



Stubai Alpen

Sellrain • Westliche Brennerberge • Kühtai

inklusive Downloadcode für
GPS-Tracks

PANICO ALPINVERLAG

Vorwort	Seite 6
---------------	---------

Gebrauch des Führers

Einführung, Gliederung.....	Seite 8
Anfahrt, Verkehrslage.....	Seite 10
Routenbeschreibung.....	Seite 12
Beste Zeit, Zeitangaben.....	Seite 14
Karten, Routencharakter, Aufstiegslinien, Übersichtsfotos.....	Seite 16
Gipfelanstiege, Schwierigkeitsskala	Seite 17
Lawinengefahr, Lawinenlagebericht.....	Seite 18
GPS-Daten	Seite 20
Wetterbericht, Im Notfall	Seite 21
Übernachtung auf Hütten.....	Seite 22
Übernachtungsmöglichkeiten im Tal	Seite 23
Skitouren auf Pisten, Regeln.....	Seite 24
Skitouren naturverträglich – Wildtiere im Bergwinter	Seite 26

Übersicht der Ziele	Seite 318
---------------------------	-----------

Der Autor	Seite 323
-----------------	-----------

Übersichtskarte, Legende	siehe Buchumschlag hinten
--------------------------------	---------------------------



978-3-95611-152-5

3. Auflage 2022
ISBN 978-3-95611-152-5

© by

 Alpinverlag
Günzenhauserstr. 1
D-73257 Köngen
Tel. +49 (0) 7024 82780
www.panico.de

printed Bechtel Druck GmbH & Co. KG
Hans-Zinser-Str. 6
D - 73061 Ebersbach/Fls
Tel. +49 (0) 7163 53666-0
www.bechtel-druck.de

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

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

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

Titelbild
Schmutztitel

Der kecke Vordere Wilde Turm ragt vor der Östlichen Seespitze auf (Tour N6).
Traumwetter am Mutenkopf (Tour Q10).

Bildnachweis

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

Tourengebiet K: Schweinfurter Hütte 2028 m



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

Anfahrt **Mit dem PKW:** Von Osten oder Westen kommend auf der Inntalautobahn A12 bis zur Ausfahrt Oetz und weiter auf der Ötztaler Bundesstraße 186 bis nach Umhausen. Dort links abbiegen auf die L238, durch Umhausen und weiter bis nach Niederthai. Durch den Ort hindurch, bis zum großen Parkplatz am nordöstlichen Ortsende, neben dem Horlach Bach.

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

Stützpunkt Schweinfurter Hütte (2028 m): Geöffnet Mitte Februar bis Anfang Mai, 20 Betten und 39 Lager, Tel. +43 5255 50029, huette@dav-schweinfurt.de

Info Tourismusbüro: +43 572 00200, www.oetztal.com

Zustieg Vom Parkplatz (1535 m) auf einer Forststraße entlang des Horlach Bachs nach Nordosten. Es geht erst lange flach, an den Larstighöfen und der Horlachalm vorbei, bergan. Nur ganz zuletzt führt der Weg mit spürbarem Höhenunterschied zur Schweinfurter Hütte hinauf. Vorsicht – die Straße ist meist gewalzt und wird gerne als Rodelbahn genutzt! (L, West & Südost-Exposition, 500 HM, 6 km, 2 Stunden)

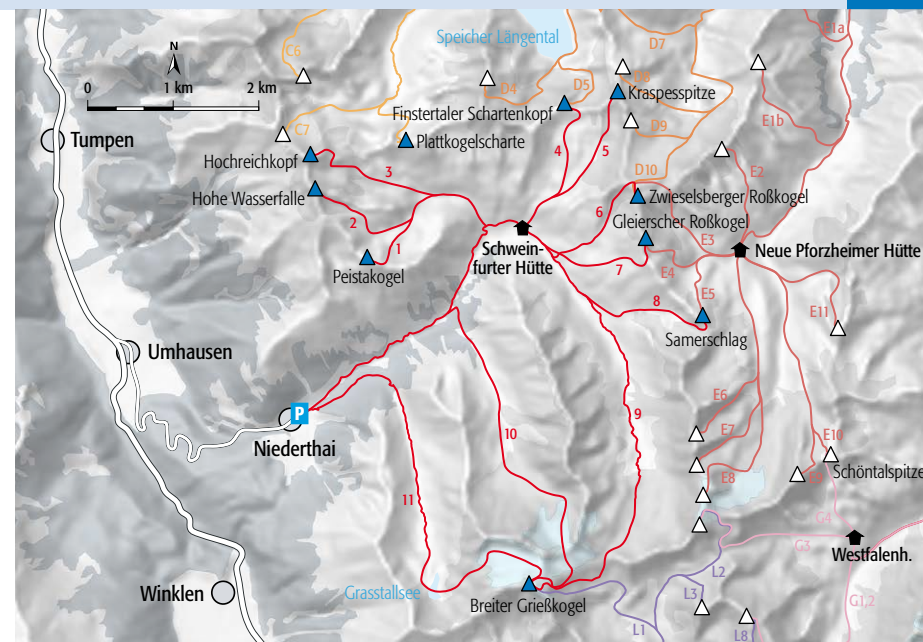
Karte AV-Karte Nr. 31/2 Sellrain mit Skirouten, 1:25.000

☐ Rast an der Finstertalalm.

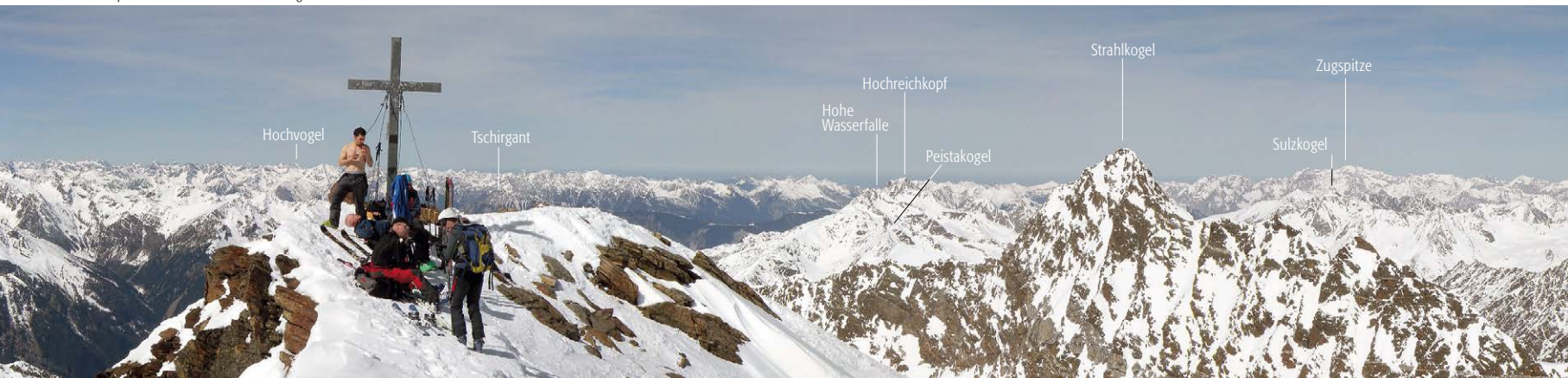
■ Rauschende Abfahrt vom Peistakogel.



