



Jan Piepenstock
Ronald Nordmann

Silvretta & Samnaungruppe

Gaschurn
Ischgl
Bielerhöhe
Wiesbadener Hütte
Galtür mit Laraintal
Jamtalhütte
Heidelberger Hütte
Silvrettahütte
Tuoi Hütte
Motta Naluns & Scuol
Samnaun
Serfaus-Fiss-Ladis

inklusive Downloadcode für
GPS-Tracks

Titelbild	Skitouren in der Silvretta sind immer spektakulär. Am Kessihorn-Gipfel (Tour A4) schweift der Blick vom Silvrettagletscher über das Verstandahorn und die Seeschijen bis zum Leidhorn. Foto: Ronald Nordmann
Schmutztitel	Ausflug ins Gletscheraul am nordöstlichen Jamtalferner im Aufstieg zur Gemspitze (Tour F6).
Frontispiz	Prüfende Blicke an der Gratwechte des tief verschneiten Hochjöchl (Tour A3).
Bildnachweis	Alle Fotos und Beschreibungen stammen – soweit nicht anders vermerkt – aus den Archiven der Autoren. Gerhard Dreher, www.moldua.at – S. 123 Michael Heller – S. 24, 27, 28 Stefan Lindemann – S. 40 Ernst Meier – S. 48/49 Peter Plundrak – S. 120, 133 Kristian Rath – S. 255, 269 Nicole Tschennet – S. 254

3. Auflage 2026
ISBN 978-3-95611-192-1



© by	Panico Alpinverlag GmbH Günzenhäuserstr. 1 D-73257 Königsn Tel. +49 (0) 7024 82780 www.panico.de
printed	Druckerei & Verlag Steinmeier GmbH & Co. KG Gewerbepark 6 86738 Deiningen Tel. +49 (0) 9081 29640 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 Königsn – 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 werden oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden. Der Verlag behält sich das Text- und Data-Mining nach § 44b UrhG vor, was hiermit Dritten ohne Zustimmung des Verlages untersagt ist.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	Seite	6
Gebrauch des Führers		
– Einführung, Gliederung	Seite	8
– Routenbeschreibung	Seite	10
– QR-Codes (Skitourenguru)	Seite	11
– Beste Zeit, Zeitangaben, Karten	Seite	12
– Routencharakter, Aufstiegslinien, Gipfelanstiege, Abkürzungen	Seite	13
– GPS-Daten	Seite	14
– Gesamtanspruch	Seite	16
– Skitechnische Schwierigkeit	Seite	17
Wichtige Informationsquellen		
– Lawinengefahr	Seite	18
– Lawinenlage, Wetter, Notfall	Seite	19
– Anfahrt, Verkehrslage	Seite	20
– Stützpunkte, Übernachtung	Seite	21
Skitouren naturverträglich	Seite	22
Tourengebiete		
A Gaschurn (Tübinger Hütte)	Seite	30
B Partenen (Saarbrücker Hütte)	Seite	50
C Bielerhöhe	Seite	76
D Wiesbadener Hütte	Seite	98
E Galtür mit Lareintal	Seite	118
F Jamtalhütte	Seite	138
G Heidelberger Hütte	Seite	170
H Silvrettahütte	Seite	196
I Tuoihütte (Chamonna Tuoi)	Seite	216
J Motta Naluns (Scuol)	Seite	236
K Südliche Samnaungruppe	Seite	254
L Westliche Samnaungruppe	Seite	270
M Östliche Samnaungruppe aus dem Inntal	Seite	294
N Östliche Samnaungruppe aus dem Paznaun	Seite	312
Wochenendtouren & Durchquerungen	Seite	328
Übersicht der Ziele	Seite	338
Kartenübersicht: siehe Buchumschlag hinten		

Skitouren & Skibergsteigen

Silvretta

& Samnaungruppe



Tourengebiet D: **Wiesbadener Hütte** 2443 m

Die Wiesbadener Hütte liegt zweifelsfrei im Zentrum der Silvrettagruppe, umgeben von zahlreichen Paradegipfeln. Unter diesen ist der Große Piz Buin das mit Abstand begehrteste und bekannteste Tourenziel und das, obwohl er kein reinrassiger Skiberg ist. Hier findet man zudem den wohl wildesten Gletscher der Silvretta, den Ochsentaler Gletscher mit seinem eindrucksvollen Gletscherbruch, der nur einen schmalen Korridor bietet, um ihn zu überwinden. Die Hütte und die umliegenden Gipfel sind es auf alle Fälle wert, dort ein paar Tage zu verweilen.



AP	Bielerhöhe	HR	N, W	D	7 km
Schw	1 L				
AH	2037 m	HM	450	Zeit	2½ h

Anfahrt Ausgangspunkt ist die Bielerhöhe, erreichbar von Osten über Galtür/Wirl im Paznauntal oder von Westen via Partenen im Montafon.

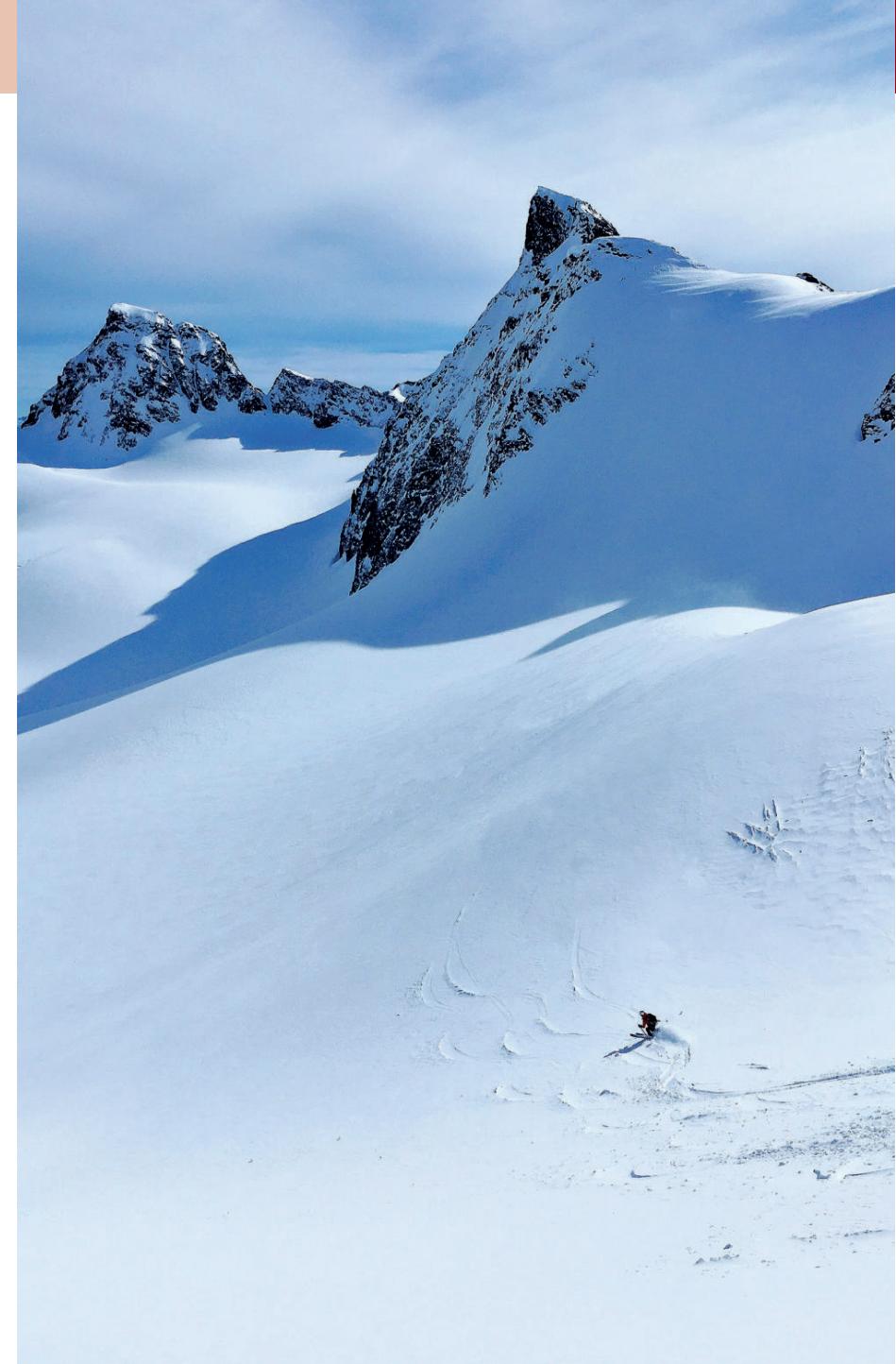
Galtür/Wirl mit ÖPNV: Mit der ÖBB nach Landeck, dann mit der Buslinie 260 (Start am Bahnhof Landeck) bis Galtür/Wirl, dem Talschluss und somit der Endstation. Fahrtzeit ab Landeck eine gute Stunde (www.oebb.at und www.wvt.at).

