

Auto ca. 1 Std. ab München
Bus & Bahn 1:15–1:30 Std. (Bahn bis Fischhausen-Neuhaus, Bus bis Spitzingsee Kirche)
Talort Spitzingsee, 1090 m
Schwierigkeit Bergwanderung leicht
Kondition gering
Ausrüstung komplette Bergwandausrüstung, evtl. Tüte zum Pflanzensammeln
Dauer je nach Sammelleidenschaft ⤴ 4–6 Std.
Höhendifferenz ⤴ 750 Hm
Beste Zeit im Frühsommer vor Beginn der Weidezeit



© alpinwelt, Ausgabe 3/2013, Text & Foto: Uta Raß, Kräuterpädagogin

Wilde Kräuter am Spitzingsee

Wildkräuterwanderung auf den Stolzenberg, 1609 m

Wer sich auskennt oder bei einer geführten Tour mitmacht, kann im Spitzinggebiet gelben Hornklee, Vergissmeinnicht, Rotklee und Gänseblümchen sammeln und anschließend essen.

Ausgangspunkt: Spitzingsee Kirche, 1090 m
Einkehr: Albert-Link-Hütte, 1053 m. Ganzjährig bew., Mo Ruhetag. Tel. 08026/712 64 – www.albert-link-huette.de.
Karte: AV-Karte 7/1 „Tegernsee – Schliersee“ 1:25 000

Weg: Wir starten am Südufer des Spitzingsees und wandern in 20 Min. zur Albert-Link-Hütte. Auf dem von dort südwestl. weiterführenden Schotterweg können wir schon ein paar Kräuter bewundern, z. B. wilden Bergthymian. Bald erreichen wir eine Weggabelung, von der es auf einem steilen Waldweg in Richtung Haushamer Alm geht. Im Wald sehen wir Waldmeister, Waldsanikel und Waldehrenpreis. An der Haushamer Alm folgen wir dem Pfad in Richtung Stolzenberg und finden auf den schönen Weiden alles, was das Kräutersammelherz höherschlagen lässt: Bergquendel, wilden Dost, Frauenmantel, Rotklee, Alpenlabkraut und mehr. Wir wandern von Ost nach West über den Gipfelkamm, pflücken hier ein Blättchen Dost, schnuppern dort an altem Fichtenharz und steigen nordwärts gut 100 Hm in den Sattel ab. Jenseits wieder hinauf und am Rotkopf vorbei, erreichen wir auf feuchten Pfaden den Roßkopf, 1580 m, wo wir an grasigen Stellen das schö-



ne, aber giftige Kreuzkraut sehen. Beim Abstieg über den Grünsee zu den Haushamer Alm suchen wir weitere Kräuter für unsere Brotzeit: Blüten vom Goldfingerkraut, Gänseblümchen, Schafgarbenblätter und wilden Kümmel. Schließlich geht's zurück zur Albert-Link-Hütte, wo wir uns stärken können.
Hinweis: Nur sammeln, was man zweifelsfrei kennt; es gibt auch giftige Pflanzen! Keine geschützten oder Rote-Liste-Pflanzen pflücken; nur punktuell sammeln, nicht großflächig ernten. Am besten, man bucht die Teilnahme an einer Kräuterführung bzw. Wildkräuterwanderung (siehe z. B. www.alpinprogramm.de oder www.miesbacher-kraeuterpaedagogin.de).

Ausrüstungsliste und -verleih: www.ausruestung.alpinprogramm.de

So schmecken die Kletterwände mit Kaiserblick

Sportklettern rund um die Vorderkaiserfeldenhütte, 1388 m

Gut abgesicherte Klettergärten, erstklassiges Essen und eine herrliche Aussicht auf den Wilden Kaiser – die Vorderkaiserfeldenhütte bietet Genuss auf ganzer Linie.

Ausgangspunkt: Parkplatz Kaisertal, 500 m
Stützpunkt: Vorderkaiserfeldenhütte, 1388 m. Ganzjährig bew., Tel. 0043/5372/63 482 – www.vorderkaiserfeldenhuette.at. Seit 10 Jahren führt die Familie Mirlich liebevoll die Hütte und legt großen Wert auf die Qualität des Speiseangebots mit frischen Zutaten aus der Region, wovon auch ihre „Bewusst Tirol“- und „Tiroler Wirthauskultur“-Auszeichnungen sowie die Teilnahme an „So schmecken die Berge“ zeugen. Besonders lecker sind die Fleisch-Spezialitäten vom Almoachsen oder die Spinatnocken (siehe Rezept S. 12). Außerdem sehr empfehlenswert nach einem anstrengenden Klettertag: Kaiserschmarrn oder Marillenknödel.

Karte/Führer: AV-Karte 8 „Kaisergebirge“ 1:25 000; Stadler, Kletterführer Bayerische Voralpen Bd. 2 (Panico)
Hüttenzustieg: Über die Sparchenstiege am Veitshof vorbei, dann Weg 835 hinauf über die Ritzaualm zur Vorderkaiserfeldenhütte (2,5 Std.).

