



# Eine Oase im Wanderparadies Spitzingseegebiet



Mangfallgebirge

## DAV-Haus Spitzingsee



### DAV-Haus Spitzingsee

Bewartetes Selbstversorgerhaus, 1124 m

- Leicht erhöht über dem Nordende des Spitzingsees
- Ganzjährig geöffnet
- 88 Schlafplätze (Zwei-, Vier- und Sechsbettzimmer)
- Telefon: +49 08026-9209349 | Mail: info@dav-haus-spitzingsee.de
- dav-haus-spitzingsee.de

**Seminarräume**  
Das Haus verfügt über zwei moderne Gruppen- und Seminarräume, die sich hervorragend für Schulungen und Veranstaltungen eignen.

**Küche und Aufenthaltsraum**  
Allen Gästen steht zur Selbstversorgung eine große Küche mit mehreren Kücheneinheiten, Kühlschränken und Lebensmittellagern zur Verfügung. In zwei großen Gasträumen ist genügend Platz für gemeinsames Essen.

**Spielplatz**  
Westlich des Hauses liegt ein schöner, neu gestalteter Spielplatz, auf dem Kinder viel Platz für Bewegung und neue Spielgeräte finden.



Blick von der Aiplspitz Richtung Westen

Tour 7

Das DAV-Haus Spitzingsee liegt malerisch im Herzen der Alpenregion Tegernsee-Schliersee – nur wenige Meter vom idyllischen Spitzingsee entfernt. Mit seiner alpinen Umgebung ist es zu jeder Jahreszeit der perfekte Ausgangspunkt für vielfältige Outdoor-Aktivitäten und zugleich ein idealer Ort für Erholung oder Veranstaltungen. Die umliegenden Berge bieten abwechslungsreiche Möglichkeiten zum Wandern, Bergsteigen oder Wintersport und machen unser Haus zu einem beliebten Ziel für Familien und Gruppen. Die Bedeutung dieser Region als schützenswerte Natur zeigt sich auch in der Tatsache, dass etliche Wildschutzgebiete Rückzugsräume für bedrohte Tier- und Pflanzenarten bieten. Wohl nirgends in den Bayerischen Alpen können Wanderer, Bergsteigerinnen, Kletterer, Mountainbikerinnen oder Skitourengeher so viele Tourenvarianten wie hier nutzen.



Gipfel des Taubensteins

Tour 8



In der geräumigen Küche können Selbstversorger gut kochen.



Hell und modern – der neue Gastraum im DAV-Haus Spitzingsee

### Eine Bergregion – fünf Alpenvereinshöhlen

Für die Sektion München des Deutschen Alpenvereins ist das Mangfallgebirge ein zweites Zuhause. Neben dem DAV-Haus Spitzingsee und dem DAV-Haus Hammer unterhält die Sektion in dieser Region drei weitere Alpenvereinshöhlen: die Albert-Link-Hütte in der Valepp südlich des Spitzingsees. Eine Etage weiter oben liegen die Schönfeldhütte und das Taubensteinhaus. Ganze Generationen an Sektionsmitgliedern haben hier ihre ersten Wanderschritte oder Skischwünge gewagt. Alle fünf Hüttenstandorte sind ideale Stützpunkte für junge und junggebliebene Outdoorfans. Denn hier sind sowohl das Hüttenumfeld als auch die Hüttenausstattung besonders auf ihre Bedürfnisse abgestimmt.



Gipfel der Heißenplatte

Tour 13

### Anfahrt

Die Anfahrt erfolgt in nur 75 Minuten vom Hauptbahnhof München. Mit der Bayerischen Regiobahn RB 55 zum Bahnhof Schliersee, von dort mit dem Bus 362 zur Haltestelle Spitzingsattel. In knapp zehn Minuten zu Fuß zum DAV-Haus Spitzingsee.

Infos zur Anreise unter [brb.de](http://brb.de)

Mit dem Pkw fährt man über die A8 München-Salzburg zum DAV-Haus Spitzingsee.

Von München kommend an der Ausfahrt Weyarn weiter über Miesbach, Schliersee und Fischhausen-Neuhaus zur Abzweigung Spitzingsattel. Dort parken und in knapp zehn Minuten zu Fuß zum DAV-Haus Spitzingsee.

Am Haus Spitzingsee sind nur wenige kostenpflichtige Parkplätze vorhanden.

Vor Ort kann das Gepäck ausgeladen werden, bevor das Auto dann geparkt wird.

