EXTRA Alpenwelt Karwendel – 35 Touren

ALPIN

EXTRA

DAS BERGMAGAZIN

Alpenwelt KARWENDEL

Mittenwald | Krün | Wallgau

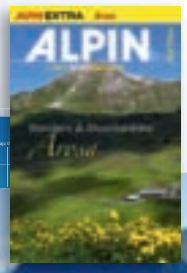
Entfliehen Sie dem Alltag

Jeden Monat im Zeitschriften-handel*

- Volle Berglust
- Hoher Nutzwert
- Kompakte Vorschläge fürs Wochenende
- Großer Serviceteil
- Wichtige Praxisthemen
- Hilfreiches Expertenwissen

ALPIN bietet mehr!

Jeden Monat im Wechsel:
Extraheft im Heft mit Touren-Tipps oder Super-Panorama



Und in jeder zweiten Ausgabe: Die 16-seitige BERGE-Strecke

*ALPIN zum Vorzugspreis im Abo:
www.alpin.de oder Tel. +49 911 216 22 22

ALPIN
DAS BERGMAGAZIN

3464_nov09_tk_jb

Willkommen

Hohe Berge und wilde Felsgestalten umsäumen die sanften Buckelwiesen und die klaren Bergseen um Krün, Mittenwald und Wallgau. Und dazwischen: die junge Isar mit ihren Auen. Für einen erfüllten Bergurlaub bietet das Karwendel die ideale Szenerie.

Leider sind wir beide nur selten daheim, schließlich stehen im Winter andauernd Biathlon-Wettkämpfe im In- und Ausland an. Und im Sommer rufen die Trainingscamps. Trotzdem lässt uns unsere oberbayerische Heimat nicht los. Denn hier am Fuß des Karwendel fühlen wir uns am wohlsten. In der Ferne vermissen wir besonders die vertraute Landschaft, aber auch unseren Dialekt und die urigen Feste rund ums Jahr. Und unsere Familien.

Hier im Karwendel sind wir schon als Dreijährige auf Ski gestanden. Damals hätten wir uns nie erträumt, dass aus uns einmal erfolgreiche Profi-Biathletinnen werden. Dass es seither so gut läuft, macht nicht nur uns sehr stolz. Unsere Heimatorte empfangen uns nach der Saison mit tollen Überraschungen wie einer „Bayern-3-Party“ in Wallgau oder dem Schriftzug „Martina“ aus brennenden Fackeln in der Schneewanne am Karwendel hoch über Mittenwald. Biathlon ist halt unser Ding: Erst beim Langlaufen alles zu geben und dann beim Schießen von einer Sekunde auf die andere ganz ruhig und voll konzentriert sein zu müssen – das sind zwei Extreme, die sich optimal ergänzen. So sehen das auch Zehntausende von Fans, die uns live zujubeln.

Aber wir sind auch stolz auf unsere Heimat: Zum Beispiel, wenn die Alpenwelt Karwendel – wie Anfang 2008 – zur Wanderregion Nummer 1 in Deutschland gewählt wird. Oder wenn uns die Gäste im Winter beim Gäste-Biathlon in Krün/Kaltenbrunn nacheifern und eine Riesen-Gaudi haben. Im Sommer, wo wir länger daheim sind, gehen wir selber gerne wandern, machen Nordic Blading oder schwingen uns aufs Radl für eine saftige Mountainbike- oder Rennradtour.

In diesem Sinne freuen wir uns auf Ihren Besuch!

Ihre Martina Beck und Magdalena Neuner

IMPRESSUM

TOURENBEILAGE ZU ALPIN 02/2010
Olympia-Verlag GmbH, Badstraße 4 – 6, 90402 Nürnberg, Tel. +49 911 216-0
Anzeigenleiter: Axel Nieber, Tel. +49 911 216 22 12, verantwortlich für Anzeigen: Otto Hofbeck, Tel. +49 911 216 22 15
Redaktion: Planegger Str. 15, 82131 Gauting, Tel. +49 89 893 16 00, info@alpin.de
Chefredaktion: Dr. Bene Benedikt (verantw.)
Redaktion: Robert Demmel, Sebastian Nachbar; **Texte:** Mirjam Hempel; **Titelfoto:** Wolfgang Ehn; **Tourenfotos**: Wolfgang Ehn, TVB Mittenwald, Michael Adelbert; **Grafik und Druckvorstufe:** Ulrike Lang, Satu Steiner; **Druck:** Oberndorfer Druckerei, 5110 Oberndorf, Österreich

TOUREN — SEITE

FAMILIENTOUREN

1 Neuer Isarrundweg 8
2 Drei-Seen-Weg 8
3 Geolehrpfad Mittenwald 8
4 Barfuß-Wanderweg Kranzberg 8
5 Geisterklamm Mittenwald 9

HÜTTENWANDERUNGEN

6 Brunnsteinhütte 10
7 Mittenwalder Hütte 10
8 Dammkarhütte 10
9 Hochlandhütte 10
10 Krinner-Kofler-Hütte 11
11 Soiernhaus 11
12 Weilheimer Hütte 11

VON HÜTTE ZU HÜTTE

13 Leitersteig 13
14 Predigtstuhl 13
15 Wörnersattel 13
16 Rund um die Soiernspitze 13
17 Lakaiensteig 13

BERGTOUREN

18 Soiernrunde 14
19 Seinskopf – Schöttelkarspitze 14
20 Krottenkopf 14
21 Obere Wettersteinspitze 15
22 Westliche Karwendelspitze 15

KLETTERN & KLETTERSTEIG

23 Gerberkreuz 16
24 Koflerturm 16
25 Klettergarten Rauchkopf 16
26 Predigtstuhl 16
27 Mittenwalder Klettersteig 17

MOUNTAINBIKE

28 Isarursprung 18
29 Karwendelrunde 18
30 Soiernrunde 18
31 Schachen – Meilerhütte 19
32 Rund um das Estergebirge 20
33 Rund um den Walchensee 20
34 Hoher Kranzberg 20
35 Möslalm 20

RUBRIKEN

3 Willkommen im Karwendel
4 Zwischen Wetterstein und Karwendel
22 Infos, Tipps und Adressen
23 Übersichtskarte

Alpenwelt Karwendel

Der Übergang von den oberbayerischen Voralpen ins Herz des Felsenzirkus des Karwendel bietet zu allen Tages- und Jahreszeiten großartige Ansichten.

Zwischen Wetterstein

Karwendel, ein Name, der für vieles steht: helle Kalkberge, saftige Almwiesen, murmelnde Bergbäche, lange Täler, noch längere Schuttfelder und brüchiger Fels. Besonders steht dieser Name aber für eines: unbegrenzte Touren- und Urlaubsmöglichkeiten! Am westlichen Fuße von Karwendel und Soierngruppe haben sich drei oberbayerische Gemeinden zur Tourismusregion Alpenwelt Karwendel zusammengeschlossen. Mittenwald, Krün und Wallgau profitieren dabei vom Karwendel, der Soierngruppe und den Ausläufern des Wetterstein- und Estergebirges gleichermaßen. Kein Wunder, dass die Region mit ihrem 350 Kilometer langen Wanderwegenetz von Lesern verschiedener Bergmagazine zur beliebtesten Wanderregion Deutschlands gewählt wurde. Ab 2010 sind sämtliche Wege neu beschildert. Die insgesamt 1500 gelben Wegweiser mit schwarzer Schrift informieren dann über Gehzeiten, Wegnummern und Schwierigkeit der jeweiligen Tour.

Zahlreiche Seen bieten rund um die Erholungsorte Mittenwald, Krün und Wallgau Urlaubsspaß für die ganze Familie. Vom idyllischen Barmsee über den warmen Moorsee Gerold, den Schmalen-, Wilden- und Luttensee bis hin zum eiskalten Bergsee unterhalb der Soiernhäuser, ganz zu Schweigen von der Isar: In einer Woche Ferien könnte man jeden Tag an einem anderen idyllisch gelegenen Gewässer verbringen. Bergsteiger erklimmen derweil einen der umliegenden Gipfel wie die Westliche Karwendel-, Schöttelkar-, Soiern- oder Obere Wettersteinspitze. Wanderer erkunden den aussichtsreichen Kranzberg mit dem Lauter- und Ferchensee, den Krottenkopf im Estergebirge oder durchstreifen den bayerischen Teil des Karwendel bei einer mehrtägigen Hüttenrundtour. Klettersteiggeher kraxeln oberhalb von Mittenwald über den gleichnamigen Höhenweg von der Nördlichen Linder- bis zur Kirchlspitze und sammeln dabei mindestens vier Gipfel. Mountainbiker genießen eine der Fahrten zu den stattlichen Alpenvereinshütten in den Karwendel-Haupttälern oder nehmen gleich die klassische Karwendelrunde unter die Pedale. Alpine Sportkletterer finden rund um die Dammkar- und Mittenwalder Hütte eine vielfältige Auswahl an Ein- und Mehrseillängenrouten.

