



# Kitzbüheler Alpen

Zillertal

Alpbachtal

Wildschönau

Kelchsau

Windautal

Spertental

Jochbergtal

Fieberbrunn

Saalbach-Hinterglemm

Oberpinzgau

inklusive Downloadcode für  
**GPS-Tracks**

# Kitzbüheler Alpen

Skitouren und Skibergsteigen



**Titelbild** Bei sicheren Bedingungen ist der Frommgrund ein Pulverparadies (Molterfeldgeier Tour D13).

**Schmutztitel** Die kalte Luft im Talboden des Luegergrabens schafft eisige Kunstwerke (Großes Beil, Tour B12)

**Frontispiz** Schöner Berg, schöner Schnee, schönes Licht – Abfahrt vom Standkopf ins Zillertal (Tour A2).

**Bildnachweis** Alle Fotos stammen – außer den unten aufgeführten – aus dem Archiv des Autors.

Verlag und Autor bedanken sich bei folgenden Fotografen für ihre freundschaftliche Mitarbeit:

Michael Heller (Seite 28, 31, 32)

Josef Herzog (Seite 262–263)

Claus Lochbihler (Seite 7, 163)

Uta Philipp (Seite 9, 239, 258–259, 265, 272–273, 278, 288, 295–295, 303, 321)

Bernd Pörtl (Seite 109)

Heidi Schützinger (Seite 297, 306)

Michael Vitzthum (Seite 21)

3. Auflage 2025  
 ISBN 978-3-95611-190-7



© by Panico Alpinverlag GmbH  
 Gunzenhauserstr. 1  
 D-73257 Köngen  
 Tel. +49 (0) 7024 82780  
 www.panico.de

printed Druckerei & Verlag Steinmeier GmbH  
 Gewerbepark 6  
 86738 Deiningen  
 Tel. +49 (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 eigene Gefahr.

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

Vorwort .....Seite 6

Gebrauch des Führers – Einführung, Gliederung .....Seite 8

Gebrauch des Führers – Routenbeschreibung, Abkürzungen, QR-Codes .....Seite 10

Gebrauch des Führers – Schwierigkeitsbewertung .....Seite 12

Gebrauch des Führers – Lawinengefahr .....Seite 14

Gebrauch des Führers – Routencharakter, Aufstiegslinien, Gipfelanstiege .....Seite 16

Gebrauch des Führers – Beste Zeit, Zeitangaben, Karten .....Seite 17

Gebrauch des Führers – GPS-Daten .....Seite 18

Anreise .....Seite 20

Informationen zum Gebiet .....Seite 24

Skitouren naturverträglich – Wildtiere im Bergwinter .....Seite 26

Skitouren auf Pisten, DAV-Regeln .....Seite 34

**A** Zillertal .....Seite 36

**B** Alpbachtal .....Seite 58

**C** Wildschönau .....Seite 86

**D** Kelchsau .....Seite 106

**E** Windautal .....Seite 154

**F** Spertental .....Seite 178

**G** Jochbergtal .....Seite 206

**H** Fieberbrunn .....Seite 238

**I** Saalbach-Hinterglemm .....Seite 264

**J** Oberpinzgau Ost .....Seite 296

**K** Oberpinzgau West .....Seite 312

Übersicht der Ziele .....Seite 330

Der Autor .....Seite 336

Übersichtskarte: siehe Buchumschlag hinten

Legenden: siehe Buchumschlag hinten

Die Kitzbüheler Alpen gehören zur sogenannten Grauwackenzone der Ostalpen, die zwischen den schroffen Nördlichen Kalkalpen und dem vergletscherten Alpenhauptkamm eingelagert ist. Ihre flächige Ausdehnung reicht vom Inntal im Westen bis an die Saalach im Osten. Auf einer Breite von annähernd 80 km reihen sich hier unzählige Gras- und Waldberge aneinander, die wie geschaffen für das Skifahren sind.

Das haben auch die Tourismusmanager erkannt, und daher finden sich hier auf engem Raum gleich mehrere der größten Pistenareale Österreichs. Die Skigebiete Kitzbühel, Saalbach-Hinterglemm und Brixental-Wilder Kaiser ziehen in der Hochsaison gewaltige Touristenströme aus aller Welt an. Dementsprechend ist die touristische Infrastruktur zwar sehr gut ausgebaut, aber in erster Linie an den Bedürfnissen der Pistenskifahrer orientiert. Tourengerher werden oft noch als zu wenig umsatzträchtig und eher unerwünscht angesehen. In den ruhigeren Tälern hat man sie aber mittlerweile auch als Zielpublikum entdeckt, das zumindest am Rande beworben wird.

Glücklicherweise bieten die Kitzbüheler Alpen aber noch genügend Freiraum abseits der Liftmasten und Pistenautobahnen, in dem wir Tourengerher uns so richtig austoben können. Aufgrund der relativ sanften Geländeformen überwiegen die einfachen, gemütlichen Skitouren. Nur sehr wenige anspruchsvolle Skiberge erfordern perfekte Skitechnik im Steilgelände, und auch konditionell bewegen wir uns überwiegend im Bereich zwischen 900 und 1200 Meter Höhenunterschied, was für jeden durchschnittlich trainierten Bergsteiger machbar sein sollte.