Klettergärten
Heimköpfl (5 Min.): Westlich der Hütte auf einem Steig hinab und in den Wald. Kurz darauf rechts hinauf zur



Heimköpfl-Wand (SW). Freunde klassischer Plattenkletterei werden hier Spaß haben: An raum Kalkfels gibt's 19 bestens abgesicherte Routen (II–VII, bis 27 m).
Petersköpfl-Gipfelwand (30 Min.): Dem Wanderweg Richtung Petersköpfl folgen. Kurz nach dem steilen Wiesenhang führt in einer Mulde rechts ein Steiglein ab und durchs Latschendickicht hinauf zur Gipfelwand (W) mit 21 gut abgesicherten Routen (III–VIII, bis 35 m).
Steingrubenschneid: Von der Hütte den Wanderweg zur Pyramidenspitze über die Hinterkaiserfeldental nehmen. Nach 35 Min. steht man vor der riesigen SW-Wand, die den alpinsten Charakter der Klettergärten aufweist. Gut abgesicherte Routen (IV–IX) an meist festem Fels mit Platten, Rissen und Verschneidungen.

Auto ca. 1,5 Std. ab München
Bus & Bahn 1,5–2 Std. (Bahn bis Kufstein, Bus bis Ebbs/Kaisertal)
Talort Kufstein, 499 m
Schwierigkeit Aufstieg: Bergwanderung leicht, Kletterrouten: UIAA II–IX
Kondition mittel
Ausrüstung Sportkletterausrüstung inkl. Helm, Sortiment Keile und Schlingen
Dauer Hütte ⤴ 2,5 Std., Felsen ⤴ 5–35 Min.
Höhendifferenz Hütte ⤴ 890 Hm, Felsen ⤴ 50–250 Hm



© alpinwelt, Ausgabe 3/2013, Text & Foto: Franziska Leutner

Auto ca. 1 Std. ab München
Bus & Bahn 1:10 Std. (Bahn bis Eschenlohe)
Talort Eschenlohe, 639 m
Schwierigkeit MTB-Tour mittelschwer
Kondition mittel
Ausrüstung komplette MTB-Ausrüstung
Dauer ⤴ 4,5–5 Std.
Höhendifferenz ⤴ 1150 Hm
Strecke 60 km



© alpinwelt, Ausgabe 3/2013, Text: Sebastian Haas, Foto: Tom Gonzales bei Wikimedia Commons

Kulinarische Wankumrundung

Mit dem Mountainbike zur Esterbergalm

Eine schweißtreibende MTB-Tour, die mit traumhaften Blicken zu Wetterstein und Karwendel sowie der Einkehr bei der Esterbergalm die Strapazen vergessen lässt.

Ausgangspunkt: Eschenlohe Bahnhof, 639 m
Einkehr: Esterbergalm, 1264 m. Mi Ruhetag, Tel. 08821/32 77; Gschwandtnerbauer, 1020 m, Mo & Do Ruhetag, Tel. 08821/21 39
Karte: AV-Karte BY 9 „Esterbergalm“ 1:25 000

Route: Um dem Stau nach Garmisch zu entgehen und die Muskeln auf Betriebstemperatur zu bekommen, empfiehlt sich der Start in Eschenlohe. Gemütlich rollt man am Loisach-Radweg über Oberau und Farchant nach Garmisch. Dort verlässt man die Hauptstraße nach 500 m und folgt dem Abzweig links zur Wankbahn-Talstation. Der Straße bis zum Hochseilgarten folgen und bei diesem an der Anmeldung vorbei durch die Schranke auf den Forstweg. Diesem folgt man nun über die Daxkapelle (erste Steilrampe) bis zur Esterbergalm (Wegbezeichnung TKW, W1, K6). Auf den letzten Höhenmetern bis zur Esterbergalm wird dem Biker nochmal alles abverlangt. Anschließend geht es über die wunderschöne Hochalmebene zur Esterbergalm. Sehr zu empfehlen sind die Kartoffel-Rösti mit Speck und Spiegelei, die uns für die weitere Tour stärken. Auch die hausgemachten



Kuchen sind ein Gedicht! Weiter geht es über die Hintere Esterbergalm hinab zur Finzbachbrücke und wieder hinauf zum Schweizer Alpe. Kurz danach verlässt man die Forststraße (462 KRG) Richtung Grottenweg, wo ein Singletrail bergab unter die Stollen genommen wird. Bis zum Gschwandtnerbauer geht es nun auf Forststraßen. Eine weitere Einkehr hier ist lohnend! Anschließend rollt man über die Wallfahrtskirche Sankt Anton und die Wankbahn-Talstation nach Garmisch und weiter auf dem Loisach-Radweg zurück nach Eschenlohe. Diesmal geht es jedoch in Flussrichtung leicht bergab!