Wiederkehrende Veranstaltungen haben in der Alpenwelt Karwendel eine lange Tradition. Wie der Bozener Markt, ein Handelsmarkt, der zwischen dem 15. und 17. Jahrhundert in Mittenwald abgehalten wurde und jetzt alle fünf Jahre als historischer Markt in der Marktgemeinde stattfindet. Oder die Transalp, ein einwöchiges Mountainbike-Rennen über die Alpen zum Gardasee, das jedes Jahr abwechselnd mit der Tour-Transalp, einem einwöchigen Rennradrennen über die Alpen, in Mittenwald startet. Seit einigen Jahren findet im Winter der sogenannte Dammkarwurm statt. Dieser Skitourenwettkampf der Deutschen Meisterschaft hat im Sommer ein Pendant, den Dammkarlauf, ein internationaler Berglauf. Im Winter gibt es für Gäste in Krün/Kaltenbrunn wöchentlich einen Gästebiathlon, Kulturbegeisterte schauen alle vier Jahre beim Internationalen Geigenbauwettbewerb in Mittenwald vorbei.

Was die Alpenwelt Karwendel neben all dem aber besonders auszeichnet, sind das gemütliche, oberbayerische Flair und die familiäre Gastfreundschaft in den einzelnen Ortschaften. Kein Wunder, dass die erfolgreichen Biathletinnen Martina Beck und Magdalena Neuner nach der langen Wettkampfsaison immer wieder froh sind, in ihre Heimat zurückzukehren. Wie die Gäste finden sie hier Ruhe und Erholung und sammeln Kraft und Energie für die kommenden Herausforderungen.

und Karwendel

Alpenwelt Karwendel

Steht man oben auf der Nördlichen Linderspitze, hat man einen großartigen Talblick auf Krün und Wallgau.

Eine Krokuswiese mit Blick auf die schneebedeckten Gipfel von Wörner, Tiefkarspitze und Westlicher Karwendelspitze (v. l.).

Alpenwelt-Idylle:
Geroldsee und dahinter die
Nördliche Karwendelkette.

Zauberhafte Abendstimmung am neuen Isarrundweg. Im Stausee spiegelt sich die Nördliche Karwendelkette.

RAUS MIT DER FAMILIE

1 NEUER ISARRUNDWEG

1 STD. I 50 HM I LEICHT

Neuer Rundweg entlang der Isar, einem der schönsten Wildflussgebiete Europas.

Talort: Krün, 875 m.

Ausgangspunkt: Wandererparkplatz an der Isarbrücke; von Mittenwald kommend in Krün von der Hauptstraße rechts Richtung Touristinfo abbiegen und den Wegweisern bis zum Parkplatz folgen.

Route: Zuerst spaziert man auf der Forstwegbrücke über die Isar und folgt dann dem Wanderweg rechts am Fluss entlang durch ein Vogelschutzgebiet zum Isarstausee. Zurück nach Krün geht es über den neuen Isarsteg entlang der Westseite des Stausees. Die Brückenträger des Isarstegs wurden mit Baumstämmen so verkleidet, dass sie wie zwei durch einen Steg verbundene Flöße aussehen.

2 DREI-SEEN-WEG
Barmsee – Geroldsee – Grubsee

3 – 4 STD. I 150 HM I LEICHT

Blühende Wiesen, schattige Wälder, liebliche Seen: Auf dieser Rundwanderung gibt es von allem reichlich.

Beste Zeit: April bis Ende Oktober.

Talorte: Krün, 875 m; Wallgau, 866 m.

Ausgangspunkt: In Krün von der Hauptstraße / Walchenseestraße auf Höhe der Post in die gegenüberliegende Krottenkopfstraße einbiegen. Nach etwa 150 m rechts auf den großen Parkplatz abbiegen. In Wallgau bricht man beim Parkplatz am Isarsteg auf.

Route: Vom Parkplatz in Krün folgt man der Krottenkopfstraße und später der Wanderstrecke zum Barmsee. Zuerst flach, später durch den Wald bergauf, gelangt man zu Feuchtwiesen. Hier führt ein Pfad zum Geroldsee. Man geht durch Gerold und folgt dem asphaltierten Radweg nach Klais. Durch die Unterführung, später am Gasthof Sonnenhof vorbei, erreicht man den Sonnenhügel und folgt dem Weg zum Grubsee. Man wandert durch den Ortsteil Barmsee und biegt dann links ab. Am Kranzbach entlang gelangt man zum Ortsteil Bärnbichl, zurück nach Krün kommt man über die Feldstraße.

3 GEOLEHRPFAD MITTENWALD, 950 m

1 ½ – 2 STD. I 120 HM I LEICHT

Auf dieser gemütlichen Tour informieren zahlreiche Schaukästen über die Geologie der Alpen. Sie kann mit dem Hohen Kranzberg zu einer landschaftlich wunderschönen Runde ergänzt werden.

Talort: Mittenwald, 912 m.

Ausgangspunkt: Kranzberg Talstation, 980 m. Ausgeschilderter Parkplatz direkt an der Talstation des Kranzberg-Sessellifts.

Route: Von der Talstation des Kranzberg-Sessellifts folgt man dem ausgeschilderten Geolehrpfad auf dem Panoramaweg Richtung Lautersee. Unterwegs erläutern sieben Schaukästen Themen wie Bachgeschiebe und Transport, Eiszeit und Gletscher, Alpenauffaltung und Entstehung der Laintalschlucht.

Variante: Beim Lautersee rechts nach St. Anton, 1227 m, aufsteigen und von dort direkt zurück zum Ausgangspunkt (220 Hm, 1 ½ Std.). Oder vom Lautersee weiter zum Ferchensee gehen (45 Minuten) und anschließend rechts zum Hohen Kranzberg, 1391 m, aufsteigen (380 Hm, 2 ½ – 3 Std.).

4 BARFUSS-WANDERWEG AM KRANZBERG, 1223 m

1 STD. I 100 HM I LEICHT

Auf dem Barfußwanderweg am Kranzberg erleben die Füße neue Dimensionen des Wanderns.

Beste Zeit: Je nach Temperatur Anfang Juni bis Ende August.

Talort: Mittenwald, 912 m.

Ausgangspunkt: Kranzberg Talstation, 1000 m. Parkplatz am Kranzberg-Sessellift, bzw. Berggasthof St. Anton, 1223 m.

Rundwanderung durch eine Bilderbuchlandschaft: der Drei-Seen-Weg.

Zurück auf den Boden der Tatsachen: der Barfußwanderweg am Kranzberg oberhalb von Mittenwald.

Gähnender Abgrund – der Weg durch die Geisterklamm führt über die Höllbrücke.

Frühlingserwachen am Lautersee: die Nördliche Karwendelkette zwischen Viererspitze und Mittenwalder Klettersteig.

Route: Von der Talstation folgt man entweder dem ausgeschilderten Wanderweg Richtung Kranzberg und Berggasthof St. Anton, ca. 45 Minuten Gehzeit, oder man fährt mit dem Sessellift. Von der Bergstation gelangt man in wenigen Minuten zum Gasthof St. Anton. Dort beginnt der Barfußwanderweg. Die 1,6 Kilometer lange Tour ist ausgeschildert. Sie führt über 15 verschiedene Stationen, z. B. über Kieselsteine in verschiedenen Größen, raue Rinde, weiches Moos, prickelnde Tannenzapfen, durch erfrischendes Gebirgswasser und über saftige Bergwiesen.

5 GEISTERKLAMM MITTENWALD, 912 m

2 STD. I 100 HM I LEICHT

Erlebnisstationen wie die Zauberspirale verwandeln die Tour in ein Abenteuer für Groß und Klein.

Beste Zeit: April bis November.

Talort: Mittenwald, 912 m.

Ausgangspunkt: Parkplatz am Bahnhof, 912 m.

Route: Vom Parkplatz folgt man der Bahnhofstraße in den Ort und dann der Innsbrucker Straße Richtung südlichen Ortsausgang. Vor der Isarbrücke geht man rechts in 25 Minuten zum Eingang des Wasserfall-Steigs mit einem 23 Meter hohen Wasserfall (kleine Gebühr). Hier gelangt man links über den Gletscherschliff oder rechts über den Koboldpfad in die Geisterklamm mit ihren verschiedenen Stationen, wie Panoramabrücke, Höllbrücke, Zauberspirale, Spiegelkabinett und Teufelsgumpen.

Variante: Mit dem Linienbus nach Leutasch und von dort durch die Klamm nach Mittenwald wandern (1 Std., 100 Hm, leicht).

So wie man es sich vorstellt, das Landhaus im Grünen: die Fischbachalm.

HEREIN

6 BRUNNSTEINHÜTTE, 1560 m

2 ½ – 3 ½ STD. I 650 HM I LEICHT

Die Brunnsteinhütte hat einen bunten Stammgast: einen Pfau.
Beste Zeit: Ende April bis Anfang Oktober.
Talort: Mittenwald, 912 m.
Ausgangspunkt: Ausgeschilderter Parkplatz auf der rechten Straßenseite der B 2 von Mittenwald nach Scharnitz, 950 m.
Route: Vom Parkplatz überquert man die B 2 und folgt dem Forstweg an Heustadeln vorbei Richtung Brunnsteinhütte. Nach einem etwas steileren Abschnitt schlängelt sich der Weg immer wieder in kurzen und längeren Kehren durch den Wald. Direkt unter der Hütte lichtet sich der Wald und nach wenigen Schritten steht man auf der Hüttenterrasse. Abstieg wie Aufstieg.
Tipp: Gipfelabstecher zur Rotwandlspitze, 2193 m, und Brunnsteinspitze, 2180 m (Aufstieg: 1 ½ – 2 ½ Std., 650 Hm, mittel).

