



Hohe Tauern

Venedigergruppe

Granatspitzgruppe

Glocknergruppe

Goldberggruppe

Ankogelgruppe

inklusive Downloadcode für
GPS-Tracks

Hohe Tauern

Skitouren und Skibergsteigen



Titelbild Beim Aufstieg zum Bergerkogel (Tour F27) grüßt der Großglockner im Hintergrund.
Schmutztitel Abendstimmung am Schuhflicker (Tour N3) mit Blick über das Hohegg zu den Leoganger Steinbergen.
Frontispiz Die Großglockner-Hochalpenstraße erschließt im späten Frühjahr ein tolles Tourengebiet, über das man vom Brennkogel (Tour I12) einen guten Überblick hat.

Bildnachweis Alle Fotos stammen aus den Archiven der Autoren außer folgende:

Albrecht Seer | Fotos Seite 310, 416, 440
 Andreas Eicher | Fotos Seite 150, 152, 325
 Angelika Feiner | Foto Seite 27
 Christian Trojer, www.gipfelkraxler.at | Foto Seite 229
 Dietmar Ortner, www.tourenfex.at | Fotos Seite 162, 164, 231, 298, 299, 301, 302/303, 304, 305, 308, 309, 390
 Edu Koch | Fotos Seite 385, 398, 399, 400, 403
 Hannes Haberl, www.mountaininfo.eu | Foto Seite 397
 Hermann Scheer, www.berggratz.at | Fotos Seite 341, 345
 Jan Piepenstock | Fotos Seite 179, 181, 184/185
 Josef Kandler | Fotos Seite 426, 429
 Josef Schiefer | Foto Seite 315
 Martin Blum | Fotos Seite 7, 95, 106
 Michael Vitzthum | Foto Seite 24
 Ole Finckh | Foto Seite 9
 Peter Übleis, www.rausindienatur.com | Foto Seite 321
 Rudi Kühberger | Fotos Seite 408, 414, 415, 418/419, 433, 434, 436/437, 438, 444
 Thomas Mansberger, www.splitboardtouren.at | Fotos Seite 313, 391
 Ulli & Erich Haderer, www.nature-classic.at | Fotos Seite 342, 353, 354, 357
 Winfried Studer, Alte Prager Hütte - www.w-studer.at | Foto Seite 134
 www.foto-webcam.eu | Fotos Seite 214, 318, 340

2. Auflage 2024
 ISBN 978-3-95611-172-3



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

printed by Druckerei & Verlag Steinmeier GmbH
 Gewerbepark 6
 D-86738 Deiningen
 Tel.: +49 9081 2964-0
 www.steinmeier.net

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

© Panico Alpinverlag GmbH, 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 FührersSeite 8
 Schwierigkeitsbewertung.....Seite 20
 LawinengefahrSeite 22
 Anreise mit PKW und Öffis.....Seite 24
 Informationen zum Gebiet.....Seite 26
 Wichtige Informationsquellen.....Seite 28
 Natur und Umwelt.....Seite 30
 Skitouren auf Pisten.....Seite 32

Tourengebiete

A	Krimml	Seite	34
B	Neukirchen	Seite	64
C	Habachtal	Seite	84
D	Hollersbach	Seite	96
E	Felbertauern	Seite	114
F	Virgental	Seite	158
G	Kals	Seite	196
H	Stubachtal und Kaprun	Seite	234
I	Fusch – Glocknerstraße Nord	Seite	270
J	Heiligenblut – Glocknerstraße Süd	Seite	294
K	Raurisertal	Seite	326
L	Gasteinertal	Seite	358
M	Mallnitz	Seite	384
N	Großarlal	Seite	404

Übersicht der Ziele.....Seite 446
 Die Autoren.....Seite 455

Gebiets-/Kartenübersicht: siehe Buchumschlag hinten

Legenden: siehe Buchumschlag hinten

Gliederung

Der vorliegende Führer wurde in insgesamt 14 Einzelgebiete aufgeteilt, die jeweils als zusammenhängendes Tourengebiet angesehen werden können. In der Regel können die meisten Touren eines Tourengebiets von einem Talstützpunkt aus angegangen werden. Bietet sich ein Hüttenquartier an, so wird der Zugang dorthin als gesonderte Tour aufgeführt und die umliegenden Berge werden erst ab diesem Stützpunkt beschrieben. Einige Tourengebiete liegen näher zusammen, sodass von einem Talstützpunkt aus gleichzeitig mehrere Gebiete erreicht werden können.

Mit Ausnahme des Tourengebiets E (Felbertauern) befindet sich jedes Tourengebiet ausschließlich entweder nördlich oder südlich des Alpenhauptkammes. Die Überquerung der Wasserscheide ist im Winter mit PKW nur über den Felbertauerntunnel möglich - zwischen Bockstein im Gasteinertal und Mallnitz gibt es eine stündlich verkehrende Bahnverladung. Ansonsten ist die Zufahrt von der jeweils anderen Seite noch über die Tauernautobahn und den Tauerntunnel möglich. Da der Alpenhauptkamm auch eine sehr markante Wet-

terscheide darstellt, wird die Wahl des Tourengebiets häufig davon abhängen, ob alpen-südseitig oder alpennordseitig die besseren Bedingungen herrschen. Erst Anfang Mai ermöglicht die Großglockner-Hochalpenstraße eine weitere Traverse und außerdem den bequemen Zugang in den zentralen Teil der Glocknergruppe der Tourengebiete I (Fusch) und J (Heiligenblut).

Die wichtigsten Informationen zu den Hütten finden sich direkt im Vorspann der jeweiligen Tourenbeschreibung. Für Quartiere im Tal helfen die Fremdenverkehrsämter (siehe Seite 27) gerne bei der Unterkunftssuche. Bei jedem Tourengebiet wurden Übersichtskarte, Charakterisierung und verkehrsmäßige Erschließung vorangestellt sowie das notwendige Kartenmaterial erwähnt.

■ Durch die Saharasand-Wüste des Obersulzbachtals zum Maurettörl (Tour B7).





Empfehlung einer besten Zeit


Ganz bewusst wird darauf verzichtet, eine „beste Zeit“ für die Durchführung einer Tour zu empfehlen. Oft herrschen im Hochwinter nach einer längeren Hochdrucklage frühjahrsähnliche Verhältnisse, genauso wie im April eine kräftige Nordstaulage wieder den Winter zurückbringen kann. Sofern angebracht, werden jedoch Hinweise gegeben, bei welchen Verhältnissen (z.B. „stabile Firnlage“, „bei Neuschnee“ usw.) eine Tour empfehlenswert ist. Anhand der Informationen von Wetterbericht, Lawinlagebericht, Tourenverhältnismeldungen im Internet (z.B. Tourenforum auf skitourenportal.eu) und eigenen Beobachtungen sollte sich jeder Skitourengeher ein Bild der Schneelage machen können.

Zeitangaben

Die angegebene Zeit bezieht sich auf die reine Aufstiegszeit ohne Pausen und bei vorhandener Spur. Sind bis zum Hauptziel kurze Zwischenabfahrten erforderlich, wird die dafür erforderliche Zeit hinzugerechnet. Als Basiswert wird von einer Aufstiegsleistung von etwa 400 Höhenmeter (Hm) pro Stunde ausgegangen. Gut trainierte Tourengeher werden die Zeiten oft unterbieten, Genießer und langsame Geher sollten mehr Zeit einplanen. Bei anstrengender Spurarbeit können sich die Aufstiegszeiten aber auch für fitte Bergsteiger merklich erhöhen.

Karten

Die Übersichtsskizzen am Beginn eines jeden Tourengebietes dienen vor allem dazu, Gebietsneulingen zur groben Orientierung die Lagebezüge von Talorten, Ausgangspunkten und Gipfeln aufzuzeigen. Darüber hinaus geben sie einen schnellen Überblick über die Lage und Verteilung der beschriebenen Skitouren des jeweiligen Gebiets. Zur Planung und Durchführung der Touren werden die Alpenvereinskarten im Maßstab 1:25 000 bzw. 1:50 000 empfohlen. Teilweise sind auch die beschriebenen Skirouten darin eingezeichnet. Sollte die Skiroute in der Karte nicht eingezeichnet sein, lässt sie sich anhand der Beschreibung aber problemlos nachvollziehen. Nutzer der digitalen Alpenvereinskarten oder anderer Kartenapps können die zu diesem Buch erhältlichen GPS-Tracks in der Software öffnen und sich so die Route direkt in der Karte anzeigen lassen. Für jedes Tourengebiet sind die vorgeschlagenen Karten angegeben. Die im Text verwendeten Eigennamen (Gipfelbezeichnungen, Almen usw.) finden sich meist auch in den Karten wieder. Beim Aufruf der QR-Codes neben den Tourenbeschreibungen wird die jeweilige Tour in der Webseite skitouren guru.com geöffnet und standardmäßig in der BEV-Karte dargestellt.

 Föhnwolken über der nördlichen Glocknergruppe.