Adresse für das Navi: Stümpflingweg 1, 83727 Schliersee

### Alternative Freizeitgestaltung in der Nachbarschaft

Wenn das Wetter mal nicht mitspielt oder die Lust auf Bergsport eine Pause einlegt, dann bietet die Region rund um das DAV-Haus Spitzingsee eine Menge an Alternativen für Jung und Alt:

**Schifffahrten auf dem Schliersee**  
Vor allem für Familien mit kleinen Kindern ein Highlight. Mit einem Besuch der Insel Wörth wird der Tag ganz besonders.

[schlierseeschiffahrt.de](http://schlierseeschiffahrt.de)  
Telefon: +49 8026 9255658

**Vitalwelt Schliersee**  
Direkt am See gelegene, wunderschöne Wellness-Oase. Für Erwachsene mit Sauna, für Familien mit kindergerechtem Schwimmbad. Auch Kindergeburtstage können dort ausgerichtet werden.

[monte-mare.de/schliersee](http://monte-mare.de/schliersee)  
Telefon: +49 8026 920900

**Schliersbergalm**  
Gasthof mit hervorragender Aussicht hoch über dem Schliersee. Zufahrt auch mit Seilbahn möglich. Im Sommer begeistert eine lange Sommerrodelbahn nicht nur Kinder.

[schliersbergalm.de](http://schliersbergalm.de)  
Telefon: +49 8026 7273

**Markus Wasmeier Freilichtmuseum**  
Das original aufgebaute altbayerische Dorf ist ein beliebtes Ausflugsziel für die ganze Familie. Ganzjährig finden allerlei Veranstaltungen statt.

[wasmeier.de](http://wasmeier.de)  
Telefon: +49 8026 929220

**Leitzachtaler Klettertastl**  
Kleine, aber feine Kletter- und Boulderhalle

[dav-leitzachtal.de/klettertastl](http://dav-leitzachtal.de/klettertastl)  
Telefon: +49 175 2251412

**Warmfreibad Fischbachau**  
Garantierte Wassertemperatur von 24 Grad, eine Wärmehalle, eine 62 Meter lange Wasserrutsche und eine große Liegewiese sorgen für einen schönen Tag im Freibad.

[fischbachau.de](http://fischbachau.de)  
Telefon: +49 8028 2566

**Wendelsteinbahn und Wendelsteinhöhle**  
Zu Fuß oder mit Seil- oder Zahnradbahn auf einen der höchsten Gipfel der Region. Dort sind Deutschlands höchstgelegene Kirche sowie eine selbstständig begehbare Schauhöhle zu finden.

[wendelsteinbahn.de](http://wendelsteinbahn.de)  
Telefon: +49 8034 3080

**KletterZ in Weyarn**  
Neue, moderne Kletterhalle

[kletterz.de](http://kletterz.de)  
Telefon: +49 8020 9087233

### Richtig ausgerüstet auf das DAV-Haus Spitzingsee

- Stabile, wetterfeste Bergausrüstung und -kleidung**  
siehe [alpenverein-muenchen-oberland.de/ausruestungstipps](http://alpenverein-muenchen-oberland.de/ausruestungstipps)
- Alpenvereinskarte**  
BY15 „Mangfallgebirge Mitte – Spitzingsee, Rotwand“, 1:25.000
- Ausreichend Bargeld**  
(Kartenzahlung ist nicht möglich)
- Alpenvereinsmitglieder**  
Mitgliedsausweis
- Hüttenschlaf sack**  
aus Baumwolle oder Seide, ist aus hygienischen Gründen Pflicht; erhältlich in den Alpenvereins-Servicestellen in München sowie auf dem DAV-Haus
- Wahlweise kann auch eigene Bettwäsche mitgebracht werden.
- Gegen eine Gebühr von vier Euro ist **Bettwäsche** ausleihbar.
- Stirnlampe**  
für nächtliches oder früheres Aufstehen
- Hüttenschuhe** (leichte Schlappen), da mindestens die Schlafplätze nicht mit Bergschuhen betreten werden dürfen
- Kleines Handtuch und Waschzeug**
- ggf. **Ohrstöpsel**

