



**Reisedauer:** 8 Tage  
**Kategorie:** Wanderung / Hochtour / Klettersteig / Ausbildungskurs  
**Anforderung:** leicht / **mittel** / **anspruchsvoll** / sehr anspruchsvoll / schwer

## 1. Teilstück Europäischer Fernwanderweg E5 E5 Kulinarisch – mit Zusatztag in Meran

Diese abwechslungsreiche und vielbegangene Wanderroute führt auf dem Fernwanderklassiker E5 von Deutschland über Österreich nach Italien. Die Anziehungskraft dieser Tour liegt am Wechsel und an der Gegensätzlichkeit der vielen Landschaften und Vegetationszonen, die wir in einer Woche von Nord nach Süd durchwandern. Bunte Blumenwiesen und Grasberge in den Allgäuer Alpen, faszinierende Rundblicke auf die markanten Felszacken in den „Lechtalern“, die endlosen Gletscher und Bergriesen im Ötztal und schließlich das südliche Klima Merans, machen diese Wanderung so reizvoll und beliebt.

Neben sämtlichen Köstlichkeiten, die die klassische Alpenüberquerung überall bereit hält, erwartet Sie zum Abschluss dieser Tour mit einem weiteren Tag in Meran ein kulinarisches Schmankerl. Der Vormittag steht zur freien Verfügung und kann zum Besuch des bekannten Marktes oder einem Einkaufsbummel genutzt werden. Interessant und empfehlenswert ist auch eine Besichtigung des Schlosses Trauttmansdorff mit seinen botanischen Gärten. Am Nachmittag besuchen wir gemeinsam das Weingut Schloss Rametz mit Weinbaumuseum und Weinprobe. Anschließend bekommen wir noch eine kleine Führung durch Meran und lassen unsere Alpenüberquerung unter den Lauben ausklingen.

**Region:**  
 Allgäuer Alpen, Lechtaler Alpen, Ötztaler Alpen, Südtirol (Deutschland, Österreich, Italien)

### 1. Tag, Samstag

Treffpunkt 11 Uhr, OASE AlpinCenter. Wiegen des Rucksacks (siehe Packliste auf der letzten Seite). Busfahrt in die Spielmannsau (1.002 m) und Aufstieg durch den wilden Sperrbachtobel zur Kemptner Hütte (1.846 m)

**Gehzeit ca. 3 Stunden, Aufstieg 850 m.**

### 2. Tag, Sonntag

Von der Kemptner Hütte führt ein guter Steig zum Mädelejoch (1.974 m), an der deutsch-österreichischen Grenze. Hier öffnet sich der Blick auf die Lechtaler Alpen. Wir wandern steil hinab zur Roßgumpenalp und weiter durch das Höhenbachtal nach Holzgau im Lechtal (1.070 m). Nach der Mittagsrast in einem Gasthof fahren wir in das wildromantische Madautal (1.400 m). Ab hier werden die Rucksäcke mit der Materialeilbahn transportiert. So erreichen wir in 2½ Stunden die Memminger Hütte (2.242 m). Nach dem Abendessen

erleben wir mit etwas Glück einen wunderschönen Sonnenuntergang auf dem nahe gelegenen Seekogel.

**Gehzeit ca. 6 Stunden, Aufstieg 950 m, Abstieg 850 m.**

### 3. Tag, Montag

Nach sehrzeitigem Aufbruch erreichen wir schon bald die Seescharte (2.664 m). Durch das Lochbachtal und das Zammer Loch kommen wir am frühen Nachmittag nach Zams (800 m) im Inntal. Der Abstieg ins Inntal ist sehr lang und steil, deswegen gönnen wir uns den bequemen Aufstieg mit der Venetbahn auf den Krahberg (2.208 m). Unsere Rucksäcke können von Zams zur Larcheralm gebracht werden. Nach der wohlverdienten Pause im Gipfelrestaurant erreichen wir über einen Höhenweg in etwa 2 Stunden die gemütliche Galfun- bzw. Larcheralm (1.860 m).

**Gehzeit ca. 9 Stunden, Aufstieg 450 m, Abstieg 2.100 m.**

### 4. Tag, Dienstag

Der panoramareiche Abstieg nach Wenns im Pitztal (976 m) lässt den Tag gemütlich beginnen. Wir fahren mit dem Postbus durch das Pitztal nach Mittelberg (1.734 m) und erreichen nach einer halben Stunde Gehzeit, pünktlich zur Mittagspause, die Gletscherstube. Vorbei an einem großartigen Wasserfall und der beeindruckenden Gletscherzunge des Mittelbergferners führt der Aufstieg zur Braunschweiger Hütte (2.760 m). Den Rucksack können wir auch hier wieder mit der Materialeilbahn transportieren lassen.