Galtür/Wirl mit PKW: Über die Inntalautobahn A 12 erreicht man etwa 20 Kilometer östlich des Arlbergtunnels die Ausfahrt Pians/Paznaun/Ischgl. Von dort auf der Bundesstraße 188 ins Paznaun. Über Kappl, Ischgl und Mathon gelangt man nach Galtür und weiter nach Wirl. Dort endet die Straße bei den Liftanlagen des Skigebiets Silvapark-Galtür. Es bestehen beschränkte Parkmöglichkeiten für Dauerparker.

Partenen mit ÖPNV: Mit der ÖBB über Bludenz nach Schruns. Dort umsteigen in den Landbus, Linie 650, nach Partenen. Mit diesem in gut einer halben Stunde zur Haltestelle Partenen Bergbahnen (www.oebb.at und www.wvt.at).

Partenen mit PKW: Auf der Rheintalautobahn A 14 nach Westen bis zur Ausfahrt Bludenz – Montafon. Hier biegt man auf die Silvretta-Bundesstraße Nr. 188 ein und gelangt auf dieser nach Partenen. Ziemlich bald nach dem Ortsanfang befindet sich rechter Hand die Talstation der Vermuntbahn, dem Zubringer zur Bielerhöhe.

■ Abfahrt über den Ochsentaler Gletscher – vorne das Signalhorn, hinten der Kleine Piz Buin (Tour D1).





Hütte Geöffnet von Mitte Februar bis Ende April. 40 Betten, 160 Lager sowie ein offener Winterraum mit 20 Plätzen. Tel. +43 (0)5558 4233, www.wiesbadener-huette.com

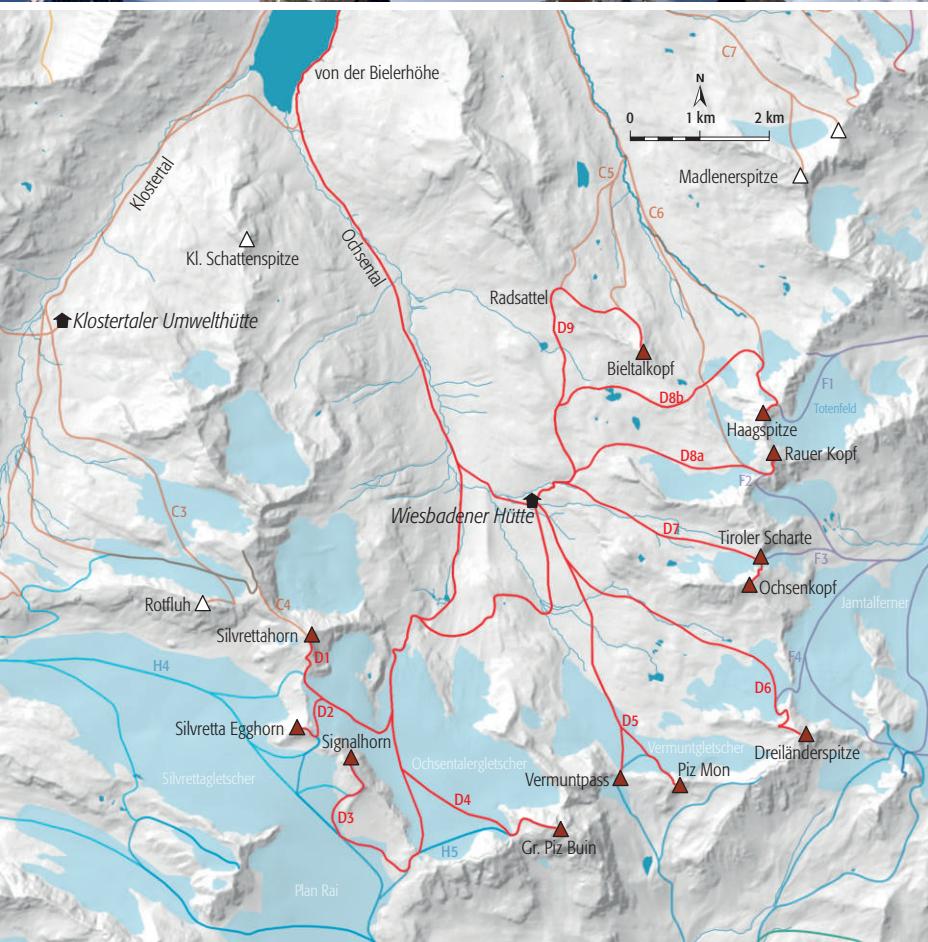
Anstieg Von der Bielerhöhe östlich (kürzer) oder westlich am Silvretta-Stausee über die Staumauer und durch einen Tunnel auf einer meist gewalzten Spur zum südlichen Seeende (häufig lawinengefährdet, Vorsicht an beiden Seeufern!). Von dort ins Ochsental und zuerst in Bachnähe, im Bereich des Sommerwegs, südwärts. Sobald man die Hütte erblickt, entweder bereits in schrägem Aufstieg direkt zur Hütte oder etwas flacher im Talgrund weiter und erst auf knapp 2300 m Höhe nach links über einen Moränenrücken zur Hütte hinauf.

Der Zustieg via Bieltaljoch (Tour C6/D9) ist etwas länger, bietet jedoch die Option eines Zusatzgipfels und ist unter Umständen weniger von Lawinen bedroht.

Karte AV-Karte Nr. 26 Silvrettagruppe 1:25.000 mit Skirouten

Touren	D1 Silvrettahorn.....	S.102
	D2 Silvretta Egghorn.....	S.104
	D3 Signalhorn.....	S.105
	D4 Großer Piz Buin.....	S.106
	D5 Vermuntpass, Piz Mon.....	S.109
	D6 Dreiländerspitze	S.110
	D7 Tiroler Scharte, Ochsenkopf.....	S.112
	D8 Rauer Kopf, Haagspitze	S.113
	D9 Radsattel, Bieltalkopf.....	S.116

Die Aussicht vom Gipfelanstieg zum Großen Piz Buin ist famos ...