Aufgrund der relativ geringen Anforderungen haben sich viele Skiberge des Tourengbiets zu ausgesprochenen Modetouren entwickelt, die nach längeren Schönwetterphasen teilweise pistenähnliche Bedingungen aufweisen. Wer gerne seine eigene Spur anlegt, muss aber oft nur weiter taleinwärts wandern und schon ist er alleine. Ein wichtiges Ziel dieses Führers ist es, die vielen Möglichkeiten abseits der bereits unzählige Male beschriebenen Standardtouren – die aber natürlich auch nicht fehlen – aufzuzeigen.

Ich hoffe, mit diesem Büchlein jedem Tourengerher einige wertvolle Anregungen für schöne Wintererlebnisse geben zu können.

Markus Stadler

■ Der Autor pflügt bei der Abfahrt vom Ramkarkopf (Tour E4) unter der Nordwand des Steinbergstein durch den nicht mehr ganz fluffigen April-Pulverschnee.



## Tourengebiet D: **Kelchsau**

*Von Hopfgarten fährt man nach Süden durch die tief eingeschnittene Schlucht der Kelchsauer Ache entlang waldiger Hänge, die kaum nach Skitouren aussehen. Erst weiter hinten am Kraftwerk Zwiesel, wo sich das Tal verzweigt, sind die ersten Skihänge sichtbar. Hier nehmen der Lange Grund nach Südwesten und der Kurze Grund nach Südosten ihren Ausgang, sie sind die Startpunkte für nahezu alle Skitouren in diesem Tourengebiet. Die Auswahl ist sehr groß und vor allem die leicht erreichbaren Touren werden häufig besucht. Dazu trägt auch bei, dass die Kelchsau von der Inntalautobahn aus schnell erreichbar ist, weshalb an schönen Wochenenden der Parkraum in den Talschlüssen regelmäßig knapp wird. Ohne Übertreibung kann man die Kelchsau als das wichtigste Skitourenrevier in den Kitzbühelern bezeichnen.*

**Anfahrt** **Mit ÖPNV:** Von Wörgl (Bahnstecke Kufstein – Innsbruck) und von Hopfgarten (Bahnstrecke Wörgl – Kitzbühel – St. Johann – Zell am See) fahren nur werktags wenige Busse ins Kelchsautal. Endstation ist dann die Steinerbrücke (Ausgangspunkt Tour D31, Lodron).

**Anfahrt mit PKW:** Von der Autobahnausfahrt Wörgl Ost auf einer Schnellstraße und der folgenden Bundesstraße nach Hopfgarten im Brixental. Kurz nach dem Ortskern durch die Bahnunterführung und gleich danach an der Kurve geradeaus. Nun durch das Kelchsauer Tal bis zur Mautstelle am Kraftwerk Zwiesel, hinter der sich die Straße verzweigt. Der Kurze Grund ist den ganzen Winter über bis Gasthaus Wegscheid befahrbar. In den Langen Grund kann man bis zur Erlauerhütte fahren, im Frühjahr noch ein Stück weiter bis zur Tiefentalalm. Beide Zufahrten werden nicht immer picobello geräumt und gestreut, was die Anfahrt nach Neuschnee oder bei Vereisung gelegentlich spannend gestalten kann.