### Mit Kindern im Spitzingsee-Gebiet wandern

Das Wandergebiet rund um den Spitzingsee ist sehr vielseitig, abwechslungsreich und für Kinder aller Altersstufen sehr gut geeignet. Auf der Rückseite haben wir euch eine Auswahl an Wandertouren rund um den Spitzingsee zusammengestellt – anhand der Farbgebung sind Schwierigkeitsgrade der jeweiligen Tour schnell zu erkennen und die entsprechende Routenwahl anzupassen. Wählt eure Tour bitte so, dass die Kinder nicht überfordert sind – das schwächste Glied der Gruppe bestimmt idealerweise, wo es hingehet. So haben alle einen schönen Tag und sind danach noch motivierter für weitere spannende Touren. Die Albert-Link-Hütte und das DAV-Haus Spitzingsee sind sehr talnah und damit ideale Stütz- und Ausgangspunkte für die kleineren Bergfexe. Zur Schönfeldhütte geht man 1-1,5 Std. vom Spitzingsee hinauf – eine Strecke und Zeitspanne, die für Kinder ab 6-8 Jahren sehr gut machbar ist. Besonders spannend für die Kleinen ist hier der Steig ab dem Spitzingsattel. Das Taubensteinhaus ist unsere höchstgelegene Hütte im Spitzinggebiet. Vom See aus ist man hier 2-2,5 Std. unterwegs, oder man nimmt bequem und zeitsparend die Taubensteinbahn als „Aufstiegshilfe“. Einmal oben am Berg, bieten sich sehr schöne, abwechslungsreiche Touren rund um Schönfeldhütte und Taubensteinhaus, bei denen Kinder ab zehn Jahren voll auf ihre Kosten kommen. Wir wünschen euch ein herrliches Bergerlebnis!

### Mitmachen – der Umwelt zuliebe

- Wir wir, der Alpenverein München & Oberland, in den schönsten Regionen Bayerns zu Hause sind, fühlen wir uns dem Schutz unserer Umwelt besonders verpflichtet. Wir informieren unsere Mitglieder nicht nur über aktuelle Umweltthemen, sondern sind auch selbst aktiv. So gehört die Instandhaltung von Wegen und Steigen seit Generationen zu unseren Kernaufgaben. Dafür organisieren wir u. a. ehrenamtliche Arbeitstouren. Wir fördern die umweltfreundliche Anreise in die Berge und bemühen uns um eine umweltgerechte Führung unserer Hütten – das gilt auch beim DAV-Haus Spitzingsee.
- Auch ihr als Gäste des DAV-Hauses Spitzingsee könnt ganz leicht helfen, unsere schöne Bergwelt zu erhalten:
- Öffentliche Verkehrsmittel** für die An- und Abreise benutzen
- Abkürzer vermeiden** und auf den offiziellen Wegen bleiben
- Müll** (auch Papiertaschentücher und Zigarettenskippen!) wieder mit ins Tal nehmen
- Pflanzen schonen**
- Rücksicht nehmen** auf Wildtiere und Weidewiehe und **Weidegatter** geschlossen halten
- Im Haus sehr **sparsam mit Wasser umgehen**

### Sauber von A nach Berg

- Schon mal darüber nachgedacht, das Auto einfach stehen zu lassen und stattdessen mit öffentlichen Verkehrsmitteln in die Berge zu fahren? Die Fahrt vom Hauptbahnhof München zum DAV-Haus Spitzingsee dauert mit der Bahn nur rund 75 Minuten und bringt einige Vorteile:
- Weniger Stress:** Keinen Gedanken an Staus, Baustellen, die richtige Route, Parkplatzsuche und Parkgebühren verschwenden müssen, sondern während der Fahrt lesen, entspannen, die Augen zumachen – das tut einfach gut.
- Abwechslungsreichere Wanderrouten:** Nicht wieder zum geparkten Auto zurückkehren müssen, sondern in ein anderes Tal absteigen und von dort mit Bahn & Bus heimfahren – das ermöglicht tolle Gebirgsdurchquerungen und Überschreitungen.
- Umweltschutz:** Unterwegs mit Bahn & Bus habt ihr am Ende der Tour das gute Gefühl, durch umweltfreundliche Mobilität einen Beitrag zum Erhalt der Natur geleistet zu haben. Setzt ein Zeichen!