7 MITTENWALDER HÜTTE, 1518 m

2 ½ – 3 STD. I 580 HM I MITTEL

Aussicht garantiert: Während des Aufstiegs gibt der Wald immer wieder schöne Tiefblicke auf Mittenwald frei.
Beste Zeit: Ende April bis Oktober.
Talort: Mittenwald, 912 m.
Ausgangspunkt: Parkplatz an der Talstation der Karwendelbahn, 940 m.

Die Mittenwalder Hütte: Von ihrer Terrasse hat man den schönsten Ausblick auf den Mittenwalder Talkessel.

Route: Direkt auf der gegenüberliegenden Seite der Parkplatzeinfahrt beginnt der Weg zur Mittenwalder Hütte. Man folgt ihm kurz durch das trockene, ausgebaute Bachbett und steigt rechts eine Stahltreppe hinauf. Bald biegt vom Schotterweg rechts der Pfad Richtung Mittenwalder Hütte ab. In kleinen und großen Kehren steigt man durch Wald zur aussichtsreichen Hüttenterrasse auf. Abstieg wie Aufstieg.
Tipp: Am Weg Richtung Lindlähnekopf, etwa 15 – 20 Minuten von der Hütte entfernt, gibt es seit 2003 den Klettergarten Rauchkopf mit 14 Routen im Schwierigkeitsgrad III bis VII–.

8 DAMMKARHÜTTE, 1667 m

3 ½ – 4 STD. I 730 HM I LEICHT

In den Felsen rund um die Dammkarhütte taugt es neben den Gämsen auch den Kletterern.
Beste Zeit: Mai bis Oktober.
Talort: Mittenwald, 912 m.
Ausgangspunkt: Parkplatz an der Talstation der Karwendelbahn, 940 m.
Route: Direkt auf der gegenüberliegenden Seite der Parkplatzeinfahrt folgt man dem Weg kurz durch das trockene, ausgebaute Bachbett und steigt rechts eine Stahltreppe hinauf. Man folgt dem Schotterweg, hält sich am Ende links und steigt durch lichten Wald den Ochsenbodensteig auf. Bei der Wegverzweigung am Ende geht es rechts zur Dammkarhütte. Abstieg auf dem Aufstiegsweg und dann über die Forststraße zurück zur Talstation.
Tipp: Rund um die Dammkarhütte finden Kletterer ein breites Betätigungsfeld, angefangen vom Klettergarten über moderne Plaisirkletterrouten bis hin zu alten Alpinklassikern.

9 HOCHLANDHÜTTE, 1632 m

3 ½ – 4 STD. I 720 HM I LEICHT

Abwechslungsreich führt der Weg an Gassellahn- und Kälberalplbach entlang und später durch den Wald zur Hochlandhütte.
Beste Zeit: Mai bis Mitte Oktober.
Talort: Mittenwald, 912 m.
Ausgangspunkt: Wandererparkplatz hinter den Kasernen. Vom nördlichen Mittenwalder Ortsausgang Richtung B 2 fahren und nach ca. 950 Metern rechts über die Isar zu den Kasernen abbie-

Sonnenaufgang an der Weilheimer Hütte – im Hintergrund Wetterstein mit Zugspitze (r.).

SPAZIERT!

gen. Bei der links abknickenden Vorfahrtsstraße weiter geradeaus unter einer Brücke hindurch fahren und anschließend rechts auf den Forstweg abbiegen. Der Parkplatz taucht nach ca. 25 Metern auf der rechten Seite auf.
Route: Vom Parkplatz folgt man der Forststraße weiter geradeaus und biegt dann links auf einen Fußpfad ab. In einiger Steigung erreicht man eine weitere Forststraße und folgt ihr immer oberhalb der Gassellahn entlang. Nach der Überquerung des Kälberalplbachs wird der Weg schmaler und führt durch lichten Wald auf den Hügel, wo die Hochlandhütte steht. Abstieg wie Aufstieg.
Tipp: Abstecher zum aussichtsreichen Wörnersattel, 1989 m, (Aufstieg 1 – 1 ½ Std., 370 Hm, leicht bis mittel).

10 KRINNER-KOFLER-HÜTTE, 1407 m – FEREINALM, 1387 m

4 – 4 ½ STD. I 500 HM I LEICHT

Die idyllische Alm und die Selbstversorgerhütte am Fuße der Soiernspitze sind bei Mountainbikern und Wanderern gleichermaßen beliebt.
Beste Zeit: Juni bis Mitte September.
Talort: Mittenwald, 912 m.
Ausgangspunkt: Parkplatz rechts an der Straße zum Schießstand, 900 m. Nördlich der Ausfahrt Mittenwald Nord gegenüber dem Campingplatz „Am Horn“ Richtung Schießstand abbiegen.
Route: Man folgt der Asphaltstraße und hält sich leicht rechts. Die Straße wird zum breiten Forstweg und führt in einigen Kurven steil nach oben. Anschließend geht es mit leichten Steigungen oberhalb des Seinsbachs entlang, vorbei an der Ochsenalm bis zu Fereinalm und Krinner-Kofler-Hütte. Abstieg wie Aufstieg.
Variante: Eine Alternative ist der Aufstieg über den Jägersteig. Dafür geht man nach etwa einem Kilometer auf einem Pfad rechts zur Aschauer Alm und wandert dann links auf dem drahtseilversicherten Jägersteig zur Fereinalm (3 Std., mittel).
Tipp: Gipfelabstecher auf die Soiernspitze, 2257 m, (Aufstieg 2 – 3 Std., 870 Hm, mittel).

11 SOIERNHAUS, 1613 m

5 – 6 STD. I 850 HM I LEICHT

Der lange Forststraßenaufstieg am Anfang wird entschädigt durch einen vielfältigen Bergpfad am Ende. Und durch die Hüttenwirtin, die sich jeden einzelnen Gast merkt – mit Namen.
Beste Zeit: Mitte Mai bis Mitte Oktober.
Talorte: Krün, 875 m; Wallgau, 866 m.
Ausgangspunkt: Wandererparkplatz an der Isarbrücke; von Mittenwald kommend in Krün von der Hauptstraße rechts Richtung Touristinfo abbiegen und den Wegweisern bis zum Parkplatz folgen. In Wallgau startet man beim Parkplatz am Isarsteg.
Route: Vom Parkplatz überquert man die Isar und folgt links der breiten Uferstraße. Bald zweigt eine Forststraße rechts Richtung Fischbachalm, Soiernhaus ab. Auf ihr steigt man im Wald teilweise steil bergan und erreicht nach etwa zwei Stunden die Fischbachalm. Hier könnte man auf den drahtseilversicherten Lakaiensteig rechts zum Soiernhaus abbiegen. Wer nicht trittsicher ist, folgt der Forststraße bergab in den Talgrund/Hundstall. Auf einem abwechslungsreichen Fußweg steigt man durch den lichter werdenden Wald aufwärts. Bei der Wegverzweigung hält man sich rechts und steigt schließlich rechts über einige Stufen direkt zur Hüttenterrasse auf. Abstieg wie Aufstieg.
Tipp: Auf der Fischbachalm, 1400 m, an der man im Aufstieg vorbeikommt, kann man sehr gut einkehren.
Abstiegsvariante: Am Fuß von Schöttelkarspitze, 2050 m, und Feldernkreuz, 2048 m, vorbei und über den Seinskopf, 1961 m, zurück nach Krün (450 Hm Aufstieg, 1180 Hm Abstieg, 3 – 4 Std.).

12 WEILHEIMER HÜTTE, 1946 m

8 – 9 STD. I 1080 HM I LEICHT

Wer vor der langen Gesamtgehzeit zurückschreckt, kann sie mit einer Übernachtung auf der höchsten Hütte der Bayerischen Voralpen auf zwei gemütlichere Tage aufteilen.
Beste Zeit: Mitte Mai bis Mitte Oktober.
Talort: Krün, 875 m; Wallgau, 866 m.
Ausgangspunkt: Von der Hauptstraße / Walchenseestraße auf Höhe der Post in die gegenüberliegende Krottenkopfstraße abbiegen. Nach ca. 150 Metern rechts auf den großen Parkplatz abbiegen. In Wallgau bricht man beim Parkplatz am Isarsteg auf.
Route: Man folgt der Krottenkopfstraße rechts Richtung Westen. Bald geht sie in einen Kiesweg über. Man erreicht den Waldrand und steigt auf der Forststraße immer rechts vom Finzbach in Serpentinen auf. Bei einer markanten Rechtskurve / Weggabelung wählt man den mittleren Pfad am Altgraben entlang, an der Forststraße geht man links. Über einen Pfad erreicht man die Krüner Alm. Dahinter geht es durch ein Kar zum Plateau Michelfeld und anschließend links zur Weilheimer Hütte. Abstieg wie Aufstieg.
Tipp: Einkehr auf der Krüner Alm, 1621 m. Gipfelabstecher von der Weilheimer Hütte auf den Krottenkopf, 2086 m, (Aufstieg ½ Std., 150 Hm, mittel).