OUTDOOR FOOTWEAR SINCE 1921

VOGEL FLIEGT, FISCH SCHWIMMT, HOYER WANDERT.



ALPENÜBERQUERUNG IN 49,5 STUNDEN NONSTOP

HANWAG ProTeam: Thorsten Hoyer Extrem-Weitwanderer

KATEGORIE TREK | ALASKA GTX®

Bequemes und funktionelles Schuhwerk, das festen und soliden Halt für schwere Treks oder mehrtägige Wanderungen mit viel Gepäck bietet. Teilweise bedingt steigeisenfest.

YouTube Facebook www.hanwag.de



Bus & Bahn 3:10–3:50 Std. (Bahn über Immenstadt nach Oberstaufen, Bus bis Hochgratbahn); Rückfahrt ab Immenstadt
Talort Immenstadt, 836 m
Schwierigkeit Bergtour
Kondition mittel
Ausrüstung komplette Bergwandausrüstung
Dauer 1. Tag: ↗ 2 Std., 2. Tag: ↗ ↘ 5,5 Std.
Höhendifferenz 1. Tag: ↗ 800 Hm; 2. Tag: ↗ 600 Hm ↘ 750 Hm

Aussichtreich von Gipfel zu Gipfel

Die Überschreitung der Nagelfluhkette in den Allgäuer Alpen

Mit Weitblicken vom Bodensee bis zur Zugspitze gilt die Allgäuer Nagelfluhkette mit dem Staufner Haus zu Recht als eine der schönsten Kammtouren der Deutschen Alpen.

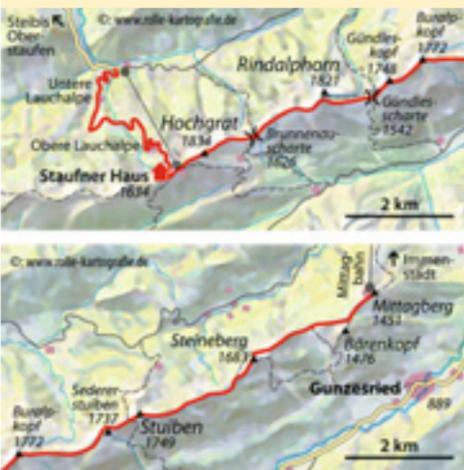
Ausgangspunkt: Talstation Hochgratbahn, 850 m
Stützpunkt: Staufner Haus, 1634 m. Bew. Mai–Okt. Tel. 08386/8255 – www.staufner-haus.de. Das Staufner Haus nimmt am Programm „So schmecken die Berge“ teil; in der Speisekarte sind alle Speisen und Getränke, die aus regionalen Zutaten hergestellt wurden, einzeln mit dem „Kuh-symbol“ ausgewiesen.

Karte: AV-Karte BY 1 „Allgäuer Voralpen West“ 1:25 000; Pröttel, Das perfekte Bergwochenende (Bruckmann)

Weg: Am ersten Tag geht es bestens gekennzeichnet über die Lauchalpe zum Staufner Haus. Von dort geht es zur Hochgratbahn-Bergstation und weiter über den Grat zum Gipfel des Hochgrats (1834 m). Von hier in die Brunnen-scharte hinab und auf der anderen Seite über einen Wiesen-kamm hinauf zur Weggabelung vor dem Rindalphorn (1821 m, Abstecher lohnend). Hier folgt man dem Weg-weiser „Mittagbahn“. Es folgt ein steilerer Abstieg zur Gündlesscharte, die man zuletzt über Waldgelände er-reicht. Nun folgt der einzige wirklich steile Anstieg auf den Gündleskopf (1748 m). Dahinter geht es kurz ausgesetzt am Nagelfluhgrat entlang, bevor man den Buralpkopf (1772 m) erreicht. Hinter diesem steigt man sehr schön am abfallenden Kamm ab, um zum Sedererstuiben und schließlich zum Stuiben (1749 m) weiterzuwandern. Man folgt der Beschilderung „Mittag“ und kommt zur Schlüs-selstelle der Tour: Direkt unterhalb eines Felsgrates wird hier mit Hilfe von Drahtseilen abgestiegen. Jetzt kommt ein besonders reizvolles Teilstück, auf dem sich Konglome-ratfelsen und Bergfichten immer wieder abwechseln. Der



Weg teilt sich bisweilen auf; der Hauptweg ist blau mar-kiert und führt etwas unterhalb des Kammes nach Osten. Man erreicht eine Wegkreuzung, folgt der Beschriftung „Mittag“ halblinks und stößt auf einen breiteren Weg, dem man nach rechts folgt. Es geht sehr schön am Grat entlang, bis man eine weitere Felspassage erreicht. Nun ist es nicht mehr weit zum Steineberg (1683 m), dessen Name sich er-schließt, sobald man die steile Eisenleiter abgestiegen ist. Am Fuß der Leiter, wo eine leichtere Variante hinzustößt, folgt man dem Weg bergab und gelangt in Waldgelände. In einem letzten Anstieg erreicht man den Bärenkopf und folgt einem Fahrweg zur Bergstation der Mittagbahn, von wo man mit der Seilbahn nach Immenstadt hinunter-schwebt.