Mit Unterstützung von

© DAV-Sektion München 2025.  
Für die Richtigkeit der Angaben kann keine Gewähr übernommen werden.  
Konzeption/Text/Redaktion: Markus Block  
Konzeption/Gestaltung: Neue Formation GmbH, Eching am Ammersee  
Druck: Kriechbaumer GmbH & Co. KG, München  
Fotos: Archiv DAV-Sektion München, Markus Block, Sabrina Markus, Laura Bletzler, Carolin Kalkbrenner

Weitere Infos unter [alpenverein-muenchen-oberland.de/umwelt](http://alpenverein-muenchen-oberland.de/umwelt)

# Bergwandern, Bergsteigen, Klettern, Rodeln, Skitourengehen & Schneeschuhwandern

Das Gebiet zwischen Wendelstein und Rotwand ist ein Paradies für alle Bergbegeisterten. Nahezu alle Facetten von Bergsport sind dort rund um das Jahr möglich.

Vom klassischen Bergwandern im Sommer über winterliche Skitouren bis zum Rodeln oder Klettern – in kaum einem Gebiet so nah an München können so viele unterschiedliche Bergsportarten ausgeübt werden.

Auf dieser Seite stellen wir eine Auswahl an Touren für insgesamt sechs Sportarten vor. Diese reichen sicherlich für einen ausgefüllten Urlaub aus.

Alle Touren sind zum Download auch auf der Website des Alpenvereins München & Oberland zu finden.



## Leichte Wanderungen

- 1** **Rund um den Spitzingsee, 1084 m**  
↑↓ 50 hm, 1,5 Std., sehr leicht

Der Rundweg um einen der größten Bergseen Bayerns ist kurzweilig und bietet schöne Blicke auf den See und die umliegende Bergwelt. Der linke Uferweg ist ein schmaler Wanderweg, der rechte Uferweg eine breite Seepromenade.

- 2** **Firstalm-Runde, 1370 m**  
↑↓ 265 hm, 2 Std., sehr leicht

Die ideale Einstiegstour  
Vom DAV-Haus Spitzingsee zum Parkplatz Kurvenlift und weiter auf Asphaltstraße zur Unteren Firstalm. Rechterhand zur Oberen Firstalm und vor dort auf dem Trautweinweg zurück zum Start.

- 3** **Kleine Valepp-Runde, 1050 m**  
↑↓ 130 hm, 2,5 Std., leicht

Vom Spitzingsee in die Valepp  
Vom DAV-Haus Spitzingsee südlich am Ostufer des Sees bis zum Abfluss der Valepp. Dort weiter südlich zur Albert-Link-Hütte. An dieser links vorbei, später rechts nach Süden abbiegen zum Blecksteinhaus. Über die Asphaltstraße zurück zum See und zum Start.



## 28 Touren

- Bergwandern
- Bergsteigen
- Klettern
- Rodeln
- Skitourengehen
- Schneeschuhwandern

### Toureninfos

- Einkehrmöglichkeit
- Rundtour
- Gewässer am Weg
- Seilbahn vorhanden
- Spielplatz vorhanden
- kinderwagentauglich