Lawinengefahr

Der Führer verzichtet auf eine konsequente Angabe zur Lawinengefährdung einer Tour, da die Einschätzung Sache des Tourengeherers vor Ort ist. Gelegentliche Warnhinweise sind dennoch eingefügt. Meist hängt das Lawinenrisiko der vorgestellten Touren mit der oben angegebenen Schwierigkeitsbewertung zusammen, wobei die aktuellen Bedingungen zu berücksichtigen sind. Während bei richtiger Routenwahl in einfachen Touren auch bei Warnstufe 3 und 4 noch ein vertretbares Risiko herrschen kann, sollte für anspruchsvolle Touren eine geringe Lawinengefahr abgewartet werden. Ausnahmen bestätigen wie immer die Regel. Im Zweifel sollte die Vorsicht den Ausschlag geben. Da beim Lawinenlagebericht die Exposition (Himmelsrichtung) als eine wichtige Komponente in Bezug auf die Lawinen- und Schneesituation angegeben wird, stellen die bei jeder Tour unter der vorherrschenden Hangrichtung (HR) gemachten Angaben eine wertvolle Planungshilfe dar.

Skitouren guru (QR-Codes)

Neben jeder Tourenbeschreibung wurden QR-Codes platziert, die direkt zur Darstellung der Route auf der Website skitouren guru.com leiten. Sofern ein aktueller Lawinenlagebericht vorliegt (meist Dezember bis April), werden für alle Standardtouren dieses Skitourenführers von einem Algorithmus tagesaktuelle Risikobewertung vorgenommen. Zusätzliche Risikoindikatoren für typische Lawinenlagen, erlauben auch außerhalb der Saison eine grobe Einschätzung der Lawinengefährdung der Routen.

Skitouren guru ist ein hervorragendes Planungswerkzeug. Anhand der Risikoindikatoren lässt sich auf den ersten Blick erkennen, welche Tourenziele für die aktuelle Lawinensituation angemessen sind. Allerdings kann dieses Computerprogramm weder eine situationsangepasste Spuranlage noch Einzelhangbeurteilung vor Ort vornehmen. Diese müssen weiterhin eigenverantwortlich vom Skitourengeher selbst durchgeführt werden. Umso mehr gilt das auch für die unzähligen, beschriebenen oder angedeuteten Varianten, die in den meisten Fällen nicht von Skitouren guru erfasst werden.

Lawinenlage

Wer Skitouren geht, für den ist es empfehlenswert, über den gesamten Winter den Verlauf der Schneefälle und den Schneedeckenaufbau zu verfolgen. Konkret sollte man sich bei Planung einer Tour Gewissheit über die regionalen Bedingungen verschaffen. Die Informationen dazu stellen die Lawinenwarndienste bereit:

Salzburg: www.lawine.salzburg.at

Tirol (auch Osttirol): lawinen.report

Kärnten: lawine-kaernten.at

Detaillierte Lawinenlageberichte sind fast über die gesamte Skitourensaison von etwa Dezember bis Ende April tagesaktuell verfügbar. Die Lawinenprognose für den kommenden Tag wird täglich um 17.00 Uhr (Salzburg und Kärnten um 18 Uhr) aktualisiert. Zudem findet sich unter den angegebenen Websites eine Vielzahl nützlicher Zusatzinformationen, wie tiefer gehende Analysen in Blogbeiträgen, Stationsmessdaten oder bei den Warndiensten in Salzburg und Kärnten ein Link zu skitourenportal.eu mit aktuellen Tourenberichten, die dort von den Nutzern des Portals publiziert werden.

☑ Skitouren führen ins alpine Gelände und die Lawinengefahr muss eigenverantwortlich beurteilt werden (Tour F29).



Tourengebiet G: **Kals**

In Kals dreht sich alles um den Großglockner. Über Jahrzehnte brachte der höchste Berg Österreichs den Bergführern und Zimmervermietern des Ortes gute Einnahmen. Leider reicht dies in der heutigen Zeit wohl nicht mehr und so wurde nicht nur das Skigebiet stark erweitert und mit dem Skigebiet Mautrei verbunden, sondern auch eine wenig ansehnliche Hotelanlage in den Talschluss gestellt, die den ursprünglichen Charme des Tals deutlich verringert. Die Skitourengeher bekommen davon aber nur wenig mit, da sich deren Aktivitäten haupt-

sächlich in den Seitentälern abseits des Haupttals abspielen. Die Tourenausswahl ist hier sehr vielfältig und reicht von der harmlosen Einsteigertour bis hin zur anspruchsvollen Skihochtour mit Westalpencharakter.

Anfahrt **Mit ÖPNV:** Von der Bahnstation Lienz fährt nahezu stündlich ein Bus nach Kals bis zum Gasthaus Taurer.


Anfahrt mit PKW: In Huben von der Felbertauernstraße abbiegen und nach Kals. Von dort führt eine den ganzen Winter über befahrbare Mautstraße zum Lucknerhaus.

Quartiere **Kalser Tauernhaus:** Schutzhütte der DAV-Sektion Mönchengladbach im Dorfertal, Winterraum mit 4 Plätzen und Heizmöglichkeit, Schlüssel gegen Kautions beim Hüttenwirt in Kals, Infos: www.kalser-tauernhaus.de.

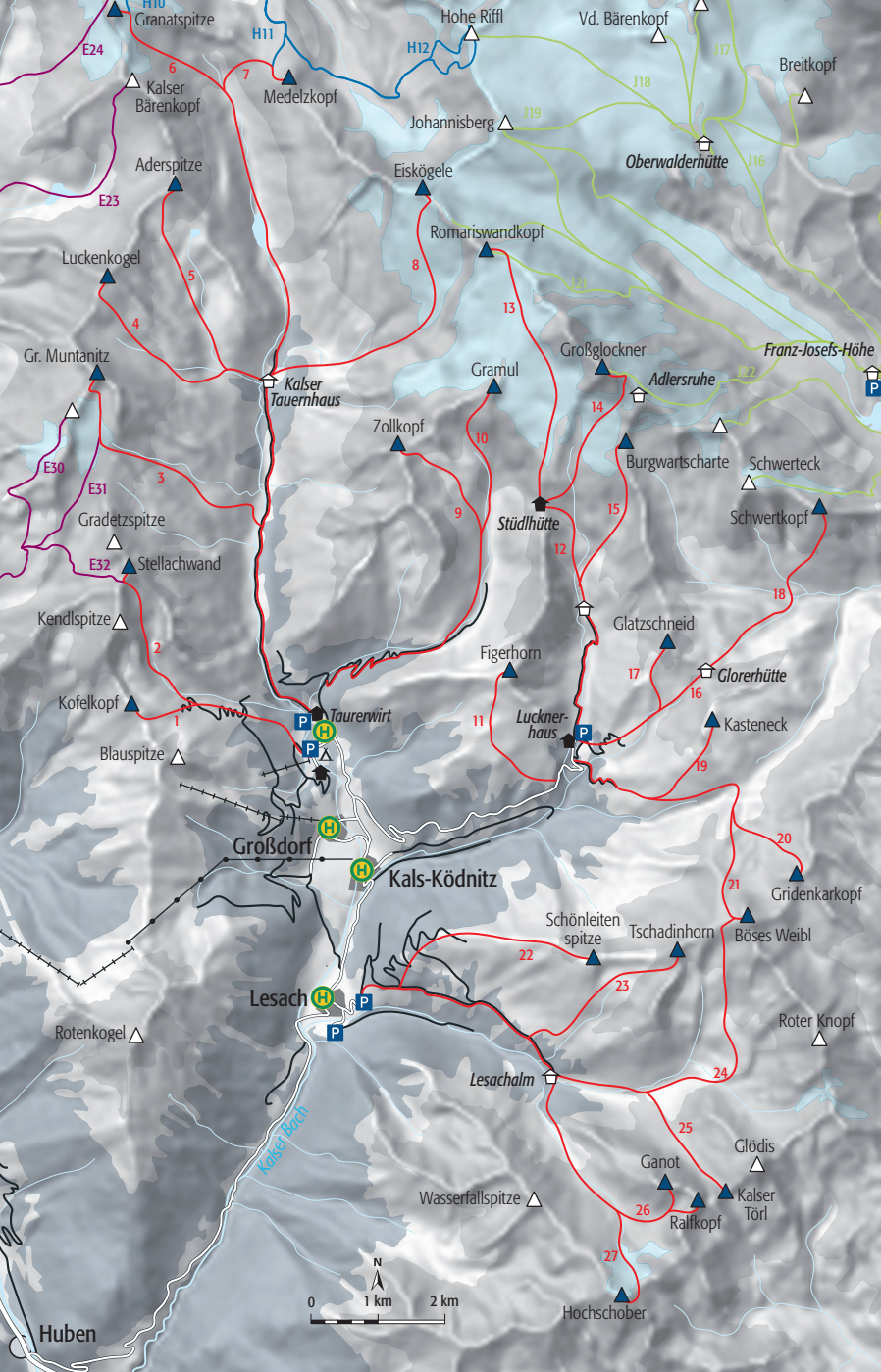
Lucknerhaus: Berggaststätte oberhalb von Kals, ganzjährig geöffnet, www.lucknerhaus.at, Tel.: +43 4876 8555.

Stüdlhütte: Schutzhütte der DAV-Sektion Oberland am Großglockner, geöffnet von etwa Anfang März bis Anfang Mai, sonst Winterraum, www.stuedlhuetten.at, Tel.: +43 4876 8209.