© alpinwelt, Ausgabe 3/2013, Text & Foto: Michael Pröttel

alpinwelt-Tourentipps: www.DAVplus.de/tourentipps

Der erste Schweizer Klettersteig

Der „Tälli“: eisenhaltig durch die Gadmerflue, ca. 2555 m

Manchmal sind die bedächtigen Berner halt doch nicht die Langsamsten: 1993 wurde über dem Gadmertal ein Genussklettersteig eröffnet – die erste richtige Via ferrata der Schweiz!

Ausgangspunkt: Bergstation der Tälli-Seilbahn, 1710 m, nahe der Tällihütte

Stützpunkt: Tällihütte, 1726 m. Bew. Anf. Juni bis Mitte Oktober, Tel. 0041/33/975 14 10 – www.taelli.com. Kulinarischer Tipp: Jeden Sonntag „Bergführer-z’Morge“ (= Bergführer-Frühstück) mit hausgemachtem Müsli, Brot, Aufstrich und diversen Getränken.

Karte/Führer: Landeskarte der Schweiz, Blatt 255 T „Sustenpass“ 1:50 000; Hüslers/Anker, „Die Klettersteige der Schweiz“ (AT Verlag)

Zustieg: Von der Tällihütte leiten die weiß-blau-weißen Markierungen schräg bergan gegen den Fuß der Gad-merflue. Nach etwa 1 Std. ist der Einstieg im Rücken des Alpligerstocks erreicht (ca. 2060 m).

Klettersteig: Eine Leiter mit etwas kniffligem Zustieg bildet den Auftakt, dann folgt eine luftige Querung. Anschließend in anre-gender Kletterei über Aufschwünge, grasige Absätze und Verschneidungen steil bergan zu einer Holzbank (ca. 2240 m) mit Prachtblick auf Urner und Berner Gletscherberge. Solide Sicherungen



helfen auf ein markantes Band, dem man nach rechts bis zu einer fast senkrechten Verschneidung folgt (drei Leitern). Diese mündet auf eine breite Rippe, die zum nächsten Steilaufschwung leitet. Es folgen zwei weitere Leitern und eine luftige Traverse, dann darf man im Routenbuch die erfolgreiche Begehung notieren. Die Kletterei ist allerdings noch nicht zu Ende; am steilen Gipfelaufbau sind weitere fünf Leitern montiert. Zuletzt spaziert man hinüber zum eisernen Schmuck am Kamm („Bergführerverein Haslital 1993“).

Abstieg: Nordseitig leiten die Markierungen über den steinigen Rücken (kurze Kletterstelle I) bergab. An der Verzweigung (2121 m) links und über Wiesenhänge zum Felsfuß des Chline Tälli, wo man auf den vom Engstli-gensee kommenden Wanderweg stößt. Mit ihm 200 Hm hinauf zum Sättle (2116 m). Dahinter hinab ins Almgelände und zurück zur Tällihütte.

Hintergrund: Der Tälli-Klettersteig wurde 1993 als erster moderner Klet-tersteig der Schweiz errichtet. Wel-cher Klettersteigboom alpenweit in den darauffolgenden 20 Jahren fol-gen sollte, war damals noch nicht abzusehen. Mehr über die intensive Neuerschließung und die aktuelle Entwicklung erfährt man in der neuen Broschüre „Gipfel der Verdrahtung“ von Mountain Wilderness, die unter www.moun-tainwilderness.de abrufbar ist und kostenlos bestellt werden kann.

Auto ca. 5 Std. ab München
Bus & Bahn ab 7:30 Std. (Bahn bis Meiringen, Bus bis Gadmen Tällibahn)
Talort Innertkirchen, 625 m
Schwierigkeit Klettersteigtour mittelschwer (K3)
Kondition mittel
Anforderung teils sehr ausgesetzt, im Frühsommer Altschnee beim Abstieg
Ausrüstung komplette Klettersteigausrüstung inkl. Helm
Dauer ↗ ↘ 6,5 Std.
Höhendifferenz ↗ ↘ 1020 Hm



© alpinwelt, Ausgabe 3/2013, Text & Foto: Eugen E. Hüslers

alpinwelt-Bergwetter: www.DAVplus.de/wetter

Cristallo von SCARPA

Allround Alpinstiefel

Anspruchsvoller, gut gedämpfter Alpinstiefel für Klettersteige, Berg- und Höhenwanderungen und Gletschertouren. Die Gore-Tex® Membran schützt vor Nässe und macht den Schuh hoch atmungsaktiv.