6. Dreiländerspitze 3197 m

Eines der beliebtesten Ziele rund um die Wiesbadener Hütte. Wunderbare, weite Flächen, ein steiler Gipfelhang und schließlich ein exponierter Gipfelgrat mit einer kurzen Klettereinlage – lasst euch nicht abschrecken, es ist leichter, als es aussieht! – machen diese Tour zu einem unvergesslichen Erlebnis. Der Name kommt daher, dass am höchsten Punkt die Grenzen von Tirol, Vorarlberg und Graubünden zusammentreffen.



AP Wiesbadener Hütte

Schw 3 | ZS-

AH 2443 m

HR N, W

HM 750

D 3,5 km

Zeit 3 h

Route Man startet südsüdostwärts und schwenkt dann, stets mit Abstand zum Wandfuß des Vermunkopfs, nach Südosten ein. Weiter durch kupiertes Gelände

empor, die Einsattelung der Oberen Ochsenscharte (2977 m) und rechts davon die Dreiländerspitze kommen in Sicht. Über den nördlichen Rest des Vermuntgletschers steigt man bis fast in die Obere Ochsenscharte. Kurz vor der Scharte biegt man nach rechts ab und hält auf den höchsten, mit Ski erreichbaren Punkt im Westgrat der Dreiländerspitze zu. Über den bis zu 40° steilen Nordwesthang erreicht man die Felsen des Grats. Dort richtet man ein Skidepot ein. Nun, zuerst einfach, über den Blockgrat höher, bis man sich bereits fast auf einer Höhe mit dem Gipfel befindet. Über einen schmalen Felsgrat mit kurzem Zwischenabstieg gelangt man zum Gipfelkreuz (UIAA II-III). Trittsicherheit und Schwindelfreiheit sind dort Pflicht. Je nach Können und Sicherheitsbedürfnis ist für die letzten Meter auf dem Grat eine Seilsicherung angeraten.

Abfahrt

Entlang der Aufstiegsroute.

Variante Überschreitung zur Jamtalhütte über die Obere Ochsenscharte (F4).

□ Die Obere Ochsenscharte und der steile Gipfelhang der Dreiländerspitze.

■ Blick auf die Ostseite des Ochsentals und die Reste des Vermuntgletschers.



Tourengebiet F: **Jamtalhütte** 2165 m

Mit der Jamtalhütte findet der Skibergsteiger einen idealen Stützpunkt im Herzen der Silvretta vor. Das weitläufige Gebiet weist zahlreiche, höchst unterschiedliche Tourenmöglichkeiten auf. Für fast jede Kondition und Schwierigkeit ist etwas dabei. Allerdings muss man bei der Planung berücksichtigen, dass der Aufstieg durch das Jamtal fast 12 km lang ist und 600 Höhenmeter überwindet. Selbstverständlich kann die Jamtalhütte aber auch auf verschiedenen Routen aus den benachbarten Tourengebieten erreicht werden. Egal, wie man es macht: Fast immer ergibt das bereits ein tagesfüllendes Programm. Also lautet die Devise: mehrere Tage bleiben!



AP	Galtür
Schw	1-2 L
AH	1585 m

HR	N
HM	600

D	10 km
Zeit	3½ h

Anfahrt Galtür/Wirl mit ÖPNV: Mit der ÖBB nach Landeck, dann mit der Buslinie 260 (Start am Bahnhof Landeck) bis Galtür. Fahrzeit ab Landeck eine gute Stunde (www.oebb.at und www.vvt.at).

Galtür/Wirl mit PKW: Über die Inntalautobahn A 12 erreicht man etwa 20 Kilometer östlich des Arlbergtunnels die Ausfahrt Pians/Paznaun/Ischgl. Von dort auf der Bundesstraße 188 ins Paznaun. Über Kappl, Ischgl und Mathon gelangt man nach Galtür. Dort sind die Parkmöglichkeiten begrenzt. Es existiert ein gebührenpflichtiger Parkplatz unterhalb des Gemeindehauses.

Zustieg In Galtür noch vor der Kirche links hinauf (dort befindet sich der gebührenpflichtige Parkplatz) ins Jamtal. Der Straße folgt man, an einzelnen Häusern vorbei, bis diese schon bald in eine Ratrakspur übergeht. Stets auf der Spur 11 km an einzelnen Almen vorbei, einfach aber langwierig, bis zur Jamtalhütte.

Hütte Geöffnet von Mitte Februar bis Mitte Mai. 120 Betten und 60 Lager, offener Winterraum mit 12 Plätzen. Tel. +43 5443 8408; www.jamtalhuette.at; info@jamtalhuette.at

Karten AV-Karte Nr. 26 Silvrettagruppe 1:25.000 mit Skirouten

■ Aufstieg im Totenfeld, im Hintergrund die Totenfeld-Nadeln (Tour F1).



7. Chalausköpfe 3118 m und 3120 m, Rußkopf 2693 m

Ein etwas verstecktes Gipfelpaar sind die Chalausköpfe schon, zweigt doch im hintersten, südöstlichen Jamtal ein Kar mit einem inzwischen vom Jamtalferner abgetrennten Gletscherrest ab, über den man auf diese Zacken gelangen kann. Auf dem hier beschriebenen Weg kommt man am Mini-Gipfel des Rußkopfs vorbei, von dem aus man einen hervorragenden Einblick in die Touren rund um den Jamtalferner erhält. Alles in allem wartet hier eine schöne, aber wegen der steilen Querung zum Rußkopf hin nicht zu unterschätzende tagesfüllende Tour mit zahlreichen Variationsmöglichkeiten.