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



☐ Gipfelrundschau vom Breiten Griefkogel nach Norden.

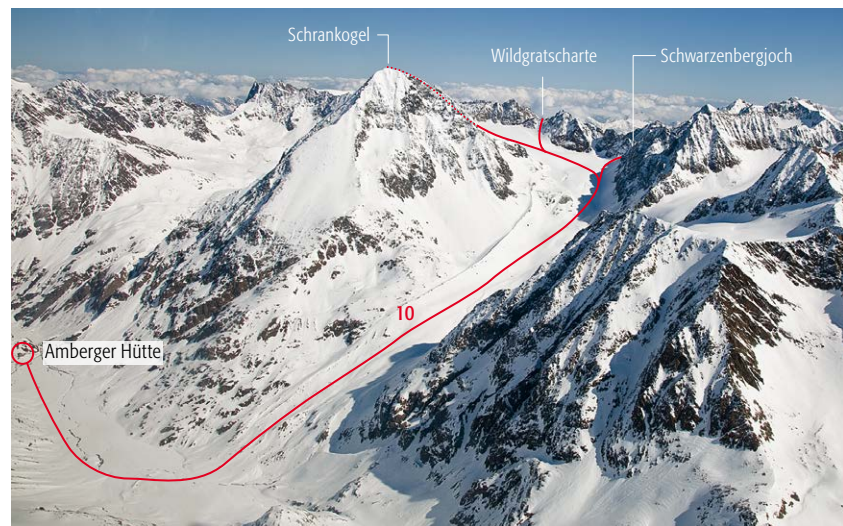
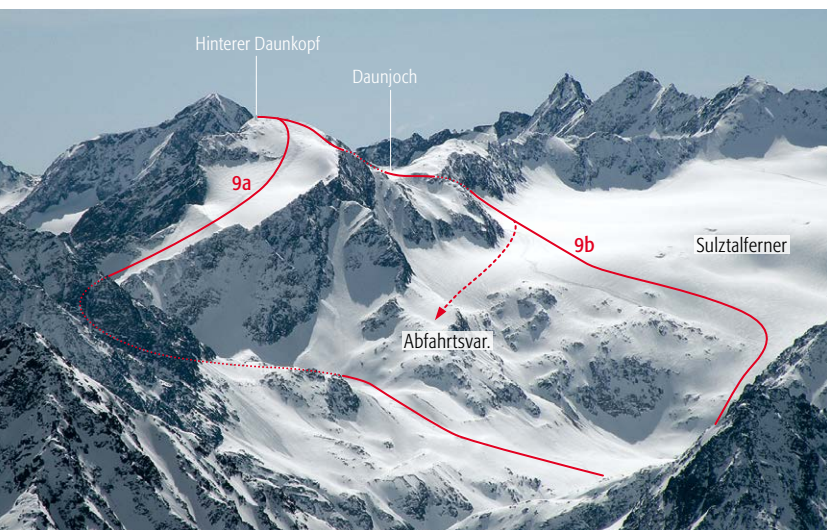


9. Hinterer Daunkopf 3225 m

Häufig wird der Hinterer Daunkopf vom Stubaier Skigebiet aus erklommen, doch die wesentlich schönere Seite ist die Nordflanke des Gipfels. Hier findet man tolles Skigelände und der Nordlage geschuldet häufig auch noch guten Schnee. Da man den Gipfel auch aus südwestlicher Richtung durchs Daunjoch besteigen kann, bietet sich hier die perfekte Möglichkeit einer Gipfelüberschreitung mit Rückkehr zum Ausgangspunkt.

AP	Amberger Hütte (2133 m)			
Schw	WS+	HR N, W	HM 1100	D 6 km Zeit 4 h

- Aufstieg** Wie bei Tour M6 bis auf 2500 Meter Höhe an den Rand des Sulztalferners.
- a) Durch das Nordkar: nun nach Osten in das Bockkar hinein bis zu der kleinen Mulde in 2750 Metern Höhe. Durch diese in Richtung Südosten zwischen zwei Felsriegeln hindurch etwa 100 Höhenmeter empor, bis sich nach Süden hin ein schmales Gletscherkar öffnet. Durch dieses, teilweise recht steil, zuletzt nach links auf den Gipfel des Hinteren Daunkopfs.
- b) Über den Sulztalferner von Süden: Noch weiter auf M6 bis auf fast 3000 Meter Höhe. Von hier quert man ohne Höhengewinn nach Osten über den weiten Gletscher ans gegenüberliegende Ufer. Hier erkennt man sofort die einzige, kurzzeitig steile Möglichkeit ins Daunjoch zu gelangen. Vom Daunjoch geht es nun nach Norden über den häufig abgeblasenen Rücken bis auf den Gipfel.



Abfahrt Über beide Aufstiegsrouten möglich. Am schönsten über den Sulztalferner aufsteigen und über das Bockkar abfahren.

Varianten Abfahrt ins Stubaital auf Tour O7.
Auf Route b) gerade über den Sulztalferner hinunter, dann nach Nordwesten über den teilweise recht spaltigen Gletscher zurück zur Aufstiegsspur am Ende des Gletschers (ca. 2500 m).