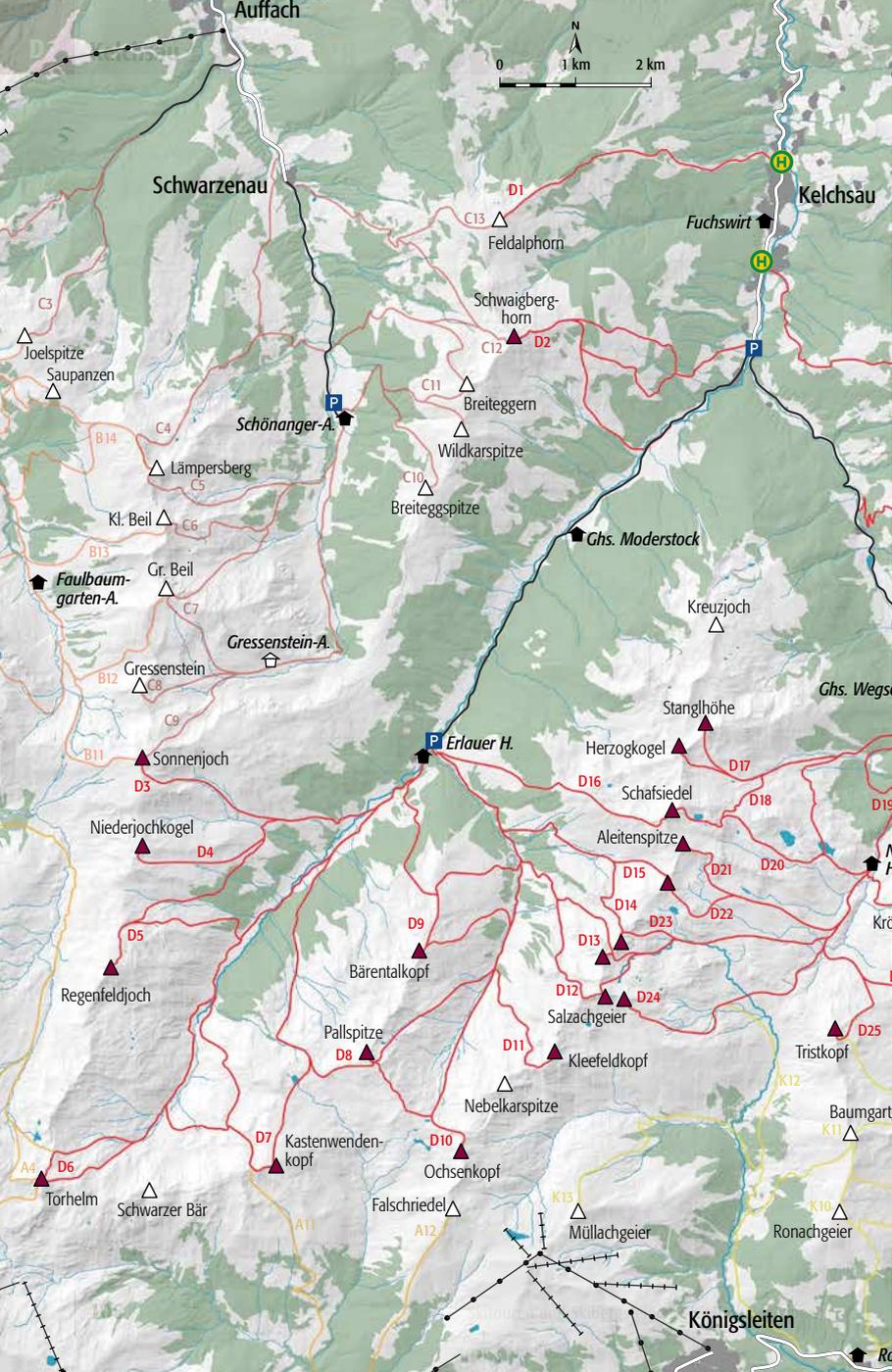
**Karten** AV-Karte Kitzbüheler Alpen Ost (34/1), 1:50000.

**Quartiere** **Neue Bamberger Hütte**, Alpenvereinshütte auf der Rosswildalm im Kurzen Grund, im Winter bewirtschaftet ab Weihnachten bis Anfang April, Telefon +43 664 4559469.

**Gasthaus Wegscheid**, am Ende der Fahrstraße im Kurzen Grund, ganzjährig bewirtschaftet, Telefon +43 664 5407111

■ Aufstieg zum Fünfmandling aus dem Langen Grund (Tour D14).



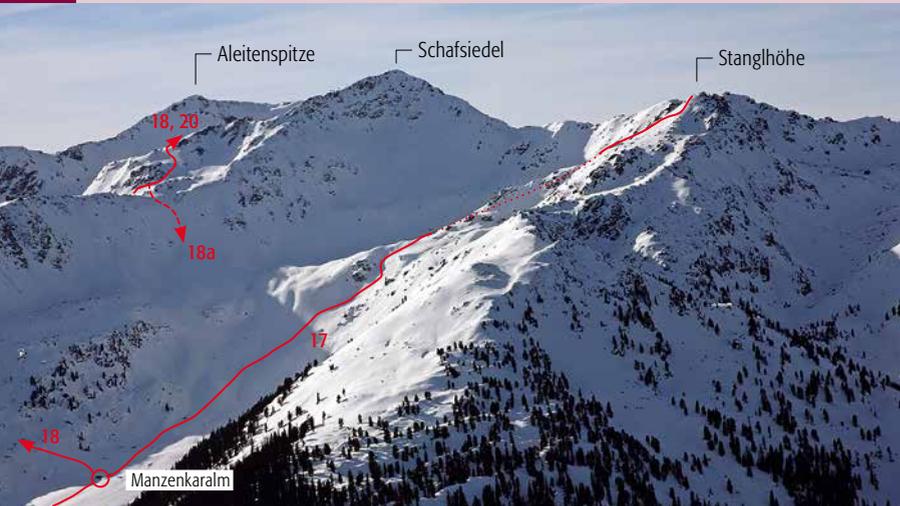


**Touren**

D1	Feldalphorn.....	S. 112
D2	Schwaigberghorn.....	S. 113
D3	Sonnenjoch.....	S. 114
D4	Niederjochkogel.....	S. 115
D5	Regenfeldjoch.....	S. 117
D6	Torhelm.....	S. 118
D7	Kastenwendenkopf.....	S. 119
D8	Pallspitze.....	S. 120
D9	Bärentalkopf.....	S. 122
D10	Ochsenkopf.....	S. 123
D11	Kleefeldkopf.....	S. 125
D12	Westlicher Salzachgeier – aus dem Frommgrund.....	S. 126
D13	Molterfeldgeier – aus dem Frommgrund.....	S. 128
D14	Fünfmandling – aus dem Frommgrund.....	S. 129
D15	Schwebenkopf – aus dem Frommgrund.....	S. 130
D16	Schafsiedel – Westroute.....	S. 131

☐ Pulverschneeabfahrt am Regenfeldjoch (Tour D5)





## 18. Schafsiedel 2447 m – über die Manzenkaralm

Viele Wege führen auf den Schafsiedel. Wer konditionell in der Lage ist, die gesamten 1300 Höhenmeter als Tagestour durchzuführen, steigt am besten durchs Manzenkar auf den Paradeskiberg. So kann man sich so den Umweg über die Neue Bamberger Hütte sparen.