AP Jamtalhütte

Schw 2-3 | ZS-

AH 2165 m

HR N, NW

HM 1000

D 4,5 km

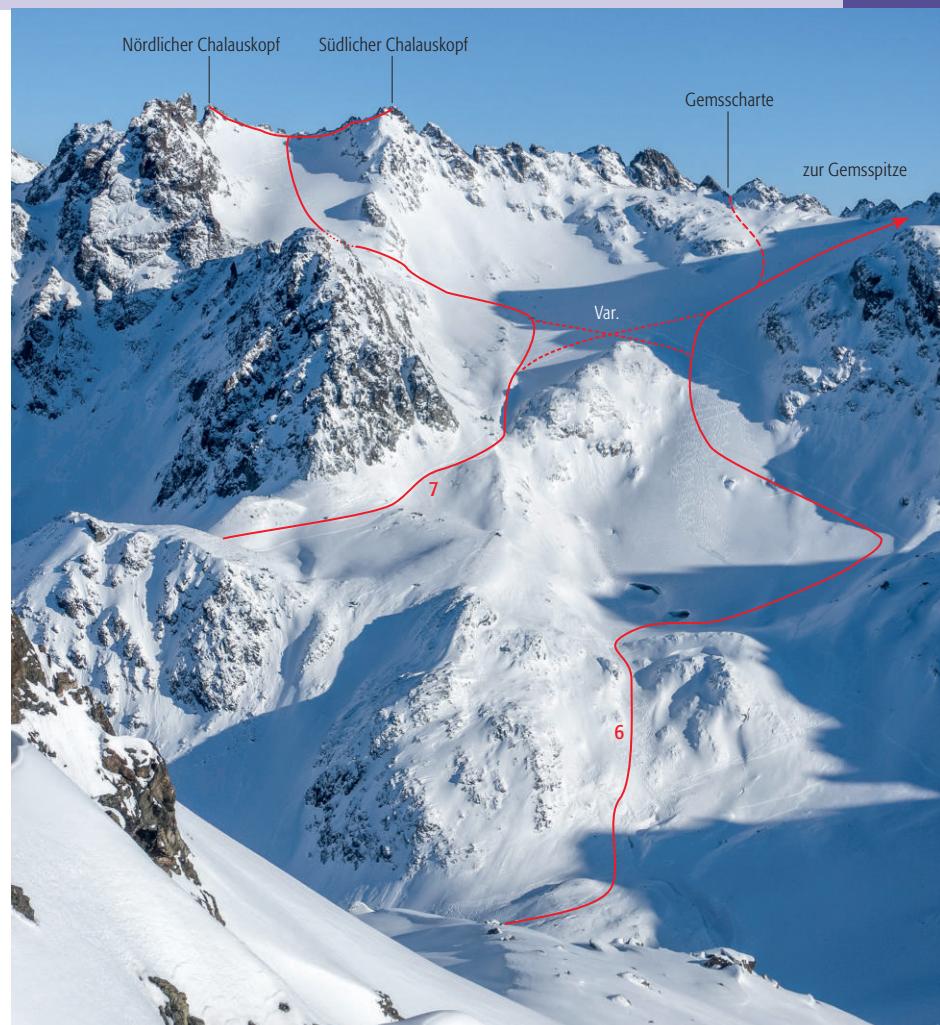
Zeit 3 h

Route

Von der Hütte über den Rücken, welcher eine Art Rampe bildet, nach Süden bis in ca. 2550 m Höhe hinauf. Dann quert man oberhalb teils steiler Moränenflanken rechtshaltend durch eine weite Mulde mit großen Felsblöcken und steigt jenseits dieser in einen kleinen Sattel. Die nordwestlich markant vorgelagerte Kuppe mit Kreuz ist der Rußkopf, den man mit einem kurzen Abstecher erreicht. Aus dem Sattel zuerst mit geringem Höhenverlust, dann wieder ansteigend, unterhalb des Felsriegels linkshaltend nach Osten schwenken. In 2750 m Höhe gelangt man über eine kurze Engstelle mit einem massiven Felsblock auf den östlichen Seitenarm des Jamtalferners. Über diesen hinauf, bis man in 2900 m Höhe nach links über eine kurze Steilstufe auf den nordöstlichsten Teil des Jamtalferners beziehungsweise dessen Reste aufsteigen kann. Nun geht es nach Osten an dessen oberste Begrenzung hinauf, genau zwischen die beiden Chalausköpfe. Immer westlich des Gratverlaufs bleibend erreicht man, nach links ziehend, eine Gratschulter und von dort aus, meistens die letzten Meter zu Fuß, den Nördlichen Chalauskopf (3120 m). Zum Südlichen Chalauskopf (3118 m) gelangt man, indem man sich nach rechts hält. Auch dort erfolgt der Schlussanstieg zu Fuß durch eine Firnrinne leicht links des Grats zum Gipfel.

Abfahrt

Wie Aufstieg. Man kann auch über die Tour F6 in das Jamtal abfahren und durch dieses zur Hütte zurückkehren. Hier hat man nur am Schluss einen kurzen Anstieg zur Hütte hinauf.



Varianten Beide Gipfel lassen sich auch über ihre Nordwestgrate besteigen. Hierfür verlässt man die Aufstiegsroute bereits knapp 100 Hm vor dem oberen Gletscherrende und steigt – je nach Ziel – nach rechts oder links auf den jeweiligen Grat zu. Vor allem beim Südlichen Chalauskopf ist das recht empfehlenswert, da eine Schneerampe bis fast zum Gipfel führt.

Tourengebiet L: **Westliche Samnaungruppe**

Die Samnaungruppe, die sich im Osten der Silvrettagruppe befindet, schließt an diese übergangslos und ohne Trennung durch ein Tal unmittelbar an. Der in diesem Kapitel beschriebene westliche Teil der Samnaungruppe umfasst die Touren rund um das zollfreie und bereits gänzlich auf Schweizer Boden befindliche Samnaun sowie das Tourengebiet der Fließer Alpe. Dieses erstreckt sich oberhalb von Spiss auf österreichischem Landesgebiet. Nahe der Liftgebiete von Samnaun erschließen sich wunderbare und oft einsame Skitouren in landschaftlich reizvollem Umfeld.

Anfahrt **Mit ÖPNV:** Die Anreise ist ein wenig mühselig, wenn es über die Landesgrenze in die Schweiz nach Samnaun geht. Mit dem Zug fährt man bis Landeck. Dort nimmt man den Bus der Linie 210 des VWT und fährt bis zur Haltestelle Kajetansbrücke an der österreichisch-schweizerischen Grenze. Nun steigt man um in das Schweizer Postauto 921 und gelangt mit diesem nach Samnaun Dorf. **Mit PKW:** Auf der A12 nach Landeck und weiter auf der L180 bis zur Kajetansbrücke. Man biegt hier rechts auf die Spisser Landesstraße ab und fährt über die Spissermühle, knapp unterhalb von Spiss, bis nach Samnaun.

Infos **Für Spiss:** Tourismusverband Tiroler Oberland; pfunds@tiroler-oberland.com
+43 (0)5022 5300

Für Samnaun: Gäste-Information Samnaun; info@samnaun.ch;
+41 (0)81861 8830

Tipp Mit einer Unterkunft in Pfunds im Oberinntal hat man sozusagen die Pole-Position inne. Man kommt jeweils mit gut 20 Minuten Autofahrt an die Ausgangspunkte der Touren in der gesamten Samnaungruppe (Kapitel L und M).

Karten Kompass Nr. 42 Landeck, Nauders, Samnaungruppe

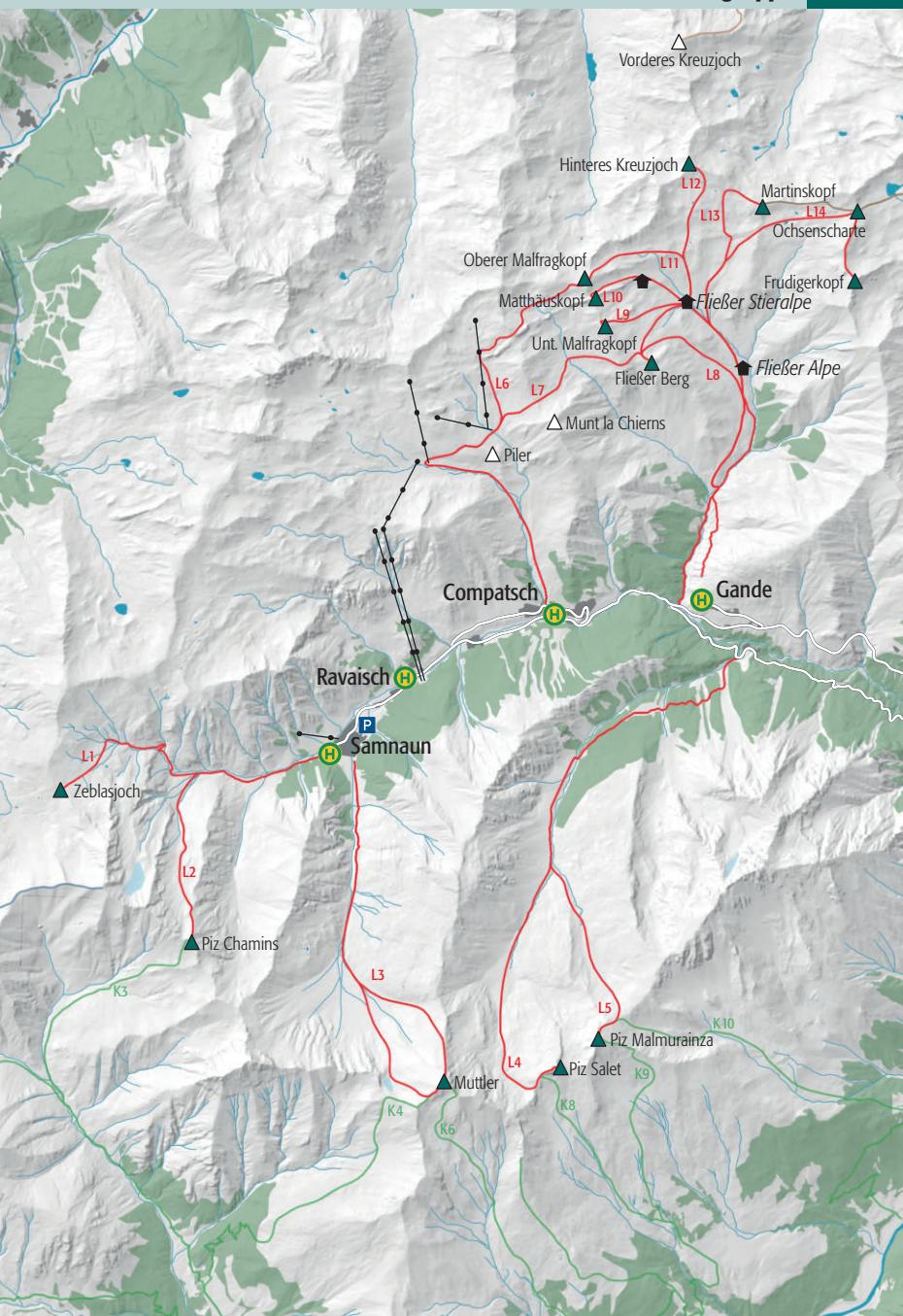
■ An der unteren Steilstufe zum Piz Chamins (Tour L2).





