



Auf den Spuren des Adlerwegs!

Unterwegs in den Lechtaler Alpen auf dem Lechtaler Höhenweg

Großartige Landschaft, bizarre Felszacken, hohe Wände, gemütliche Hütten. Diese kurze Beschreibung charakterisiert diese Tour wohl am besten. Eine abwechslungsreiche alpine Wanderung, die Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und Ausdauer erfordert und uns an glasklaren Bergseen vorbei sowie durch den botanisch wohl interessantesten Teil der Nördlichen Kalkalpen führt. Die Vielfalt und Üppigkeit der Alpenflora ist einzigartig und in den kleinen und gut geführten Hütten triffst du noch auf echte Gemütlichkeit. Der Lechtaler Höhenweg verbindet Stützpunkte in Höhenlage zwischen 2.000 m und 3.000 m. Erlebe mit uns diese aktive Gegend mit besonderem Charakter. Für den erfahrenen Bergwanderer, der Freude am Klettern im leichten Fels hat, ist dies eine echte Traumtour.

Anforderungen

Kondition



Auf- und Abstiege bis zu 1400 Höhenmeter, Gehzeiten zwischen 8 und 10 Stunden, abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe.

Technik



Du wanderst streckenweise auf schweren, alpinen Bergwegen. Ausgesetzte Passagen, die zum Teil mit Drahtseilen abgesichert sind, bereiten Dir keine Probleme. Du hast Erfahrung im alpinen Bergsteigen und bist auch in schrofigem und verblocktem Gelände, auf Geröllfeldern und größeren Schneefeldern trittsicher (sicheres Gehen auf unebenen, steinigen und auch unbefestigten Wegen) und schwindelfrei. Witterungsbedingt können die Anforderungen auch noch anspruchsvoller sein.

Es sind Kletterpassagen im ersten Schwierigkeitsgrad zu bewältigen.

Tourenbeschreibung

Tag 1: Boden - Pfafflar - Galtseitejoch - [Hanauer Hütte](#)

Von Boden geht es über Pfafflar zunächst gemächlich, später steiler hinauf zum Galtseitejoch auf 2.421 m. Über das Schlenkerkar steigen wir ab zur Hanauer Hütte, unser erstes Quartier auf dieser Tour.

Höhenunterschied: bergauf 1100m | bergab 500m

Gehzeit: ca. 05:00 Std.

Tag 2: Gufelseejoch - Kogelseespitze - Gufelhütte - Gufelgrasjoch - [Steinsee Hütte](#)

Nach einem ausgiebigen Frühstück steigen wir über den Parzinnensee auf zum Gufelseejoch. Über ein schrofiges Gelände geht es zur Kogelseespitze (2.647m), wo wir die wunderschöne Panoramasicht genießen können. Zurück am Gufelseejoch werden wir Richtung Gufelsee und die Gufelhütte absteigen. Es geht durch eine einzigartige Landschaft von schroffen Felsen und grünen Almwiesen. Wir folgen dem Weg hinauf auf das Gufelgrasjoch (2.382m). Mit Blick Richtung Tiroler Inntal steigen wir zur Steinseehütte ab, unser heutiges Etappenziel.

Höhenunterschied: bergauf 1300m | bergab 1000m

Gehzeit: ca. 06:00 Std.

Tag 3: Roßkarscharte - Leiterjöchl - Oberlahmsjoch - [Memminger Hütte](#)

Auf unsere heutige Etappe wandern wir von der Steinseehütte über mehrere Scharten mit teils seilversicherten Stellen. Ein fantastischer Höhenweg führt uns über die Roßkarscharte und das Gebäudjoch. Durch schroffe Felsen und eine seilversicherte Passage geht es hinauf auf das Leiterjöchl (2.530m). Der strahlend blaue Schiefersee, mitten im Geröll, begleitet uns beim Abstieg Richtung Oberlohmansalpe. Durch eine hochalpine Landschaft gelangen wir auf das Oberlahmsjoch (2.502m). Von hier aus steigen wir zu unserer nächsten Übernachtungsmöglichkeit, der Memminger Hütte, ab.

Höhenunterschied: bergauf 1500m | bergab 1400m

Gehzeit: ca. 08:00 Std.

Tag 4: Parseiertal - Grieselscharte - [Ansbacher Hütte](#)

Von der Memminger Hütte folgen wir dem Adlerweg hinunter ins Parseiertal und steigen von dort durch die stille Seite des Langkar hinauf zur Grieselscharte auf 2.632 m. Der Aufstieg ist mit Drahtseilen versichert. Zwei kurze Pässe überqueren wir noch bis wir die Ansbacher Hütte erreichen.

Höhenunterschied: bergauf 1000m | bergab 800m

Gehzeit: ca. 06:00 Std.

Tag 5: Flarschjoch – Alperschonerjoch – Hinterseejochl – Kaiserjoch – [Leutkircher Hütte](#)

Unser erster Anstieg führt uns heute hinauf zum Flarschjoch. Ein eindrucksvoller Panoramaweg mit herrlichem Blick in die Verwallgrube und ins Arlberggebiet begleitet uns die nächsten Stunden. Über das Alperschonerjoch und das Hinterseejochl geht es zum Kaiserjoch. In leichtem Bergauf und Bergab erreichen wir die Leutkircher Hütte.