€ 249,95

Herrenschuh in smoke/sage

Damenschuh in smoke/mint



SCHUHE FÜR DRAUSSEN | BERG- UND TREKKING | TROPEN UND WÜSTEN | SCHNEE | KINDERSCHUHE | GR. 25 - 54 KAPUZINERPLATZ 1 | 80337 MÜNCHEN | WWW.OUTDOORSCHUHE-MUENCHEN.DE

Outdoorschuhe

Black Diamond
Black Diamond Distance FL Trekkingstock
Das leichte Packwunder
 € 119,95

BLACK DIAMOND DISTANCE FL TREKKINGSTOCK

455g leicht, robust, vielseitig, stabil und faltbar. Zusammen geklappt nur 37cm lang! Für kurze Touren oder lange Rucksackreisen.

ALPINE ACADEMY INTENSIVTRAINING

Klettersteig für Einsteiger an der Alptrippe. 3 Tage (2. – 4. 8. oder 15. – 17.8.) mit Basecamp Profi Bergführer: € 299,- www.basecamp-alpine-academy.de

ALPINE | CLIMBING | RUNNING | HIKING
 IMPLERSTR. ECKE GAISSACHER
 | 81371 MÜNCHEN-SENDLING |
 TELEFON 089 76 47 59 | PARKPLATZE
 VOR DEM HAUS | WWW.BASECAMP.DE



Auto ca. 3–3,5 Std. ab München
Bus & Bahn ab 6:10 Std. (Bahn bis Brixen oder Waidbruck, Bus bis Wolkenstein; Info: www.oebb.at oder www.valgardena.it)
Talort Wolkenstein, 1563 m
Schwierigkeit Bergwanderung leicht (Hüttenzustiege)
Kondition gering (Hüttenzustiege)
Ausrüstung komplette Bergwandausrüstung, je nach Touren evtl. zusätzlich Klettersteig- oder Kletterausrüstung
Dauer Zustiege ab Bergstationen ➤ 30–45 Min.
Höhendifferenz je nach Zustieg und Tourenzielen variabel



Foto: Rifugio Emilio Comici

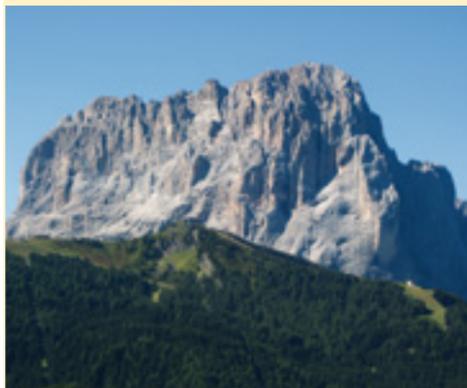


Foto: Rüdiger Katz, St. Ingbert



© alpinwelt, Ausgabe 3/2013, Text: Franziska Horn

Schätze der Dolomiten

Bergsteigen und Genießen rund um die Comici-Hütte im Grödnertal

Diese Hütte ist ein „Joker“: Am Fuße des Langkofels liegen Gourmetfreuden, familientaugliche Wanderwege und anspruchsvolle, geschichtsträchtige Kletterrouten eng beieinander. Aber auch Boulderer und Klettersteiggeher kommen hier zum Zug.

Ausgangspunkt: je nach Zustieg entweder Parkplatz am Monte Pana oder Bergstation Mont de Seura oder Bergstation Ciampinoi oder Sellajoch, allesamt von St. Christina oder Wolkenstein aus dem Grödnertal erreichbar.

Stützpunkte: Rifugio Emilio Comici, 2153 m. Bew. Mitte Juni bis Ende Sept. und 1. Dez. bis Mitte April, Tel. 0039/0471/79 41 21 – www.rifugiocomici.com; Sellajochhaus (Rif. Passo Sella), 2183 m. Tel. 0039/0471/79 51 36 – www.passo-sella.it

Karten: Tabacco-Karte Nr. 05 „Gröden – Seiseralm“ 1:25 000; Kompass-Karte WK 59 „Sella-Gruppe“ 1:50 000; AV-Karte 52/1 „Langkofel- und Sella-Gruppe“ 1:25 000; Kompass-Karte 076 „Gröden – Seiser Alm“ 1:25 000

Führer: Richard Goedeke, AV-Führer extrem Sella Langkofel (Rother); Norbert Mussner, Wanderführer Dolomiten Gröden (Kompass)

Die Hütte: Die Emilio-Comici-Hütte versteht sich als „höchstgelegenes Kräuterrestaurant der Dolomiten“. Rosmarin, Thymian & Co. wachsen im eigenen Garten, sie bereichern die aromatische Küche, füllen Polster und dienen als Tischdeko. Auch sonst kocht man hier auf buchstäblich hohem Niveau: Schon 1955 legte Hüttenwirt Gianni Marzola Wert auf Qualität und Produkte aus der eigenen Landwirtschaft bei Grado. Auf dem Menüplan stehen Südtiroler Schmankerl und Kuchen nach Omas Rezept. Vor den blauen Fensterläden erstrecken sich die Steilwände der Dolomiten, dahinter feiert gern mal die Prominenz aus dem In- und Ausland. Die Winter-Highlights: Fisch und Meeresfrüchte! Berühmt ist auch der „Comici-Apéro“ bei Aperol und Lounge-Musik, draußen auf der Sonnen-Terrasse oder drinnen in der „Saletta“-Gaststube. Benannt ist die Hütte übrigens nach dem italienischen Bergsteiger und Kletterer Emilio Comici (1901–40).