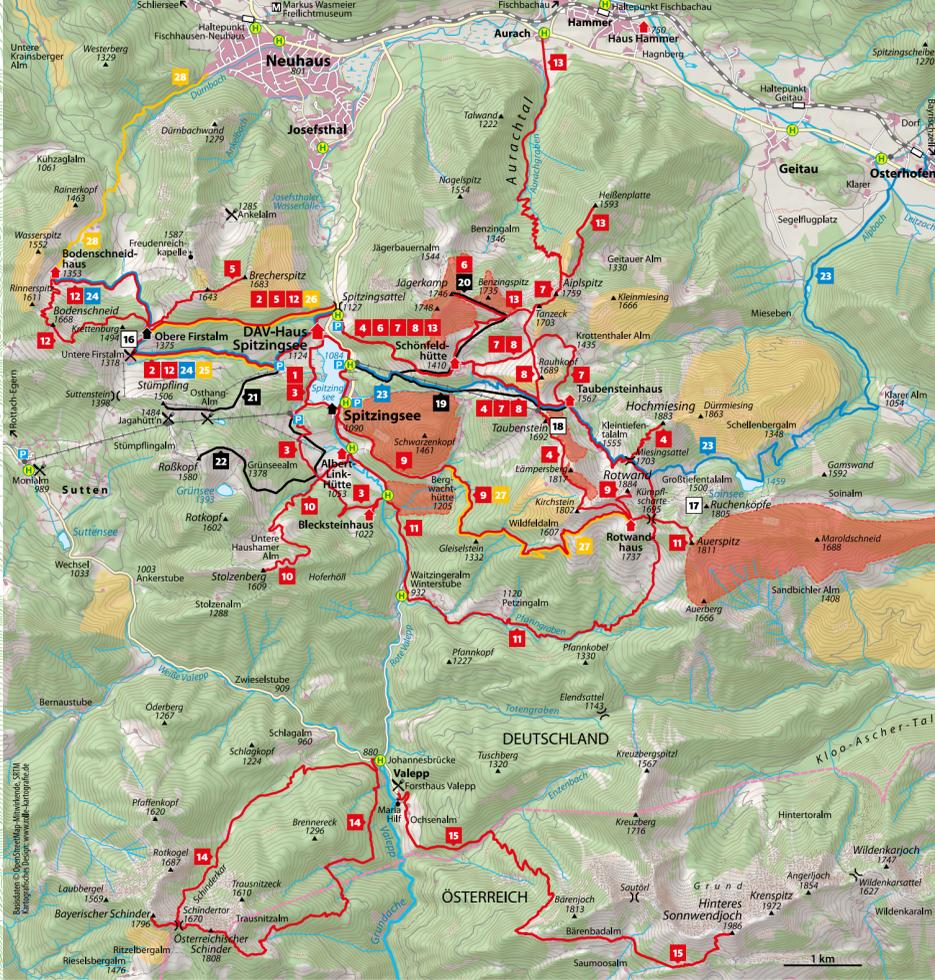
### Unterkunftshütten

- Alpenvereinshütte
- andere bewirtschaftete Hütte

### Schutzgebiete

- Wildschutzgebiete
- Wald-Wild-Schongebiete

Bergsport-Paradies zwischen 750 und knapp 2000 Metern



## Gipfeltouren im Sommer

- 4** **Hochmiesing, 1883 m**  
↑↓ 1120 hm, 6,5 Std., schwer

Auf den zweithöchsten Berg im Mangfallgebirge  
Vom Spitzingsattel geht es über die Schönfeldhütte zum Taubenstein. Weiter über die Kleintiefental-alm zum Hochmiesing. Die Aussicht dort ist atemberaubend – und es ist deutlich weniger los als auf der benachbarten Rotwand, die auch nur einen Meter höher ist. Zurück zum Sattel und südlich zum Rotwandhaus. Von dort über den Panoramaweg zurück zum Taubenstein und zum Startpunkt.

- 5** **Brecherspitze, 1683 m**  
↑↓ 600 hm, 4,5 Std., mittelschwer bis schwer, Trittsicherheit erforderlich

Die markante Brecherspitze thront pyramidenförmig über dem Spitzingsee und bietet ein spannendes Gipfel-Finale.  
Ausgangspunkt: Westliches Seeufer, 1090 m  
Zur Oberen Firstalm und über den steilen Grashang auf den Brecherspitze-Vorgipfel. Kurzer Gegenanstieg über leichte Felsen (Drahtseil) und am schroffen Kamm entlang zum Gipfel. Abstieg wie Aufstieg.

- 6** **Jägerkamp, 1746 m**  
↑↓ 600 hm, 3,5 Std., leicht

Eine schöne und leichte Tour zum „Hüttengipfel“ der Schönfeldhütte, die auch gut für Kinder geeignet ist.  
Ausgangspunkt: Spitzingsattel. Über einen schmalen Bergpfad bis zur Schönfeldhütte, weiter über die Obere Schönfeldalm in den Sattel vor dem Tanzeck und nach links zum Gipfel des Jägerkamps. Abstieg wie Aufstieg.

- 7** **Aiplspitz, 1759 m**  
↑↓ 510 hm, 3 Std., mittelschwer bis schwer, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich

Der felsige Wächter ist einer der markantesten Gipfel in der Spitzingregion und erfordert etwas Klettergeschick.  
Ausgangspunkt: Schönfeldhütte, 1410 m  
Über die Obere Schönfeldalm in den Sattel vor dem Tanzeck. Um das Tanzeck nördlich herum und über leicht ausgesetzte Felsen (Drahtseile) auf den Gipfel. Abstieg über den steilen, südsüdlichen Grashang zur Krottenhaler Alm. Weiter zum Taubensteinhaus und über den Sattel zwischen Rauhkopf und Bergstation hinunter zur Hütte.