AP	Gasthaus Wegscheid im Kurzen Grund am Ende der befahrbaren Straße		
Schw	1–2   WS	HR	N, O
AH	1148 m	HM	1300
		Zeit	4 h

**Aufstieg** Wie bei Tour D10 zur Manzenkaralm. Nun nach links und über den kurz recht steilen Nordhang von rechts nach links aufwärts zu einer flachen Terrasse. Auf dieser nach Süden zum Unteren Wildalmsee und über den zugefrorenen See an sein südliches Ende. Hier trifft man auf den Aufstieg (Tour D13), der links von der Bamberger Hütte kommt.

**Abfahrt** Über die Aufstiegsroute oder D20, bei sicheren Bedingungen über Variante a).

**Variante a) Direktabfahrt:** Vom Sattel unterhalb des Oberen Wildalmsees besteht die Möglichkeit, direkt über den 35 Grad steilen Hang zur Manzenkaralm abzufahren, wo man wieder auf die Aufstiegsroute trifft.

## 19. Neue Bamberger Hütte 1756 m

Die Neue Bamberger Hütte ist ein perfekter Stützpunkt für gemäßigte Tourenger, deren Ehrgeiz mit einem Tagessoll von 600 bis 800 Höhenmetern zufriedengestellt ist. Gemütlich frühstücken, durch perfektes, abwechslungsreich kupiertes Gelände einem der umgebenden Gipfel aufs Dach steigen, den Rundblick genießen und nach einer flotten Abfahrt den Nachmittag auf der Sonnenterrasse verbringen – so lässt es sich leben. Derartiges „dolce vita“ verlangt aber einen eigenständigen Skitourentag für den Hüttenzustieg.



AP	Gasthaus Wegscheid im Kurzen Grund am Ende der befahrbaren Straße		
Schw	1   WS	HR	N
AH	1148 m	HM	660
		Zeit	1¾ h

**Aufstieg** Am Gasthaus Wegscheid und dem obersten Parkplatz vorbei und entlang des Sommerwegs links des Bachs aufwärts (bei wenig Schnee oft stellenweise vereist), bis man auf eine Forststraße trifft. Ab hier zwei Möglichkeiten:

a) Nach rechts über die Brücke und rechts des Bachs weiter bis zur nächsten Forststraße. Dieser noch wenige Meter entlang, bis sie endet. Nun durch das



Die Neue Bamberger Hütte liegt idyllisch in traumhaftem Skitourenrelände, überragt vom kecken Tristkopf.

Walmoos nach links durch Wald und einige Lichtungen bis unter die Materialseilbahn. Hier quert man noch ein Stück nach links um einen Steilabbruch und steigt dann über einige kurze, steile Stellen rechts haltend auf, bis man sich wiederum kurz vor der Seilbahn befindet. Durch eine Mulde nach Süden zu einem Durchlass im Latschenrücken und unterhalb eines manchmal lawinengefährdeten Hanges leicht abwärts zu dem flachen Boden der Kuhwildalm. Am Bach entlang nach Süden und einen letzten kurzen Hang hinauf zur Hütte.

b) Man folgt der Forststraße nach links in weiten Kehren oder kürzt sie entlang

des Sommerwegs durch den lichten Wald ab. Ab der Waldgrenze quert die Straße am Fuß steiler Lawinhänge zur Kuhwildalm, wo man wieder auf Variante a) trifft. Diese Route sollte nur gewählt werden, wenn keine Lawinen aus den steilen Nordwesthängen der Molterfeldspitze drohen.

**Abfahrt** Bei sicherer Lawinenlage über die Forststraße von Aufstieg b), sonst über Aufstieg a), hinab zur Brücke. Dort links des Bachs auf der Straße kurz aufwärts und nach der ersten Kurve rechts durch eine Wiesenmulde und ein kurzes Waldstück zur Forststraße von Tour D17. Auf ihr hinab zum Gasthaus Wegscheid.