Hüttenzustieg: Von der Ciampinoi-Bergstation wandert man zuerst absteigend, dann wieder leicht aufsteigend in ca. 30 Min. zur Emilio-Comici-Hütte. Alternativ kann man auch vom Sellajoch in ca. 45 Min. über den oberen (kinderwagentauglichen) Naturonda-Weg (Nr. 526) auf gleichbleibender Höhe und durch die „Steinerne Stadt“ zur Comici-Hütte gelangen. Eine weitere Zustiegsmöglichkeit besteht von Monte Pana oberhalb von St. Christina, von wo aus ein Sessellift zur Bergstation Mont de Seura führt; von dort auf einem Wanderweg in ca. 45 Min. zur Comici-Hütte. Oder direkt von Monte Pana zu Fuß auf Weg Nr. 528 zur Hütte (gut 500 Hm).

Touren:
Wandern: Entlang der nahen „Naturonda“, einer einfachen, einstündigen Natur-Themen-Rundwanderung (in



Foto: Rifugio Emilio Comici

zwei Varianten vom Sellajoch), erklären Hinweisschilder die heimische Flora und Fauna – auch Kräuter wie Arnika oder Zwerg-Wacholder. Die Langkofelrunde führt in 6 Std. Gezeit bei beeindruckendem Panorama und entlang steil abfallender Wände einmal um die Langkofelgruppe herum.

Bouldern: In der Steinernen Stadt (città dei sassi), einem bizarren Felsenlabyrinth am Naturonda-Weg, wartet ein Boulderparadies aus gut strukturierten Steinen mit überhängender, gutgriffiger Kletterei.

Klettern: Der Langkofel bietet einige Alpinkletterrouten durch die 1000 m hohe Nordwand, z. B. die Pichl-Führe entlang der Nordostwand und Nordkante (IV), außerdem Routen wie die „Legrima“, die „Apocalypse Now“ (eröffnet von Karl Unterkircher), die „Salamiturm-Comici-Führe“ oder die „Soldá“-Führe.

Klettersteige: Der Oskar-Schuster-Klettersteig führt von der Toni-Demetz-Hütte bzw. vom Langkofelkar zum Plattkofel, Ausgangspunkt ist Wolkenstein oder das Sellajoch, 700 Hm ab Langkofelhütte, 5,5 Std., Schwierigkeit B/C. Der Pöbnecker Klettersteig führt vom Sellajoch zur Sella Spitze, 750 Hm, 7,5 Std., Schwierigkeit D.

Auto ca. 6,5 Std. ab München
Bus & Bahn 1 Tag (Bahn oder Flugzeug nach Turin, Bahn bis Bra, Taxi nach Monforte d'Alba)
Talorte Monforte d'Alba (528 m), Barolo (310 m)
Schwierigkeit Bergwanderung leicht
Kondition gering
Ausrüstung Wanderausrüstung
Dauer ➤ 2 Std.
Dauer ➤ 200 Hm
Beste Zeit Mai, Juni, September, Oktober



© alpinwelt, Ausgabe 3/2013, Text & Foto: Sonja Schupsky

Weine und Trüffel

Der Barolo-Wanderweg im Piemont

Diese Rundwanderung bietet Streifzüge durch Weinanbaugebiete, die Besichtigung eines neuen Weinmuseums und einen Besuch zum Stöbern und Verkosten in der Barolo-Vinothek.

Ausgangspunkt: Parkplatz in der Ortsmitte von Monforte d'Alba

Karte: Wanderkarte „Langa Barolo“ beim Tourismusamt in Alba/Piemont erhältlich

Weg: Man folgt der Landstraße Richtung Barolo. Nach 1 km weist ein Schild zum Barolo-Wanderweg nach rechts. Vorbei an Weinreben und Streuobstwiesen geht es leicht hinauf. Bei der Beschilderung nach rechts und durch einen kleinen Wald. An einem Weiler führt der Weg links hoch. Man erlebt Weinromantik pur beim Anblick der tiefblauen Nebbiolo-Traube und der von Rebstöcken und Haselnussheinen geprägten Landschaft. Bald mündet der Weg links in einen steilen Pfad, der über einen Bachlauf führt. Hier geht es links hinauf in den Ort Barolo, wo sich im „Castello Falletti“ das moderne Weinmuseum befindet.

Der Rückweg führt über die Hauptstraße am oberen Ende der Fußgängerzone hinaus in die Weinberge. Im Weiler Foglio links weiter auf der Nebenstraße; nach Erreichen der Hauptstraße quert man diese und steigt etwa 100 m hinauf zum Familien-Weingut Söt. Dort sollte



man die Weine Nebbiolo, Roero und Barolo probieren, bevor man wieder nach Monforte d'Alba gelangt.