- 8** **Rauhkopf, 1689 m, und Taubenstein, 1692 m**  
↑↓ 380 hm, 3 Std., mittelschwer, Trittsicherheit erforderlich

Ein paar kurze Kraxelstellen machen diese Tour zu einer spannenden Unternehmung – auch für Kinder.  
Ausgangspunkt: Schönfeldhütte, 1410 m  
Über die Obere Schönfeldalm in den Sattel vor dem Tanzeck. Über den grasigen Rücken, zuletzt über leichte Felsen auf den Rauhkopf. Abstieg über den bewaldeten Rücken zum Sattel zwischen Rauhkopf und Bergstation, nach rechts zum Gipfelaufbau des Taubensteins und steil (Drahtseil) zum Gipfel. Abstieg: Zurück zum Sattel und auf direktem Weg zur Hütte.

- 9** **Rotwand, 1884 m, von der Wurzhütte, 1086 m**  
↑↓ 800 hm, 4,5–5 Std., mittelschwer

Landschaftlich sehr reizvolle und abwechslungsreiche Wanderung zum höchsten Gipfel im Spitzinggebiet  
Von der Wurzhütte kurz südlich, dann links auf eine Forststraße hinauf abbiegen (Wegweiser Rotwandhaus). Der Straße bis kurz hinter der Bergwacht hütte folgen, dann rechts ab auf dem Güterweg über die Wildfeldalm zum Rotwandhaus. In 30 min. in langgezogenen Kehren zum Rotwandgipfel. Abstieg wie Aufstieg.  
Abstiegsvariante: ↑ 950 Hm, 6 Std., mittelschwer  
Vom Rotwandhaus zunächst ostwärts in die Kümplfscharte und dann südlich zur Kümplfalm hinab. Im weiteren Abstiegsverlauf erreicht man rechts haltend den Pfanngraben, an dessen rechtem Ufer der Weg talauswärts führt. Besonders sehenswert sind die zahlreichen natürlichen Gumpen, die zum Baden einladen. Bei der Waitzingeralm-Winterstube erreicht man das Valepptal, in dem es leicht ansteigend zurück zur Wurzhütte geht.

- 10** **Stolzenberg, 1609 m**  
↑↓ 560 hm, ca. 3,5–4 Std., mittelschwer, Trittsicherheit erforderlich

Abwechslungsreiche Tour auf einen unscheinbaren Gipfel mit schöner Sicht auf Spitzing- und Tegernsee  
Ausgangspunkt: Albert-Link-Hütte, 1053 m  
Von der Hütte zur Unteren Haushamer Alm. Entweder links an der Alm vorbei und über steile Grashänge und Schrofen zum Gipfel oder rechts von der Alm über steile Wiesen und Wald (bei Nässe rutschig!) auf den Kamm zwischen Rotkopf und Stolzenberg, südlich zum Grat und über diesen östlich zum Gipfel. Abstieg wie Aufstieg.

- 11** **Auerspitz, 1811 m**  
↑↓ 1000 hm, 5 Std., mittelschwer

Ein weniger bekannter, aber toller Aussichtsgipfel  
Ausgangspunkt: Wurzhütte am Eingang zum Valepptal, 1086 m  
Auf der Valepp-Straße südwärts, kurz vor der Waitzingeralm zweigt ein Fahrweg nach links in den Pfanngraben ab. Nach der Hütte geht der Fahrweg als Steig weiter bis zur Kümplfalm. Östlich neben der Alm Wegabzweig nach rechts und auf rechtem kleinem Steig, zuletzt auf Steigspuren zum Vermessungszeichen am Auerspitz-Südgrat und zum Gipfel. Abstieg wie Aufstieg.

- 12** **Bodenschneid, 1668 m**  
↑↓ 700 hm, ca. 4 Std., mittelschwer

Zum größten Gipfelkreuz der Region  
Bis zur Oberen Firstalm wie bei Tour 2. Dort nördlich der Krettenburg zum Gipfel. Tolle Aussicht auf den Tegernsee. Nach Süden absteigen zum Bodenschneidhaus und über die Untere Freudenreich-alm zurück zur Firstalm und zum Startpunkt.

- 13** **Heißenplatte, 1593 m**  
↑↓ 1320 hm, 7 Std., schwer

Schwierig auf einen unbekannteren Gipfel  
Diese schwere Tour startet am Bahnhof Aurach. Von dort nach Süden bis auf knapp 1500 m. Dann rechts abbiegen und auf den Gipfel. Toller Blick auf die Spitzingberge und das Leitzachtal. Vom Gipfel schwer auf die Aiplspitz und weiter über das Tanzeck zur Schönfeldhütte und zurück zum Startpunkt.