Nr.	Berg	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	LG	Seite
<b>A Zillertal</b>        <b>36</b>									
A1	Wiedersberger Horn	2127 m	2 WS	W, SW	1460	4,9 km	4½ h	●	40
A2	Standkopf (Sagtaler Spitze)	2241 m	2 WS+	W, SW	1700	7,3 km	5 h	●	42
A3	Großer Galtenberg	2424 m	2 ZS-	S	1400	8,6 km	4½ h	●	44
A4	Torhelm	2494 m	2-3 WS	N	1480	14,0 km	5 h	●	45
A5	Schafkopf	2454 m	2 WS	N	1420	10,3 km	4½ h	●	46
A6	Katzenkopf	2535 m	2-3 ZS+	N, W	1500	11,3 km	5 h	●	48
A7	Schartenjoch	2220 m	1-2 WS	W	1170	4,5 km	3½ h	●	50
A8	Manskopf	2340 m	1-2 WS-	W	1140	3,9 km	3 h	●	52
A9	Rifflerkogel	2494 m	2 WS+	W	1300	5,2 km	4 h	●	53
A10	Kreuzjoch	2558 m	1-2 WS-	W	1240	5,4 km	3½ h	●	54
A11	Kastenwendenkopf	2329 m	1-2 WS	S	1070	6,3 km	3 h	●	56
A12	Falschriedel	2420 m	1-2 WS+	SW	1160	5,3 km	3 h	●	57
<b>B Alpbachtal</b>        <b>58</b>									
B1	Reither Kogel	1226 m	1 L	N	580	3,0 km	1½ h	●	62
B2	Luderstein	1830 m	1 WS-	N	1000	4,3 km	3 h	●	63
B3	Wiedersberger Horn	2127 m	1-2 WS	O	1100	4,8 km	3 h	●	64
B4	Standkopf (Sagtaler Spitze)	2241 m	1-2 WS+	NO, W	1140	5,2 km	3½ h	●	65
B5	Gamskopf	2205 m	1-2 WS+	N, NO	1100	4,9 km	3½ h	●	67
B6	Kleiner Galtenberg	2318 m	2 ZS-	N, NW	1220	5,2 km	3½ h	●	68
B7	Gr. Galtenberg aus dem Greitergraben	2424 m	2 ZS	W, N	1330	5,3 km	4 h	●	70
B8	Gr. Galtenberg aus dem Luegergraben	2424 m	2 ZS	O, N	1330	4,3 km	4 h	●	72
B9	Mareitkopf (Heimjoch)	2004 m	1 WS	O	900	3,8 km	2¾ h	●	74
B10	Torkopf	2116 m	2 WS+	O, S	1000	7,3 km	3½ h	●	76
B11	Sonnenjoch	2292 m	2 WS	N, W	1200	7,3 km	4 h	●	77
B12	Großer Beil	2309 m	2 WS+	W, SW	1200	7,0 km	4 h	●	78
B13	Kleiner Beil	2197 m	2 ZS-	N, W	1100	5,4 km	3½ h	●	79
B14	Lämpersberg	2202 m	2 WS	W	1130	4,5 km	3½ h	●	80
B15	Saupanzen	1957 m	1 WS	W	860	3,2 km	2½ h	●	81
B16	Joelspitze	1964 m	1 WS-	W	860	2,2 km	2½ h	●	83
B17	Schatzberg (Hahnkopf)	1902 m	1 L+	W	900	2,5 km	2½ h	●	85
<b>C Wildschönau</b>        <b>86</b>									
C1	Roßkopf	1731 m	1 WS-	N	900	4,0 km	2½ h	●	90
C2	Gern	1853 m	1 WS	O, SO	980	3,3 km	2½ h	●	90

Nr.	Berg	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	LG	Seite
C3	Joelspitze	1964 m	1-2 WS	O, NO	1100	3,6 km	3 h	●	92
C4	Lämpersberg (Nordroute)	2202 m	2 WS	NO	1300	5,5 km	4 h	●	93
C5	Lämpersberg (Ostroute)	2202 m	1-2 WS+	O, SO	1050	3,7 km	3 h	●	94
C6	Kleiner Beil	2197 m	2 ZS-	O	1050	3,8 km	3 h	●	96
C7	Großer Beil	2309 m	1-2 WS	N, S	1150	6,3 km	3½ h	●	97
C8	Gressenstein	2216 m	1-2 WS+	N, O	1050	6,2 km	3½ h	●	99
C9	Sonnenjoch	2292 m	1-2 WS	N	1120	6,5 km	3½ h	●	99
C10	Breiteggspitze	1868 m	1 WS	W	700	3,0 km	2¼ h	●	100
C11	Breiteggern	1981 m	1 WS	W	810	2,6 km	2½ h	●	102
C12	Schwaigberghorn	1990 m	1-2 WS+	W	870	3,0 km	2½ h	●	103
C13	Feldalphorn	1923 m	1 WS-	W	980	3,8 km	3 h	●	104
<b>D Kelchsau</b>        <b>106</b>									
D1	Feldalphorn	1923 m	1-2 WS+	O, NO	1150	4,3 km	3½ h	●	112
D2	Schwaigberghorn	1990 m	1-2 WS+	O, NO	1150	3,9 km	3½ h	●	113
D3	Sonnenjoch	2292 m	1-2 WS+	O, SO	1080	4,7 km	3½ h	●	114
D4	Niederjochkogel	2146 m	1 WS	O, SO	940	4,9 km	3 h	●	115
D5	Regenfeldjoch	2258 m	1-2 WS+	O, N	1040	6,0 km	3½ h	●	117
D6	Torhelm	2494 m	2 ZS-	N, O	1300	8,6 km	4½ h	●	118
D7	Kastenwendenkopf	2329 m	1-2 WS-	N, NW	1120	6,7 km	4 h	●	119
D8	Pallspitze	2389 m	1-2 WS	NW	1170	6,4 km	4 h	●	120
D9	Bärentalkopf	2179 m	1-2 WS	NW, NO	970	3,3 km	2¾ h	●	122
D10	Ochsenkopf	2469 m	2 ZS-	N, NW	1270	6,5 km	4 h	●	123
D11	Kleefeldkopf	2348 m	2 ZS	NW	1150	5,7 km	3½ h	●	125
D12	Westlicher Salzachgeier aus dem Frommgrund	2465 m	2-3 ZS	NW	1270	4,9 km	4 h	●	126
D13	Molterfeldgeier aus dem Frommgrund	2422 m	2 ZS	NW	1220	4,3 km	3½ h	●	128
D14	Fünfmandling aus dem Frommgrund	2405 m	2 ZS-	NW	1200	4,8 km	3½ h	●	129
D15	Schwebenkopf aus dem Frommgrund	2354 m	2 ZS	W	1200	4,3 km	3½ h	●	130
D16	Schafsiedel (Westroute)	2447 m	2 ZS-	W	1250	3,6 km	3½ h	●	131
D17	Stanglhöhe	2276 m	1-2 WS+	O	1130	4,8 km	3½ h	●	132
D18	Schafsiedel über die Manzenkaralm	2447 m	1-2 WS	N, O	1300	6,9 km	4 h	●	134
D19	Neue Bamberger Hütte	1756 m	1 WS	N	660	4,1 km	1¾ h	●	135
D20	Schafsiedel von der Bamberger H.	2447 m	1 WS-	O	700	3,4 km	2 h	●	138
D21	Aleitenspitze	2449 m	1-2 WS+	O, SO	700	3,7 km	2¼ h	●	139
D22	Schwebenkopf von der Bamberger H.	2354 m	1 WS-	O, SO	600	3,7 km	2 h	●	140
D23	Molterfeldgeier von der Bamberger H.	2403 m	1 WS+	O, SO	650	4,4 km	2¼ h	●	140