Höhenunterschied: bergauf 950m | bergab 1050m

Gehzeit: ca. 07:00 Std.

Tag 6: Bodenalp – Kaisers

Unser letzter Tag führt uns hinunter zur Bodenalp und weiter das Tal hinaus nach Kaisers. Ein Taxi bringt uns zurück zum Ausgangspunkt.

Höhenunterschied: bergab 700m

Gehzeit: ca. 02:30 Std.

Die **Ausrüstungsliste zum Ausdrucken** gibt es [hier](#). In der Liste findest Du zahlreiche nützliche Hinweise und Erklärungen sowie Links zu Ausrüstungsgegenständen.

Sei dabei! Auf [Instagram](#) und [Facebook](#). Wir sind das ganze Jahr in den Bergen unterwegs und teilen unsere Bergmomente. [#willkommendraußen](#) [#visitbergschuleat](#)

Ausrüstung

 RUCKSACK MIT REGENHÜLLE 30L - 40L	 WASSERDICHTER BERGSCHUH KAT. B/C
 FUNKTIONSSOCKEN	 FUNKTIONELLE UNTERWÄSCHE
 FUNKTIONELLE BERGHOSE KURZ	 FUNKTIONELLE BERGHOSE LANG
 LEICHTE HÜTTENHOSE	 FUNKTIONSSHIRT LANGÄRMLIG
 FUNKTIONSSHIRT KURZÄRMLIG	 WÄRMENDE JACKE
 REGENSCHUTZ	 MÜTZE / STIRNBAND
 GEFÜTTERTE HANDSCHUHE	 SONNENSCHUTZ
 TRINKFLASCHE	 ENERGIERIEGEL / NÜSSE
 REGENSCHIRM (OPTIONAL)	 HÜTTENSCHUHE
 KLEINER KULTURBEUTEL	 KLEINES HANDTUCH UND WASCHLAPPEN
 HÜTTENSCHLAFSACK (ohne Metallanteile)	 PERSONALAUSWEIS / BARGELD
 POWERBANK (OPTIONAL)	 TASCHENLAMPE
 OHROPAX (OPTIONAL)	 BLASENPFLASTER & TAPE

Grundsätzlich gilt: So wenig wie möglich aber so viel wie nötig. Halte Dich bitte genau an die Ausrüstungsliste und frag bei Unklarheiten vor der Tour nach.

Details im Überblick

LEISTUNGEN

Staatlich geprüfter Berg- oder Wanderführer
5 x Ü/HP in Hütten (MBZ oder Lager)
Rücktransfer

MINDESTTEILNEHMERZAHL

6 Personen
max. 8

HINWEIS FÜR MENSCHEN MIT EINGESCHRÄNKTER MOBILITÄT

Dieses Programm ist für Menschen mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet

ZAHLUNGSINFO

Anzahlung 100,- p.P. bei Buchung
Restzahlung 14 Tage vor Tourenstart

ZUSATZKOSTEN

Getränke, Zwischenmahlzeiten und Rucksackproviand
nach persönlichem Bedarf ca. 40,- EUR pro Tag
Individuelle Trinkgelder
Reiseversicherung
Parkgebühren

DAUER

6 Tage von Sonntag - Freitag

TREFFPUNKT

11:00 Uhr Parkplatz Hanauer Hütte, Boden

RÜCKKEHR

Rückkehr am letzten Tag ca. 13:00 Uhr

PARKEN

Parkplatz Hanauer Hütte in Boden, Kostenpflichtig. Nur Münzzahlung möglich.

Preise und Termine

 **EUR 965.00 pro Person**

 S109-24-1	30.06.2024 - 05.07.2024	 S109-24-4	11.08.2024 - 16.08.2024
 S109-24-2	14.07.2024 - 19.07.2024	 S109-24-5	25.08.2024 - 30.08.2024
 S109-24-3	28.07.2024 - 02.08.2024	 S109-24-6	08.09.2024 - 13.09.2024

Allgemeine Informationen

Kartenmaterial - optional, zur Information vor der Tour:

Kompass Karte Nr. 24 Lechtaler Alpen, Hornbachkette, Alpenvereinskarte 3/3 Lechtaler Alpen, Parseierspitz

Unterbringung

Übernachtung in Hütten mit Halbpension

Sofern möglich, reservieren wir Betten in Mehrbettzimmern. Wir bitten um Verständnis, dass individuelle Reservierungswünsche nicht berücksichtigt werden können.

Verpflegung:

In den Unterkünften werden wir reichhaltig (Halbpension) verköstigt. Es ist auch vegetarische Verpflegung möglich (bitte bei Buchung, spätestens zwei Wochen vor Tourenstart angeben). Unterwegs haben wir oftmals einladende Einkehrmöglichkeiten oder du kannst dir am Morgen ein Lunchpaket (kostenpflichtig) zusammenstellen lassen. Deshalb reicht es aus, wenn du für den Tourenstart genügend zu trinken und einen kleinen Snack (Energieriegel) für zwischendurch mitnimmst. An den folgenden Wandertagen informiert dich dein Guide.