 Herrlicher Blick vom Figerhorn in die Schobergruppe.

 Dem Großglockner kann man in Kals nicht entinnen, selbst im abgeschiedenen Teischnitztal.





Karten

AV-Karte 40 – Glocknergruppe, 1:25 000

AV-Karte 39 – Granatspitzgruppe, 1:25 000

AV-Karte 41 – Schobergruppe, 1:25 000

Touren

G1	Kofelkopf (Brunnerkogel)	S. 200
G2	Graue Scharte, Stellachwand	S. 201
G3	Großer Muntanitz	S. 202
G4	Luckenkogel	S. 206
G5	Aderspitze	S. 207
G6	Granatspitze	S. 208
G7	Medelzkopf, Kaiser Tauern	S. 209
G8	Eiskögele	S. 210
G9	Zollkopf	S. 211
G10	Gramul	S. 212
G11	Figerhorn	S. 214
G12	Stüdlhütte	S. 216
G13	Romariswandkopf	S. 217
G14	Großglockner	S. 218
G15	Burgwartscharte	S. 220
G16	Glorer Hütte, Bairisches Törl	S. 221
G17	Glatzschneid, Weißer Knoten	S. 222
G18	Schwertkopf	S. 223
G19	Kasteneck	S. 224
G20	Gridenkarkopf	S. 225
G21	Böses Weibl vom Lucknerhaus	S. 226
G22	Schönleitenspitze, Lesacher Riegel	S. 228
G23	Tschadinhorn	S. 229
G24	Böses Weibl aus dem Lesachtal	S. 230
G25	Kaiser Törl	S. 231
G26	Ganot, Ralfkopf	S. 232
G27	Hochschober, Schobertörl	S. 233

Tourengebiet J: **Heiligenblut, Glocknerstraße Süd**

Die Tourensaison in Heiligenblut kennt zwei „Jahreszeiten“: Vor und nach der Öffnung der Glocknerstraße. Bis Anfang Mai werden hauptsächlich die Anstiege talauswärts wie im Fleißtal, im Zirknitztal und (dem hier nicht mehr beschriebenen Astental) begangen. Alternativ lassen sich einige „Ski-Plus-Unternehmungen“ im Umfeld des Skigebiets durchführen. Wenn Anfang Mai die Glocknerstraße öffnet, wird es Zeit für die Königstouren im Herzen der Glocknergruppe. Absteigen für den Aufstieg heißt es dann oft, denn der Parkplatz an der Franz-Josefs-Höhe liegt inzwischen gute 300 Hm über dem Talgrund, der einst vom gewaltigen Pasterzengletscher bedeckt war. Der Name „Pasterze“ kommt vom slowenischen „pastirica“, was soviel wie Hirtegegend bedeutet und darauf hinweist, dass hier vor langer Zeit einmal Almwiesen waren und vielleicht bald wieder sein werden? Tief beeindruckend ist der Abstieg zur Pasterze im Morgendämmern, voller Vorfreude auf die Tour, wenn die ersten Sonnenstrahlen hoch oben auf die Gletscher um den Glocknergipfel fallen. Daneben hat das Frühjahr an der Glocknerstraße aber noch viele weitere große und auch kleinere Touren zu bieten, die eine genußvolle Saisonverlängerung in grandioser Landschaft garantieren.

ren im Herzen der Glocknergruppe. Absteigen für den Aufstieg heißt es dann oft, denn der Parkplatz an der Franz-Josefs-Höhe liegt inzwischen gute 300 Hm über dem Talgrund, der einst vom gewaltigen Pasterzengletscher bedeckt war. Der Name „Pasterze“ kommt vom slowenischen „pastirica“, was soviel wie Hirtegegend bedeutet und darauf hinweist, dass hier vor langer Zeit einmal Almwiesen waren und vielleicht bald wieder sein werden? Tief beeindruckend ist der Abstieg zur Pasterze im Morgendämmern, voller Vorfreude auf die Tour, wenn die ersten Sonnenstrahlen hoch oben auf die Gletscher um den Glocknergipfel fallen. Daneben hat das Frühjahr an der Glocknerstraße aber noch viele weitere große und auch kleinere Touren zu bieten, die eine genußvolle Saisonverlängerung in grandioser Landschaft garantieren.

Anfahrt **Mit ÖPNV:** Mit der Bahn nach Mallnitz-Oberveellach. Von dort mit Shuttle-Taxi oder Bus nach Heiligenblut.
Anfahrt mit PKW: Im Winter ist Heiligenblut nur von Süden über die Mölltal-Bundesstraße ab Winklern erreichbar. Anfahrt dorthin entweder über Tauernautobahn und Katschberg via Spittal, über die Autoverladung in Böckstein/Mallnitz oder über den Felbertauern-Tunnel und Lienz. Ab Anfang Mai mit Öffnung der Glocknerstraße gelangt man auch direkt aus dem Pinzgau dorthin. Die Mautstelle der Südrampe befindet sich unmittelbar vor der Mit-

☐ Bei der Abfahrt vom Johannisberg (I19) bilden Großglockner und Pasterze eine einzigartige Kulisse.

telstation des Skigebiets Heiligenblut. Die Zufahrt bis dorthin ist im Winter möglich (Parkplätze). Aktuelle Tarife und Öffnungszeiten der Mautstraße unter www.grossglockner.at.

Quartier **Oberwalderhütte:** Schutzhütte der ÖAV-Sektion Austria auf dem Großen Burgstall, Winterraum offen, 10 Plätze, Holzvorräte knapp und zum Ende der Saison hin evtl. aufgebraucht, Gaskocher mitnehmen, zukünftig wohl erst ab Juni bewirtschaftet, www.oberwalderhuette.at, Tel.: +43 6563 82210.

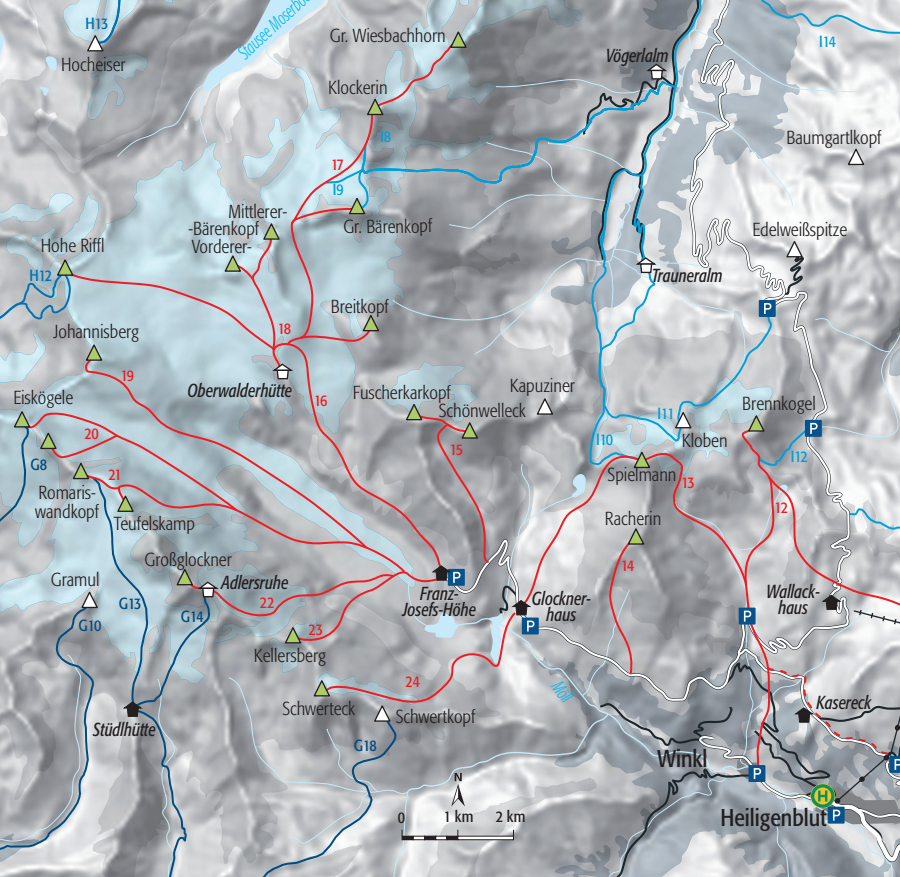
Glocknerhaus: Berggasthaus der ÖAV-Sektion Klagenfurt an der Großglocknerstraße kurz unterhalb der Franz-Josefs-Höhe, bewirtschaftet während der Öffnungszeiten der Glocknerstraße (ab Anfang Mai), sonst Winterraum offen, 8 Plätze, www.dasglocknerhaus.at, Tel.: +43 4824 24666.

Zittelhaus: Schutzhütte der ÖAV-Sektion Salzburg am Gipfel des Rauriser Sonnblick, bewirtschaftet je nach Wetter im März und April, www.zittelhaus.at, Tel.: +43 6544 6412.

Karten AV-Karte Nr. 40 – Glocknergruppe 1:25 000,
 AV-Karte Nr. 41 – Schobergruppe mit Skirouten 1:25 000,
 AV-Karte Nr. 42 – Sonnblick, mit Skirouten 1:25 000.