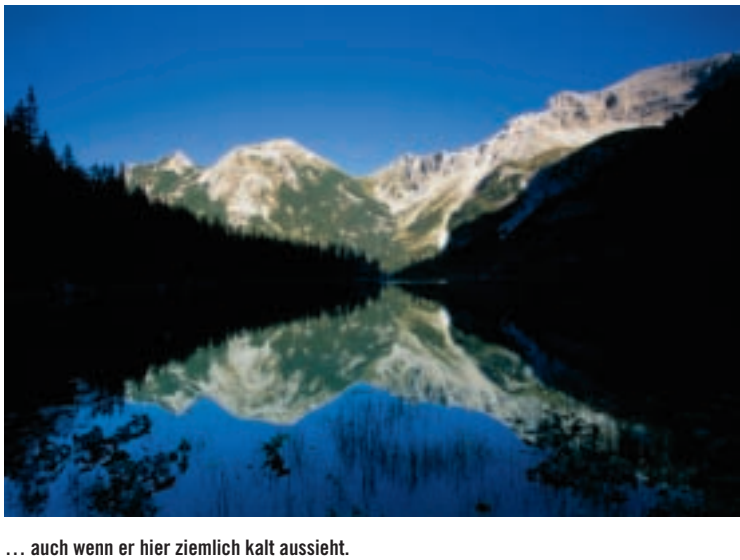
Uriger Klettererstützpunkt in wilder, hochalpiner Umgebung: die Dammkarhütte.

Alpenwelt Karwendel Von Hütte zu Hütte

„Hände aus den Taschen“, heißt es am Predigtstuhl oberhalb von Mittenwald. Dort oben tummeln sich nämlich die Kletterer.

WEITER

„Füße ins Wasser“, schreit der Soiernsee müden Wanderern entgegen …



… auch wenn er hier ziemlich kalt aussieht.

Auch wenn es statt der alten Leitern dort mittlerweile eine Hängebrücke gibt – seinen Namen trägt der Leitersteig noch immer.

13 LEITERSTEIG
Brunnsteinhütte, 1560 m – Mittenwalder Hütte, 1518 m

2 – 3 STD. I 350 HM I MITTEL

Die alten Leitern in die Sulzleklamm wurden durch eine neue Hängebrücke ersetzt.

Beste Zeit: Ende April bis Mitte Oktober.

Talort: Mittenwald, 912 m, ausgeschilderter Parkplatz auf der rechten Seite der B 2 von Mittenwald nach Scharnitz, 950 m.

Ausgangspunkt: Brunnsteinhütte, 1560 m.

Route: Von der Hütte folgt man dem Wanderweg Richtung Tal bis zu dem Abzweig auf etwa 1180 m. Hier folgt man rechts dem Leitersteig in die Sulzleklamm, weiter durch die Lindlähne und später bis zum Aufstiegsweg zur Mittenwalder Hütte. Auf diesen rechts abbiegen und durch den Wald bis zur Hütte aufsteigen.

14 PREDIGTSTUHL, 1921 m
Dammkarhütte, 1650 m – Hochlandhütte, 1632 m

2 – 3 STD. I 300 HM I SCHWER

Der Übergang von der Dammkarhütte über den Predigtstuhl zur Hochlandhütte erfordert Trittsicherheit.

Beste Zeit: Je nach Schneelage Juni bis Ende September.

Talort: Mittenwald, 912 m, Talstation der Karwendelbahn, 940 m.

Ausgangspunkt: Dammkarhütte, 1650 m.

Route: Von der Dammkarhütte folgt man dem Pfad über den Schotter aufwärts, bis man links zum Predigstuhl abbiegen kann. Zunächst quert man über Geröll zum Fuß des Predigtstuhls, dann geht es auf einem Steig durch die grasige Südflanke zum Gipfel des Predigtstuhls. Man folgt dem Pfad und steigt drahtseilversichert hinab zur Hochlandhütte.

15 WÖRNERSATTEL, 1989 m
Hochlandhütte, 1632 m – Fereinalm, 1387 m

2 ½ – 3 STD. I 400 HM I LEICHT

Aussichtsreiche Hüttentour, bei der man vom Wörnersattel auf den Steinkarlkopf, 1981 m, wandern kann.

Beste Zeit: Je nach Schneelage Mai bis Oktober.

Talort: Mittenwald, 912 m, Wandererparkplatz hinter den Kasernen. Bei der Ausfahrt Mittenwald Nord Richtung Ortseingang und links über die Isar zu den Kasernen marschieren. Dem Hauptweg folgen, unter einer Brücke hindurch und anschließend rechts auf Forstweg abbiegen. Der Parkplatz folgt rechts nach ca. 25 Metern.

Ausgangspunkt: Hochlandhütte, 1632 m.

Route: Von der Hochlandhütte folgt man dem Pfad über den Wörnerboden in den Wörnersattel. Hier könnte man in etwa 15 Minuten zum Steinkarlkopf, 1981 m, aufsteigen. Man folgt dem Weg kurz rechts und biegt dann links ins Wörnerkar ab. Bei der Weggabelung wählt man den linken Abzweig und kommt zum Forstweg, der rechts zur Fereinalm führt.

Tipp: Gipfelabstecher auf den Hohen Wörner, 2476 m (Aufstieg 1 ½ Std., 500 Hm, schwer).

16 RUND UM DIE SOIERNSPITZE, 2257 m
Fereinalm, 1387 m – Soiernhaus, 1613 m

3 ½ – 4 STD. I 560 HM I LEICHT

Aussichtsreiche Wanderung auf einem der Sonne sehr ausgesetzten süd- und ostseitigen Weg. Am besten zeitig aufbrechen, um vor der Mittagshitze das Soiernhaus zu erreichen.

Beste Zeit: Mitte / Ende Mai bis Mitte September.

Talort: Mittenwald, 912 m, Parkplatz rechts an der Straße zum Schießstand, 900 m. Nördlich der Ausfahrt Mittenwald Nord gegenüber dem Campingplatz „Am Horn“ Richtung Schießstand abbiegen.

Ausgangspunkt: Fereinalm, 1387 m.

Route: Von der Fereinalm folgt man der Forststraße kurz westlich abwärts und biegt dann auf einen kleinen Pfad rechts durch die Latschen ab. Man steigt leicht auf und folgt dem Pfad rechts haltend in den Wald. Schließlich kommt man in die Scharte unterhalb des Hirzenecks, 1787 m. Hier zweigt links der Weg auf die Soiernspitze ab. Von der Scharte folgt man dem Pfad rechts leicht bergab und quert relativ eben, später immer steiler ansteigend, den Osthang der Soiernspitze und steigt zur Jägersruh, 1850 m, zwischen Krapfenkarspitze und Soiernspitze an. Auf der anderen Seite führt der Pfad durch feinen Schotter hinab. Nach einem kleinen Gegenanstieg erreicht man die Soiernhäuser.

17 LAKAIENSTEIG
Soiernhaus, 1613 m – Krün 875 m

3 STD. I 740 HM ABSTIEG I MITTEL

Aussichtsreich führt dieser interessante Steig einige Felsrinnen querend vom Soiernhaus direkt zur Fischbachalm.

Beste Zeit: Mitte / Ende Mai bis Oktober.

Talorte: Krün, 875 m, Wandererparkplatz an der Isarbrücke; von Mittenwald kommend in Krün von der Hauptstraße rechts Richtung Touristinfo abbiegen und den Wegweisern bis zum Parkplatz folgen. Wallgau, 866 m, Parkplatz am Isarsteg.

Ausgangspunkt: Soiernhaus, 1613 m.

Route: Direkt hinter dem Soiernhaus beginnt der ausgeschilderte Lakaiensteig. Man folgt dem Pfad am Osthang des Schöttelkopfs entlang. Dabei quert man einige drahtseilversicherte felsige Stellen. Von der Fischbachalm folgt man der Forststraße links bergab bis nach Krün.

RAUF UND RUNTER

18 SOIERNRUNDE
Soiernspitze, 2257 m – Reißende Lahnspitze, 2209 m – Feldernkopf, 2071 m – Feldernkreuz, 2048 m – Schöttelkarspitze, 2050 m

5 – 6 STD. I 900 HM I MITTEL

Auf dieser prachtvollen Panoramarunde lernt man den Soiernstock von seinen schönsten Seiten kennen.

Beste Zeit: Je nach Schneelage Ende Juni bis Anfang September.

Talort: Krün, 875 m, Wandererparkplatz an der Isarbrücke; von Mittenwald kommend in Krün von der Hauptstraße rechts Richtung Touristinfo abbiegen und den Wegweisern bis zum Parkplatz folgen. Wallgau, 866 m, Parkplatz am Isarsteg.

Ausgangspunkt: Soiernhaus, 1613 m.

Route: Vom Soiernhaus folgt man dem Wanderweg Richtung Soiernsee und steigt oberhalb des Sees teilweise steil auf einem Grasrücken auf. Weiter oben führt der Pfad durch ein weites Schuttfeld zur Scharte zwischen Reißender Lahn- und Soiernspitze. Auf dem Pfad geht es links zum Gipfel der Soiernspitze. Später wieder zurück in die Scharte und von hier geradeaus zur Reißenden Lahnspitze. Immer am Grat entlang über Feldernkopf, Feldernkreuz und Schöttelkarspitze wandert man zurück zur Hütte.