Nr.	Berg	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	LG	Seite
D24	Östlicher Salzhageier von der Bamberger Hütte	2469 m	1-2 WS+	N, O	750	4,9 km	3 h	●	142
D25	Tristkopf	2361 m	2 WS	N, O	620	3,2 km	2 h	●	144
D26	Kröndlhorn	2444 m	2 WS	W	700	3,7 km	2 h	●	145
D27	Kröndlberg	2440 m	2 ZS-	N, O	700	2,5 km	2 h	●	146
D28	Schneegrubenspitze	2237 m	1-2 WS	N, W	1100	5,0 km	3½ h	●	147
D29	Steinbergstein	2215 m	1-2 WS+	S	1070	4,1 km	3½ h	●	149
D30	Ramkarkopf	2062 m	1-2 WS	W	1050	4,2 km	3 h	●	151
D31	Lodron	1925 m	1-2 WS-	W	1100	4,7 km	3½ h	●	152

**E Windautal** **154**

E1	Hartkaserkopf	1674 m	1 L+	O, NO	860	4,7 km	2½ h	●	158
E2	Lodron	1925 m	1-2 WS	O, NO	1110	6,0 km	3½ h	●	159
E3	Steinberg	1887 m	1 WS-	O	1000	4,6 km	3 h	●	160
E4	Ramkarkopf	2062 m	1-2 WS+	NO, O	1200	6,7 km	3½ h	●	161
E5	Steinbergstein	2215 m	2 WS+	O	1350	6,9 km	4½ h	●	163
E6	Schneegrubenspitze	2237 m	2 WS	O	1370	8,8 km	4½ h	●	164
E7	Kröndlhorn	2444 m	2 WS+	O	1580	11,0 km	5½ h	●	165
E8	Gamskogel	2206 m	2 ZS-	NO	1350	8,4 km	5 h	●	166
E9	Gamsbeil	2169 m	2 ZS-	N, W, S	1300	9,1 km	5 h	●	168
E10	Westerachkopf	2096 m	2 WS+	N, W	1240	7,5 km	4½ h	●	169
E11	Schwarzarkogel	2089 m	2 WS+	N, W	1230	7,7 km	4½ h	●	170
E12	Gerstinger Joch	2035 m	1-2 WS+	W	1170	5,1 km	3½ h	●	172
E13	Gassnerkogel	1915 m	1-2 L+	W	1100	7,7 km	3½ h	●	173
E14	Floch	2057 m	1-2 WS	W	1250	7,6 km	4 h	●	175
E15	Brechhorn	2032 m	1-2 WS+	W	1230	7,1 km	4 h	●	177

**F Spertental** **178**

F1	Schledererkopf	1840 m	1 WS	O, SO	880	3,2 km	2½ h	●	182
F2	Brechhorn	2032 m	1-2 WS	O, NO	1020	4,5 km	3 h	●	182
F3	Floch	2057 m	1-2 WS+	O, NO	1050	6,9 km	3½ h	●	184
F4	Hintenkarscharte	1829 m	1 L	O	820	6,5 km	2½ h	●	186
F5	Gerstinger Joch	2035 m	2 WS+	O	1020	5,9 km	3½ h	●	187
F6	Großer Tanzkogel	2097 m	1-2 WS	NO	1100	6,6 km	4 h	●	188
F7	Westerachkopf	2096 m	1-2 WS	NO	1100	8,5 km	4 h	●	190
F8	Gamsbeil	2169 m	2 ZS-	NO	1160	9,8 km	4½ h	●	191
F9	Frühmesser	2233 m	2 WS+	N	1250	10,6 km	4½ h	●	192

