

WIR MACHEN IHRE FREIZEIT ZUM ERLEBNIS

BERGWANDERN · HOCHTOUREN · KLETTERSTEIGE · KLETTERN · KURSE · SKITOUREN · SCHNEESCHUH-TOUREN



Reisedauer:

7 Tage

Kategorie:

Bergwanderung

Anforderung:

Technik: **Schwer** - Kondition: **Schwer**

Lechtal Durchquerung

Über den Lechtaler Höhenweg ins Inntal

Ein Wanderweg, der in die schönsten Regionen Tirols führt, beginnt in den Lechtaler Alpen und führt uns durch das Wettersteingebirge, Karwendel, Rofan- und Kaisergebirge bis nach St. Johann am Fuße des Wilden Kaisers – 280 km. Das erste Teilstück beginnt in Oberstdorf und führt uns über den Lechtaler Höhenweg bis nach Imst im Inntal.

Region:

Lechtal, Tirol (Österreich)

1. Tag

Treffpunkt 9.00 Uhr, OASE AlpinCenter. Wiegen des Rucksacks (siehe Packliste auf der letzten Seite). Busfahrt bis Baad im Kleinwalsertal. Aufstieg über das Bärgrundtal und den Hochalppaß (1.938 m) zum Hochtannbergpaß (1.666 m). Weiter geht es mit dem Bus nach Lech am Arlberg und mit der Rüfikopfbahn (2.325 m) bis zur Bergstation. Über die Rauhekopfscharte (2.415 m) gelangen wir schließlich zur Stuttgarter Hütte (2.305 m).

Gehzeit ca. 6 Stunden, Aufstieg 1.050 m, Abstieg 550 m, Länge ca. 13,5 km

Wegekategorie ●●●●●●●●

2. Tag

Heute queren wir über das Erljoch (2.430 m) und die Erlach Alm (1.919 m) hinüber zum Almajur Joch (2.225 m). Von hier sind es nur noch wenige Minuten zur Leutkircher Hütte (2.261 m).

Gehzeit ca. 5 Stunden, Aufstieg 650 m, Abstieg 700 m, Länge ca. 8,5 km

Wegekategorie ●●●●●●●●

3. Tag

Von der Hütte geht es zunächst auf dem Adlerweg hinauf zur Hirschpleis (2.430 m). Unterhalb des Stanskogels wandern wir schließlich auf dem E4 alpin zum Kaiserjochhaus (2.310 m). Weiter geht es über die Kridlonscharte (2.371 m) bis zum Hinterseejoch (2.482 m). Über den

Th.-Haas-Weg gelangen wir zum Alperschonjoch (2.303 m) und Flarschjoch (2.464 m) bis zur Ansbacher Hütte (2.376 m).

Gehzeit ca. 6 Stunden, Aufstieg 1.050 m, Abstieg 850 m, Länge ca. 14 km

Wegekategorie ●●●●●●

4. Tag

Der Tag beginnt mit einem Aufstieg in die Kopfscharte (2.484 m). Dann geht es über das Winterjöchel (2.528 m) bis zur Grießlscharte (2.632 m). Der Abstieg führt uns durch das Parseiertal, bis zu dem kleinen Weiler Madau, zum Berggasthaus Hermine (1.310 m).

Gehzeit ca. 6 Stunden, Aufstieg 350 m, Abstieg 1.450 m, Länge ca. 13 km

Wegekategorie ●●●●●●

5. Tag

Von Madau (1.310 m) aus machen wir uns auf den Weg durch das Röttal zum Alblitjoch (2.281 m). Über einen Pfad in einer Felswand erreichen wir das Mintschejoch (2.264 m) mit einem herrlichen Blick auf das Hochtal der vorderen Gufelalpe. Der Weg über das Gufelgratjoch (2.381 m) zur Steinseehütte (2.061 m), unserer heutigen Unterkunft, erfordert nochmals Trittsicherheit.

Gehzeit ca. 7 Stunden, Aufstieg 1.700 m, Abstieg 900 m, Länge ca. 15 km

Wegekategorie ●●●●●●

6. Tag

Über die hintere Dremelscharte (2.470 m) und das Schlenkerkar erreichen wir das Galtseitenjoch (2.421 m). Entlang der geologisch interessanten Kübelwand erreichen wir das Muttekopfjoch (2.630 m). Von hier ist es nur noch ein kurzer Aufstieg zum Muttekopf (2.774 m), einem herrlichen Aussichtsgipfel. Wir steigen zum Joch zurück und anschließend auf steilen Serpentinien hinab zur Muttekopfhütte (1.934 m).

Gehzeit ca. 8 Stunden, Aufstieg 1.450 m, Abstieg 1.600 m, Länge ca. 12 km

Wegekategorie ●●●●●●

7. Tag

Unser letzter Abstieg führt über die Latschenhütte (1.623 m) zur Untermarkter Alm (1.477 m). Mit der Seilbahn fahren wir nach Hochimst (1.050 m). Rückfahrt mit dem Bus und Ankunft in Oberstdorf ca. 14.00 Uhr.