19 SCHÖTTELKARSPITZE
Seinskopf, 1961 m – Feldernkreuz, 2048 m – Schöttelkarspitze, 2050 m

7 – 9 STD. I 1260 HM I MITTEL

Abwechslungsreiche Rundtour für Gipfelsammler, bei der im Hochsommer der Soiernsee als Badeerfrischung lockt.

Beste Zeit: Je nach Schneelage Juni bis Oktober.

Talorte: Krün, 875 m; Wallgau, 866 m.

Ausgangspunkt: Wandererparkplatz an der Isarbrücke; von Mittenwald kommend in Krün von der Hauptstraße rechts Richtung Touristinfo abbiegen und den Wegweisern bis zum Parkplatz folgen. In Wallgau bricht man vom Parkplatz am Isarsteg auf.

Route: Von Krün folgt man dem Wanderweg über die Isarbrücke, anschließend kurz rechts und dann links auf einem Pfad zum Aussichtspunkt Schwarzkopf, 1200 m. Man geht weiter durch Wald, später durch Latschen und über Wiesen bergauf zum Seinskopf. Anschließend geht es auf der anderen Seite hinunter und links haltend in der Südflanke des Feldernkreuzes entlang. Man steigt wieder kurz bergauf und hält sich dann links Richtung Schöttelkarspitze. Über das Soiernhaus und die Fischbachalm gelangt man zurück zum Parkplatz an der Isar in Krün.

20 ESTERGEBIRGE – ÜBERSCHREITUNG
Krottenkopf, 2086 m – Bischof, 2033 m – Hoher Fricken, 1940 m

6 ½ – 7 ½ STD. I 550 HM AUFSTIEG, 1520 HM ABSTIEG I MITTEL

Diese abwechslungsreiche Runde durchs Estergebirge glänzt mit drei aussichtsreichen Gipfelzielen.

Talorte: Krün, 875 m; von der Hauptstraße / Walchenseestraße auf Höhe der Post in die gegenüberliegende Krottenkopfstraße gehen und nach 150 Metern rechts auf den großen Parkplatz abbiegen. Wallgau, 866 m, Parkplatz am Isarsteg.

Ausgangspunkt: Weilheimer Hütte, 1946 m.

Route: Von der Hütte folgt man dem Wanderpfad zum Krottenkopf, anschließend geht es zurück zur Hütte und weiter Richtung Kareck und Henneneck. Von dort folgt man Steigspuren durch die Nordflanke des Bischof nahe am Nordrücken zum Gipfel. Auf dem Südwestrücken steigt man in einen grasigen Sattel und hinauf zum Hohen Fricken. Am Südgrat folgt man dem Steig hinab und erreicht durch die Südflanke (links haltend) die Forststraße zur Esterbergalm. Von hier wandert man gemütlich auf der Forststraße – teilweise auch Wanderweg möglich – zur Finzbachalm und durch die Finzbachklamm zurück nach Krün (ca. 3 – 4 Std.).

… wobei das ein paar Stunden später an der Schöttelkarspitze anders aussieht.

Kaum, dass der Wanderer ein paar Schritte getan hat, mit seinen Schnürschuhen …

… steigt sie ihm schon zu Kopf, seine vermeintliche Größe. Wer will es ihm verdenken?

Er hat sich schließlich auch heraufgeplagt. Nur um zu sehen, dass er wieder hinunter muss – in diesem Falle von der Westlichen Karwendelspitze.

21 OBERE WETTERSTEINSPITZE, 2297 m

7 – 8 STD. I 1350 HM I SCHWER

Ausgedehnte Bergtour, auf der man beim Rückweg im Ferchensee oder Lautersee baden kann.

Talort: Mittenwald, 912 m.

Ausgangspunkt: Kranzberg-Talstation, 980 m. Ausgeschilderter Parkplatz direkt an der Talstation des Kranzberg-Sessellifts.

Route: Man folgt dem Wegweiser zum Lautersee, von dort weiter auf dem Fußweg Richtung Ferchensee bis zum höchsten Punkt. Dort überquert man die Fahrstraße und wandert auf dem Fußweg Richtung Ferchensee noch etwa 80 Meter weiter. Dann biegt links der Pfad zur Oberen Wettersteinspitze ab. Durch Wald, Latschen, Geröll und felsdurchsetztes Gelände steigt man zum Gamsanger auf und von dort auf einem markierten Steig zur Oberen Wettersteinspitze.

Alternative: Beim Abstieg oberhalb des Ferchensees geradeaus direkt zum See absteigen und von dort zum Lautersee wandern.

Tipp: Den ersten Abschnitt von Mittenwald zum Lautersee kann man mit dem Fahrrad abkürzen. Ausgangspunkt ist dann die erste scharfe Linkskehre an der Straße von Mittenwald in die Leutasch (Parkmöglichkeit neben der Straße). Von hier führt ein guter Fahrweg bis zum Linksabzweig zur Oberen Wettersteinspitze.

22 WESTLICHE KARWENDELSPITZE, 2384 m

7 – 8 STD. I 1500 HM I SCHWER

Für Gondelfahrer in einer halben Stunde erreichbar – für Bergsteiger in dreieinhalb bis vier Stunden zu erklimmen: Auf welchem Weg man mehr erlebt, muss jeder für sich selbst entscheiden.

Beste Zeit: Je nach Schneelage Juni bis September.

Talort: Mittenwald, 912 m.

Ausgangspunkt: Talstation der Karwendelbahn, 940 m.

Route: Vom Parkplatz folgt man dem Wanderweg zur Mittenwalder Hütte. Ab hier führt ein teilweise drahtseilversicherter Steig durch Felsgelände bis zur Karwendelbahn-Bergstation. Zuerst wandert man rechts auf dem breiten Wanderweg und biegt dann links auf den Steig zum Gipfel der Westlichen Karwendelspitze ab. Beim Abstieg zweigt man vor der Bergstation rechts auf den Weg zur Oberen Dammkarscharte ab. Von dort wandert man zur Dammkarscharte und gelangt durch die Schuttfelder des Dammkars zur gleichnamigen Hütte. Zuerst geht es auf einem Pfad, später auf der Forststraße hinab zum Ausgangspunkt.

Variante: Man kann den Gipfel auch über einen kurzen, mittelschweren Klettersteig (Klettersteigset erforderlich) über den Südsüdwestgrat erklimmen. Der Einstieg befindet sich links vom Sattel auf dem Weg von der Bergstation zur Nördlichen Linderspitze (Aufstieg 20 Min., 100 Hm, mittelschwer).

Alpenwelt Karwendel Klettern und Klettersteig

Wer dem Karwendel einmal richtig aufs Dach steigen will, tut das am besten über den Mittenwalder Höhenweg.

RAN AN DEN

23 GERBERKREUZ, 2307 m

4 ½ – 5 ½ STD. I 900 HM I MITTEL

Routen von IV bis VIII–

Neben der klassischen Route entlang des Gerber-Südwestgrats finden alpine Sportkletterer in der Gerber-Südwand gut abgesicherte Mehrseillängentouren.

Beste Zeit: Je nach Routenlage Mai bis Oktober.

Talort: Mittenwald, 912 m, Parkplatz an der Talstation der Karwendelbahn, 940 m.

Ausgangspunkt: Mittenwalder Hütte, 1518 m.

Routen: Von der Hütte steigt man kurz auf und folgt dann rechts dem Pfad zum Lindlähnekopf. Man geht durch Latschen und Geröll aufwärts, bis man links in einer abgespeckten Rinne, Stelle III–, aufsteigen kann. Für den Südwestgrat hält man sich anschließend links bis zum Einstieg, teilweise Steinmänner; für die anderen Routen wendet man sich rechts entlang.

Besonders empfehlenswerte Touren: Für Alpinisten der Südwestgrat, Stellen IV, meist II und III, 350 Hm, 250 m Kletterlänge, Rest Gehgelände; für alpine Sportkletterer: „Käpt'n Kriner", VII+/VIII–, 150 Hm, 160 m Kletterlänge.

24 KOFLERTURM, 2000 m

Routen von V bis VII

Neben seinem klassisch alpinen Südwestgrat (V–/V) bietet der Koflerturm einige sehr schöne Mehrseillängen-Routen im besten Fels der Südwand.

Beste Zeit: Juni bis Anfang Oktober.

Talort: Mittenwald, 912 m.

Ausgangspunkt: Parkplatz an der Talstation der Karwendelbahn, 940 m, bzw. Bergstation der Karwendelbahn, 2243 m.

Routen: Auf dem Weg zur Mittenwalder Hütte zweigt man unterhalb der Hütte in einer Rechtskehre bei einem Marterl links in die Wanne ab und folgt später einigen roten Markierungen in die Rinne zwischen Viererspitze und Koflerturm (Kreuzklamm). Durch diese geht man aufwärts (Stellen II), bis man rechts durch eine kurze Rinne zum Südwestgrat aufsteigen kann. Die Südwand-Touren erreicht man am besten durch die Schieferklamm von der Karwendelbahn-Bergstation. Oder zum Einstieg vom Südwestgrat und nach rechts auf Bändern.