10. Schrankogel 3496 m & Schwarzenbergjoch 3104 m

Nach dem über 3500 Meter hohen Zuckerhütl ist der Schrankogel der zweithöchste Gipfel der Stubaier Alpen. Wohl mit ein Grund für dessen häufige Besteigung. Nur Extremskifahrer werden den Gipfel mit Ski besteigen, denn der Normalweg beinhaltet 300 Höhenmeter Fußanstieg über den Ostgrat. Diesen geht der „Normalbürger“ auch wieder hinunter. Nur wenige wagen die Steilabfahrt über die Nordostwand hinunter auf den Schwarzenbergferner. Allerdings erreicht die steilste Neigung hier die 50° Marke!

AP	Amberger Hütte (2133 m)			
Schw	SS-	HR W, O	HM 1350	D 6 km Zeit 4½ h

Aufstieg Von der Amberger Hütte aus in südlicher Richtung durch die Ebene der Sulz bis zur markanten Endmoräne kurz vor dem Ende der Sulz. Vor der Moräne geht es nach Osten ins Schwarzenbergtal hinein. Wir steigen immer links vom Bach höher. In 2600 Metern Höhe umgehen wir eine Mittelmoräne linker Hand. Hundert Höhenmeter weiter oben ziehen wir unsere Spur entlang der Felswände zu unserer Rechten hinauf zum Schwarzenbergferner. In knapp 3000 Metern Höhe kann man jetzt nach rechts steil ins Schwarzenbergjoch steigen. Oft ist das nur zu Fuß möglich und je nach Schneelage benötigt man evtl. sogar ein Seil. Über das Joch kommt man ins Tourengebiet der Franz-Senn-Hütte. Zum Schrankogel steigen wir jedoch über den Schwarzenbergferner weiter bergan und machen einen großzügigen Linksbogen, bis wir in westlicher Richtung ans untere Ende des felsigen Ostgrats gelangen. Ab hier zu Fuß weiter zunächst 150 Höhenmeter leicht links der Gratschneide, bis uns das Gelände nach links in die Flanke zwingt, durch die wir bis zu einer weiteren Gratrippe links von uns queren. Auf dieser weiter aufwärts, bis der Grat deutlich abflacht. In einer meist ausgetretenen Schneerinne geht es schließlich zum Gipfelkreuz.

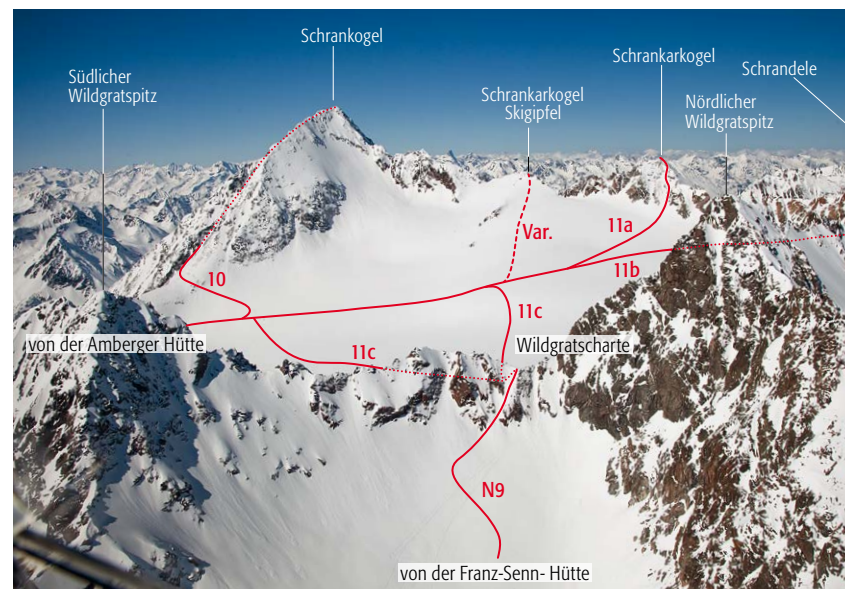
Abfahrt Wie Aufstieg.

Variante Extremabfahrt direkt vom Gipfel nach Nordosten über den bis zu 50° steilen Gletscher. Vorsicht, dieser hat eine sehr breite Randkluft, über die hinweggeschwungen werden muss!

11. Schrankarkogel 3327 m, Schrandele 3393 m & Wildgratscharte 3168 m

In dieser Beschreibung sind gleich drei verschiedene Ziele zusammengefasst. Das hat den Grund, dass sich alle bis auf über 3100 Meter Höhe den identischen Anstiegsweg teilen. Erst auf den letzten 200 Höhenmetern verlaufen die Routen auf eigenen Wegen. Das „normalste“ Ziel ist der Schrankarkogel, ein fast gewöhnlicher Skitourenberg. Auf der Schrandele führt ein Blockgrat, welcher Kletterei im II. Schwierigkeitsgrad erfordert. Die Wildgratscharte schließlich verlangt bisweilen Steigeisen oder gar ein Seil zur Sicherung. Früher konnte der Übergang fast durchgehend mit Ski begangen werden.

AP	Amberger Hütte (2133 m)			
Schw	S-	HR W, S	HM 1200	D 6,5 km Zeit 4½ h



Aufstieg Wir folgen der Beschreibung von M10 bis auf 3100 Meter Höhe. Nun weiter in nördlicher Richtung über den recht sanft geneigten Schwarzenbergferner bis auf etwa 3150 Meter Höhe, wo sich die Wege trennen:

- Nach Westen abbiegend hält man genau auf den *Schränkarkogel* zu und besteigt diesen zuletzt von rechts nach links über eine mehr als 40 Grad steile Schneeflanke. Etwas südlich des Gipfels gibt es noch einen häufig bestiegenen Skigipfel „Schränkarkopf“, „Schweizerkogel“ in der AV-Karte 31/1 (P 3299 m).
- Zum *Schrandele* geht es weiter genau nach Norden, an geeigneter Stelle steigt man so nahe wie möglich an den Südgrat auf. Nun in leichter Kletterei auf den Grat und anspruchsvoll (Stellen II) bis auf den Gipfel.
- Biegt man hier (oder etwas früher) nach Osten ein, sieht man die *Wildgratscharte* vor sich. Es ist die Scharte am Fuß des Südgrats des Nördlichen Wildgratspitz. Man quert zur Basis der Scharte und steigt die letzten 50 Höhenmeter zu Fuß in diese auf. Ein Abstieg auf der Rückseite der Scharte ist aufgrund der zunehmenden Ausaperung etwas anspruchsvoll geworden.

Abfahrt Wie Aufstieg.