☐ Langer Marsch über den längsten Gletscher Österreichs zum Johannisberg (I19).



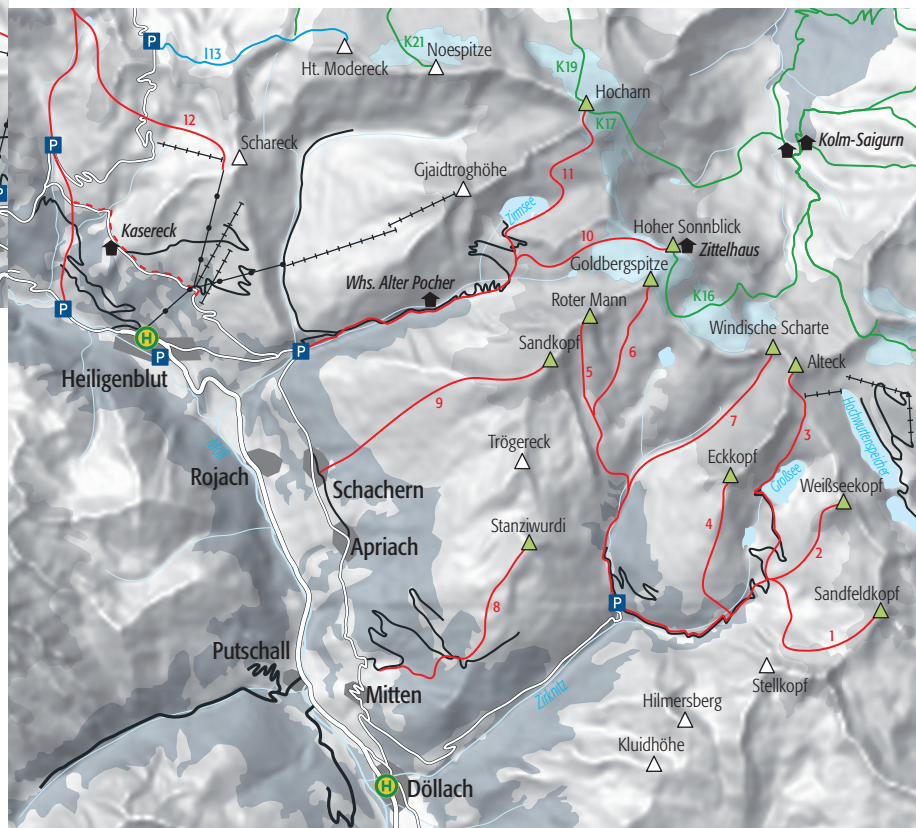


Touren

J1	Sandfeldkopf.....	S. 298
J2	Weißseekopf.....	S. 299
J3	Alteck.....	S. 300
J4	Eckkopf.....	S. 301
J5	Roter Mann.....	S. 302
J6	Goldbergspitze, Hoher Sonnblick aus dem Zirknitztal.....	S. 303
J7	Windische Scharte.....	S. 304
J8	Stanziwurdi.....	S. 305
J9	Sandkopf.....	S. 306
J10	Hoher Sonnblick durchs Fleißtal.....	S. 307
J11	Hocharn.....	S. 308

Heiligenblut – Glocknerstraße Süd

J12	Brennkogel.....	S. 309
J13	Spielmann.....	S. 311
J14	Racherin, Wasserradkopf.....	S. 312
J15	Sonnwelleck, Fuscherkarkopf.....	S. 313
J16	Oberwalderhütte.....	S. 314
J17	Gr. Wiesbachhorn, Klockerin.....	S. 316
J18	Hohe Riffel, Bärenköpfe, Breitkopf.....	S. 317
J19	Johannisberg.....	S. 318
J20	Schneewinkelkopf, Eiskögele.....	S. 319
J21	Teufelskamp, Romariswandkopf.....	S. 320
J22	Großglockner.....	S. 321
J23	Kellersberg.....	S. 323
J24	Schwerteck, Kellerskopf.....	S. 324





3. Alteck 2942 m

Während die Weißseespitze nach Neuschnee schnell wieder sichere Bedingungen aufweist, erfordert der Aufstieg zur Kleinzirknitzscharte eine wirklich stabile Schneelage. Besonders die Querung über dem Großsee ist in den steilen Südosthängen von Lawinen bedroht und erfordert im Frühjahr gutes Zeitmanagement.



AP	Von Döllach auf schmaler Bergstraße ins Zirknitztal bis zum Abzweig des Kleinzirknitztals. Schranke, Parkmöglichkeit.				
Schw	2-3 ZS	HR	SO, SW	D	7,2 km
AH	1640 m	HM	1300	Zeit	4 h

Aufstieg Von der Schranke auf dem Fahrweg ins Kleinzirknitztal und wie bei J1 bis zur Waldgrenze an der Ochsnerhütte. In der Folge hält man sich eher links entlang eines Rückens, der hinaufführt zur Staumauer vom Großsee. Am besten quert man gleich unterhalb der Staumauer entlang der Werkstraße die Talseite und steigt jenseits hinauf zur Dammkrone. Dort quert man ein Stück links oberhalb des Sees nach Nordosten zu einer markanten Rinne, die links eines Moränenwalls die Steilstufe durchschneidet, wodurch man relativ bequem in die Kleinzirknitzscharte gelangt. Die Liftstation rechts liegend queren wir nun unterhalb der Rojacherspitze nach Norden in das Kar und steigen links auf in die Scharte am Beginn des Südgrats vom Alteck (Skidepot). Am Grat oder durch die Schneerinne rechts davon zum Gipfel.

Abfahrt Wie Aufstieg.

4. Eckkopf 2868 m

Der ebenmäßige Südwesthang des Eckkopfs trennt das Kleine vom Großen Zirknitztal und sticht schon bei der Anfahrt ins Auge. Von seinem Gipfel hat man zudem einen perfekten Überblick über die Tourenmöglichkeiten im Zirknitztal.

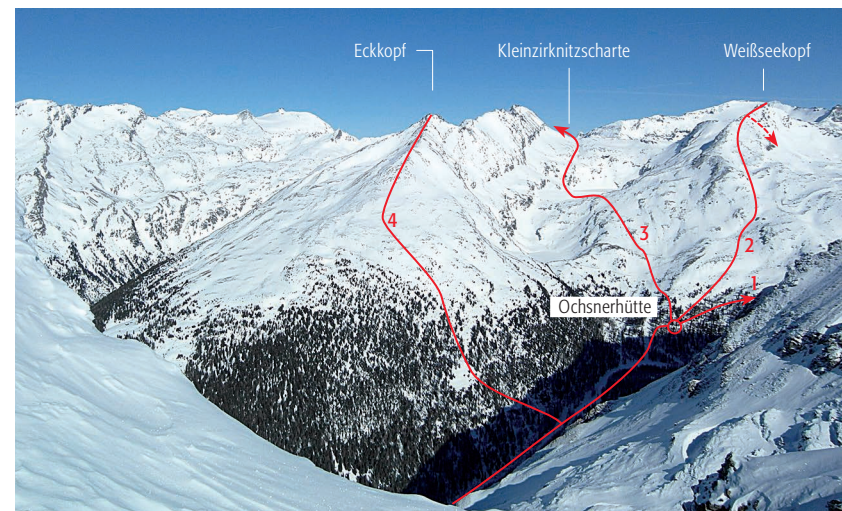


AP	Von Döllach auf schmaler Bergstraße ins Zirknitztal bis zum Abzweig des Kleinzirknitztals. Schranke, Parkmöglichkeit.				
Schw	2 WS	HR	SW, S	D	5,1 km
AH	1640 m	HM	1250	Zeit	3 1/2 h

Aufstieg Wie bei J1 ins Kleinzirknitztal und nach dem Kraftwerk ca. 15 min. aufwärts, bis ein Güterweg nach links über den Bach und in den gegenüberliegenden Südhang zieht. Dort steigt man nun über den licht bewaldeten Rücken hinauf zur Waldgrenze und durch schönes Skigelände – anfangs eher links haltend – hinauf zum breiten Südrücken des Eckkopfs. Nach einer flacheren Passage verschmälert sich das Gelände zu einem Grat, den man noch so hoch wie möglich mit Ski verfolgt. Spätestens etwa 100 Hm unter dem Gipfel wird ein Skidepot errichtet. Über den einfachen Grat – eine Felsstufe rechts umgehend – nach Norden und an einem Drahtseil über das letzte Steilstück zum Gipfel.

Abfahrt Wie Aufstieg oder je nach Scheeverhältnissen auch östlich oder westlich davon.

☐ Blick von Süden ins Kleinzirknitztal – Foto: Tourenfex.at



5. Roter Mann 3095 m

Der höchste Punkt zwischen Sandkopf und Goldbergspitze hat sich in den letzten Jahren zur beliebtesten Skitour im Großen Zirknitzal entwickelt. Bereits im Hochwinter, wenn die Bedingungen passen, erst recht aber zu fortgeschrittener Jahreszeit steigen immer öfter Tourengerer über die schier endlosen Südosthänge zu seinem Gipfel.