Besonders empfehlenswert: Für Alpinisten Südwestgrat, V–/V, 180 Hm; für alpine Sportkletterer: in der Nordwand „Millimetertraum", VII, 90 Hm, Zustieg über die Kreuzklamm; Neue Südwand, VI+, 180 Hm; „Geht scho!", VI+, 180 Hm.

25 KLETTERGARTEN RAUCHKOPF MITTENWALDER HÜTTE

Routen von III bis VII–

2003 wurde 20 Gehminuten von der Mittenwalder Hütte entfernt ein neuer Klettergarten eingerichtet. 14 Touren stehen hier zur Auswahl.

Beste Zeit: Mai bis September / Oktober.

Talort: Mittenwald, 912 m, Parkplatz an der Talstation der Karwendelbahn, 940 m.

Ausgangspunkt: Mittenwalder Hütte, 1518 m.

Routen: Von der Hütte steigt man kurz bergauf und folgt dann rechts dem Pfad Richtung Lindlähnekopf. Oberhalb von den Drahtseilversicherungen am Weg liegt der Klettergarten. Zustieg: 15 bis 20 Minuten; Routen: III bis VII–; Wandhöhe: 30 bis 50 Meter; Ausrichtung: West; empfohlene Ausrüstung: 60-m-Einfachseil, 12 Expressen, Helm.

Im Klettergarten Rauchkopf gibt es 14 Touren in den Schwierigkeitsgraden III bis VII–.

Rund um Mittenwald finden Kletterer Routen in allen Längen und Schwierigkeitsgraden.

Oberhalb der Dammkarhütte bietet der Predigtstuhl griffigen Fels und gut eingerichtete Routen.

26 PREDIGTSTUHL, 1921 m

Routen von IV bis VII

Für Alpinkletter-Aspiranten ebenso geeignet wie für Liebhaber alpiner Sportkletterrouten. Der Predigtstuhl im Norden der Dammkarhütte bietet für jeden etwas.

Beste Zeit: Je nach Schneelage Mai bis Oktober.

Talort: Mittenwald, 912 m, Talstation der Karwendelbahn, 940 m.

Ausgangspunkt: Dammkarhütte, 1650 m.

Routen: Man folgt den Steigspuren durch feines Geröll direkt zum Wandfuß nördlich der Hütte.

Besonders empfehlenswert: Für Einsteiger „Soldatenweg“, III, 90 Hm, 170 m Kletterlänge; für Alpinkletter-Aspiranten Südwestpfeiler, IV, Variante IV+, 200 Hm, 240 m Kletterlänge; für alpine Sportkletterer „Gams'n Edelweißes“, VII–, 200 Hm, 200 m Kletterlänge; „Hans Bär“, VII, 200 Hm, 200 m Kletterlänge.

27 MITTENWALDER KLETTERSTEIG

6 STD. | 350 HM AUFSTIEG | 1250 HM ABSTIEG | MITTEL

Luftig am Grat mit schwindelerregenden Tiefblicken nach Mittenwald und weitreichenden Aussichten ins Karwendel, auf das Wettersteingebirge, in die Mieminger Kette und die nahen Stubaier Alpen: Der Mittenwalder Klettersteig ist ein absolutes Muss für jeden Klettersteiggeher und Bergwanderer.

Beste Zeit: Je nach Schneelage Juni bis Oktober.

Talort: Mittenwald, 912 m, Parkplatz an der Talstation der Karwendelbahn, 940 m.

Ausgangspunkt: Bergstation der Karwendelbahn, 2243 m.

Route: Von der Bergstation der Karwendelbahn wandert man auf dem breiten Weg zum Einstieg des Klettersteigs bei der Nördlichen Linderspitze. Über die Mittlere und Südliche Linderspitze erreicht man den Gamsanger. Die Sulzleklammspitze umgeht man auf dem ostseitigen Steig. Über die Kirchlspitze gelangt man zum Brunnsteinanger und steigt hinab zur Brunnsteinhütte. Über den Leitersteig wandert man zurück zum Ausgangspunkt.

RAUF AUFS RAD

Die Karwendeltäler bieten bestes Bike-Gelände für tagesfüllende Ausfahrten.

28 ISARURSPRUNG, 1160 m

3 ½ STD. I 350 HM I 42 KM I LEICHT

Diese gemütliche Stichtour durchs Hinterautal zum Isarursprung und der Kastenalm kann mit einem Aufstieg zur Birkkarspitze oder zum Halleranger zu einer ausgedehnten Tagestour werden.
Beste Zeit: Je nach Schneelage Anfang Juni bis Mitte Oktober.
Talort: Mittenwald, 912 m.
Ausgangspunkt: Ausgeschilderter Mountainbike-Parkplatz unterhalb der Karwendelbahn-Talstation an der Isar.
Route: Vom Parkplatz fährt man zu den Tennisplätzen nach dem südlichen Ortsausgang und folgt dem Fahrradweg südwärts durchs Ried nach Scharnitz. Vor der Kirche biegt man links ab Richtung Karwendeltäler. Man folgt immer den Wegweisern Richtung Wiesenhof, Gleierschhöhe und später Hinterautal, Halleranger und fährt in ständig sanfter Steigung zur Kastenalm. Etwa eineinhalb Kilometer vor der Kastenalm kann man links den verbauten Isarursprung besuchen. Die Rückfahrt führt von Scharnitz kurz an der Bundesstraße entlang bis zu den ehemaligen Zollhäusern und anschließend rechts auf einem Schotterweg durch das Hoffeld zurück nach Mittenwald.
Tipp: Hike-Abstecher zur traumhaft gelegenen Hallerangeralm und zum Hallerangerhaus, 1768 m (Aufstieg 1 – 1 ½ Std., 550 Hm, leicht) oder zur Birkkarspitze, 2749 m (1550 Hm, 6 – 7 Std. schwer).

29 KLASSISCHE KARWENDELRUNDE

6 – 7 STD. I 1800 HM I 68 KM I SCHWER

Die klassische Karwendelrunde ist für Biathletin Martina Beck die schönste Mountainbike-Tour. Jeder, der diese Runde mal durchs Karwendel gekurbelt ist, wird der Mittenwalder Sportlerin recht geben.
Beste Zeit: Juni bis Oktober.
Talort: Mittenwald, 912 m.
Ausgangspunkt: Ausgeschilderter Mountainbike-Parkplatz unterhalb der Karwendelbahn-Talstation an der Isar.
Route: Vom Parkplatz fährt man zu den Tennisplätzen nach dem südlichen Ortsausgang rechts der Isar und folgt dem Fahrradweg südwärts durchs Ried nach Scharnitz. Vor der Kirche biegt man links ab und folgt den Schildern ins Karwendeltal bis zum Karwendelhaus. Über den Hochalmsattel, den Kleinen Ahornboden und das Johannestal fährt man hinab nach Hinterriss. Man folgt dem ausgeschilderten Mountainbike-Forstweg links Richtung Vordersbachau. Immer den Wegweisern nachfahrend überquert man schließlich den Bärnbach und kurbelt zur Fereinalm. Auf der Forststraße geht es bergab bis zum Schießstand und anschließend links auf dem Radweg nach Mittenwald.

30 SOIERNRUNDE

5 – 6 STD. I 1600 HM I 50 KM I SCHWER

Wer sich den kniffligen Anstieg mit Schiebepassagen über den Soiernweg zur Fischbachalm sparen möchte, sollte über Vorderriss und an der Isar entlang zurück nach Krün radeln.
Beste Zeit: Juni bis Ende September.
Talort: Krün, 875 m.
Ausgangspunkt: Wandererparkplatz an der Isarbrücke; von Mittenwald kommend in Krün von der Hauptstraße rechts Richtung Touristinfo abbiegen und den Wegweisern bis zum Parkplatz folgen.
Route: Man fährt über die Isarbrücke und auf der Forststraße rechts. Beim Schießstand biegt man links Richtung Fereinalm ab. Nach einem steileren Stück geht es relativ gemütlich zur Fereinalm. Man folgt der Forststraße bergab, fährt rechts über eine Brücke, anschließend kurz bergauf und rollt dann nach Hinterriss.

Ludwigs Pavillon am Schachen im Wetterstein ist nach der Auffahrt unbedingt einen Besuch wert. Der Schachenwirt hält sehr originelle Führungen ab.

Unterwegs auf der Karwendelrunde – auch Biathletin Martina Beck fährt sie oft.

Von hier geht es links Richtung Vorderriss. Nach der zweiten Überquerung des Rissbachs biegt man links ab. Auf einem Forstweg, der später teilweise zu einem unbefahrbaren Weg mutiert, und auf dem Soiernweg kurbelt man zur Forststraße und rechts zur Fischbachalm. Von hier geht es auf der Forststraße direkt nach Krün.

31 SCHACHEN, 1866 m – MEILERHÜTTE, 2366 m

4 – 5 STD. I 41 KM I 1320 HM I SCHWER

König Ludwig II. wusste, wo es schön ist. Auf dieser Traumrunde lernt man einen seiner Lieblingsplätze kennen.

Beste Zeit: Juni bis Oktober.

Talort: Mittenwald, 912 m.

Ausgangspunkt: Ausgeschilderter Mountainbike-Parkplatz unterhalb der Karwendelbahn-Talstation an der Isar.