Tourengebiet P: Gschnitztal



Unter Skitouristen ist das Gschnitztal nicht allzu bekannt, liegt es doch zwischen den zwei Skitouren-eldorados des Stubaitals im Nordwesten und des Oberbergtais im Süden. Aus dem Gschnitztal lassen sich jedoch einige nette Skitouren, wie auch einige hochalpine Touren unternehmen. Diese haben allerdings eine gehörige Länge und es gibt in der Wintersaison keine geöffneten Hüttenstützpunkte. Einzig der Winterraum der Bremer Hütte kann einem den Aufstieg zu den Feuersteinen halbieren. Also braucht es schon eine sehr gute Kondition und einen sehr frühen Aufbruch, um diese Touren als Tagestour zu absolvieren. Im vorderen Gschnitztal hingegen gibt es mehrere Hochwintertouren, die man allesamt von Trins aus gut als Tagestour angehen kann.

Anfahrt **Mit dem PKW:** Auf der Inntalautobahn bis zur Ausfahrt Innsbruck Süd. Von hier weiter auf die Brennerautobahn A13 in Richtung Brennerpass. Man verlässt die Autobahn bei der Ausfahrt Matrei am Brenner und fährt auf der Bundesstraße 182 weiter nach Süden bis zur Ortschaft Steinach am Brenner. Hier biegt man bei der Beschilderung Trins/Gschnitztal nach rechts auf die L10 ab und folgt dieser bis zum gewünschten Ausgangspunkt.

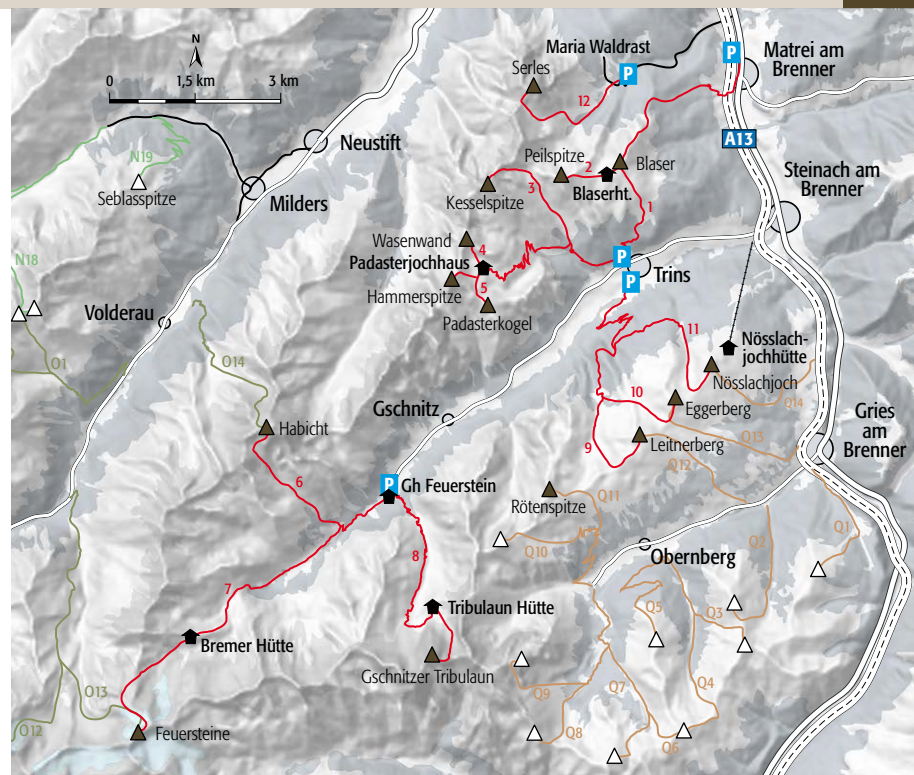
Mit dem ÖPNV: Mit der Schnellbahnlinie S3 in Richtung Brenner bis zum Bahnhof Steinach am Brenner. Hier steigt man um in den Regionalbus Linie 4146 und fährt mit diesem bis nach Trins oder Gschnitz.

Stützpunkt **Bremer Hütte** (2413 m): Offener Winterraum, 10 Plätze, www.bremerhuette.at, Zugangsbeschreibung siehe Route P7

Info **Tourismusamt Trins:** +43 5275 5337, www.wipptal.at

Karten AV-Karte Nr. 31/1 Hochstubaier mit Skirouten, 1:25.000

AV-Karte Nr. 31/3 Brennerberge, 1:50.000



Touren	P1 Blaser	S.266
	P2 Peilspitze	S.267
	P3 Kesselspitze	S.269
	P4 Wasenwand	S.270
	P5 Hammerscharte & Padasterkogel	S.271
	P6 Habicht	S.272
	P7 Östlicher Feuerstein über Bremer Hütte	S.273
	P8 Gschnitzer Tribulaun	S.275
	P9 Rötenspitze & Leitnerberg	S.276
	P10 Eggerberg	S.277
	P11 Nösslachjoch	S.278
	P12 Serles	S.279

☐ Klirrende Kälte am Gipfel des Eggerbergs.



1. Blaser 2241 m

Der Blaser ist eine eher unscheinbare Kuppe im Dreieck zwischen Matrei, Steinach und Trins und er macht seinem Namen alle Ehre. Durch seine unmittelbare Nähe zum Silltal, dem nördlichen Teil des Windkanals über den Brennerpass, pfeift nahezu immer der Wind. Egal ob bei Wetterwechsel oder bei Föhnlagen, der Blaser bekommt immer einen ordentlichen Teil davon ab. Zwei Routen führen auf den Gipfel, eine von Matrei und eine von Trins aus. Hier wird der von Trins startende Aufstieg beschrieben, die Matreier Route findet in der Beschreibung P2 Erwähnung.

AP	Trins, Ortsteil Leiten (1235 m)			
Schw	L	HR S, SO	HM 1000	D 3 km Zeit 3½ h

Aufstieg Wir starten in Trins nahe der Kirche. Bestenfalls ist die kleine Straße zwischen den Ortsteilen Leiten und Bichl geräumt. Dort wo diese einen von Norden her abziehenden markanten Bachgraben überquert, beginnen wir unsere Tour. Wir folgen der Beschilderung des Sommerwegs zur Blaserhütte durch den steilen, dichten Wald. Ist der Sommerweg nicht zu erkennen, benötigt man schon ein

wenig Gespür für die richtige Routenwahl. Nach 300 Höhenmetern wird das Gelände flacher und der Bewuchs lichter und nach weiteren 200 Höhenmetern kommen wir auf die Almflächen der Sanddurrenmäher. Über die folgenden wunderbaren Skihänge steigen wir nach Norden geradewegs auf den Blaser zu, dessen Gipfelaufbau erst im Laufe des weiteren Aufstiegs sichtbar wird. Hat man den Gipfel erreicht, wartet eine tolle Aussicht auf die Serles und den dazugehörigen Skiaufstieg.

