Skitouristen.

Anfahrt **Mit dem PKW:** Von Osten oder Westen kommend auf der Inntalautobahn A12 bis zur Ausfahrt Oetz und weiter auf der Ötztaler Bundesstraße 186 bis nach Umhausen. Hier links abbiegen auf die L238 durch Umhausen hindurch in Richtung Niederthai. In Niederthai angekommen geht es durch den ganzen Ort hindurch bis man am Ende der Straße auf einem großen Parkplatz sein Auto abstellen kann.

Mit dem ÖPNV: Mit dem Zug oder der Schnellbahn S1 über den Innsbucker Hauptbahnhof zum Bahnhof Oetz. Dann weiter mit der Buslinie 4194 bis nach Umhausen. Hier endet derzeit die Anbindung an den ÖPNV. Nur mit Hilfe eines Taxis kommt man dann nach Niederthai.

Stützpunkt Schweinfurter Hütte (2028 m): Geöffnet Mitte Februar bis Anfang Mai, 20 Betten und 39 Lager, Tel. +43 (0)5255-50029, schweinfurter-huette@aon.at
Info Tourismusbüro: www.oetztal-mitte.com, Tel. +43 (0) - 57200400

Zustieg Am Ende des Parkplatzes am westlichen Ortsende von Niederthai (1535 m) beginnt eine Forststraße, die am Horlach Bach entlang führt. Es geht erst lange flach an den Larstighöfen und der Horlachalm vorbei, nur zuletzt mit spürbarem Höhenunterschied zur Schweinfurter Hütte. Vorsicht – die Straße ist meist gewalzt und wird gerne als Rodelbahn genutzt!

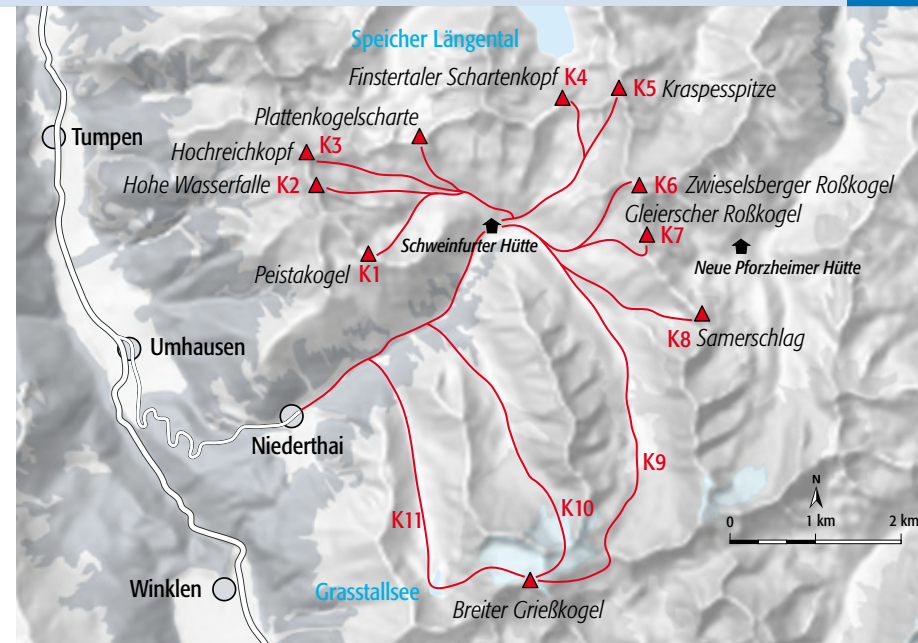
Karte Karte AV-Karte Nr. 31/2 Sellrain mit Skirouten, 1:25.000

☐ Rast an der Finstertalalm.

■ Rauschende Abfahrt vom Peistakogel.



| | | |
|--------|---|--------|
| Touren | K1. Peistakogel & Gruejoch | S. 172 |
| | K2. Hohe Wasserfalle | S. 173 |
| | K3. Hochreichkopf & Plattkogelscharte | S. 174 |
| | K4. Finstertaler Schartenkopf | S. 175 |
| | K5. Kraspesspitze | S. 176 |
| | K6. Zwieselbacher Roßkogel | S. 178 |
| | K7. Gleischer Roßkogel | S. 178 |
| | K8. Breite Scharte & Samerschlag | S. 180 |
| | K9. Breiter Griefkogel | S. 180 |
| | K10. Breiter Griefkogel durchs Larstigtal | S. 182 |
| | K11. Breiter Griefkogel durchs Grasstalltal | S. 183 |



☞ Gipfelrundschau vom Breiten Griefkogel nach Norden.





☐ Oberhalb der Finstertalalm.

1. Peistakogel 2740 m

Eine schöne und nicht allzu lange Tour führt auf den Peistakogel, einen unbedeutenden Gipfel oberhalb der Larstighöfe. Meist kann man hier bereits im Hochwinter seine Spuren legen. Einmalig ist der Gipfelblick: Man sieht in die beiden Täler, welche nach Süden zum Breiten Griebkogel hinaufziehen und auch über das Gebiet um die Finstertalalm bekommt man einen guten Überblick. Eine gut geeignete Route, wenn man am Tag des Hüttenanstiegs noch unternehmungslustig ist.

| | | | |
|--------|---------------------|---------|-----------|
| AP | Niederthai (1535 m) | | |
| Schw 2 | HR | N, W, S | HU 1200 m |

Aufstieg Von Niederthai aus wie beim Zustieg auf die Schweinfurter Hütte beschrieben zur Horlachalm, bzw. von der Schweinfurter Hütte hierher abfahren. Ein wenig oberhalb der Alm (östlich) zweigt von der gewalzten Straße ein schmaler Karrenweg nach Norden ins Finstertal ab. Diesem folgen wir ein Stück, dann geht es nach links über den Bach. Nun bis auf gut 2400 Meter Höhe, den Bach immer rechter Hand. Bei der Finstertalalm biegen wir nach links ins hier flache

Finstertal ein und schreiten geradewegs auf die Ostwand des Gaißkogels zu. Kurz vor der Wand biegen wir nach Südosten ins Wannekar. In diesem halten wir uns ziemlich genau in südliche Richtung und steigen in einer Rechts-Links-Schleife auf den Kamm hoch über dem Horlachbach. Hier angekommen geht es jetzt entweder nach rechts auf den Peistakogel oder nach links zum Gipfelkreuz. Dieses wurde abseits des eigentlichen Gipfels aufgestellt damit es vom Tal aus gesehen werden kann.

Abfahrt Wie Aufstieg.

Variante Man kann auch das etwas weiter westlich gelegene Gruejoch besteigen. Hierfür umgeht man die Felsabbrüche des Peistakogels und steigt rechts von diesen durch „s Kuglate Wannekar“ auf.

2. Hohe Wasserfalle 3002 m

Die Hohe Wasserfalle mit dem schmalen, perfekt geneigten Langen Wannekar ist ein wirklich lohnenswerter Skitourenberg. Ein landschaftlich abwechslungsreicher Aufstieg bringt einen vom Almgelände durch das Finstertal bis in absolut alpine Regionen. Oben angekommen hat man einen spektakulären Tiefblick ins Ötztal hinunter und natürlich auch über das Tal hinweg in die Nördlichen Ötztaler Alpen.