Route: Vom Parkplatz fährt man in den Ort, hält sich hier rechts und biegt später auf der Fahrstraße rechts Richtung Leutasch ab. In der Linkskehre folgt man dem Abzweig rechts zu Lauter- und Ferchensee. Etwa 700 Meter hinter dem Ferchensee biegt man links auf den Bannholzerweg und später erneut links auf den Königsweg zur Wettersteinalm ab. Kurz vor der Alm hält man sich auf dem grobschottrigen Weg rechts und kurbelt zum Schachenhaus. Von hier geht es zu Fuß in 1 ½ Stunden zur Meilerhütte, 2366 m. Vom Schachenhaus fährt man nach Elmau und an Kranzbach vorbei. Rechts auf dem Grieserweg gelangt man zum Wildensee und vorbei am Luttensee zurück nach Mittenwald.

Tipp: Badesachen mitnehmen.

Nicht immer so flach wie hier: die Estergebirgsrunde.

32 RUND UM DAS ESTERGEBIRGE, 1177 m

5 – 5 ½ STD. I 1100 HM I 54 KM I MITTEL

Sehr abwechslungsreiche Tour mit eindrucksvollen Ausblicken an der Gachentod- und Asam-Klamm.

Beste Zeit: Mitte Mai bis Oktober.

Talorte: Krün, 875 m; Wallgau, 866 m.

Ausgangspunkt: In Krün: Kurhaus; in Wallgau: Parkplatz am Isarsteg.

Route: Durch die Ortsteile Bärnbichl und Barmsee fährt man nach Klais und unter der B 2 durch. Nach den Bahngleisen biegt man rechts ab und folgt dem Radweg über Gerold, Kaltenbrunn, Schlattan und die Alte Gstaigstraße nach Partenkirchen. Den Ort durchquert man auf der Alten Ludwigstraße nach Norden und folgt dem Radweg nach Farchant. Durch die Föhrenheide geht es zur Loisachbrücke bei Oberau und rechts nach Eschenlohe. Durch das idyllische Eschenlainetal und über Obernach und Wallgau gelangt man zurück nach Krün.

33 RUND UM DEN WALCHENSEE

3 – 4 STD. I 300 HM I 39 KM I LEICHT

Einmal rund um den Walchensee heißt die Devise. Auf dieser gemütlichen Tour laden zahlreiche Einkehrmöglichkeiten zur Rast.

Beste Zeit: Mai bis Oktober.

Talorte: Krün, 875 m; Wallgau, 866 m.

Ausgangspunkt: In Krün: Kurhaus; in Wallgau: beim Isarsteg.

Route: Zuerst fährt man auf einem Wirtschaftsweg nach Wallgau, durch den Ort und weiter auf dem Wirtschaftsweg neben der Fahrstraße nach Einsiedl am Walchensee. Auf der Mautstraße geht es rechts über Altlach nach Niedernach und anschließend links am Ostufer des Sees über Sachenbach nach Urfeld. Über Walchensee und immer am Ufer entlang nach Einsiedl kurbelt man zurück nach Wallgau und Krün.

Tipp: Besuch des Wikinger-Filmdorfs Flake.

34 KRANZBERGRUNDE

2 ½ – 3 ½ STD. I 820 HM I 26 KM I LEICHT

Die Rundtour um den Mittenwalder Hausberg bietet neben vier idyllischen Seen zahlreiche Einkehrmöglichkeiten.

Beste Zeit: Mai bis Oktober.

Talort: Mittenwald, 912 m.

Ausgangspunkt: Mountainbike-Parkplatz unterhalb der Karwendelbahn-Talstation an der Isar.

Route: Vom Parkplatz fährt man in den Ort, hält sich auf der Hauptstraße links und biegt rechts Richtung Leutasch ab. Man folgt dem Abzweig zum Lautersee und Ferchensee. Hinter dem Ferchensee kann man zu Fuß auf den Kranzberg gehen (Aufstieg ¾ Std., 270 Hm, leicht). Auf der Forststraße am Ferchenbach entlang fährt man nach Elmau und dann rechts nach Kranzbach. Etwa 900 Meter nach Schloss Kranzbach biegt man rechts auf den Grieserweg ab und fährt entlang des Kreidebachs zum Wildensee. Von hier geht es am Luttensee vorbei nach Mittenwald.

Tipp: Badesachen mitnehmen.

35 MÖSLALM, 1262 m

4 – 5 STD. I 480 HM I 40 KM I MITTEL

Traumhafte Karwendel-Tour entlang Isar und Gleierschbach zur urigen Möslalm.

Beste Zeit: Je nach Schneelage Juni bis Mitte Oktober.

Talort: Mittenwald, 912 m.

Ausgangspunkt: Mountainbike-Parkplatz unterhalb der Karwendelbahn-Talstation an der Isar.

Route: Vom Parkplatz fährt man zu den Tennisplätzen nach dem südlichen Ortsausgang, folgt dem Fahrradweg nach Scharnitz. Vor der Kirche biegt man links Richtung Karwendeltäler ab und folgt den Schildern Richtung Gleierschhöhe, Halleranger, Möslalm. Auf der Gleierschhöhe folgt man den Schildern Möslalm, Pfeishütte. Man überquert die Isar und fährt hinauf zur Möslalm.

Tipp: Hike-Abstecher auf den Hohen Gleiersch, 2492 m (Aufstieg 3 ½ – 4 Std., 1230 Hm, schwer).

Neben grüner Wiesenidylle bietet die Kranzbergrunde auch wunderschöne Seen – und zwar gleich vier davon.

Wie geschaffen für den Mountainbiker: das langgestreckte Gleierschtal zwischen Möslalm und Pfeishütte.

Der Walchensee ist bei Surfern und Kitern sehr beliebt – sofern der Wind bläst. Tut er das nicht, sind seine Ufer fest in Biker-Hand.

Stehenbleiben lohnt sich – für einen Blick auf den hochalpinen Karwendelstock.

Alpenwelt – ein Meer von Gipfeln, das sich mit hohen Wellen nach Süden erstreckt.

BERGURLAUB IN DER ALPENWELT KARWENDEL

Die Tourismusregion Alpenwelt Karwendel erstreckt sich über die Gemeinden Mittenwald, Krün und Wallgau zwischen dem Karwendel, der Soierngruppe, dem Estergebirge und östlichen Ausläufern des Wettersteinmassivs. Egal, ob Wandern, Bergsteigen, Klettern, Mountainbiken oder einfach nur Spazierengehen und Gämsen Beobachten: Bergfreunde und Naturliebhaber finden hier ein breites Betätigungsfeld.

Geigenbaukultur, alte Handelsstraße, Mittenwald steckt voller Historie – auch bergsteigerisch.

ANREISE Von München auf der A 95 und der B 2 nach Krün, Wallgau und Mittenwald. Mit der Bahn von München nach Mittenwald und mit dem Bus nach Krün und Wallgau.

INFO Alpenwelt Karwendel, **www.alpenwelt-karwendel.de** bestehend aus den drei Gemeinden Krün, Mittenwald und Wallgau; **Touristinformation Mittenwald**, Dammkarstr. 3, 82481 Mittenwald, Tel. +49 8823 33981, **www.mittenwald.de** **Touristinformation Krün**, Schöttlkarspitzstraße 15, 82494 Krün, Tel. +49 8825 1094, **www.kruen.de** **Touristinformation Wallgau**, Mittenwalder Straße 8, 82499 Wallgau, Tel. +49 8825 925050, **www.wallgau.de**

Natur-Informationszentrum „Bergwelt Karwendel“, 2244 m. Im Sommer 2008 wurde das Gebäude bei der Karwendelbahn-Bergstation eröffnet. Es hat die Form eines überdimensionalen Fernrohrs, das sieben Meter über eine Felskante ins Tal hinaus ragt. Hier können sich Besucher in einer multimedialen Ausstellung auf 200 Quadratmetern über die Bergwelt Karwendel informieren und einen atemberaubenden Tiefblick auf Mittenwald werfen. Der Eintritt ist frei.

UNTERKÜNFTE Auskunft erteilen die einzelnen Touristinformationen.

HÜTTEN Brunnsteinhaus, 1560 m, DAV-Sektion Mittenwald, Mai bis Oktober, Tel. Tal +49 8823 94385, Tel. Hütte +49 172 8909613, **www.brunnsteinhuette.de** Dammkarhütte, 1650 m, privat, Andrea Reindl, April bis Ende September, Tel. (7.00 bis 9.00 und 19.00 bis 21.00 Uhr) +49 173 3514659, **www.dammkarhuette.de** Hallerangerhaus, 1768 m, DAV-Sektion Schwaben, Anfang Juni bis Oktober, Tel. +43 5213 5326, **www.hallerangerhaus.at** Hochlandhütte, 1632 m, DAV-Sektion Hochland, Ende Mai bis Mitte Oktober, Tel. +49 174 9897863, **www.sektion-hochland.de** Karwendelhaus, 1765 m, DAV-Sektion MTV München, Anfang Juni bis Mitte Oktober, Tel. +43 5213 5623, **www.karwendelhaus.com** Kranzberghaus, 1391 m, privat, Tel. +49 8823 1591, **www.kranzberghaus.de** Krinner-Kofler-Hütte, 1407 m, DAV-Sektion Mittenwald, Selbstversorger Hütte, 1. Juni bis 15. September, Tel. +49 8823 5584, **www.dav-mittenwald.de** Mittenwalder Hütte, 1518 m, DAV-Sektion Mittenwald, Mai bis Oktober, Tel. +49 151 17303118, **www.mittenwalder-huette.de** Soiernhaus, 1613 m, DAV-Sektion Hochland, Mitte Mai bis Mitte Oktober, Tel. +49 171 5465858, **www.soiernhaus.de** Weilheimer Hütte, 1946 m, DAV-Sektion Weilheim, Mitte Mai bis Mitte Oktober, Tel. +49 170 2708052, **www.dav-weilheim.de**

EINKEHR vgl. Hütten. Almen und Berggasthäuser: Ederkanzel, 1208 m; Fereinalm, 1387 m; Finzalm, 1085 m; Fischbachalm, 1400 m; Kastenalm, 1220 m; Krüner Alm, 1621 m; Wallgauer Alm, 1548 m; Möslalm, 1262 m; Larchetalm, 1178 m.