AP	Von Döllach auf schmaler Bergstraße ins Zirknitzal. Im Winter bis zur Abzweigung des Kleinzirknitzals geräumt, im Frühjahr kann man noch ein Stück weiter Richtung Schrällkaser bis zum Parkplatz fahren.				
Schw	2–3 ZS	HR	S, SO	D	5,1 km
AH	1640 m	HM	1450	Zeit	4 h

Aufstieg Auf der Straße links vom Bach ins Großzirknitzal zum Schrällkaser. Man wechselt die Talseite und folgt dem Sommerweg durch den Wald ein Stück bis man bei einer Kehre über einen Steg erneut den Bach überquert. Jetzt steigt man über den mit Zirben bewachsenen Steilhang links zur Rampe des Sommerwegs und zur Baumgrenze. In einer Rechtsquerung oberhalb steiler Gräben gelangen wir zu einem Hütterl (ca. 2300 m) auf den flacheren Hängen unterhalb der Bretterwand. Durch eine lang gezogene, karähnliche Mulde steigt man nun

immer rechts der Bretterwand nach Norden bis unter den steilen Gipfelaufbau. In Spitzkehren zum höchsten Punkt oder bei Lawinengefahr besser nach rechts zum felsigen Ostgrat und über diesen zu Fuß zum höchsten Punkt.

Abfahrt Wie Aufstieg.

Variante An der Baumgrenze weiter links kommt man steil in das Kar westlich der Bretterwand und zum Sandkopf. Ihn erreicht man auch von Oberschachern (J10).

6. Goldbergspitze 3072 m, Hoher Sonnblick 3105 m

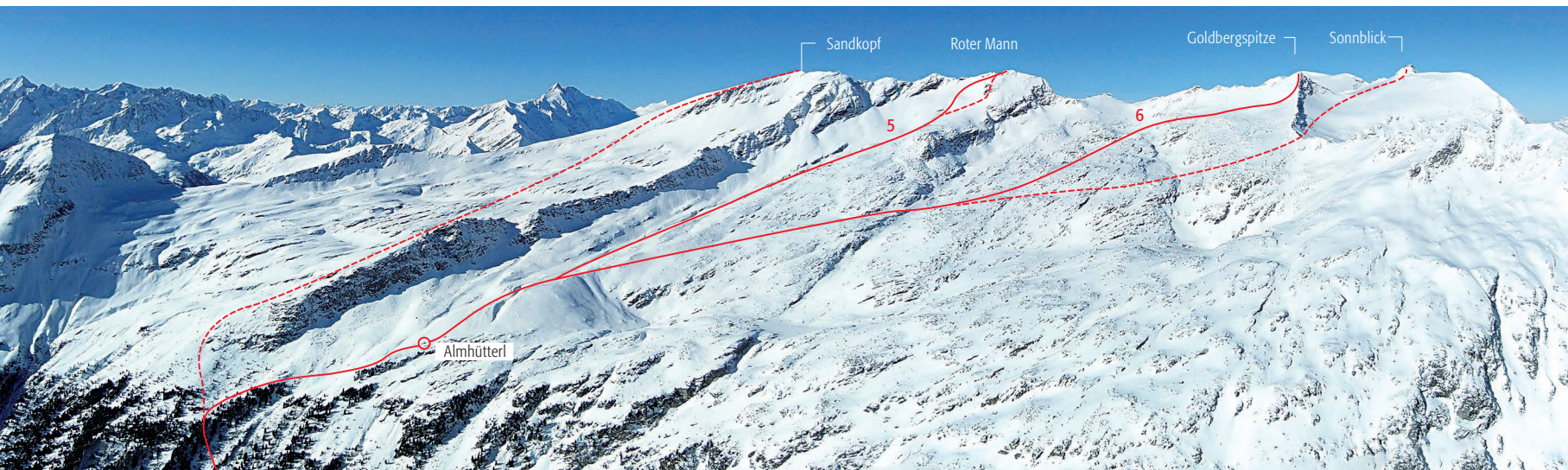
Auf den viel bestiegenen Hohen (Rauriser) Sonnblick ist die Route aus dem Zirknitzal wohl die einsamste. Während die Massen von Kolm-Saigurn aufsteigen, führt der übliche Anstieg von Kärntner Seite durch das Fleißtal zum Gipfel. Skifahrerisch ist auf dem im folgenden vorgestellten Weg aber die Goldbergspitze zu bevorzugen.

















AP	Am Eingang des Großen Zirknitzals (siehe auch J5)				
Schw	2–3 ZS	HR	SO	D	5,7 km
AH	1640 m	HM	1450	Zeit	4 h

Aufstieg Wie bei Tour J5 ins Großzirknitzal und über die Steilstufe hinauf zum Almhütterl (ca. 2300 m) hoch über dem Talgrund. Weitläufiges, kupiertes Skigelände

Panoramablick übers das Großzirknitzal zum Großglockner – Foto: Tourenfex.at



Nr.	Berg	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	Seite
A Krimml        34								
A1	Krimmler Tauernhaus	1622 m	1 L	O, N	550	10,0 km	2½ h	38
A2	Warnsdorfer Hütte	2336 m	1-2 WS+	SW	720	8,4 km	3 h	39
A3	Rainbachegg	2530 m	2 ZS-	SO, S	910	3,2 km	2½ h	40
A4	Roßkopf	2845 m	2 ZS-	S	1230	7,0 km	4 h	41
A5	Mannlkarkopf	2873 m	2 WS+	SO, S	1260	7,9 km	4½ h	43
A6	Reichenspitze	3303 m	4 ZS+	O, SO	1700	9,4 km	6 h	44
A7	Richterspitze	3052 m	3 ZS	O	1450	8,3 km	5 h	46
A8	Windbachtalkopf	2843 m	2 WS+	N	1230	8,5 km	4½ h	48
A9	Graukarkopf	2663 m	2 WS+	N	1050	5,4 km	3½ h	49
A10	Rainbachspitze	3129 m	3 WS+	SO	1500	7,4 km	5 h	50
A11	Zillerplattenspitze	3148 m	2-3 WS+	NO, SO	1530	9,8 km	5½ h	51
A12	Dreiecker	2892 m	2 ZS	NO	1370	9,0 km	5 h	54
A13	Schientalkopf, Tauernkopf	2773 m	2 WS	N	1250	9,1 km	4½ h	55
A14	Glockenkarkopf	2911 m	2 WS	NW	1300	9,8 km	5 h	56
A15	Dreihornspitze	3499 m	4 S	O, W	1800	8,3 km	6 h	57
A16	Mittlerer Maurerkeeskopf	3281 m	3 WS+	N, SW	950	3,4 km	3 h	59
A17	Gamsspitzl	2888 m	2 WS-	W	550	1,6 km	1½ h	60
A18	Sonntagköpfe	3129 m	3 ZS	SW	800	2,7 km	2½ h	61
A19	Schliefer Spitze	3289 m	4 ZS	SW	1000	4,1 km	4 h	62
A20	Unlabkarkopf	3074 m	2-3 ZS	S, W	1450	6,8 km	4½ h	63
B Neukirchen        64								
B1	Postalm	1699 m	1 L	N	800	10,8 km	3½ h	68
B2	Kürsinger Hütte	2547 m	2 WS-	N, SW	1700	17,7 km	7 h	69
B3	Foiskarkogel	3029 m	2-3 ZS	N, NO	2100	11,8 km	5½ h	70
B4	Gr. Jaidbachspitze	3102 m	3 WS+	O	1400	5,5 km	4½ h	71
B5	Schliefer Spitze	3289 m	3 ZS	O	1600	5,5 km	5 h	72
B6	Sonntagköpfe	3136 m	2-3 ZS-	NO, N	1450	5,9 km	4½ h	73
B7	Maurertörl, Gamsspitzl	3108 m	2-3 WS	O, N	850	6,2 km	4 h	75
B8	Großer Geiger von der Kürsinger Hütte	3360 m	3 WS+	N, SW	1100	5,7 km	4½ h	76
B9	Obersulzbachtörl	2921 m	2 WS+	N, NW	600	4,0 km	2½ h	77
B10	Großvenediger Westgrat	3660 m	4 ZS	NW	1200	4,7 km	6 h	78
B11	Großvenediger über die Venedigerscharte	3660 m	2-3 WS	N, SO	1200	6,2 km	4½ h	79
B12	Keeskogel	3291 m	2 WS	SW	750	2,3 km	2½ h	81
B13	Bachmayrspitze	3119 m	2 WS	N, SO	600	2,4 km	2 h	82
B14	Hachelkopf, Heuschartenkopf	2041 m	2 WS+	N	1200	6,5 km	4 h	83