Nr.	Berg	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	LG	Seite
F10	Rettenstein-Runde	2233 m	3 WS+	alle	2200	28,5 km	9-11 h	●	194
F11	Laubkogel	2114 m	2 ZS	N	1100	8,3 km	4 h	●	196
F12	Großer Rettenstein	2366 m	3 S	N	1350	6,4 km	4 h	●	197
F13	Schöntaljoch	2040 m	1-2 WS+	N	1040	6,2 km	3½ h	●	199
F14	Rossgruberkogel	2156 m	2 WS+	N, SW	1150	8,7 km	4 h	●	200
F15	Spießnägel	1880 m	1 WS+	NO, W	870	5,7 km	2½ h	●	202
F16	Schwarzkogel	2030 m	1 WS-	W	1020	3,3 km	3 h	●	204

**G Jochbergtal** **206**

G1	Stuckkogel	1888 m	1 L+	W	980	4,7 km	2¾ h	●	210
G2	Gaisberg	1798 m	1 WS-	S	680	2,4 km	1¾ h	●	211
G3	Großer Gebra	2057 m	2 WS+	S, W	1000	4,6 km	3 h	●	212
G4	Weißkopfkogel	1970 m	1 WS	S	920	4,1 km	2¾ h	●	214
G5	Bischof	2127 m	2 ZS	S, W	1100	5,4 km	3½ h	●	215
G6	Sonnspitze	2062 m	1-2 WS	S, W	1020	5,2 km	3¼ h	●	217
G7	Kornbichl	1980 m	1 WS	W	930	4,6 km	3 h	●	219
G8	Staffkogel	2115 m	1-2 WS+	W, S	1060	5,5 km	3½ h	●	220
G9	Hahnenkampl aus dem Auracher Graben	1812 m	1 WS	NO	770	4,7 km	2½ h	●	222
G10	Saalkogel aus dem Auracher Graben	2006 m	1-2 WS+	NO, N	960	5,8 km	3 h	●	223
G11	Hahnenkampl über die Bochumer Hütte	1812 m	1 WS+	S	920	4,3 km	2¾ h	●	224
G12	Saalkogel von Wieseneegg	2006 m	1-2 WS+	S, W	1110	5,1 km	3½ h	●	225
G13	Gamshag von Wieseneegg	2178 m	1-2 WS+	NW, O	1250	5,9 km	4 h	●	226
G14	Schützkogel	2067 m	1-2 WS	W, SW	1150	4,0 km	3½ h	●	228
G15	Gamshag – Südwestroute	2178 m	1-2 WS+	SW	1230	5,1 km	3¾ h	●	230
G16	Schusterkogel	2207 m	2 ZS	W, SW	1260	7,7 km	4½ h	●	232
G17	Geißstein	2363 m	2-3 ZS	W, SW	1420	8,5 km	5 h	●	234
G18	Kuhkaser	2054 m	1-2 WS+	W	1100	3,5 km	3 h	●	237

**H Fieberbrunn** **238**

H1	Karstein	1922 m	2 ZS-	O, NO	1050	4,3 km	3 h	●	242
H2	Stuckkogel	1888 m	1-2 WS	O	1040	6,9 km	3½ h	●	244
H3	Gaisberg	1798 m	1-2 WS	NO	950	7,3 km	3½ h	●	245
H4	Daniel	1880 m	2 WS+	NW, S	1030	8,1 km	3½ h	●	246
H5	Großer Gebra	2057 m	2-3 ZS	NO, W	1200	8,6 km	4 h	●	247
H6	Weißkopfkogel	1970 m	2 WS+	N, O	1120	7,9 km	4 h	●	249

