

Die lange Überschreitung am Alpenrand

An einem Tag von Lenggries über die Berge nach Eschenlohe

Die Überschreitung von Benediktenwand, Rabenkopf, Jochberg, Herzogstand und Heimgarten an einem Tag folgt einer logischen Linie und erfordert erstklassige Kondition.



Ausgangspunkt: Lenggries Bahnhof (erster Zug ca. 6:30–6:45 Uhr ab München)

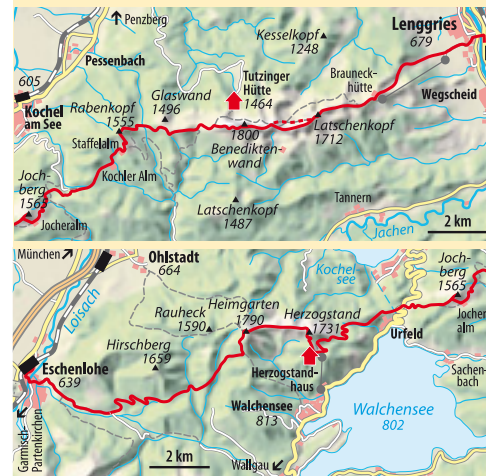
Einkehr: Staffelfalm am Rabenkopf, 1321 m. Bew. von Mitte Juni bis Ende Sept.; Herzogstandhäuser, 1575 m. Ganzj. außer Dez. bew., Tel. 08851/234 – www.berggasthaus-herzogstand.de; Heimgartenhütte, 1785 m, Bew. Mai bis Okt., keine Übernachtung, Tel. 0171/950 77 87

Karte: Umgebungskarte „Bad Tölz – Lenggries und Umgebung“ 1:50 000

Weg: Vom Bhf Lenggries gleich über die Isar. Weiter zur Brauneckbahn, kurz davor auf bez. Wanderweg von der Straße ab und zum Brauneck hinauf. Auf dem schönen Höhenweg wird nun das gesamte Benediktenwandmassiv überquert: über Schrödelstein, Stangeneck, Vorderen Kirchstein, Latschenkopf, Achselköpfe (anspruchsvoll; einfacherer Weg rechts unterhalb) und über den Steilaufschwung hinauf zu Ost- und Hauptgipfel der Benediktenwand, 1800 m. Diesen höchsten Punkt der

Tour sollte man in nicht viel mehr als 4 Std. ab Lenggries erreichen. Nun westlich hinab in die Glaswandscharte, links (südl.) weiter bergab und bei Wegkreuzung rechts. Auf bez. Weg die Glaswand auf der Südseite queren und an der Bergwachthütte vorbei über das Schwarzeck auf den Rabenkopf. Südlich hinab zur Staffelfalm, weiter südwestl. an der Kochler Alm vorbei und auf einer Fahrstraße weiter, bis links ein Wanderweg in Richtung Jochberg abzweigt. Vom kleinen Hochtal der Kotalm geht es über die Ostseite und die Jocheralm auf den Jochberg. Der Abstieg führt auf der Westseite zum Kesselberg hinab (Zeit bis hier: ca. 9 Std.). Bei Zweifeln an der eigenen Kondition sollte die Tour hier enden – andernfalls steigt man über Fahrstraßen und auf breitem Weg zum Herzogstand und weiter über den Verbindungsgrat hinüber zum Heimgarten. Südl. vom Heimgartengipfel hinab, bei der Wegverzweigung rechts (westl.) weiter und zur Fahrstraße hinunter, die nach Eschenlohe führt. In Eschenlohe über die Loisach und rechts zum Bahnhof.

ab München	1 Std.
Bus & Bahn	BOB nach Lenggries
Talorte	Lenggries, 679 m; Eschenlohe, 639 m
Schwierigkeit*	Bergwanderung mittelschwer
Kondition	sehr groß
Anforderung	Erfahrung mit Ausdauertouren, sorgfältige Vorbereitung, minutöse Zeitplanung und ein leichter Rucksack
Ausrüstung	kompl. Bergwanderausrüstung, Stirnlampe, ausreichend Getränke und Verpflegung
Dauer	14–15 Std.
Höhendifferenz	↗ 3390 Hm ↘ 3430 Hm
Länge	ca. 50 km



Text & Foto: Joachim Burghardt