Abfahrt Wie Aufstieg.

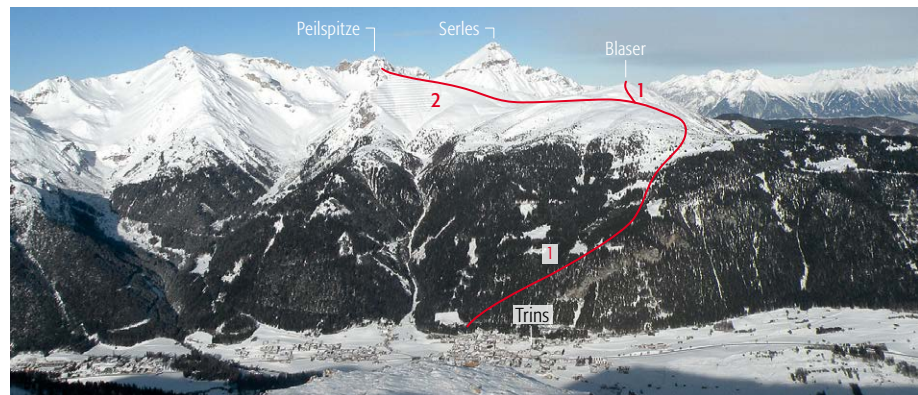
Varianten Abfahrt nach Matrei (P2) oder Weiterweg auf die Peilspitze (P2).

2. Peilspitze 2392 m

Die Peilspitze ist der Aussichtsberg schlechthin, will man einen Einblick ins Tourengebiet nördlich und südlich von Trins gewinnen. Sowohl die Touren P1 bis P5 als auch die Touren P9 bis P12 kann man von diesem Gipfel aus überblicken. Sollte man also eine Skitourenwoche im Gschnitztal verbringen, lohnt es sich diesen Berg als Eingetour anzugehen, um sich Appetit für die nächsten Tage zu holen. Da der Anstieg von Trins aus dem zum Blaser gleicht, ist hier der Weg von Matrei aus beschrieben.

AP	Matrei am Brenner (ca. 1100 m)			
Schw	WS+	HR N, O	HM 1300	D 6 km Zeit 4 h

Aufstieg Etwas nördlich der Kirche führt eine Seitenstraße nach Westen hin unter der Autobahn durch. Nahe der Autobahnbrücke starten wir unsere Tour und folgen dem Wegverlauf parallel zur Autobahn nach Süden. Bald schon öffnet sich zu



Nr.	Berg/Ziel	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	Seite
A. Inntal								34
A1	Pirchkogel über Stamser Alm	2828 m	S-	N, NO	2100	13 km	7 h	36
A2	Kreuzjochkogel & Mitterzaigerkopf über Stamser Alm	bis 2750 m	S	N, W	2000	15 km	7½ h	37
A3	Rietzer Griebkogel über Peter-Anich-Hütte	2884 m	ZS+	N	2200	13 km	7 h	39
A4	Schartenkogel & Metzen	bis 2610 m	ZS-	N	1900	9 km	6 h	40
A5	Flaurlinger Roßkogel & Peiderscharte	bis 2808 m	WS+	N, O	2100 / 1900	9 km	6½ h	42
A6	Rauher Kopf & Schloßköpfe	bis 2602 m	WS	N, O		10 km	6 h	43
A7	Koflerspitzen	2612 m	WS+	N	1800	10 km	6 h	45
A8	Windegg über Rangger Köpfl	2250 m	L	NO	300	2,5 km	1 h	46
B. Nördliches Sellrain								48
B1	Pirchkogel von Westen	2828 m	WS-	W, SW	1100	7 km	4 h	50
B2	Vorderer & Hinterer Griebkogel, Pirchkogel	bis 2828 m	ZS-	O	300-400	2 km	1 h	52
B3	Hochalter	2678 m	ZS	S	200	1 km	½ h	54
B4	Mitterzaigerkopf & Kreuzjochkogel	bis 2750 m	WS-	S, SO	900	3,5 km	3½ h	55
B5	Rietzer Griebkogel	2884 m	WS+	S, SW	1000	4,5 km	4 h	56
B6	Schartenkogel & Metzen	bis 2610 m	ZS	SW	700	3 km	2½ h	58
B7	Flaurlinger Roßkogel (Seejoch, Haggenspitze)	2808 m	S-	SSW	1150	4,5 km	4 h	59
B8	Roßkogel & Kögele	bis 2642 m	ZS	SO	1300 / 900	6 km	4½ h	60
C. Speicher Längental								62
C1	Wetterkreuz	2578 m	L+	N, O	850	4,5 km	3 h	64
C2	Großes Windegg & Hintere Karlesspitze	bis 2644 m	ZS-	N, NW	900	4 km	3 h	65
C3	Schafzoll	2426 m	WS-	O	500	2,5 km	1½ h	67
C4	Vordere Karlesspitze	2569 m	WS+	O, N, S	650	3 km	2 h	68
C5	Hintere Karlesspitze	2636 m	S-	N, O, S	750	5 km	2½ h	69
C6	Wechnerscharte	2758 m	ZS-	NO, NW	850	5,5 km	3 h	70
C7	Niederreichscharte	2728 m	WS+	N, O	800	7 km	3 h	72
C8	Plattkogelscharte	2677 m	ZS+	N	750	5,5 km	3 h	73
C9	Hochwanner	2456 m	S-	N	450	2 km	1½ h	74
D. Kühtai & Haggen								76
D1	Die Mute & Kleiner Zwölferkofel	bis 2611 m	L	N	50-650	1,5 km	2 h	78
D2	Neuerkogel	2642 m	ZS	SW, N	700	3,5 km	2½ h	79
D3	Pockkogel & Steintalspitzen von Kühtai	bis 2807 m	ZS+	SW	850	4,5 km	3 h	80
D4	Sulzkogel & Mittagsturm	bis 3016 m	ZS-	N, W	1050	8,5 km	4½ h	81
D5	Finstertaler Schartenkopf	2854 m	S-	N	900	7 km	3½ h	82