Nr.	Berg	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	Seite
C Habachtal        84								
C1	Thüringer Hütte	2212 m	2 WS+	N	1350	12,9 km	5½ h	89
C2	Habachspitze	3064 m	3 ZS	NO	2200	12,5 km	6½ h	89
C3	Hohe Furllegg	3244 m	2-3 ZS-	NO	1100	5,2 km	3½ h	90
C4	Plattiger Habach	3214 m	2-3 WS+	N	1000	4,2 km	3 h	92
C5	Kratzensbergkopf	3023 m	2-3 ZS-	N, W	800	3,3 km	2½ h	93
C6	Larmkogel	3022 m	2-3 ZS	W	800	1,9 km	2½ h	94
C7	Blessachkopf	3050 m	2 ZS-	W, N	800	2,4 km	2½ h	95
D Hollersbachtal        96								
D1	Breitkopf	2421 m	2 WS+	N	1550	6,4 km	4½ h	100
D2	Pihapper	2513 m	2-3 WS	NW	1350	4,5 km	4 h	101
D3	Pembachkogel, Stubenkogel	2467 m	2 WS+	W	1650	8,4 km	5 h	102
D4	Hoher Herd	2824 m	2-3 ZS	W	2000	9,5 km	6 h	103
D5	Blessachkopf	3050 m	3 ZS	O, NO	2200	12,1 km	7 h	104
D6	Neue Fürther Hütte	2201 m	2 WS+	NO, N	1400	13,1 km	5½ h	106
D7	Larmkogel	3022 m	2 ZS-	SO	850	2,3 km	2½ h	108
D8	Kratzensbergkopf, Seekopf	3023 m	2-3 ZS-	O, S	850	3,6 km	3 h	109
D9	Abretterkopf, Rote Säule	2980 m	2-3 WS+	NW, S	800	3,8 km	3 h	111
D10	Tauernkogel	2989 m	3 ZS	alle	1200	6,6 km	4½ h	112
E Felbertauern        114								
E1	Rossalmköpfl, Birkkogel, Zwölferkogel	2030 m	1-2 WS-	W, NW	1200	4,2 km	3½ h	120
E2	Brentling	2243 m	1-2 WS	NW	1220	5,8 km	3½ h	121
E3	Großes Schrankeck	2394 m	2 ZS-	NW	1400	6,5 km	4 h	122
E4	Hörl	2852 m	2 ZS	NW, N	1850	9,0 km	5½ h	124
E5	St. Pöltener Hütte	2481 m	2 WS+	N, W	1450	9,6 km	4½ h	125
E6	Amertaler Höhe	2841 m	2-3 ZS	N, O	1350	4,8 km	3½ h	126
E7	Seekopf	2642 m	2 ZS-	N, W	1150	4,4 km	3 h	127
E8	Tauernkogel	2989 m	2-3 ZS	S, SO	1500	6,4 km	4½ h	128
E9	Weißeneckscharte	2637 m	2 WS	S, SO	1120	5,9 km	4 h	129
E10	Rote Säule	2994 m	2 WS+	S, SO	1500	8,7 km	5 h	130
E11	Kratzensbergkopf, Seekopf	3023 m	2-3 ZS	S	1530	11,0 km	5 h	132
E12	Plattiger Habach	3214 m	2-3 ZS	S	1700	12,1 km	5½ h	133
E13	Neue Prager Hütte	2796 m	2-3 ZS-	NO, SO	1300	9,4 km	4½ h	134
E14	Großvenediger, Kleinvenediger	3660 m	3 WS	O, SO	900	4,0 km	3 h	136
E15	Rainer Horn, Hoher Zaun	3560 m	3 WS	O, N	800	4,1 km	3 h	137
E16	Innerer Knorkogel	2884 m	2-3 ZS	N, W	1380	10,5 km	4½ h	138

Nr.	Berg	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	Seite
E17	Äußerer Knorrkogel	2912m	2 ZS-	N	1400	9,9 km	4 ½ h	139
E18	Wildenkogel	3022m	2-3 S-	N	1500	5,1 km	4 h	140
E19	Hochgasser	2922m	2 WS+	SW, S	1300	4,9 km	3 ½ h	142
E20	Riegelkopf	2921m	2 ZS	S	1300	3,8 km	3 ½ h	143
E21	Amertaler Höhe	2841m	2 WS+	SW, S	1350	5,6 km	4 h	144
E22	Wilde Mander Scharte	2625m	2 WS+	SW, W	1150	4,3 km	3 h	145
E23	Kaiser Bärenkopf	3053m	2-3 ZS	W, S	1650	8,0 km	5 h	146
E24	Stubacher Sonnblick, Granatspitze	3088m	2-3 ZS-	W, O	1700	9,0 km	5 h	147
E25	Graue Schimme, Graukogel	3053m	2-3 ZS	SW	1750	4,6 km	4 ½ h	148
E26	Strichwandkogel	2640m	2 ZS+	S	1500	5,7 km	4 ½ h	150
E27	Dabernitzkogel	2972m	2-3 ZS	S, SW	1850	10,3 km	5 ½ h	151
E28	Niedereicham	3249m	3 S-	O, N, S	2150	10,2 km	6 h	152
E29	Sudetendeutsche Hütte	2650m	2 ZS	SW, S	1200	6,6 km	3 ½ h	153
E30	Kleiner Muntanitz	3192m	2 WS	S, W	550	2,8 km	1 ½ h	154
E31	Großer Muntanitz	3252m	2-3 S-	SO	600	3,2 km	2 h	155
E32	Graue Scharte, Gradetzkogel, Stellachwand	2970m	2-3 ZS	W	320	1,7 km	1 ¼ h	156
E33	Bunzkögele	2430m	1-2 WS+	S, W	900	2,7 km	2 ½ h	157






F Virgental       **158**

F1	Bonn-Matreier Hütte	2750m	2 WS+	S, SO	1250	5,3 km	3 ½ h	162
F2	Eichamscharte	3125m	2-3 ZS+	S, SO, W	1700	5,8 km	5 h	163
F3	Eisseehütte	2521m	2 WS	S	1250	5,2 km	3 ½ h	164
F4	Weißspitze von der Eisseehütte	3300m	2-3 ZS	S	800	3,7 km	2 ½ h	165
F5	Hinterer Seekopf, Kleiner Hexenkopf	3234m	2 WS	S, W	750	3,4 km	2 ½ h	166
F6	Vorderer Seekopf	3280m	2 WS+	S	800	3,2 km	2 ½ h	167
F7	Johannishütte	2121m	1-2 WS-	S	750	4,9 km	2 ½ h	168
F8	Kreuzspitze, Tulpspitze	3164m	2-3 ZS+	W, N	1100	3,9 km	3 h	169
F9	Zopetspitze	3198m	2-3 ZS	W, SW	1150	3,7 km	3 h	170
F10	Weißspitze von der Johannishütte	3300m	3 ZS	W, N, S	1200	5,3 km	4 h	171
F11	Kristallwand	3329m	2-3 WS-	W, SW	1200	6,6 km	4 h	172
F12	Rainer Horn, Schwarze Wand, Hoher Zaun	3560m	2 WS	SW, S	1450	6,5 km	4 ½ h	173
F13	Großvenediger	3660m	2-3 WS	SW, S	1550	7,1 km	5 h	174
F14	Großer Geiger von der Johannishütte	3360m	2-3 ZS	O, SW	1250	6,0 km	4 h	176
F15	Südtliches Happ	3304m	2-3 ZS	SO	1200	3,6 km	3 ½ h	177
F16	Essener-Rostocker Hütte (ERH)	2208m	2 WS	S, W	800	4,8 km	3 h	178
F17	Türmljoch	2790m	2 ZS-	SW	700	2,2 km	2 ½ h	179
F18	Großes Happ	3350m	3 ZS+	SW	1150	4,1 km	3 ½ h	180
F19	Großer Geiger von der ERH	3360m	2-3 WS	S, SW	1150	5,2 km	3 ½ h	180
F20	Maurertörl	3205m	2 WS	S	900	4,7 km	3 h	182

Nr.	Berg	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	Seite
F21	Mittlerer Maurerkeeskopf	3281m	3 ZS-	SO	1100	5,3 km	3 ½ h	184
F22	Östliche Simonyspitze	3488m	3 ZS-	SO	1300	4,7 km	4 h	185
F23	Westliche Simonyspitze, Vd. Gubachspitze	3488m	3 ZS-	O, W	1350	5,9 km	4 h	186
F24	Dreiherrnspitze, Umbalköpfel	3499m	3-4 S	O, S	1400	6,7 km	5 h	188
F25	Mittlere Malhamspitze	3364m	2-3 WS+	O, NO	1200	5,8 km	3 ½ h	190
F26	Rostocker Eck	2749m	2 WS	SO, N	550	2,9 km	1 ½ h	191
F27	Bergerkogel	2656m	2 WS+	O, NO	1500	5,7 km	3 ½ h	192
F28	Lasörling über die Lasörlinghütte	3098m	3 S	N, SO	1950	9,9 km	6 h	193
F29	Lasörling durch das Lasnitzental	3098m	3 S	N, NW	1800	7,9 km	5 ½ h	194

