

# Weitwandern über die Alpen

## Alpenüberquerung von Garmisch nach Brixen

Abwechslungsreich und teils einsam geht es durch das Wettersteingebirge und die Stubaier Alpen nach Südtirol, wo die Alpenüberquerung in den Sarntaler Alpen ausklingt und in Brixen ihr Ziel findet.

**Ausgangspunkt:** Hammersbach (760 m); Parkplatz oder Bushaltestelle Hammersbach Zugspitzbahn

**Ab München:** Auto ca. 1–1,5 Std., Bahn & Bus 2,5–3 Std.

**Stützpunkte:** Münchner Haus, Tel. 0049/8821/29 01 – [www.muenchner-haus.de](http://www.muenchner-haus.de); Coburger Hütte, Tel. 0043/664/325 47 14 – [www.coburgerhuette.at](http://www.coburgerhuette.at); Peter-Anich-Hütte, Tel. 0043/664/171 18 05; Alpengasthof Lüsens, Tel. 0043/5236/215 – [www.alpengasthof-luesens.com](http://www.alpengasthof-luesens.com); Franz-Senn-Hütte, Tel. 0043/5226/22 18 – [www.franzsennhuette.at](http://www.franzsennhuette.at); Sulzenauhütte, Tel. 0043/5226/24 32 – [www.sulzenauhuette.at](http://www.sulzenauhuette.at); Bremer Hütte, Tel. 0043/664/272 80 71 – [www.bremerhuette.at](http://www.bremerhuette.at); Tribulaunhütte, Tel. 0039/0472/63 24 70 – [www.tribulaunhuette.com](http://www.tribulaunhuette.com); Alpenrosenhof am Penser Joch, Tel. 0039/0472/64 71 70 – [www.penserjoch.com](http://www.penserjoch.com); Klausner Hütte, Tel. 0039/0339/713 33 42. Die Hütten sind von Ende Juni bis Mitte September geöffnet, manche auch außerhalb dieser Zeit.

**Karte/Führer:** AV-Karten 4/2, „Wetterstein- und Mieminger Gebirge“ Mittleres Blatt 1:25 000; 31/2, „Stubaier Alpen Sellrain“ 1:25 000; 31/1, „Stubaier Alpen Hochstubaibai“, 1:25 000; 31/3, „Brennerberge“ 1:50 000; freytag & berndt WKS 16 „Brixen und Umgebung“ 1:50 000; Strauß, Transalp zu Fuß (Rosenheimer)

### WEG:

- 1. Tag:** Zum Münchner Haus: Von Hammersbach durch das Höllental und über den Höllentalferner und den Klettersteig (KS 3) auf die Zugspitze (2962 m) und zum Münchner Haus. ⤴ 2190 Hm, 7 Std. Schwierigste Tagesetappe. Falls man am Ferner bereits Steigeisen braucht, kann man diese Etappe (angesichts des Zusatzgewichts) auch auslassen und mit der Bahn auf die Zugspitze fahren.
- 2. Tag:** Vom Münchner Haus zur Coburger Hütte: Hinab aufs Zugspitzplatt und zur Knorrhütte. Über das Gatterl Richtung Ehrwalder Alm, über den Igelsee und den Seebensee zur schönen Coburger Hütte (1917 m). ⤴ 390 Hm ⤵ 1440 Hm, 5:45 Std.
- 3. Tag:** Von der Coburger Hütte durch die Mieminger Berge: Über den Drachensee hinauf in die Grünsteinscharte. Durch die Höllreise hinunter nach Arzkasten und weiter nach Ob-

steig. Hier Bus nach Telfs und weiter nach Rietz. Zu Fuß auf dem Hüttenweg zur Peter-Anich-Hütte (1910 m). ⤴ 1620 Hm ⤵ 1270 Hm, 9 Std.

**4. Tag:** Von der Anich-Hütte nach Lüsens: Hinauf zum Angersee und in die Scharte unter dem Grieskogel. Jenseits hinab zur Zirnbachalm an der Kühtastraße. Mit dem Bus nach Gries und weiter nach Praxmar (2 x pro Tag) und zu Fuß hinab nach Lüsens (1634 m). ⤴ 850 Hm ⤵ 1030 Hm, 5:30 Std.

**5. Tag:** Von Lüsens zur Franz-Senn-Hütte: Ins Fernautal und steil hinauf durchs Große Horntal ins Horntaler Joch. Hinab ins Oberbergtal und auf einem Höhenweg zur Franz-Senn-Hütte (2149 m). ⤴ 1180 Hm ⤵ 660 Hm, 5 Std.

**6. Tag:** Von der Franz-Senn-Hütte zur Sulzenauhütte: Auf Wegen und über Blockwerk über die Schrimmennieder und jenseits zur Neuen Regensburger Hütte hinab. Abstieg an der Ochsenalp vorbei nach Falbeson. Mit dem Bus zum Parkplatz der Sulzenauhütte. Anstieg über den Grawafall und die Sulzenaualm zur Sulzenauhütte (2191 m). ⤴ 1240 Hm ⤵ 1580 Hm, 7:45 Std.

**7. Tag:** Von der Sulzenauhütte zur Bremer Hütte: Hinauf zum Grünausee und übers Niederl zur Nürnberger Hütte. Hinauf ins Simmingjoch und weiter zur Bremer Hütte (2411 m). ⤴ 1070 Hm ⤵ 850 Hm, 5:15 Std.

**8. Tag:** Von der Bremer Hütte zur Tribulaunhütte: Ein Stück hinab ins Tal, dann durchs Kühbergkar ins Sandesjöchl. Jenseits hinab zur Tribulaunhütte (2373 m). ⤴ 690 Hm ⤵ 730 Hm, 4 Std.

**9. Tag:** Von der Tribulaunhütte zum Penser Joch: Hinab ins Pflerschtal und von Innerpflersch mit dem Bus über Sterzing nach Gasteig/Ratschings. Über Gospeneid ins gleichnamige Joch und zum Penser Joch (2211 m). ⤴ 1530 Hm ⤵ 1390 Hm, 8:15 Std.

**10. Tag:** Vom Penser Joch zur Klausner Hütte: Über die Hörtlaner Scharte zur Flaggerschartenhütte und zur Fortschellscharte. Hinab zur Klausner Hütte (1923 m). ⤴ 930 Hm ⤵ 1220 Hm, 7:30 Std.

**11. Tag:** Von der Klausner Hütte nach Brixen: Über die Radlseehütte zum Perlunger und über Tils ins Stadtzentrum von Brixen (560 m). ⤴ 360 Hm ⤵ 1720 Hm, 5:45 Std.

### Bergtour

<b>Schwierigkeit</b>	Bergtour
<b>Kondition</b>	groß
<b>Ausrüstung</b>	komplette Bergwanderausrüstung, evtl. Klettersteigset und Steigeisen für Zugspitze
<b>Dauer</b>	10–11 Tagesetappen mit durchschnittlich 6, maximal 9 Stunden
<b>Höhendifferenz</b>	↗ ↘ insgesamt gut 12.000 Hm

[www.DAVplus.de/tourentipps](http://www.DAVplus.de/tourentipps)