■ Gämsen im Bereich der Malfrag, nahe dem Fließer Berg.

Touren		
L1	Zeblasjoch	S.274
L2	Piz Chamins	S.275
L3	Muttler	S.277
L4	Piz Salet	S.278
L5	Piz Malmurainza	S.280
L6	Oberer Malfragkopf von Compatsch	S.281
L7	Fließer Berg von Compatsch	S.283
L8	Fließer Berg von der Spisser Mühle	S.285
L9	Unterer Malfragkopf	S.287
L10	Matthäuskopf	S.288
L11	Oberer Malfragkopf von Spiss	S.288
L12	Hinteres Kreuzjoch	S.290
L13	Martinskopf	S.291
L14	Ochsenscharte, Frudigerkopf	S.292



Tourengebiet N: Östliche Samnaungruppe - aus dem Paznaun

Paznaun? Nicht viele Menschen werden den Namen auf Anhieb richtig verorten können. Mit den Orten See, Kappl und natürlich Ischgl sieht das anders aus. Unter Pistenfahrrern und Après-Skifans sind diese – neudeutsch – Top-Destinationen seit Dekaden eine feste internationale Größe. Dass dort, im touristisch voll auf Wintersport getrimmten Tal, abseits des Pistenrummels, feine Skitouren warten, ist nur einem kleinen Kreis an Eingeweihten und Einheimischen bekannt. Finanzieller Einsatz vorausgesetzt können dank der bestehenden Lift-Infrastruktur Aufstiege oftmals deutlich verkürzt oder verschiedene Ziele komfortabel aneinandergehängt werden. Fluch und Segen zugleich. Für Tourenneulinge und Kurse bietet sich ein längerer Aufenthalt in der Ascher Hütte (DAV Pfaffenhofen) an. Von dort aus lassen sich mehrere reizvolle Gipfel mit überschaubarem Höhenmeteraufwand erreichen. Gleichzeitig kann von dort aus das Verlangen nach Pistenmetern gestillt werden. Für entsprechende Kombinationsurlaube, auch mit Kindern, also ein idealer und zentral gelegener Stützpunkt. Schade nur, dass an den Skiliften in See kein reines Tourengeherticket angeboten wird. Touren- und Pistenfahrt wären daher sorgfältig geplant werden. Ein Enchaînement mehrerer Gipfel mit Unterstützung der Aufstiegshilfen des Skigebiets ist ebenfalls eine interessante Option.

Anfahrt **Mit ÖPNV:** Per Bahn nach Landeck. Für die Route auf den Thialkopf bzw. das Zirmegg (N1) gelangt man von dort mit der Buslinie 4 nach Tobadill (Achtung: sonntags kein Busverkehr!). Die Linie 260 bedient von Landeck aus das gesamte Paznauntal. Die Talstation der Bergbahnen von See, Ausgangspunkt für die Routen N2 bis N6, ist somit ideal und umweltschonend erreichbar.

Mit PKW Von Osten oder Westen auf der S16 (Arlbergschnellstraße) zur Ausfahrt Pians/Paznaun/Ischgl und weiter auf der L188 ins Paznauntal nach See (großer Parkplatz an der Talstation der Bergbahn). Wer nach Tobadill (Tour N1) möchte, biegt bereits nach circa 2,5 km, kurz bevor die Brücke über die Trisanna führt, links ab und gelangt über den Weiler Wiesberg nach Tobadill.

Infos Tourismusverband See www.see.at; +43 (0) 50 990 400

Tourismusverband Paznaun-Ischgl www.ischgl.com; +43 (0) 50 990 100

Hütte Ascher Hütte (AV-Hütte im Skigebiet See); www.dav-pfaffenhofen-asch.de

Karten Kompass Nr. 42 Landeck, Nauders, Samnaungruppe

■ Am Vorderen Kreuzjoch (Tour N6) locken fast grenzenlose Weiten. Hinten grüßt der Hohe Riffler.