Nr.	Berg	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	LG	Seite
H7	Bischof	2127 m	2 ZS	N, W	1280	8,7 km	4½ h	●	250
H8	Hoher Mahdstein	2063 m	2-3 WS	W	1200	7,4 km	4 h	●	251
H9	Wildseeloder	2118 m	2 ZS	N	1270	6,6 km	4 h	●	252
H10	Platte	1906 m	1-2 ZS-	N	1050	4,8 km	3 h	●	253
H11	Bürglkopf	1703 m	1-2 WS+	N, O	850	6,0 km	2¾ h	●	255
H12	Kleberkopf	1757 m	1-2 WS	N, W, S	900	5,4 km	2¾ h	●	256
H13	Spielberghorn	2044 m	2 ZS+	N, W, S	1190	6,0 km	3½ h	●	257
H14	Wallerberg	1682 m	1 WS+	N, O	830	3,6 km	2½ h	●	258
H15	Buchensteinwand	1462 m	1 L	N	550	5,3 km	1½ h	●	260
H16	Sonnkogel	1727 m	1 WS	O	880	4,0 km	2½ h	●	261
H17	Kuhfeldhörndl	1942 m	2 ZS-	S, O	950	4,2 km	2¾ h	●	262
<b>I</b>	<b>Saalbach-Hinterglemm</b>								<b>264</b>
I1	Oberer Gernkogel	2175 m	2 WS+	N, NO	1280	5,9 km	4 h	●	268
I2	Zirmkogel	2215 m	2 WS+	NW	1100	5,4 km	3½	●	269
I3	Stemmerkogel von Osten	2123 m	1-2 WS+	O, SO	1000	4,4 km	3 h	●	270
I4	Saalbachkogel von Osten	2092 m	1-2 WS+	O, SO	970	4,8 km	3 h	●	271
I5	Hochkogel aus dem Löhnersbachgraben	2249 m	2 ZS-	NO	1220	6,0 km	3½ h	●	272
I6	Stemmerkogel von Hinterglemm	2123 m	1 L+	N, W	1040	4,0 km	3 h	●	274
I7	Saalbachkogel von Hinterglemm	2092 m	1 L	W	870	4,0 km	2½ h	●	275
I8	Hochkogel von Hinterglemm	2249 m	2 WS+	W, N, O	1050	5,7 km	3 h	●	276
I9	Medalkogel	2123 m	1-2 WS+	N, W	880	4,3 km	2½ h	●	277
I10	Bärensteigkopf	2225 m	1-2 WS	N, W	850	4,5 km	2½ h	●	279
I11	Rabenkopf	2074 m	1-2 WS	N	700	3,9 km	2 h	●	280
I12	Manlitzkogel	2247 m	1-2 WS+	SO, N	870	5,2 km	2½ h	●	282
I13	Hohe Penhab	2113 m	1-2 WS+	N, W	970	5,9 km	3 h	●	283
I14	Leitenkogel	2075 m	1-2 WS+	N	930	6,6 km	3 h	●	284
I15	Schusterkogel	2207 m	1-2 WS+	O	1060	5,6 km	3 h	●	286
I16	Saalkogel	2006 m	1 WS	SO, S	850	5,5 km	2½ h	●	287
I17	Staffkogel	2115 m	1-2 WS+	SO, S	970	3,5 km	2¾ h	●	289
I18	Sonnspitze	2062 m	1-2 WS	SO, S	910	4,3 km	2¾ h	●	291
I19	Spieleckkogel	1998 m	1 WS-	S	850	4,1 km	2½ h	●	292
I20	Geierkogel	1853 m	1-2 WS-	S	970	3,6 km	2¾ h	●	293
I21	Sausteigen	1912 m	1-2 WS-	SW, S	1030	4,3 km	3 h	●	294

☐ Edelster Pulverschnee am Wildkogel (Tour K2).

Nr.	Berg	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	LG	Seite
<b>J</b>	<b>Oberpinzgau Ost</b>								<b>296</b>
J1	Schmittenhöhe	1985 m	1-2 L	O, SO	1050	6,8 km	3 h	●	300
J2	Pinzgauer Spaziergang		2-3 ZS	alle	2200	31 km	10-12	●	301
J3	Maurerkogel	2074 m	1-2 WS+	O, SO	1080	5,3 km	3 h	●	303
J4	Zirmkogel	2215 m	1-2 WS+	S	1020	5,0 km	3 h	●	304
J5	Hochsonnberg	2150 m	1-2 WS	S	950	4,3 km	3 h	●	305
J6	Hochkogel	2249 m	2 ZS-	S	1050	5,6 km	3 h	●	306
J7	Bärensteigkopf	2225 m	1-2 WS+	S	1150	6,0 km	3½ h	●	307
J8	Manlitzkogel	2247 m	1-2 WS+	SW	1050	5,1 km	3 h	●	308
J9	Leitenkogel	2075 m	1 WS	S	880	5,2 km	2¾	●	309
J10	Geißstein	2363 m	2-3 ZS+	S	1200	7,4 km	4 h	●	309
J11	Rescheskogel	2182 m	1-2 WS+	SW	1250	5,5 km	3½h	●	310
<b>K</b>	<b>Oberpinzgau West</b>								<b>312</b>
K1	Resterhöhe	1894 m	1 L	NO	620	2,6 km	1½	●	316
K2	Wildkogel	2224 m	1-2 WS	O	1020	6,1 km	3 h	●	317
K3	Frühmesser	2233 m	2 ZS-	W	920	7,1 km	3 h	●	319
K4	Trattenbacheck	2138 m	1 WS-	O	880	5,7 km	2½ h	●	320
K5	Steinkogel	2299 m	1-2 WS+	O, S	1000	6,3 km	3 h	●	321
K6	Gamskogel	2206 m	2 WS+	W, S	900	6,2 km	3 h	●	322
K7	Kröndlhorn	2444 m	2 WS+	O, SO	1150	8,7 km	4 h	●	323
K8	Laubkogel	2317 m	1-2 WS	O, NO	1020	8,7 km	3½ h	●	324
K9	Gernkogel	2267 m	1-2 WS-	O	1070	6,1 km	3 h	●	324
K10	Ronachgeier	2236 m	1 WS-	O	800	5,1 km	2½ h	●	326
K11	Baumgartgeier	2392 m	1-2 WS	O	950	4,7 km	2¾ h	●	327
K12	Östlicher Salzachgeier	2466 m	2 WS+	W, O, S	1040	7,5 km	3½h	●	328
K13	Müllachgeier	2254 m	1-2 WS+	W, N	830	7,0 km	3 h	●	329