**Gehzeit ca. 5 Stunden, Aufstieg 1.000 m, Abstieg 900 m.**

### 5. Tag, Mittwoch

Von der Braunschweiger Hütte gehen wir in östlicher Richtung je nach Verhältnissen über das Rettenbach (2.988 m) bzw. Pitztaler Jöchel (2.998 m) zum Rettenbachferner. Hier eröffnet sich uns eine herrliche Aussicht auf die Öztaler und Stubai Bergwelt. Schließlich gelangen wir mit dem Bus auf die Tiefenbachseite. Der wunderschön angelegte Panorama Höhenweg führt uns nach Vent im Ötztal (1.896 m). Übernachtung im Wellness-Hotel\*\*\* - \*\*\*\*, je nach Verfügbarkeit.

**Gehzeit ca. 6 Stunden, Aufstieg 300 m, Abstieg 1.100 m.**

### 6. Tag, Donnerstag

Von Vent wandern wir gemütlich durch das Niedertal zur Martin-Busch-Hütte (2.527 m) (Rucksacktransport). Nach einer kurzen Rast geht es weiter zur Similaun Hütte (3.019 m) am Niederjoch, an der österreichisch-italienischen Grenze. Nach der wohlverdienten Mittagspause führt unser Abstieg durch das Tisental nach Obervernagt im Schnalstal (1.690 m). Zuerst geht es sehr steil bergab, dann über herrliche Wiesen und vorbei an jahrhundertealten Bergbauernhöfen, die noch immer nach alter Tradition bewirtschaftet werden. Schließlich gelangen wir zum Vernagt-Stausee. In einem gemütlichen Südtiroler Bauernhof können wir diese Tourenwoche bei Speck und Wein langsam ausklingen lassen. Anschließend bringt uns unser Bus durch das Vinschgau nach Meran. Abendessen und Übernachtung im Hotel\*\*\*.

**Gehzeit ca. 7 Stunden, Aufstieg 1.100 m, Abstieg 1.200 m.**

### 7. Tag, Freitag

Aufenthalt in der Kurstadt Meran. Der Vormittag steht zur freien Verfügung und kann zum Besuch des bekannten Marktes oder einem Einkaufsbummel genutzt werden. Interessant und empfehlenswert ist auch eine Besichtigung des Schlosses Trauttmansdorff mit seinen botanischen Gärten ([www.trauttmansdorff.it](http://www.trauttmansdorff.it)). Am Nachmittag besuchen wir gemeinsam das Weingut Schloss Rametz mit Weinbaumuseum und Weinprobe. Anschließend bekommen wir noch eine kleine Führung durch Meran und lassen unsere Alpenüberquerung unter den Lauben ausklingen.

## 8. Tag, Samstag

Frühstück und anschließende Rückreise mit dem Bus durch das Etschtal zum Reschenpass und über Landeck nach Oberstdorf. Ankunft ca. 14 Uhr. Heimreise oder individueller Verlängerungsaufenthalt im Allgäu.

---

### Voraussetzungen:

Gute körperliche Verfassung, Bergerfahrung von Vorteil, durchschnittliche Kondition, Trittsicherheit und Ausdauer für Tagesetappen bis zu 9 Stunden.

### Unterbringung:

Hotels (Mehrbettzimmer), Hütten (Gemeinschaftslager)

### Leistungen:

Bergführer, 7x Halbpension, 4x Busfahrt, 2x Taxi, 1x Seilbahnfahrt, 5x Rucksacktransport, Deuter Trinkflaschenhalter, kostenfreier Parkplatz in Oberstdorf P1 und P2 (Den Parkschein erhalten Sie im OASE-Büro gegen € 25,- Pfand)

### Sonderleistungen:

Extra Gepäcktransport nach Meran. Sie können am Tourentag kostenlos zusätzliches Gepäck im Büro abgeben, das Sie am Donnerstagabend in Meran erhalten.

### Zusatzkosten:

Nach persönlichem Bedarf ca. € 25,- pro Tag für Getränke, Rucksackproviant, etc.

### Teilnehmer:

6 - 12 Personen

### Landkartenempfehlung:

Kompasskarte Europ. Fernwanderweg E5 Nord, WK 120 (1 : 50.000)

Kompasskarte Naturns-Latsch-Schnalstal, WK 051 (1 : 25.000)

Kompasskarte Inneres Ötztal, WK 042 (1 : 25.000)

### Anreise nach Oberstdorf:

Nutzen Sie die guten Bahnverbindungen nach Oberstdorf. Wenn Sie mit dem PKW anreisen, empfehlen wir Parkplatz P1 und P2 am Ortseingang. Für OASE-Kunden ist dieser Parkplatz für die Zeit der Tour kostenlos. Den Parkschein erhalten Sie im OASE-Büro gegen € 25,- Pfand (Stand Oktober 2014).

### Aufenthaltsverlängerung:

Sollten Sie vor oder nach der Tour eine Unterkunft in Oberstdorf benötigen, ist Ihnen die Zimmervermittlung gerne behilflich. Telefon 0 83 22 - 700 – 0, [www.oberstdorf.de](http://www.oberstdorf.de)

Wir empfehlen das Hotel Schellenberg direkt am Bahnhof, 0 83 22 – 96 37 – 0, [www.schellenberg-oberstdorf.de](http://www.schellenberg-oberstdorf.de).