Nr.	Berg/Ziel	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	LG	Seite
A	Gaschurn (Tübinger Hütte)	Δ	🕒	★	Δ	—	⌚	⚡	30
A1.1	Tübinger Hütte / Garneratal	2191 m	2 L+	N	1200	11 km	4 h	🟡	34
A1.2	Tübinger Hütte / Vergaldatal	2580 m	2 ZS-	N, O	1150	11 km	4 h	🟡	36
A1.3	Tübinger Hütte / Kromertal	2776 m	2 WS+	alle	1250	10 km	4 h	🟡	37
A1.4	Tübinger Hütte / Schlappintal	2489 m	2 WS	SW, O	1350	14 km	5½ h	🟡	39
A1.5	Tübinger Hütte / Seetal	2728 m	2-3 ZS-	S, W, N	1400	15 km	6 h	🔴	40
A2	Westliche Plattenspitze	2883 m	3 S-	NW, S	700	3 km	2½ h	🟡	41
A3	Hochjöchl (Hühnertällijoch)	2695 m	2 ZS-	N	500	1,5 km	1½ h	🟡	42
A4	Kessispitze	2833 m	2 ZS	NO, N	650	3 km	2 h	🔴	43
A5	Hinterberg	2682 m	2 WS+	N, O	500	2,5 km	1½ h	🟡	44
A6	Mittelberg	2657 m	2 WS+	N, O, W	450	2,5 km	1½ h	🟡	46
A7	Leidhorn	2839 m	2-3 ZS-	alle	1150	8,5 km + 460	5 h	🔴	46
A8	Kleines Seehorn	3032 m	3 ZS+	NW, S	1150 + 200	4,5 km	4 h	🔴	48
A9	Garnera-Runde (Rundtour)	2695 m	2 ZS-	alle	1000	9 km	4½ h	🟡	49
B	Partenen (Saarbrücker Hütte)	Δ	🕒	★	Δ	—	⌚	⚡	50
B1	Schafboden	2400 m	2 WS	N, NO	1450	7,5 km	4 h	🟡	54
B2	Breitfielerberg	2417 m	1-2 WS	N, NO	700	2,5 km	2½ h	🟡	56
B3	Bieler Spitz, Breiter Spitz	2506 m	2 ZS-	S, N	950	9 km	3½ h	🟡	57
B4	Valgraggeskopf	2820 m	2-3 S-	N, O	1080	5 km	3½ h	🔴	59
B5	Schweizer Lücke Westl. Kromerspitze	2744 m 2865 m	1-2 WS+	N, O	1000 1120	4 km 4,5 km	3 h 3½ h	🟡 🟡	61 61
B6	Kromerscharte, Kromerlücke	2800 m	1-2 WS	N, NO	1050	5 km	3 h	🟡	62
B7	Saarbrücker Hütte	2538 m	1-2 L+	N, O	800	4,5 km	2½ h	🟡	64
B8	Seelücke Östl. Kromerspitze	2776 m 2844 m	1-2 WS 2 ZS	N, O, SW	1020 1100	5,5 km 6 km	3 h 3½ h	🟡 🟡	65 65
B9	Kleines Seehorn Großes Seehorn	3032 m 3121 m	3 ZS+ 4 S+	N, W N, SW	1300 1350	8 km 8 km	4½ h 4½ h	🔴 🔴	66 66
B10	Winterberg via Litznersattel Sonntagspitze via Litznersattel	2932 m 2882 m	2 ZS 2 WS+	N, NW N, NW	1200 1150	6,5 km 7 km	4 h 4 h	🟡 🟡	68 68
B11	Sattelkopf Verhupspitze	2863 m 2957 m	2 ZS- 2-3 ZS	N, W	1100	5,5 km 6 km	3½ h 4 h	🟡 🟡	70 70
B12	Hintere Lobspitze	2873 m	3 S	N, W	1120	5 km	3½ h	🔴	72
B13	Lobsattel	2640 m	2 ZS-	N, NW	900	5,5 km	2½ h	🟡	73

Abkürzungen: Schw=Schwierigkeitsgrad (s. Seite 16), HR=Hangrichtung/Exposition, HM=Höhenmeter, D=Distanz, LG=Lawinengefahr (s. Seite 18)

Nr.	Berg/Ziel	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	LG	Seite
C	Bielerhöhe	Δ	🕒	★	Δ	—	⌚	⚡	76
C1	Sonntagspitze Winterberg	2882 m 2932 m	2 ZS	N, SO N, SO	850 900	8 km 8 km	3½ h 3½ h	🟡 🟡	80 80
C2	Tälihorn, Rote Furka, Klosterpass	2843 m	2 ZS-	N, O	820	9 km	4 h	🟡	82
C3	Rotfluh, Rotfluhlücke	3166 m	2-3 WS-	N, W	1150	9 km	4½ h	🟡	84
C4	Schneeglocke Knoten, Silvrettahorn	3223 m 3244 m	3 ZS+ 3-4 ZS+	N, W N, W	1250 1350	9,5 km 10 km	4½ h 5½ h	🟡 🟡	86 86
C5	Radsattel Bieltalkopf	2652 m 2797 m	1 WS 2 ZS-	NO NO, N	670 820	6,5 km 7 km	2½ h 3 h	🟡 🟡	88 88
C6	Haagspitze Rauer Kopf	3029 m 3101 m	2-3 ZS+ 2-3 WS+	N, NW N, W	1050 1130	7,5 km 7,5 km	3½ h 4 h	🔴 🟡	90 90
C7	Madlenerspitze Getschnerscharte	2969 m 2839 m	2-3 ZS	N, W	1000 850	4,5 km 4 km	3 h 2½ h	🟡 🟡	92 92
C8	Mittlere Getschnerspitze	2965 m	2 ZS	N, W	1000	6 km	3½ h	🟡	93
C9	Hennebergspitze (Rossberg)	2931 m	2-3 ZS	N, W	1100 + 100	6 km	4 h	🟡	94
C10	Hennekopf Hennespitze	2704 m 2707 m	1 WS- 2 ZS-	W W, S	750 800	4 km 4,5 km	2½ h 3 h	🟡 🟡	96 96
D	Wiesbadener Hütte	Δ	🕒	★	Δ	—	⌚	⚡	98
D1	Wiesbadener Hütte	2443 m	1 L	N, W	450	7 km	2½ h	🟡	100
D2	Silvretta Egghorn	3244 m	3 ZS-	N, O, S	850	5 km	3½ h	🟡	102
D3	Signalhorn	3147 m	3 ZS-	N, O	750	4,5 km	3½ h	🟡	104
D4	Großer Piz Buin	3210 m	3 ZS	N, SW	850	5 km	4 h	🔴	105
D5	Vermuntpass Piz Mon	2797 m 2982 m	2 L+ 2-3 ZS-	N N, O	350 550	2,5 km 3 km	1½ h 2 h	🟡 🟡	111 111
D6	Dreiländerspitze	3197 m	3 ZS-	N, W	750	3,5 km	3 h	🟡	110
D7	Tiroler Scharte Ochsenkopf	2935 m 3057 m	1-2 WS 2 WS+	W N, W	500 600	2 km 2,5 km	2 h 2½ h	🟡 🟡	112 112
D8	Rauer Kopf Haagspitze	3101 m 3029 m	2-3 WS+ 2-3 ZS+	N, W N, W	650 600	3,5 km 5 km	2½ h 3 h	🟡 🔴	113 113
D9	Radsattel Bieltalkopf	2797 m 2797 m	1 WS 2 ZS-	S, W S, W, N	200 350 +370	4 km 5 km	1 h 1½ h	🟡 🟡	116 116
E	Galtür mit Lareintal	Δ	🕒	★	Δ	—	⌚	⚡	118
E1	Versalspitze Fluhspitzen	2462 m 2653 m	2 ZS- 2 WS	N, O N, W	850 1050	10 km 12 km	4 h 5 h	🟡 🟡	122 122
E2	Breiter Spitz, Bielerhöhe (Rundtour)	2506 m	2 ZS-	N, S	900	14 km	4 h	🟡	124
E3	Bodmerspitze Hennebergspitze (Rossberg)	2851 m 2931 m	3 S 2-3 ZS	N, W N, NW	1250 1320	9 km 10 km	5 h 5 h	🔴 🟡	128 128