Tipps: In Monforte d'Alba gibt es bei der ehem. Kirche einen wunderbaren Platz mit herrlicher Aussicht auf die Barolo-Gegend. Hier befinden sich auch zahlreiche Unterkünfte in idyllischer Lage. Im Oktober Trüffelmarkt in Alba mit vielen regionalen Spezialitäten.

Hinweis: Weinwanderungen wie diese können Sie bei VinoVia Weinwanderreisen (www.vinovia.de) buchen. Auch die Sektionen München & Oberland bieten solche an, siehe www.alpinprogramm.de ➔ „Genuss Plus“.

MEN

10% RABATT
für AV-Mitglieder in den genannten Stores**

WOMEN

Jack Wolfskin
DRAUSSEN ZU HAUSE

Tal · München¹
 Olympia Einkaufszentrum · München²
 Einkaufszentrum pep München³
 Hafnerstraße Rosenheim⁴

STORE

GUT KOMBINIERT: DIE NEUE ZENON JACKET!

ZENON JACKET MEN/WOMEN
 Das Kälteschutz-Highlight 2013: die Hybrid-Jacke ZENON. Den Oberkörper wärmen Daunen mit 700 cuin Füllkraft. Arme, Schultern und Kapuze sind mit feuchtigkeitsunempfindlichen Kunstfasern gefüllt. Superleicht, wasserabweisend und winddicht – die perfekte Jacke für ambitionierte Alpentouren.
 Material: 100% Polyamid | Futter: 100% Polyamid
 Füllung: 90/10 Entendaune, 700 cuin und 100% Polyester
MEN | Gewicht: 375 g (Größe L) | Größen: S–XXL | Farbe: red fire
WOMEN | Gewicht: 300 g (Größe M) | Größen: XS–XL | Farbe: basil green
€ 169,95*

ACTIVATE PANTS MEN/WOMEN
 Ob gemütliche Wanderung oder Klettersteig im Hochgebirge, mit der Activate Pants ist alles möglich. Hohe Elastizität, guter Wetterschutz und Atmungsaktivität sind die Merkmale dieser universell einsetzbaren Hose.
 Material: 90% Polyamid, 10% Elastan
MEN | Gewicht: 450 g (Größe 50) | Größen: 25–29; 46–58; 90–106 | Farbe: night blue
WOMEN | Gewicht: 370 g (Größe 38) | Größen: 18–23; 34–46; 72–92 | Farbe: beetroot red
€ 99,95*

Noch mehr tolle Angebote in Ihrem JACK WOLFSKIN Store! * unverbindliche Preisempfehlung | Angebot gilt, solange der Vorrat reicht. | ** unter Vorlage des AV Ausweises
 Inhaber: ¹ Sport Quitt, Tal 34, D-80331 München; ² Quitt Sport GmbH, Hanauer Straße 68, D-80993 München; ³ Helmut Quitt, Hafnerstraße 3, D-83022 Rosenheim

tourentipps + + + tourentipps + + + tourentipps

Auto ca. 4 Std. ab München
Bus & Bahn 7:20 Std. (Bahn über Brenner und Bozen nach Meran, Bus bis Kurzras)
Talort Kurzras, 2011 m
Schwierigkeit Hochtour mittelschwer
Kondition mittel
Ausrüstung komplette Hochtourenausrüstung
Dauer Hütte → 2 Std., Hütte – Gipfel → 5 Std.
Höhendifferenz ↗ 1750 Hm



Der höchste österreichische Grenzgipfel

Gletschertour von Süden auf die Weißkugel, 3739 m

Die „Schöne-Aussicht-Hütte“ lockt mit dem Blick auf eine Phalanx formschöner Dreitausender. Noch besser ist die Aussicht allerdings von der 1000 m höher liegenden Weißkugel.

Ausgangspunkt: Kurzras im Schnalstal, 2011 m

Stützpunkt: Schutzhütte Schöne Aussicht (Rif. Bellavista), 2842 m. Bew. Mitte Juni – Anf. Okt. u. Ende Nov. – Anf. Mai, Tel. 0039/04 73/66 21 40 – www.schoenaussicht.it. Die „Bellavista“ besticht mit großartiger Aussicht, bester Küche mit Lamm und Knödeln, viel Komfort und Europas höchstgelegener Sauna. Das Gepäck kann per Materialseilbahn transportiert werden.

Karte/Führer: AV-Karte 30/2 „Öztalener Alpen – Weißkugel“ 1:25 000; Schmitt/Pusch, Hochtouren Ostalpen (Rother)

Hüttenzustieg: Vom Sporthotel in Kurzras der Beschilderung Weg Nr. 3 zur Schöne-Aussicht-Hütte nach Norden folgen und auf gutem Weg im Zickzack zu einer Geländekante. Von der dahinter liegenden Mulde mit Liftstation in weitem Rechtsbogen zur beschilderten Abzweigung zur Hütte.