### OASE AlpinCenter:

Unser Büro, Bahnhofplatz 5, befindet sich direkt am Bahnhof in Oberstdorf, am Gleis 1. Das Büro ist eine Stunde vor Tourenbeginn besetzt. Tel: 08322 – 8000 980.

***Termine und Preise entnehmen Sie bitte unserem aktuellen Katalog.***

Bergwandern • Hochtouren • Klettersteige • Ausbildungskurse • Trekking • Schneeschuhtouren • Skitouren • Eisklettern – Wir machen Ihre Freizeit zum Erlebnis ...

## OASE-Packliste:

### Rucksack ca. 35 l Volumen, Gesamtgewicht ca. 8 kg

\* Wir empfehlen Markenkleidung und Ausrüstung unserer Partner

#### Das trage ich bereits am Körper

- Funktionelle Unterwäsche und Funktionssocken
- Funktionelle Wanderhose (Patagonia)\*
- Funktionsshirt (Icebreaker Merinowolle)\*
- Funktionelle Jacke oder Weste (Patagonia)\*
- Knöchelhohe Wanderschuhe mit guter Profilsohle (Meindl)\*

	Gewicht ca. habe ich (in Gramm)	eingepackt	mein Gewicht
<b>Das ist unverzichtbar</b>			
• Rucksack (Deuter)*, mit Regenhülle	1730	<input type="checkbox"/>	_____
• Wechselshirt kurz (Icebreaker Merinowolle)*	160	<input type="checkbox"/>	_____
• Wechselshirt lang (Icebreaker Merinowolle)*	220	<input type="checkbox"/>	_____
• 2 Unterhosen kurz	140	<input type="checkbox"/>	_____
• 1 Paar Funktionssocken	60	<input type="checkbox"/>	_____
• Wasser- und winddichte Jacke (Patagonia)*, evtl. Gore-Tex (kein Poncho)	690	<input type="checkbox"/>	_____
• Wasser- und winddichte Hose (Patagonia)*, evtl. Gore-Tex	310	<input type="checkbox"/>	_____
• Mütze oder Stirnband	40	<input type="checkbox"/>	_____
• Dünne Handschuhe	80	<input type="checkbox"/>	_____
• Kurze funktionelle Hose	210	<input type="checkbox"/>	_____
• Sonnencreme LSF 30 und Lippenchutz	70	<input type="checkbox"/>	_____
• Cap oder Buff* (*gibt's vom OASE AlpinCenter als Begrüßungsgeschenk)	40	<input type="checkbox"/>	_____
• Sonnenbrille	30	<input type="checkbox"/>	_____
• Trinkflasche oder Trinkblase (1 Liter)	180	<input type="checkbox"/>	_____
• 1 Liter Flüssigkeit	1000	<input type="checkbox"/>	_____
• Elektrolyt-/Magnesium Tabletten (Röhrchen)	150	<input type="checkbox"/>	_____
• Nüsse / Trockenobst / Müsliriegel (Seeberger)*	210	<input type="checkbox"/>	_____
• Persönliche Medikamente, Aspirin und Blasenpflaster	220	<input type="checkbox"/>	_____
• Kleine Taschenlampe / Stirnlampe	80	<input type="checkbox"/>	_____
• Ausweise, Bargeld, EC-Karte, Auslandsversicherung in wasserdichtem Beutel mit ziploc-Verschluss	40	<input type="checkbox"/>	_____
• Hüttenschlafsack (kann auf der ersten Hütte gekauft werden)	250	<input type="checkbox"/>	_____
• Waschbeutel mit Wasch-Set (Proben verwenden) und Oropax	220	<input type="checkbox"/>	_____
• Kleines Microfaser-Handtuch ca. 30x60 cm	60	<input type="checkbox"/>	_____
<b>Das ist empfehlenswert</b>			
• Teleskopstöcke (Leki)*	520	<input type="checkbox"/>	_____
• Messer (Victorinox)*	60	<input type="checkbox"/>	_____
• Leichte Hose	320	<input type="checkbox"/>	_____
• T-Shirt für die Hütte	170	<input type="checkbox"/>	_____
• Leichte Turnschuhe oder Badeschlappen für die Hütte	200	<input type="checkbox"/>	_____
• Badehose / Badeanzug	150	<input type="checkbox"/>	_____
• Plastikbeutel für Abfall und/oder Dreckwäsche	20	<input type="checkbox"/>	_____
• Fotoapparat	250	<input type="checkbox"/>	_____
<b>Gesamtgewicht (inkl. Rucksack):</b>	<b>7880</b>		_____

Für die Zeit der Rucksacktransporte ist kein extra Tagesrucksack nötig, Sie erhalten einen Deuter Trinkflaschenhalter.

Unser Tipp für Regenwetter: Nehmen Sie einen Bergschirm (Göbel)\* mit, dieser kann bei uns auch kostenlos ausgeliehen werden und kleiden Sie ihren Rucksack innen mit einem Müllbeutel aus.