- 14** **Schinder, 1809 m**  
↑↓ 1045 hm, 7 Std., schwer

Nomen est omen – auf die beiden Schinder  
Gleich zwei Schinder gibt es – ein Gipfel liegt in Bayern, einer in Österreich. Beide zusammen ergeben eine wunderbare, wenn auch schwere Tour. Start ist an der Bushaltestelle kurz vor dem Forthaus Valepp; von dort geht es erst nach Süden, dann nach Westen über die Trausnitzalm auf den Bayerischen (1809 m) und weiter auf den österreichischen Schinder (1796 m). Von dort kurz zurück und links ins Schinderkar und zurück zum Startpunkt.

- 15** **Hinteres Sonnenwendjoch, 1987 m**  
↑↓ 1200 hm, 6,5 Std., mittelschwer

Die ruhige Seite des Wendelsteins  
Das Vordere Sonnenwendjoch bildet den Riegel im Süden des Mangfallgebirges gen Österreich. Entsprechend atemberaubend ist der Ausblick von diesem Gipfel, den man sich jedoch schwer erarbeiten muss. Vom Forsthaus Valepp aus geht es am Bärenjoch vorbei immer Richtung Südosten bis zum Gipfel. Abstieg wie Aufstieg.

- 16** **Krettenburg**  
Ca. 114 Routen, von 4 bis 10

Zustieg: 15 min. von der Oberen Firstalm  
Charakter: Voralpenkalk mit kompakten Platten. Ausrichtung überwiegend südsüdlich. Sportklettern Einsieillängen  
Routen: Alle Routen saniert und gut mit Bohrhaken abgesichert.

- 17** **Ruchenköpfe**  
Ca. 70 Routen, bis 3 Seillängen, von 3- bis 8+

Zustieg: in ca. 2,5 Std. vom Spitzingsee  
Charakter: Süd- und westwestseitige Ausrichtung, kompakter Plattenkalk  
Routen: Routen gut mit Bohrhaken abgesichert

- 18** **Taubenstein**  
33 Routen, bis 4 Seillängen, von 3 bis 8+

Zustieg 10 min. von der Taubensteinbahn, 1,5 Std. vom Taubensteinssattel  
Charakter: West- und nordwestseitige Ausrichtung, kompakter, rauher Kalk  
Routen: Routen mit Bohrhaken abgesichert, weite Abstände in den Klassikern, Friends und Keile zusätzlich erforderlich



## Nicht ohne meine Karte

Mehr Details zur Region gibt es in der Alpenvereinskarte BY15 – „Mangfallgebirge Mitte – Spitzingsee, Rotwand“.

Zusätzliche Infos bieten unsere beiden Flyer „Spitzinggebiet“ und „Drei-Seen-Tour“. Diese Flyer sind unter [alpenverein-muenchen-oberland.de](http://alpenverein-muenchen-oberland.de) zu finden oder in den Servicestellen des Alpenvereins München & Oberland im Sport Schuster, im Globetrotter und in der Kletterhalle Gilching erhältlich.



Neben den hier vorgestellten Bergsportarten kann man in der Region rund um das DAV-Haus Spitzingsee auch Mountainbike fahren und langlaufen. Dazu findet ihr entsprechende Infos und einige Touren unter diesem QR-Code.



## Touren im Winter

- 19** **Taubenstein, 1692 m**  
↑↓ 500 hm, 2 Std., leicht

Klassiker auf alter Skipiste  
Der Klassiker am Spitzing! Von der Taubenstein-Talstation über die alte Skipiste – den Lochgraben – bis zum Sattel. Von dort kurz bergab zum Taubensteinhaus (Einkehr). Abfahrt wie Aufstieg.

- 20** **Jägerkamp, 1746 m**  
↑↓ 650 hm, 2,5 Std., mittelschwer

Skitour im Umfeld von Wildschutzgebieten  
Auch diese Tour ist ein Klassiker am Spitzing. Allerdings ist hier höchste Aufmerksamkeit geboten – denn rund um den Gipfel gibt es drei Wildschutzgebiete, die jährlich vom 1. Dezember bis zum 14. Juli nicht betreten werden dürfen. Hier heißt es also, strikt auf der vorgegebenen Route zu bleiben. Start wie bei Tour 19 an der Taubenstein-Talstation. Im Lochgraben nach links Richtung Schönfeldhütte queren. Von dort der ausgeschriebenen Route bis zum Sattel unterhalb der Benzingsspitze folgen. Dort links abbiegen, den Hang queren und durch die Latschengasse zum Gipfel. Abfahrt wie Aufstieg.