D6	Gaißkogel	2820 m	ZS	W, N, NO	850 (/400)	3,5 km	3 h	83
D7	Pockkogel & Steintalspitzen von Haggen	bis 2807 m	S-	N, SO	1150	5 km	4½ h	84
D8	Schöllekegel & Kraspesspitze	bis 2953 m	S-	N, O	1250	7,5 km	5	86
D9	Weitkarspitze	2947 m	S-	N, W, O	1300	7 km	5	87
D10	Zwieselbacher Roßkogel	3082 m	S-	N, O	1400	7,5 km	5½ h	88

E. Neue Pforzheimer Hütte 2308 m

E1	Mutenkogel & Rauhengrat	bis 2804 m	ZS/S-	SO	900/ 1300	3/5,5 km	3/4½ h	94
E2	Haidenspitze	2973 m	ZS-	O,S	650	2,5 km	2 h	95
E3	Zwieselbacher Roßkogel	3082 m	ZS	SO	800	3 km	2½ h	96
E4	Gleirscher Roßkogel	2994 m	ZS+	O,S	700	2,5 km	2 h	98
E5	Samersschlag & Breite Scharte	bis 2831 m	WS+	N, O	500	2 km	1½ h	99
E6	Hintere Sonnenwand	3112 m	S-	NO	800	4 km	2½ h	101
E7	Südlichste Sonnenwand	3094 m	ZS+	NO	800	4,5 km	2½ h	101
E8	Gleirscher Fernerkogel	3194 m	SS-	NO	1050 + 200	5,5 km	3½ h	102
E9	Vordere Grubenwand	3165 m	S+	N, W	1000	5 km	3½ h	103
E10	Schöntalspitze	3008 m	ZS+	N, W	900	5 km	3 h	104
E11	Lampenspitze & Sattelschröfen	bis 2890 m	WS+	W, N	750	2,5 km	2½ h	105

F. Praxmar & Lisens

F1	Lampenspitze & Griebkogel	bis 2875 m	WS	O	1200	4,5 km	4 h	108
F2	Zischgeles	3005 m	WS+	O, N	1300	4 km	4½ h	110
F3	Schöntalspitze	3008 m	ZS+	O, N	1300	4 km	4½ h	111
F4	Lisenser Fernerkogel	3299 m	S	N, O	1700	7,5 km	6 h	113
F5	Lisenser Spitze	3230 m	ZS+	N, O	1600	6,5 km	5½ h	114
F6	Hinterer Brunnenkogel	3325 m	S-	N, NO	1700	7,5 km	6 h	115
F7	Schafgrübler	2921 m	S-	W, NW	1400	4,5 km	5 h	117
F8	Lisenser Villerspitze	3026 m	ZS	NW	1400	4,5 km	5 h	118
F9	Roter Kogel & Auf Sömen	bis 2834 m	WS	W	1200	4 km	4½ h	119
F10	Fotscher Windegg	2577 m	L+	W	1150	6,5 km	4½ h	120

G. Westfalenhaus 2273 m

G1	Längentaler Weißenkogel	3218 m	WS	N, O	1100 + 100	5 km	4 h	124
G2	Hoher Seebaskogel	3235 m	S-	O, SO	1100 + 100	4,5 km	4 h	125
G3	Winnebacher Weißkogel	3185 m	ZS+	O, S	900	4 km	3 h	126
G4	Schöntalspitze	3008 m	S-	S	750	2 km	2½ h	128

Abkürzungen: Schw = Schwierigkeitsgrad, HR = Himmelsrichtung/Exposition, HM = Höhenmeter, D = Distanz

Nr.	Berg	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	Seite
-----	------	------------	------	----	----	---	------	-------

H. Potsdamer Hütte 2009 m

H1	Fotscher Windegg	2577 m	L+	O	1450/1050	3,5/7 km	4/5½ h	134
H2	Hühneregg & Auf Sömen	bis 2798 m	L+	NO	1200	5,5 km	4½ h	135
H3	Roter Kogel	2834 m	L+	NO, O	850	4 km	3 h	136
H4	Äußerer Bremstall	2777 m	WS	O, SO	750	5 km	3 h	138
H5	Lisenser Villerspitz	3026 m	ZS+	O, N	1150+100	6 km	4 h	139
H6	Hohe Villerspitz	3092 m	S+	SO, NO	1000	6 km	3½ h	140
H7	Schalderesspitze	2784 m	ZS-	NW, N	900	4,5 km	3 h	141
H8	Wildkopf	2720 m	ZS	N, W	850	4 km	3 h	142
H9	Schaflegerkogel	2405 m	L	W	700+300	5,5 km	3 h	143

I. Kemater Alm 1673 m

I1	Salfains	2000 m	WS-	O	1000	7 km	4 h	148
I2	Breitschwemmkogel	2264 m	WS	O	700+600	3 km	2 h	149
I3	Angerbergkopf	2399 m	WS+	O	750	3 km	2½ h	150
I4	Schaflegerkogel	2405 m	WS+	O	750	3,5 km	2½ h	151
I5	Schwarzhorn	2812 m	S-	N, O	1150	6 km	4 h	152
I6	Marchsäule	2598 m	ZS+	N	900	5,5 km	3 h	153
I7	Gamskogel	2659 m	WS	N	1000	5,5 km	3½ h	154
I8	Sonntagsköpfl	2096 m	WS-	N, O	400	2 km	1 h	155
I9	Alpenclubscharte	2451 m	ZS	N, W	750	3 km	2½ h	156
I10	Hoadl	2340 m	ZS-	SW	700	2 km	2 h	157

J. Axamer Lizum, Mutters & Fulpmes

J1	Widdersberg	2327 m	WS-	N, W	750	3,5 km	2½ h	160
J2	Marchreisenspitze & Ampferstein	bis 2620 m	ZS+	N	900	3 km	3 h	161
J3	Schneiderspitze	2156 m	ZS-	N, W	600	2,5 km	2 h	162
J4	Saile (Nockspitze)	2404 m	ZS	N, SW	1000	3,5 km	3½ h	163
J5	Priemeskopf	1887 m	L+	O od. N	950	3,5 km	3½ h	164
J6	Saile & Nederjoch	bis 2404 m	ZS+	SO	1400/1150	4,5 km	4½ h	165
J7	Hoher Burgstall	2611 m	ZS+	NO	600	8 km	5 h	166