Gehzeit ca. 1,5 Stunden, Aufstieg 0 m, Abstieg 450 m, Länge ca. 3,5 km

Wegekategorie ●●●●●●

Konditionelle Voraussetzungen:

Schwer: Bis zu 1600 HM und mehr im Auf - und Abstieg **oder** Tagesetappen von 9 Std. und mehr reine Gehzeit. Gehintervalle von 2,5 Std. ohne Pause.

Technische Voraussetzungen:

Schwer: Schwindelfreiheit, Trittsicherheit und Bergerfahrung sind **unbedingt** erforderlich.

Unterbringung:

Hütten (Gemeinschaftslager)

Leistungen:

Bergführer, 6x Halbpension, 3x Busfahrt, 2x Seilbahn, kostenfreier Parkplatz in Oberstdorf P1 und P2 (Den Parkschein erhalten Sie im OASE-Büro gegen € 30,- Pfand)

Zusatzkosten:

Nach persönlichem Bedarf in bar ca. € 40.- pro Tag für Getränke, Rucksackproviant, etc. Eine Kartenzahlung ist auf den Hütten nicht möglich.

Teilnehmer:

6 - 12 Personen

Landkartenempfehlung:

Kompasskarte Lechtaler Alpen Hornbachkette, WK 24 (1 : 50.000)

Anreise nach Oberstdorf:

Nutzen Sie die guten Bahnverbindungen nach Oberstdorf. Unser Büro befindet sich direkt am Gleis 1. Wenn Sie mit dem PKW anreisen fahren Sie auf der Sonthofener Straße bis zum Kreisverkehr beim Autohaus Seitz+Mayr. Sie nehmen die 3. Ausfahrt und erreichen nach ca. 500 m den Bahnhof.

Parkschein:

Im Bereich des Bahnhofs können Sie die Kurzzeitparkplätze (am besten den P3) benutzen. Kommen Sie zu uns in das Büro (direkt am Gleis 1) und melden sich an. Dort bekommen Sie den Parkschein, gegen € 30,- Pfand, für den Dauerparkplatz P1 und P2. Fahren Sie mit Ihrem PKW auf P1 oder P2, der ca. 10 Min. Fußmarsch vom Bahnhof entfernt ist. Ihr Gepäck können Sie in der Zwischenzeit bei uns deponieren.

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

OASE AlpinCenter:

Unser Büro, Bahnhofplatz 5, befindet sich direkt am Bahnhof in Oberstdorf, am Gleis 1. Das Büro ist eine Stunde vor Tourenbeginn besetzt.

Information und Anmeldung:

Bei weiteren Fragen zur Tour erreichen Sie uns persönlich von:

Juni – Sept.: Montag – Freitag von **9 – 12 Uhr** und von **14 – 18 Uhr**

Oktober – Mai: Montag – Freitag von **9 – 12 Uhr**

Sie können auch gerne eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen, wir rufen Sie dann umgehend zurück.

Tel.: 0 83 22 - 8000 980

Fax: 0 83 22 - 8000 98-19

Online: www.oase-alpin.de

E-Mail: bergschule@oase-alpin.de

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

Funktionsshirt (Icebreaker Merinowolle)*

Funktionelle Jacke aus PrimaLoft oder Fleece (Arc'teryx)*

Knöchelhohe Wanderschuhe mit guter Profilsohle, **Kategorie BC** (Meindl)*

	Gewicht ca. (in Gramm)	habe ich eingepackt	mein Gewicht
Das ist unverzichtbar			
• Rucksack (Deuter)*, mit Regenhülle	1730	<input type="checkbox"/>	_____
• Wechselshirt kurz (Icebreaker Merinowolle)*	160	<input type="checkbox"/>	_____
• Wechselshirt lang (Icebreaker Merinowolle)*	220	<input type="checkbox"/>	_____
• 3 Unterhosen kurz	140	<input type="checkbox"/>	_____
• 1 Paar Funktionssocken	60	<input type="checkbox"/>	_____
• Wasser- und winddichte Jacke evtl. Gore-Tex (Arc'teryx)* (kein Poncho)	690	<input type="checkbox"/>	_____
• Wasser- und winddichte Hose, evtl. Gore-Tex (Arc'teryx)*	310	<input type="checkbox"/>	_____
• Mütze und 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, Blasenpflaster	220	<input type="checkbox"/>	_____
• Ausweise, Bargeld, EC-Karte, Auslandsversicherung in wasserdichtem Beutel mit ziploc-Verschluss	40	<input type="checkbox"/>	_____
• Hüttenschlafsack	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"/>	_____
Das ist empfehlenswert			
• 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"/>	_____
• Plastikbeutel für Abfall und/oder Dreckwäsche	20	<input type="checkbox"/>	_____
• Fotoapparat	250	<input type="checkbox"/>	_____
Gesamtgewicht (inkl. Rucksack):	7650		_____

Unser Tipp:

Nehmen Sie bei Regenwetter einen Bergschirm (Göbel)* mit, den Sie bei uns im OASE-Büro kostenlos ausleihen können und kleiden Sie außerdem Ihren Rucksack innen mit einem Müllbeutel aus.