- 21** **Stümpfling, 1506 m**  
↑↓ 400 hm, 1,0 Std., sehr leicht

Kurze Skitour zwischen Pisten  
Unsere kürzeste Wintertour ist etwas für Frühauflsteher, die nach der Tour noch anderes vorhaben. Von der Münchner Hütte aus geht es zur Bergstation des Kurvenlifts und von dort weiter zum Gipfel. Abfahrt wie Aufstieg oder alternativ über die Abfahrt „Drei Tannen“ zurück zum Startpunkt.

- 22** **Roßkopf, 1580 m**  
↑↓ 500 hm, 1,5 Std., mittelschwer

Alternative Route auf einen Modegipfel  
Der Roßkopf ist immer das erste Ziel etlicher Skitourenfans, sobald auch nur annähernd ausreichend Schnee liegt. Eine sehr interessante Alternative zur Kurzversion über die Piste startet am Parkplatz der Stümpfling-Bahn. Von dort geht es parallel zur Valepp bis zum Abzweig Richtung Haushamer Alm. Dort rechts Richtung Grünsee und an der Grünsee-alm links den Gipfelhang hoch. Abfahrt wie Aufstieg oder alternativ über die Stümpfling-Piste.

## Rodeln

- 25** **Untere Firstalm, 1320 m**  
↑↓ 220 hm, leicht

Kurze Einsteigtour für Kinder und Junggebliebene  
Für die Kleinsten unter uns oder für eine kleine Aufwärmrunde eignet sich diese kurze, einfache Rodelstrecke perfekt. Tourverlauf wie unter Tour 2.

- 26** **Obere Firstalm, 1360 m**  
↑↓ 320 hm, leicht

Nachtrodeln über dem Spitzingsee  
Auch von der Oberen Firstalm aus geht eine Rodelstrecke ins Tal. Die Besonderheit hier – die Strecke ist von Dezember bis Mitte März täglich nachts bis 22:30 Uhr beleuchtet. So steht einem Rodelspaß nach einer abendlichen Einkehr nichts im Wege.

- 27** **Rotwandhaus, 1737 m**  
↑↓ 500 hm, leicht

Kilometerlanger Abfahrtspaß vom Rotwandhaus  
Eine der längeren Rodelstrecken in der Region führt vom Rotwandhaus über fast 4,5 Kilometer über den Winterweg bis zur Bergwacht hütte an der Straße Richtung Spitzingsee. Die Neigung ist moderat, sodass auch Kinder ab zehn Jahren die Strecke bewältigen können.

- 28** **Bodenschneidhaus, 1350 m**  
↑↓ 500 hm, mittelschwer

Anspruchsvolle Rodelstrecke mit Einkehr  
Für angehende Rodel-Profis oder engagierte Schlitten-Fans ist diese mittelschwere Strecke ideal. Von Neuhaus (öffentlich gut erreichbar) geht es immer Richtung Süden zum Bodenschneidhaus. Nach einer wärmenden Einkehr geht's dann rasant bergab zurück zum Startpunkt.



- 23** **Von Geitau zum Spitzingsee, 1700 m**  
↑↓ 1050 hm, 5 Std., schwer

Schneeschuh-Traverse durchs Mangfallgebirge  
Für Schneeschuhprofis ist diese Tour ideal – lang und fordernd. Von Geitau aus geht es zuerst recht lang und flach Richtung Süden. An der Klarer Alm biegt der Weg nach links ab zum Soinssee. Von dort über die Groß- und Tiefentalalm zum Taubensteinhaus (Einkehr) und dann durch den Lochgraben zur Talstation der Taubensteinbahn.

- 24** **Bodenschneidhaus, 1350 m**  
↑↓ 525 hm, 3,5 Std., mittel

Imposante Tour unter der Bodenschneid  
Eine schöne winterliche Schneeschuhtour führt zum Bodenschneidhaus, in dem man gut einkehren und sich für den Rückweg aufwärmen kann. Vom DAV-Haus Spitzingsee wie bei Tour 2 zur Oberen Firstalm. Dort weiter über den Freudenreichsattel zur Freudenreichalm (im Winter geschlossen) und „querfeldein“ Richtung Westen zum Bodenschneidhaus. Rückweg wie Hinweg.