K. Schweinfurter-Hütte 2028 m

K1	Peistakogel & Gruejoch	2740 m	WS+	N, W, S	1200	8 km	4½ h	172
K2	Hohe Wasserfälle	3002 m	S	O-S	1450	9 km	5 h	173
K3	Hochreichkopf & Plattkogelscharte	bis 3008 m	S-	O, S	1450/1150	9 km	5 h	174
K4	Finstertaler Scharrenkopf	2854 m	WS+	S, SW	800	3 km	3 h	175
K5	Kraspesspitze	2953 m	WS	SW	900	3,5 km	3 h	176
K6	Zwieselbacher Roßkogel	3082 m	ZS+	S, SW	1050	3 km	3½ h	178

K7	Gleirscher Roßkogel	2994 m	ZS	SW	950	3 km	3 h	178
K8	Breite Scharte & Samerschlag	bis 2831 m	WS	W	800	4,5 km	3 h	180
K9	Breiter Griebkogel	3287 m	ZS+	N, O	1250	8,5 km	4½ h	180
K10	Breiter Griebkogel durchs Larstigtal	3287 m	S	N, O	1750	10 km	6 h	182
K11	Breiter Griebkogel durchs Grasstalltal	3287 m	ZS+	NW	1750	9 km	6 h	183

L. Winnebachseehütte 2362 m

L1	Breiter Griebkogel	3287 m	ZS+	SO	900	4,5 km	3 h	188
L2	Winnebacher Weißkogel	3185 m	ZS+	alle	800	4,5 km	3 h	189
L3	Westlicher Seebaskogel	3047 m	ZS	W, N	700	3 km	2½ h	190
L4	Bachfallenkopf	3176 m	ZS	W, N	800	3,5 km	3 h	190
L5	Kühlehnskarscharte	3072 m	WS-	W, N	700	4 km	2½ h	192
L6	Putzenkarschneid	3041 m	S	O, N, W	700	4 km	2½ h	193
L7	Putzenkarscharte	2902 m	S	W, N, O	500	2,5 km	2 h	194
L8	Hoher Seebaskogel	3235 m	ZS+	W, S	950	4 km	3 h	195

M. Amberger Hütte 2133 m

M1	Lochkogel	3043 m	ZS+	N, O	1450	8,5 km	5½ h	200
M2	Tonigenkogel	3013 m	ZS	N	1400	7 km	5½ h	201
M3	Murkarspitze & Atterkarijochl	bis 3148 m	WS	N, O	1000	5 km	3½ h	202
M4	Kuhscheibe	3169 m	WS+	O, N	1050	5 km	3½ h	203
M5	Zahme Leck	3226 m	ZS+	N, O	1100	5,5 km	3½ h	204
M6	Wütenkarsattel	3115 m	L+	N	1000	6,5 km	3½ h	205
M7	Windacher Daunkogel	3351 m	WS	N	1200	7,5 km	4½ h	206
M8	Westlicher Daunkogel	3300 m	ZS+	N	1150	7,5 km	4½ h	207
M9	Hinterer Daunkopf	3225 m	WS+	N, W	1100	6 km	4 h	208
M10	Schrankkogel & Schwarzenbergjoch	bis 3496 m	SS-	W, O	1350	6 km	4½ h	209
M11	Schrankkogel, Schrandele & Wildgratscharte	bis 3393 m	S-	W, S	1200	6,5 km	4½ h	210

N. Franz-Senn-Hütte 2147 m

N1	Schafgrübler	2921 m	ZS	W, SW	1500	5 km	5½ h	216
N2	Horntalspitze	2863 m	ZS-	SO	1400	5 km	5 h	217
N3	Innere Rinnennieder	2902 m	ZS+	SO	750	3 km	2½ h	218
N4	Hinterer Brunnenkogel über Berglasübergang	3325 m	S-	O	850+300	6 km	4 h	219
N5	Wildes Hinterbergl über Berglasferner	3288 m	ZS	N, O	1100	6 km	4 h	220
N6	Vorderer Wilder Turm über Turmferner	3177 m	ZS	O	1000	5,5 km	3½ h	222
N7	Hint. Wilder Turm über Turmscharte	3294 m	WS+	NO-SO	1150	6,5 km	4 h	223
N8	Schrandele	3393 m	S+	N, O	1200	7 km	4½ h	224
N9	Schrankkogel über Wildgratscharte	3327 m	S-	N, O	1200	7,5 km	4½ h	225

Übersicht der Ziele

Nr.	Berg	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	Seite
N10	Schrankogel über Schwarzenbergjoch	3496 m	S	NO-SO	1400	8,5 km	5 h	227
N11	Ruderhospitze	3473 m	ZS-	N, W	1300	8,5 km	4 1/2 h	228
N12	Westliche Seespitze	3355 m	S-	N, W, S	1200	7,5 km	4 1/2 h	229
N13	Östliche Seespitze	3416 m	ZS+	N, NW	1250	5,5 km	4 1/2 h	231
N14	Innere Sommerwand & Mittlere Kräulspitze	bis 3302 m	ZS	N	1000	4 km	3 1/2 h	232
N15	Falbesoner Knotenspitze	3120 m	S-	NW	1000	3 km	3 1/2 h	233
N16	Östliche Knotenspitze	3082 m	S	N	900	3 km	3 h	235
N17	Oberisserscharte	2465 m	ZS	NW	300	1,5 km	1 h	236
N18	Schrimmennieder & Basslerjoch	bis 2830 m	WS+	N, NW	1250/1400	5 km	4 h	237
N19	Seblasspitze	2502 m	WS	NO	1000	5 km	3 1/2 h	239