Gipfel: Auf Weg Nr. 5A steigt man mit moderatem Höhengewinn den Schotterhang hoch zur Bergstation Teufelsegg-Lift. Über eine bröselige Hangflanke auf den Kamm, dann links dem Grat bis zum Steinschlagjoch fol-



gen. Mit etwas Höhenverlust auf den Hinterseisferner absteigen. Auf der meist gut ausgetretenen Spur über den Hinterseisferner auf das Hinterseisjoch und das Schlupfloch zwischen Weißkugel und Innerer Quellspitze (NW) zuhalten; Achtung, Spaltenzone! Über eine Rampe rechts hoch ins weite Gletscherfeld und nach Norden in Richtung Gipfelaufbau. Nach einem 100 m hohen Steilhang („Matscher Wandl“) erreicht man den plateauartigen Vorgipfel. Über den ausgesetzten Felsgrat (Stellen I+) hinüber zum Gipfelkreuz. Abstieg wie Aufstieg.

alpinwelt-Ausrüstungsliste: www.ausruestung.alpinprogramm.de

Die unnahbare Königin des Wallis

Über den Westgrat auf das Bietschhorn, 3934 m

Das Bietschhorn ist als ebene Pyramide eines der schönsten Ziele in den Alpen. Eine Audienz bei der „Königin des Wallis“ erfordert allerdings viel Know-how und große Kondition.

Ausgangspunkt: Ried, 1486 m, oder Blatten, 1540 m

Stützpunkt: Bietschhornhütte, 2565 m. Bew. Ende Juni – Ende Sept., bei Schlechtwetter unbewartet, Tel. 0041/79/30 58 594 – www.aacb.ch/bietschhorn.php. Die urige Hütte, ausgezeichnet mit dem „Prix Wilderness“, bietet gutes Essen – nämlich das, was die Wirtin gerade vorrätig hat. Das Häuserl steht draußen, und fließend Wasser gibt es am Brunnen. Je nach Bedarf steigt die Hüttenwirtin mehrmals pro Woche ins Tal ab, um aus eigener Kraft Proviant hinaufzutragen.

Karten/Führer: Landeskarte der Schweiz, Blatt 1268 „Lötschental“ 1:25 000; SAC-Führer „Berner Alpen“, Bd. II; Goedeke, Hohe 3000er in den Alpen (Bruckmann)

Hüttenzustieg: Von Ried oder Blatten durch den Nástwald hinauf, über den Nástbach und auf den Howitzgrat (Rastplatz, 2415 m). Nun auf breitem Rücken zur Bietschhornhütte.

Gipfel: Der Aufbruch erfolgt gegen 3.30 Uhr. Steigspuren leiten südöstlich im Geröll und über Felsstufen – in der Dunkelheit mühsam – zum Bietschjoch (3174 m, 1,5 Std., Anseilplatz, Steigeisen) hoch. Nun nach links (nordöstl.), unterhalb des Schafbärgs vorbei, 60 Hm zu den Ausläufern des Westgrates absteigen (ca. 3140 m, Steigeisendepot im Spätsommer mögl.) und unschwierig zum eigentlichen Beginn des Westgrates empor (3408 m). Nun am Grat weiter, mal links (nördl.), häufiger in die rechte Flanke ausweichen (ab und zu Steigspuren). Einige Türme aus festerem, grauem Fels werden überklettert und eine schmale, ausgesetzte Gratstelle im Reitsitz überwunden. Der schon lange sichtbare Rote Turm wird direkt erklettert (3820 m, guter Fels, III, 1 SL). Danach folgt wieder loses Gestein. Vorsicht, es herrscht von oben und nach unten große Steinschlaggefahr! Nun leichter zum Nordgipfel und südlich über einige Türmchen zum Gipfelkreuz. Abstieg wie Aufstieg (stellenweise abseilen).

Auto ca. 6–7 Std. ab München
Bus & Bahn 8–9 Std. (Bahn bis Goppenstein, Bus bis Ried/Blatten)
Talort Wiler im Lötschental, 1419 m
Schwierigkeit Hochtour sehr schwer
Kondition groß
Anforderung Fels oft brüchig/lose, Stellen III, gute Wetter- und Schneeverhältnisse erforderlich, Bergführer ratsam
Ausrüstung komplette Hochtourenausrüstung
Dauer 1. Tag → 3 Std., 2. Tag → 14–18 Std.
Höhendifferenz ↗ 2600 Hm



© alpinwelt, Ausgabe 3/2013, Text & Foto: Gerd Bletschmitt



Zeichen & Wunder, München, Foto: Klaus Fängler

Münchens höhere Instanz seit 1913.

schuster 
1913

100 JAHRE

 SPORTHAUS SCHUSTER

MÜNCHEN – DIREKT AM MARIENPLATZ
ROSENSTRASSE 3-5

ONLINE SHOPPEN:
SPORT-SCHUSTER.DE 