Nr.	Berg/Ziel	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	LG	Seite
E4	Gorfenspitze Hochnörderer	2558 m 2754 m	2 ZS 3 S	NW NW	950 1150	4 km 4,5 km	3 h 3½ h	● ●	129 129
E5	Schnapfenspitze durchs Jamtal	3219 m	3 S-	N, W	1650	10,5 km	5½ h	●	131
E6	Schnapfenspitze durchs Lareintal	3219 m	3 ZS	N, NO	1700	13 km	6 h	●	132
E7	Piz Larain (Lareinferspitze)	3009 m	2-3 WS+	N, NW	1450	13 km	5 h	●	134
E8	Heidelberger Spitze	2963 m	2-3 WS+	NW, W	1450	12 km	4½ h	●	135
E9	Ritzenjoch Hoher Kogel	2688 m 2817 m	2 WS 2 WS	NW, W NW, W	1150 1280	10,5 km 11 km	3½ h 4 h	● ●	137 137
F Jamtalhütte									
F	Jamtalhütte	2165 m	1-2 L	N	600	10 km	3½ h	●	138
F1	Haagspitze Untere Totenfeldscharte (Rundtour)	3029 m 2844 m	2-3 ZS 3 S-	N, O alle	900 1100	3,5 km 8 km	3 h 5 h	● ●	142 142
F2	Rauer Kopf	3101 m	3 S-	N, O	950	5,5 km	3 h	●	144
F3	Tiroler Scharte, Ochsenkopf	3057 m	2-3 WS+	N, O	950	5 km	3 h	●	145
F4	Dreiländerspitze	3197 m	3 ZS-	N	1100	5,5 km	4 h	●	146
F5	Jamspitzen, Urezzas Joch	3178 m	2-3 WS+	N	1050	6 km	3½ h	●	149
F6	Gemsspitze, Gemsscharte	3114 m	2-3 WS	N, W	1000	5 km	3 h	●	152
F7	Chalausköpfe, Rußkopf	3120 m	2-3 ZS-	N, NW	1000	4,5 km	3 h	●	154
F8	Augstenspitzen Piz Urschai	3228 m 3097 m	2-3 ZS 2-3 ZS	NW, SW NW, SO	1200 1000	4,5 km 4,5 km	4½ h 4 h	● ●	156 156
F9	Pfannknecht	2822 m	2 WS+	NW	650	2,5 km	2 h	●	158
F10	Grenzeckkopf über den Futschölpass	3049 m	2 WS	N, W	900	6 km	3 h	●	160
F11	Grenzeckkopf Bischofsspitze	3049 m 3029 m	1-2 WS 2 WS	N, W W	850 850	5,5 km 5,5 km	3 h 3 h	● ●	162 162
F12	Breite Krone Krone	3079 m 3187 m	1-2 WS 2-3 ZS	W	950 1050	7 km 7 km	3½ h 4 h	● ●	163 163
F13	Zahnjoch	2946 m	1-2 WS+	SW	790	5 km	2½ h	●	165
F14	Schnapfenspitze	3219 m	3 S-	W, S	1050	5,5 km	4 h	●	167
F15	Westliches Gamshorn	2978 m	3 S	SW, S	800	2,5 km	2½ h	●	168
G Heidelberger Hütte									
G	Heidelberger Hütte von Ischgl Abfahrt vom Piz Val-Gronda	2264 m	2 L 1 L+	O, W SW	950 0	13 km 3,5 km	4½ h ½ h	●	170 170
G1	Ritzenjoch Hoher Kogel	2688 m 2817 m	1-2 WS 2 WS	O, S O, S	500 580	2 km 2,5 km	1½ h 2 h	● ●	174 174
G2	Heidelberger Scharte Heidelberger Spitze	2820 m 2963 m	1-2 WS+ 2-3 WS+	O O, S	560 700	2,5 km 3 km	2 h 2½ h	● ●	176 176
G3	Piz Larain	3009 m	2 WS	N, O, S	750	4 km	2½ h	●	178
G4	Schnapfenspitze	3219 m	3 ZS+	O, N, W	1100 + 200	5,5 km	4 h	●	180

Nr.	Berg/Ziel	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	LG	Seite
G5	Zahnjoch	2946 m	1-2 WS	NO	680	3,5 km	1½ h	●	182
G6	Breite Krone, Krone, Bischofsspitze	3079 m	2 L+	NO	850	5,5 km	3 h	●	183
G7	Piz Tasna	3179 m	2 WS+	NW, NO	950	7 km	3½ h	●	184
G8	Piz Lavèr	2984 m	2 WS	N, NO	750	5,5 km	2½ h	●	186
G9	Piz Davo Lais Piz Davo Dieu	3027 m 2889 m	2 WS+ 2 WS	N, SW N, NO	800 650	5,5 km 5 km	3 h 2½ h	● ●	187 187
G10	Südlicher Spi d'Ursanna	2885 m	1-2 WS	NW	650	4,5 km	2 h	●	188
G11	Mot d'Ursanna Piz Mottana	2898 m 2928 m	1-2 WS- 2 WS+	W, N W, N	650 680	4 km 4 km	2½ h 2½ h	● ●	189 189
G12	Pass dal Gips, Ils Calcuogns	2792 m	2 WS+	W, N	550	2,5 km	2 h	●	191
G13	Piz Davo Sassè Piz da Val Gronda	2792 m 2812 m	1 WS- 1 WS	W, N W, SW	540 560	2,5 km 3,5 km	2 h 2 h	● ●	192 192
G14	Vesilspitze	3097 m	2-3 ZS	W, N	850	5 km	3 h	●	194
H Silvrettahütte									
H	Silvrettahütte	2341 m	2 WS+	W	1150	12 km	5 h	●	196
H1	Großes Seehorn Kleines Seehorn	3121 m 3092 m	4 S+ 3 ZS+	S, W S, W, N	1500 1450	6,5 km 6,5 km	5 h 5 h	● ●	202 202
H2	Winterlücke, Klosterpass	2832 m	2-3 S-	S, W	1000	4,5 km	3½ h	●	204
H3	Rote Furka, Talihorn Schneeglocke	2843 m 3223 m	2 ZS 3 ZS+	S, O S, W	500 950	3,5 km 5,5 km	2 h 3½ h	● ●	206 206
H4	Silvrettahorn Silvretta Egghorn Signalhorn	3244 m 3147 m 3210 m	3 ZS+ 3 ZS- 3 ZS	W, SW NW, SW NW, SW	950 800 900	5 km 5 km 5,5 km	3½ h 3 h 3½ h	● ● ●	208 208 208
H5	Großer Piz Buin	3312 m	3 ZS	alle	1200 +150	7,5 km	4½ h	●	210
H6	Gletscherchamm	3151 m	2-3 WS+	W	800	5 km	3 h	●	212
H7	Piz Fliana	3281 m	4 S+	N, W, S	1200 +200	7 km	4½ h	●	214
I Tuoihütte (Chamonna Tuoi)									
I	Tuoihütte	2250 m	1 L	N, W	700	8 km	3 h	●	216
I1	Piz Champatsch	2969 m	2 WS+	S, O	1400	6 km	4½ h	●	220
I2	Piz Fliana	3281 m	3 S	N, O	1050	3 km	3½ h	●	222
I3	Gletscherchamm	3173 m	3 ZS-	W, O	1250 +250	6,5 km	4½ h	●	224
I4	Silvretta Egghorn Signalhorn	3147 m 3210 m	3 ZS- 3 ZS	O, S O, S, SW	950 1000	5 km 5 km	3 h 3½ h	● ●	225 225
I5	Großer Piz Buin	3312 m	ZS	alle	1150	5 km	4 h	●	228
I6	Vermuntpass Piz Mon	2797 m 2982 m	2 WS+ 2-3 ZS-	S S, N	550 750	2,5 km 3,5 km	2 h 2½ h	● ●	229 229
I7	Piz Jeramias	3136 m	2-3 ZS-	S, W	900	3 km	2½ h	●	230

Nr.	Berg/Ziel	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	LG	Seite
I8	Jamspitzen, Piz Urezzas	3178 m	2-3 WS+	S, W	950	4 km	3 h	● 231	
I9	Piz da las Clavigliadas	2984 m	2-3 WS+	alle	750	4 km	2½ h	● 233	
I10	Fil da Tuoï	2867 m	2 WS	W, S	650 +250	4 km	2 h	● 234	

J	Motta Naluns (Scuol)	Δ	□	★	Δ	→	⌚	鼯	236
---	----------------------	---	---	---	---	---	---	---	-----