G Kals       **196**

G1	Kofelkopf (Brunnerkogel)	2607m	2 WS+	O	1150	3,6 km	3 h	200
G2	Graue Scharte, Stellachwand	2971m	2-3 ZS	O, SO	1500	5,0 km	4 ½ h	201
G3	Großer Muntanitz	3232m	3 S-	O	1800	8,1 km	5 ½ h	202
G4	Luckenkogel	3100m	2-3 ZS	O	1620	9,7 km	5 ½ h	206
G5	Aderspitze	2989m	2-3 ZS-	SO	1500	9,9 km	5 h	207
G6	Granatspitze	3086m	3 WS+	O, SO	1600	13,3 km	6 h	208
G7	Medelzkopf	2760m	2 ZS-	SW	1280	12,1 km	5 h	209
G8	Eiskögele	3434m	3 ZS	SW	1950	10,4 km	6 ½ h	210
G9	Zollkopf	3024m	3 S	N, SO	1530	8,0 km	5 h	211
G10	Gramul	3269m	3 S	N, S	1770	8,5 km	5 ½ h	212
G11	Figerhorn	2744m	1-2 WS+	S	900	2,9 km	2 ½ h	214
G12	Stüdlhütte	2802m	1-2 WS	S, SO	900	4,4 km	2 ½ h	216
G13	Romarisswandkopf von der Stüdlhütte	3511m	2-3 WS+	S	700	4,6 km	2 ½ h	217
G14	Großglockner von der Stüdlhütte	3798m	3-4 ZS+	S, O	1000	3,1 km	4 ½ h	218
G15	Burgwartscharte	3104m	2-3 ZS+	S	1200	5,3 km	3 h	220
G16	Glorer Hütte, Bairisches Törl	2651m	1 WS-	SW	750	3,3 km	2 h	221
G17	Glatzschneid (Weißer Knoten)	2907m	2 ZS-	SW, S	1000	3,2 km	2 ½ h	222
G18	Schwertkopf	3099m	3 S	SW, S	1600	7,2 km	5 h	223
G19	Kasteneck	2836m	1-2 WS+	S, W	900	3,6 km	2 ½ h	224
G20	Gridenkarkopf	3031m	2 WS+	SW, N	1100	5,2 km	3 h	225
G21	Böses Weibl vom Lucknerhaus	3119m	2 WS+	SW, N	1200	4,9 km	3 ½ h	226
G22	Schönleitenspitze	2810m	2 WS+	SW	1400	6,2 km	4 h	228
G23	Tschadinhorn	3017m	2-3 ZS	S, SW	1600	7,2 km	4 ½ h	229
G24	Böses Weibl aus dem Lesachtal	3119m	2-3 ZS	S, SW	1800	10,7 km	5 ½ h	230
G25	Kaiser Törl	2806m	2-3 ZS-	S, NW	1500	8,4 km	5 h	231
G26	Ganot, Ralfkopf	3104m	3 ZS	NW, S	1800	9,0 km	5 ½ h	232
G27	Hochschober	3240m	3 ZS+	N, S	1950	9,2 km	6 h	233

Nr.	Berg	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	Seite
H Stubachtal und Kaprun       234								
H1	Geigescharte	2279m	2 WS	NO	1450	5,2 km	4 h	238
H2	Grüneckkogelscharte	2520m	2 WS+	N, O	1650	5,6 km	4½ h	240
H3	Schiederscharte	2282m	2 ZS-	N, O	1400	5,0 km	4 h	242
H4	Glanzgschirr	2653m	2-3 ZS-	N, O	1780	7,5 km	5 h	243
H5	Stubacher Sonnblick aus der Schneiderau	3088m	3 ZS	N, W	2100	11,6 km	6 h	244
H6	Hochfürlug aus der Schneiderau	2943m	3 S	N, W	1950	10,1 km	5½ h	245
H7	Rudolfshütte	2311m	1 L	N	850	5,0 km	2½ h	246
H8	Hochfürlug von der Rudolfshütte	2947m	2 WS+	O, S	750	4,2 km	2½ h	248
H9	Stubacher Sonnblick von der Rudolfshütte	3088m	2-3 WS+	O, NO	900	4,4 km	3 h	250
H10	Granatspitze von der Rudolfshütte	3086m	3 WS	O, NO	900	4,7 km	3 h	252
H11	Medelzkopf von der Rudolfshütte	2760m	2 WS-	N, W	550	2,7 km	2 h	254
H12	Hohe Riffl von der Rudolfshütte	3338m	3 S-	W	1400	6,7 km	4½ h	255
H13	Hocheiser	3206m	2-3 ZS-	W, N	1750	7,7 km	5 h	256
H14	Lärchwand	2388m	3 ZS	NO, SW	1350	7,0 km	4½ h	258
H15	Hinterer Planitzer	2562m	2-3 ZS	N, NW	1500	7,2 km	4½ h	259
H16	Scheibenhöhe	2126m	1-2 WS-	NW	1100	5,0 km	3 h	260
H17	Maiskogel, Schoppachhöhe	2069m	1-2 L	NO	1100	4,9 km	3 h	261
H18	Tristkogel (vom Tal)	2642m	2-3 ZS	NO	1750	7,9 km	5 h	262
H19	Kleiner Schmiedinger aus dem Skigebiet Winterkarlabfahrt	2736m	1 WS 2 ZS+	N, O W	750 1950	3,5 km 9,5 km	2 h	264
H20	Großer Schmiedinger aus dem Skigebiet Mühlbachtalabfahrt	2957m	2 WS 2-3 S	N, O W	1000 1950	4,2 km 9,7 km	2½ h	266
H21	Maurerkogel aus dem Skigebiet	2995m	1 L	N	900	4,2 km	2½ h	268
H22	Kitzsteinhorn aus dem Skigebiet	3203m	3 ZS	NW	300	0,6 km	1 h	269
I Fusch – Glocknerstraße Nord       270								
I1	Schafelkopf	2266m	2 ZS	N	1500	6,0 km	4 h	274
I2	Kreuzköpfl	2094m	1-2 WS	N	1300	7,5 km	3½ h	275
I3	Kühkarlkopf	2257m	2 ZS-	N	1450	8,0 km	4 h	276
I4	Schwarzkopf	2765m	2 ZS-	N, NO	1600	5,1 km	4 h	277
I5	Klemerbrettkopf	2567m	2-3 ZS+	N	1400	3,4 km	4 h	279
I6	Imbachhorn	2470m	2 ZS-	O, NO	1650	5,7 km	4½ h	280
I7	Zwingkopf Hoher Tenn	3117m 3368m	3 ZS 4 ZS	O, NO	2170 2450	6,4 km 7,8 km	5½ h 7 h	282
I8	Großes Wiesbachhorn, Klockerin	3564m	4 ZS+	O, N	2900	12,3 km	2 Tage	284
I9	Oberwalder Hütte	2972m	3 ZS	O	2100	14,0 km	6 h	286
I10	Untere Pfandlscharte	2663m	2 ZS-	N	1500	11,3 km	5 h	287
I11	Kloben Käfertalabfahrt	2938m	2 ZS	NW, N	600 1650	2,9 km 5,9 km	2 h	288

Nr.	Berg	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	Seite
I12	Brennkogel	3018m	2 ZS-	O, S	700	1,9 km	1¾ h	290
I13	Hinteres Modereck, Noespitze	2932m	2 WS+	N	600	4,0 km	2 h	291
I14	Durcheckkopf	2680m	2 ZS	W, S	1530	3,9 km	4 h	293
J Heiligenblut – Glocknerstraße Süd       294								
J1	Sandfeldkopf	2919m	2 ZS+	W, N	1300	6,7 km	4 h	298
J2	Weißseekopf	2910m	2 ZS	SW	1300	5,3 km	4 h	299
J3	Alteck	2942m	2-3 ZS	SO, SW	1300	7,2 km	4 h	300
J4	Eckkopf	2868m	2 WS	SW, S	1250	5,1 km	3½ h	301
J5	Roter Mann	3095m	2-3 ZS	S, SO	1450	5,1 km	4 h	302
J6	Goldbergspitze	3072m	2-3 ZS	SO	1450	5,7 km	4 h	303
J7	Windische Scharte	2717m	2 WS	S, SW	1080	5,0 km	3 h	304
J8	Stanziwurdi	2707m	2 WS+	SW	1350	4,7 km	3½ h	305
J9	Sandkopf	3090m	2 WS+	SW, W	1500	4,7 km	4 h	306
J10	Hoher Sonnblick	3105m	2-3 ZS	W, SW	1550	8,3 km	5 h	307
J11	Hocharn	3254m	2-3 ZS	W, S	1700	9,4 km	5½ h	308
J12	Brennkogel aus dem Skigebiet Heiligenblut	3018m	2 ZS-	S, W, O	▲950 ▼2000	3,5 km 6,9 km	4 h	309
J13	Spielmann von der Glocknerstraße	3027m	2 ZS	S, O	1100	3,9 km	3½ h	311
J14	Racherin von der Glocknerstraße	3092m	2 ZS	S	1050	2,6 km	3 h	312
J15	Sonnwelleck von der Glocknerstraße	3261m	3 ZS+	O, S	1000	3,4 km	3 h	313
J16	Oberwalderhütte von der Glocknerstraße	2972m	2-3 ZS	S	700	5,7 km	2 h	314
J17	Gr. Wiesbachhorn von der Oberwalderh.	3564m	3-4 ZS	alle	1100	7,9 km	4 h	316
J18	Hohe Riffl von der Oberwalderhütte	3338m	2-3 L	O	350	4,4 km	1½ h	317
J19	Johannisberg von der Glocknerstraße	3453m	2-3 WS	SO, S	1350	8,0 km	4½ h	318
J20	Schneewinkelkopf von der Glocknerstraße	3473m	2-3 WS+	O, NO	1380	8,1 km	4½ h	319
J21	Teufelskamp von der Glocknerstraße	3511m	3 ZS+	O, NO	1450	7,6 km	4½ h	320
J22	Großglockner von der Glocknerstraße	3798m	4 ZS	N, NO	1700	5,6 km	6 h	321
J23	Kellersberg von der Glocknerstraße	3267m	2-3 ZS	N, NO	1200	6,0 km	4 h	323
J24	Schwertek von der Glocknerstraße	3247m	2-3 ZS	N, NO	1250	5,7 km	4 h	324
K Raurisertal       326								
K1	Breitebenkopf, Tristenwandkopf	2236m	1-2 WS-	NW	1150	10,0 km	4½ h	330
K2	Baukogel	2224m	1-2 WS	N, NO	1300	4,3 km	3½ h	331
K3	Rosskopf	2093m	1-2 WS+	N, NO	1200	4,5 km	3½ h	332
K4	Katzenkopf	2061m	1-2 WS	W, NW	1150	4,5 km	3½ h	333
K5	Anthaupten	1924m	1 WS-	N	900	4,0 km	3 h	334
K6	Kramkogel	2454m	2 ZS	N	1400	6,3 km	4 h	335
K7	Gamskogel, Hundskopf	2435m	2 WS+	W	1450	6,0 km	4 h	336