BERGSCHULE Bergsport- und Bergführer-Agentur Mittenwald, Im Gries 16, 82481 Mittenwald, Tel. +49 175 2466966, **www.bergfuehrer-mittenwald.de**

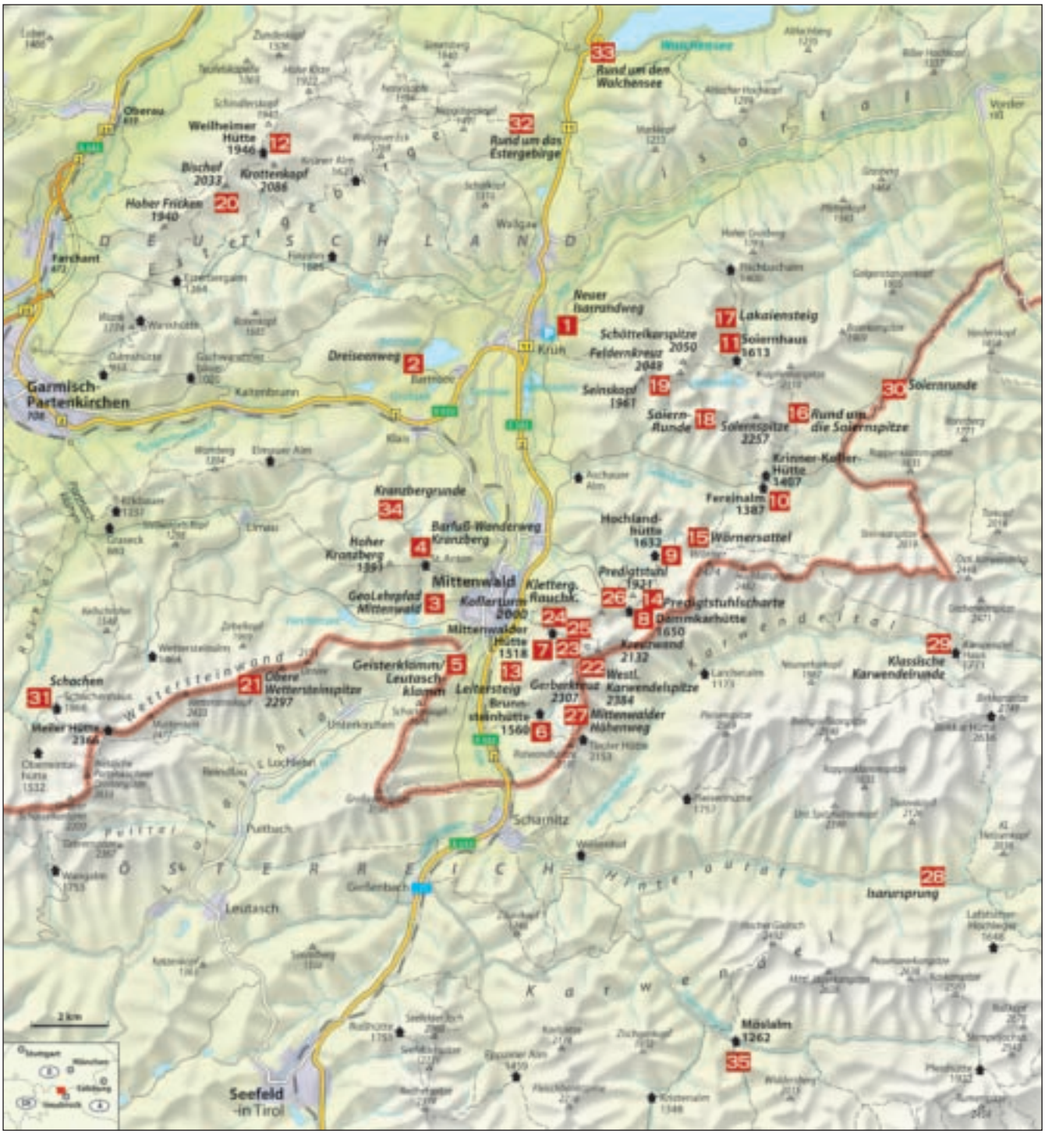
BERGBAHNEN Karwendelbahn AG, 82481 Mittenwald, tägl. 8.30 Uhr bis 16.30 Uhr, Tel. +49 8823 9376760, Wetter- und Sportinfo: Tel. +49 8823 5396, **www.karwendelbahn.de** Kranzbergbahn, tägl. 9.00 bis 16.25 Uhr, Tel. +49 8823 92000.

NATURSEILGARTEN Beim Campingplatz Isarhorn nördlich von Mittenwald gibt es einen „Naturseilgarten“ mit einem Waldseilgarten, Kletterturm, einer Isarrutsche, drei Flying Fox und drei Slacklines, wo Gruppen am sicheren Seil Höhenluft schnuppern können. Neu ist ein Sinnes- und Fühlseilgarten für Kinder zwischen 6 und 14 Jahren. Infos bei der Bergsport- und Bergführer-Agentur Mittenwald und **www.alpenwelt-event.de**

LITERATUR Walter Klier: Alpenvereinsführer Karwendel alpin, Bergverlag Rother, 2005; Siegfried Garnweidner: Wanderbuch Karwendel, Wanderbuch Nr. 907, Kompass Verlag, 2002; Robert demmel: Wanderführer Karwendel, Bergverlag Rother, 2010; Kletterführer: Bernd Eberle, Achim Pasold: Karwendel – Alpine Ziele und Klettergärten, Panico Verlag, 2007; Michael Adelbert: Broschüre Dammkartopos – Alpine Routen und Klettergärten, 2005; Michael Adelbert, Stefan Adam: Karwendeltopos, 2004, beide erhältlich in der Bergsport- und Bergführer-Agentur Mittenwald.

KARTEN AV-Karte, 1: 25 000, Blätter 4/3, Wetterstein Ost, 5/1 und 5/2, Karwendelgebirge West und Mitte; Wanderkarte Alpenwelt Karwendel, 1: 30 000, für 2,50 € bei allen TVBs.

DIE TOUREN AUF EINEN BLICK



1 NEUER ISARRUNDWEG
2 DREI-SEEN-WEG
3 GEOLEHRPFAD
4 BARFUSS-WANDERWEG
5 GEISTERKLAMM
6 BRUNNSTEINHÜTTE
7 MITTENWALDER HÜTTE
8 DAMMKARHÜTTE
9 HOCHLANDHÜTTE
10 FEREINALM
11 SOIERNHAUS
12 WEILHEIMER HÜTTE
13 LEITERSTEIG
14 PREDIGTSTUHL
15 WÖRNERSATTEL
16 SOIERNSPITZE
17 LAKAIENSTEIG
18 SOIERNRUNDE
19 SEINSKOPF
20 KROTTENKOPF
21 WETTERSTEINSPITZE
22 KARWENDELSPITZE
23 GERBERKREUZ
24 KOFLERTURM
25 RAUCHKOPF
26 PREDIGTSTUHL
27 MITTENWALDER KLETTERSTEIG
28 ISARURSPRUNG
29 KARWENDELRUNDE
30 SOIERNRUNDE / BIKE
31 MEILERHÜTTE
32 ESTERGEBIRGSRUNDE
33 WALCHENSEERUNDE
34 KRANZBERGRUNDE
35 MÖSLALM

TRAUMTOUREN

...im bayerischen Karwendel.

Gönn Dir eine Pause im sonnigen Hochtal der Isar, gespickt mit 9 Bergseen. 100 km Wanderwege gefällig? Hinein ins Vergnügen: Die Geologie-Pfade in Mittenwald, Krün und Wallgau, der Isartaler Wanderweg über die Buckelwiesen, der stramme Aufstieg zur Soiernspitze oder der Mittenwalder Klettersteig. Gastgeber und Hüttenwirte heißen Dich willkommen.

Ein guter Gefühl

ALPENWELT KARWENDEL

*** Fewo, 1 Woche
2 Pers. ab € **280,–**

MITTENWALD · KRÜN · WALLGAU

Postfach 148 · D-82477 Mittenwald
Tel. 01805 - 127 100 (14 ct./min)
www.alpenwelt-karwendel.de