J1	Piz Clünas Minschun Pitschen	2793 m 2927 m	1 WS 1-2 WS+	N, NO alle	250 500	1,5 km 3 km	1 h 2 h	● 240	
J2	Piz Minschun	3068 m	1-2 WS+	alle	500	2 km	2 h	● 242	
J3	Piz Champatsch Piz Nair	2928 m 2966 m	1-2 WS+	NW SO	150 250	0,5 km 2 km	½ h 1 h	● 244	
J4	Piz Soer	2917 m	1 WS	SW	200	1 km	½ h	● 246	
J5	Piz Spadla	2912 m	2-3 ZS-	SO, S	1500	5 km	4½ h	● 246	
J6	Piz Tasna	3179 m	2 WS+	N, O	650	5 km	3 h	● 248	
J7	Heidelberger Hütte über Piz Davo Lais	3027 m	2 WS+	alle	500	8 km	3½ h	● 249	
J8	Muot da Cler	2731 m	2 WS+	alle	1300	10,5 km	5 h	● 250	
J9	Tuoihütte über die Furkletta	2735 m	2 ZS-	W, O	1050	13 km	4½ h	● 252	
J10	Jamtalhütte über Futschölpass	2768 m	2 WS+	alle	600	10 km	3½ h	● 253	

K	Südliche Samnaungruppe	Δ	□	★	Δ	→	⌚	鼯	254
---	------------------------	---	---	---	---	---	---	---	-----

K1	Piz Tasna Piz Davo Lais	3179 m 3027 m	2-3 WS+ 2-3 WS+	alle S, O	1650 1490	14 km 14 km	5½ h 5 h	● 258	
K2	Fimberpass	2608 m	2 WS+	SW, NO	980	12 km	4½ h	● 260	
K3	Piz Chamins	2928 m	2-3 ZS-	SW, NW	1330	13 km	5½ h	● 261	
K4	Muttler von Vnà	3293 m	3 ZS	SW, NW	1700	12 km	6 h	● 262	
K5	Piz Arina von Vnà Piz Arina von Ramosch	2828 m 2828 m	2 WS 2-3 WS	SW, S S	1220 1570	6 km 7 km	4 h 5 h	● 263	
K6	Muttler von Tschlin	3295 m	2-3 ZS+	S	1730	7 km	6 h	● 264	
K7	Mot da las Amblasas	2783 m	2 WS	S, SO	1230	4 km	4 h	● 266	
K8	Piz Salet	2971 m	2-3 ZS-	SO	1400	5,5 km	4½ h	● 266	
K9	Piz Malmurainza von Tschlin	3038 m	2-3 ZS-	S	1500	6 km	5 h	● 267	
K10	Piz Malmurainza von Martina	3038 m	3 WS+	S, O	2000	9 km	7 h	● 268	
K11	Piz Mundin	3146 m	3-4 S	S	2100	10 km	7 h	● 269	

L	Westliche Samnaungruppe	Δ	□	★	Δ	→	⌚	鼯	270
---	-------------------------	---	---	---	---	---	---	---	-----

L1	Zeblasjoch	2539 m	1 L	O, S	680	5 km	2½ h	● 274	
L2	Piz Chiamins	2928 m	2 ZS-	N	1060	5 km	3½ h	● 275	
L3	Muttler von Samnaun	3293 m	3 S-	N, NW	1680	6 km	5 h	● 277	
L4	Piz Salet	2971 m	2-3 ZS-	NW	1460	9 km	5 h	● 278	

Nr.	Berg/Ziel	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	LG	Seite
-----	-----------	------------	------	----	----	---	------	----	-------

L5	Piz Malmurainza	3038 m	2-3 ZS-	N, O	1530	8 km	5 h	● 280	
L6	Oberer Malfragkopf	2776 m	2 WS	SW, SO	1200	7 km	4 h	● 281	
L7	Fließer Berg von Compatsch	2520 m	1-2 WS	SW, NO	1040	7 km	3 h	● 283	
L8	Fließer Berg von der Spisser Mühle	2520 m	2 WS	NO, SO	1010	6,5 km	3½ h	● 285	
L9	Unterer Malfragkopf	2654 m	2 WS	SO, O	1150	7 km	3½ h	● 287	
L10	Matthäuskopf	2743 m	2 WS+	S, O	1200	7 km	4 h	● 288	
L11	Oberer Malfragkopf von Spiss	2776 m	2 WS	SO, O	1100	7 km	4 h	● 288	
L12	Hinteres Kreuzjoch	2853 m	2 WS	SO, S	1180	7,5 km	4 h	● 290	
L13	Martinskopf	2736 m	2 WS	SO, SW	1250	8 km	4½ h	● 291	
L14	Ochsenscharte, Frudigerkopf	2822 m	2 WS	alle	1150	8,5 km	4½ h	● 292	

M	Östliche Samnaungruppe (Inntal)	Δ	□	★	Δ	→	⌚	鼯	294
---	---------------------------------	---	---	---	---	---	---	---	-----

M1	Minderskopf Blautalkopf	2780 m 2834 m	1 WS 2 ZS	NW, NO NW, NO	130 210	1 km 2 km	½ h 1 h	● 298	
M2	Frudigerkopf	2822 m	1-2 WS	O, N	240	2,5 km	1 h	● 300	
M3	Martinskopf	2736 m	1-2 WS+	O, S	200	3 km	1 h	● 301	
M4	Hexenkopf	3035 m	2 ZS	S, W	330	1 km	1 h	● 302	
M5	Furgler	3004 m	2-3 ZS	N, W, SO	1060	5 km	3½ h	● 304	
M6	Planskopf über das Urgjoch	2804 m	2 ZS+	SO, SW	860	4 km	3 h	● 306	
M7	Sattelköpfe, Brunnekopf, Planskopf	2804 m	2-3 ZS-	alle	450	4 km	2 h	● 307	
M8	Planskopf von Hochgallmig	2804 m	2-3 WS-	N, O	1470	9,5 km	5 h	● 308	
M9	Gatschkopf	2588 m	2-3 ZS-	O, N	1280	5,5 km	4½ h	● 310	
M10	Thialkopf	2398 m	2 WS+	O, N, SO	1100	5 km	3½ h	● 311	

N	Östl. Samnaungruppe (Paznauntal)	Δ	□	★	Δ	→	⌚	鼯	312
---	----------------------------------	---	---	---	---	---	---	---	-----

N1	Zirmegg Thialkopf	2073 m 2398 m	1-2 WS 2 WS+	N, W N, W	860 1180	5,5 km 6,5 km	3 h 4 h	● 316	
N2	Gamsbergspitze – Wintergipfel v. Lift mit Aufstieg aus dem Tal	2620 m	1 WS 2 WS	N, W N, W (O)	670 1600	2,5 km 7 km	2½ h 4½ h	● 318	
N3	Rotpleiskopf vom Lift mit Aufstieg aus dem Tal	2936 m	3 S- 3 S-	N, W N, W (O)	800 1900	3,5 km 8 km	3 h 6½ h	● 321	
N4	Kübelgrubenkopf vom Lift mit Aufstieg aus dem Tal	2870 m	2 ZS- 2-3 ZS-	W, N W, N	420 1800	1,5 km 8 km	1½ h 6 h	● 323	
N5	Furgler aus dem Skigebiet Furgler von See	3004 m	2-3 ZS 3 ZS	W, O, N NW, O, N	600 1950	3 km 8,5 km	2 h 6½ h	● 324	
N6	Vorderes Kreuzjoch	2845 m	2-3 WS+	N, O, W	1800	10 km	6 h	● 326	