O. Stubaial 240

O1	Schrimmennieder	2706 m	ZS-	S, O	1500	5,5 km	5 h	244
O2	Östliche Knotenspitze	3100 m	ZS+	SO, O	800	2,5 km	2 1/2 h	245
O3	Vordere & Hintere Plattenspitze	3088 m	S-	SO	650	2,5 km	2 h	246
O4	Östl. & Westl. Seespitze	bis 3416 m	ZS+	O, S	1100	5 km	4 h	248
O5	Ruderhospitze über Regensburger Hütte	3473 m	S	O	1200	5 km	4 h	249
O6	Ruderhospitze von der Mutterbergalm	3473 m	ZS+	S, W	1750	4,5 km	5 1/2 h	251
O7	Hinterer Daunkopf	3225 m	ZS-	W, S	600	2,5 km	2 h	252
O8	Westl. & Östl. Daunkogel & Stubaier Wildspitze	bis 3332 m	S	NW	je 200	0,5 km	1/2 h	254
O9	Zuckerhüt & Wilder Pfaff vom Skigebiet	bis 3458 m	ZS-	alle	700	4 km	2 1/2 h	255
O10	Wilder Pfaff über Sulzenauhütte	3458 m	SS-	N	1900	8 km	6 h	256
O11	Wilder Freiger über Sulzenauhütte	3418 m	S+	N	1900	7 km	6 h	258
O12	Wilder Freiger über Nürnberger Hütte	3418 m	ZS+	N, O	2100	8,5 km	7 h	259
O13	Östlicher Feuerstein über Nürnberger Hütte	3268 m	S-	N, W	2000	8,5 km	6 1/2 h	261
O14	Habicht	3277 m	SS	NW	2150	5 km	7 h	262

P. Gschnitztal 264

P1	Blaser	2241 m	L	S, SO	1000	3 km	3 1/2 h	266
P2	Peilspitze	2392 m	WS+	N, O	1300	6 km	4 h	267
P3	Kesselspitze	2728 m	ZS+	S-O	1500	5,5 km	5 h	269
P4	Wasenwand	2563 m	ZS	S, O	1300	5 km	4 h	270
P5	Padasterkogel & Hammerspitze	bis 2528 m	WS+	O	1050/1300	5/5,5 km	3 1/2/4 1/2 h	271
P6	Habicht	3277 m	SS-	S, W	2000	5,5 km	6 1/2 h	272
P7	Östlicher Feuerstein über Bremer Hütte	3267 m	S-	N, O	2000	10 km	7 h	273
P8	Gschnitzer Tribulaun	2946 m	ZS+	N, W	1650	6,5 km	5 1/2 h	275
P9	Rötenspitze & Leitnerberg	bis 2481 m	WS-	N, W, O	1200/1100	9 km	4 1/2 h	276
P10	Eggerberg	2280 m	L+	N, W	1050	6,5 km	3 1/2 h	277
P11	Nösslachjoch	2231 m	WS-	N, O	1000	5 km	3 1/2 h	278
P12	Serles	2717 m	ZS	SO	1050	4 km	3 1/2 h	279

Nr.	Berg	Gipfelhöhe	Schw	HR	HM	D	Zeit	Seite
-----	------	------------	------	----	----	---	------	-------

Q. Obernbergtal 280

Q1	Sattelberg	2115 m	L	NW, NO	900	3,5 km	3 h	284
Q2	Niedererberg	2196 m	WS	O, N	900	4,5 km	3 h	285
Q3	Fradersteller	2247 m	WS	N, W	850	4 km	3 h	287
Q4	Hoher Lorenzen über Fraderalm	2315 m	WS+	W, N, O	900	5,5 km	3 h	288
Q5	Allerleigrubenspitze	2131 m	WS-	N	750	5 km	2 1/2 h	289
Q6	Hoher Lorenzen über Obernberger See	2315 m	WS	NW	900	5 km	3 h	290
Q7	Geierskragen & Grubenkopf	bis 2309 m	WS+	N	900	5/5,5 km	3 h	291
Q8	Südlicher Roßlauf	2378 m	ZS-	NO	950	5,5 km	3 h	292
Q9	Obernberger Tribulaun	2780 m	S-	O, S	1350	5,5 km	4 1/2 h	293
Q10	Muttendorf	2638 m	WS+	S, O	1200	5 km	4 h	295
Q11	Rötenspitze	2482 m	WS+	S, O	1050	4,5 km	3 1/2 h	296
Q12	Leitnerberg	2309 m	L+	SO	950	4 km	3 h	297
Q13	Eggerberg	2280 m	L	SO	1000	4 km	3 1/2 h	298
Q14	Nösslachjoch	2231 m	L	alle	1150	4 km	4 h	299

R. Windachtal & Timmelstal 302

R1	Hochstubaiahütte mit Wütenkarferner	3173 m	ZS	alle	1800	9,5 km	6 1/2 h	306
R2	Windacher Daunkogel & Warenkarseitenspitze	bis 3345 m	ZS+	alle	max. 350	1,5 km	1 h	307
R3	Schubgrubenkogel & Schaufelspitze	bis 3333 m	S	alle	1850/2000	14/11 km	7 h	308
R4	Hildesheimer Hütte mit Gameplatzl	bis 3019 m	ZS+	alle	1550/1600	11 km	6 h	310
R5	Siegerlandhütte mit Gameplatzl	bis 3019 m	ZS-	alle	1350/1650	12 km	6 1/2 h, 5 1/2 h	311
R6	Sonnklarspitze & Hohes Eis	bis 3467 m	S-	NW	1600+750	2,5 km	2 h	312
R7	Scheiblehnekogel & Hohlkogel	bis 3060 m	WS+	NW	1600+300	2 km	1 h	313
R8	Schrakogel & Jochköpfl	bis 3135 m	ZS+	N	1750	12 km	7 h	314
R9	Wannenkogel	3088 m	S-	N	1700	9 km	6 1/2 h	315
R10	Wilde Rötenspitze	2965 m	WS+	N	1600	7,5 km	6 h	316
R11	Schrakogel & Jochköpfl vom Timmelstal	bis 3143 m	ZS	SW	1000	7,5 km	3 1/2 h	316

Der Autor

Jan Piepenstock, Jahrgang 1968, ist in München geboren und steht bereits seit seinem 3. Lebensjahr auf Ski. Das Tourengehen begann er 1991 nach 4jähriger Skipause, da er am Pistentrubel keinen Gefallen mehr finden konnte. Schon bald kam er auf den Geschmack und absolvierte die Ausbildung zum Fachübungsleiter Ski-bergsteigen und Skihochtouren der DAV Sektion Oberland und ist seitdem zwischen 30 und 50 Tage pro Wintersaison auf Tourenski unterwegs. Durch seine 12-jährige Tätigkeit als Hüttenwirt konnte er viel Erfahrung auf und mit dem Berg sammeln und hat die Bedürfnisse der Bergsteiger bestens kennengelernt. In seinem heutigen Berufsleben ist er als Tonmeister im Bereich Musikproduktion tätig, aber auch als Filmtoneinsteiger - besonders für Natur- und Bergfilme.