Nr.	Berg	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	Seite
K8	Rührkübel	2482 m	2 (3) ZS-	W, NW	1300	5,2 km	3½ h	337
K9	Kalkbretterkopf, Mitterastenkopf	2412 m	1-2 WS+	W	1200	3,9 km	3½ h	339
K10	Kolm-Saigurn	1598 m	1 L	N	400	5,6 km	1½ h	340
K11	Großer Silberpfennig	2600 m	2 ZS-	W, S	1370	7,6 km	4 h	341
K12	Kolmkarspitze	2529 m	1-2 WS	W, S	1000	5,4 km	3 h	343
K13	Filzenkamm	2523 m	2-3 ZS+	W	1000	2,7 km	3 h	344
K14	Herzog-Ernst-Spitze	2933 m	2 ZS-	N, W	1400	4,2 km	4 h	346
K15	Schareck	3122 m	2-3 ZS	N, W	1600	5,7 km	5 h	347
K16	Hoher Sonnblick, Goldbergspitze	3105 m	2-3 WS+	N, O	1500	6,2 km	4½ h	348
K17	Hochalm von Kolm-Saigurn	3254 m	2-3 ZS	NO, O	1700	4,9 km	4½ h	350
K18	Ritterkopf	3006 m	3 S	O, S	1800	4,8 km	5 h	352
K19	Hochalm aus dem Krumital	3254 m	3 ZS+	N	2100	9,9 km	6 h	353
K20	Edlenkopf	2923 m	3 ZS	O, N	1850	6,0 km	5 h	354
K21	Noespitze, Weißenbachscharte	3005 m	2 ZS	N	1900	13,5 km	6½ h	356

L Gasteinertal       **358**

L1	Hahnbalzköpf	1890 m	1 WS	O	1000	3,4 km	2½ h	362
L2	Tagkopf	2085 m	1-2 WS	NO	1250	5,1 km	3½ h	363
L3	Mooseckhöhe	2129 m	1-2 WS	NO	1300	5,6 km	3½ h	364
L4	Türchlwand	2577 m	2 ZS+	S, O	1400	6,4 km	4 h	366
L5	Rührkübel	2482 m	2 (3) ZS-	S, O	1300	6,2 km	4 h	367
L6	Kalkbretterkopf	2412 m	2 ZS-	NO, O	1250	5,7 km	4 h	368
L7	Großer Silberpfennig von Sportgastein	2600 m	2 ZS-	S, O	1100	6,0 km	3½ h	370
L8	Schareck	3122 m	2-3 ZS	NO, O	1550	5,5 km	4½ h	372
L9	Geislspitze	2974 m	2-3 ZS	N, NW	1400	7,8 km	4½ h	374
L10	Kleiner Woiskenkopf, Großer Woiskenkopf	2559 m	2 WS+	S, W	1000	7,8 km	3½ h	376
L11	Kreuzkogel	2686 m	2 WS+	S, W	1100	6,4 km	3½ h	377
L12	Keuchenkogel	2490 m	2 WS+	N, NW	1250	6,1 km	3½ h	378
L13	Ankogel	3250 m	3-4 ZS	N, W	2050	10,2 km	6½ h	379
L14	Hölltorkogel	2905 m	3 ZS	W	1850	7,9 km	5½ h	380
L15	Gamskarkogel	2467 m	2 WS+	N, W	1400	5,3 km	4 h	382
L16	Geißkarkopf	2385 m	2 WS+	N, W	1500	5,6 km	4 h	383

M Mallnitz       **384**

M1	Häusleralm	1872 m	1 WS-	NO	700	3,1 km	2 h	388
M2	Feldseekopf	2864 m	2 ZS	O, N	1550	7,7 km	4½ h	389
M3	Geislspitze	2974 m	2-3 ZS	SO, N	1650	9,2 km	5 h	390
M4	Greilkopf	2578 m	1-2 WS	S	1250	8,4 km	3½ h	392
M5	Romatenspitze	2695 m	2 WS	S	1400	7,2 km	4 h	393
M6	Törköpfe	2448 m	1-2 WS-	S	1250		3½ h	378

Nr.	Berg	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	Seite
M7	Maresenspitze	2916 m	2 WS	S, W	1750	6,2 km	4½ h	385
M8	Säuleck	3086 m	2-3 ZS-	W, S	1650	8,4 km	5 h	396
M9	Zagutnig	2731 m	3 S-	N	1300	3,8 km	3½ h	397
M10	Hochalmstiz-Runde	3346 m	3-4 ZS	alle	3500	35 km	3 Tage	398
M11	Großer Ankogel	3250 m	2-3 ZS-	S, W	700	3,0 km	2½ h	402

N Großartal       **404**

N1	Sonntagskogel, Grindkogel	1848 m	1 L	W, S	600	3,0 km	1½ h	408
N2	Wetterkreuz, Schiedreitspitz	2060 m	2 WS	O	1220	5,0 km	3½ h	409
N3	Schufflicker	2214 m	2 WS+	O	1300	4,8 km	3½ h	410
N4	Gabel (Kitzstein)	2037 m	1-2 WS	SW	840	3,5 km	2½ h	412
N5	Penkkopf	2011 m	1 WS-	W	800	4,5 km	2½ h	414
N6	Saukaralm, Saukarkopf	1850 m	1 WS	NW, W	1020	3,1 km	3 h	415
N7	Gründegg	2168 m	1 WS-	S, SW	850	2,8 km	2½ h	417
N8	Roßfeldeck	2165 m	1 WS-	SW	850	3,0 km	2½ h	418
N9	Loosbühel	2048 m	1 L	N, NW	750	2,5 km	2 h	419
N10	Nebeleck	2158 m	1-2 WS	N, NW	850	4,2 km	2½ h	420
N11	Filzmooshördl	2187 m	1 WS-	N, O	900	4,7 km	2½ h	421
N12	Draugstein aus dem Ellmautal	2358 m	2-3 ZS	N, W	1050	5,0 km	3 h	422
N13	Frauenkogel von Bach (Nordroute)	2424 m	2 ZS-	N, NO	1530	5,9 km	4½ h	424
N14	Frauenkogel - von Hüttschlag	2424 m	2 ZS-	SO, O	1200	4,7 km	3½ h	425
N15	Gamskarkogel	2467 m	2 WS+	SO	1250	6,2 km	3½ h	426
N16	Throneck, Finsterkopf	2214 m	1-2 WS	N, O	1000	6,0 km	3 h	428
N17	Kreuzkogel (Döferl)	2325 m	2 WS+	N	1100	5,9 km	3 h	429
N18	Heidentempel, Schönweidkogel	2314 m	2 WS	N, NO	1220	7,5 km	4 h	430
N19	Roßkarkogel	2186 m	2 WS+	N	1100	6,0 km	3½ h	431
N20	Glaserer	2434 m	2 WS+	O, N	1350	7,9 km	4 h	432
N21	Draugstein aus dem Karteisgraben	2356 m	2-3 ZS	S, W	1050	4,1 km	3 h	433
N22	Scheibenkogel	2251 m	2 WS+	S, SW	950	4,4 km	2½ h	434
N23	Karteiskopf	2203 m	2 ZS-	S, NW	900	4,2 km	2½ h	435
N24	Kreuzeck, Schattleitlenkopf	2204 m	1 WS	N, NW	900	3,7 km	2½ h	436
N25	Glingspitze	2433 m	2 WS	NW, NO	1300	6,7 km	4 h	438
N26	Karkogel	2087 m	1-2 WS+	N	1050	3,8 km	3 h	439
N27	Spielkogel	2143 m	2 WS+	NO	1100	3,4 km	3 h	440
N28	Mandlkogel, Plattenkogel	2439 m	2 ZS-	N, NO	1400	4,7 km	4 h	441
N29	Keeskogel	2884 m	3 ZS	N, NO	1850	7,8 km	5 h	442
N30	Weinschnabel	2753 m	2-3 ZS-	N, NO	1700	9,5 km	5 h	443
N31	Schöderhorn	2475 m	2 WS	N, NW	1440	6,0 km	4 h	444