Anreise:

Mit dem Auto

Anreise aus Richtung Ulm (A7):

Variante 1: Ulm (A7) – Grenztunnel Füssen – Reutte – Lechtal

Variante 2: Ulm (A7) – Ausfahrt Oy/Mittelberg – Oberjoch – Tannheimer Tal – Weißenbach – Lechtal

Parkplatz: Hanauer Hütte in Boden, Pro Tag 3.- EUR, es steht eine Säule zum Einwerfen des entsprechenden Betrags. Es wird nicht kontrolliert. Die Parkgebühr ist freiwillig.

Anreise aus der Schweiz:

Über die A1 in Richtung Dornbirn - weiter über Bödelestraße bis nach Warth und auf der B198 in Lechtal.

Alternativ im Sommer auch über A1/E60 und S16 über Langen a.A./Klösterle und Lech a.A: weiter bis nach Warth und Steeg im Lechtal.

Mit der Bahn

Für die Anreise mit der Bahn empfehlen sich die nahen Bahnhöfe Reutte und Füssen. Internationale Bahnhöfe stehen in Imst, Garmisch, Innsbruck und München zur Verfügung (im Sommer Langen am Arlberg und St. Anton).

Mit dem Flugzeug

Die nächsten Flughäfen und die Entfernung zum Lechtal: Innsbruck (A) 120 km, Altenrhein (CH) 100 km, Zürich (CH) 200 km, Memmingen (D) 80 km, München (D) 250 km und Friedrichshafen (D) 130 km.

Bei vorzeitiger Anreise:

Unterkünfte unter folgendem Kontakt:

Lechtal Tourismus

Untergiblen 23

A-6652 Elbigenalp

Tel.: +43 5634 5315

E-Mail: info@lechtal.at

Und unter folgendem Link:

<https://www.lechtal.at/sommer/>

Wichtiger Hinweis:

Während der Tour kann es aufgrund von witterungsbedingten Einflüssen oder regionalen Veränderungen zu Abweichungen oder Anpassungen des ausgeschriebenen Tourenverlaufs kommen. Der geplante Tourenverlauf kann deshalb nicht im Detail garantiert werden.

Reiseversicherung

Besonders empfehlen können wir den "GuteFahrt-Schutz". Dieser enthält einen Mehrwert an Leistungen und ist preislich vergleichbar mit dem Reiserücktrittskosten-Basischutz.

Folgende Leistungen sind enthalten:



Reiserücktritt-Versicherung

-  Reiseabbruch-Versicherung
-  Umbuchungsgebühren-Schutz
-  Reisegepäck-Versicherung
-  Reise-Assistance
-  Reise-Krankenversicherung inkl. Kranken-Rücktransport (optional)

Bei einer Reisedauer von bis zu 10 Tagen gilt hier ein Prämienpreis ab EUR 39,- pro Person.

<https://bergschule.at/wir/services/reiseversicherung>

Im Zuge der verbindlichen Buchung empfehlen wir den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung, z.B. bei der Allianz, die Sie über unsere Homepage buchen können: <http://www.bergschule.at/reiseversicherung.html>. Diese Versicherung ist für alle unsere Kunden buchbar. Leistungsstörungen die durch das Wetter, Ausfall von Bahnen oder anderen Einflüssen verursacht werden, und auf die der Veranstalter keinen Einfluss hat sind nicht regresspflichtig. Ebenfalls empfehlen wir jedem Teilnehmer eine Haftpflicht-, Unfall- sowie Auslandsrankenversicherung.

Anforderungen

Kondition



Auf- und Abstiege bis 800 Höhenmeter, Gehzeiten pro Tag zwischen 4 und 6 Stunden (größere Pausen nach etwa 1 bis 2 Stunden Gehzeit), abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe



Auf- und Abstiege bis zu 1200 Höhenmeter. Gehzeiten zwischen 6 und 8 Stunden (größere Pausen nach etwa 2 Stunden Gehzeit), abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe



Auf- und Abstiege bis zu 1400 Höhenmeter (und mehr), Gehzeiten zwischen 8 und 10 Stunden, abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe. Bei Touren in Höhenlagen über 3.000 m ist eine vorherige Akklimatisation empfehlenswert.

Technik



Du wanderst auf einfachen Bergwegen. Diese sind überwiegend schmal und zum Teil auch steil. Je nach Witterung kann es auch mal rutschig sein. Du musst nicht unbedingt Bergerfahrung haben und auch nicht schwindelfrei sein. Trittsicherheit hingegen setzen wir bei allen Wanderungen in den Bergen voraus. Für Einsteiger ist diese Tour geeignet.



Du wanderst überwiegend auf mittelschweren Bergwegen. Die Beschaffenheit der Wege kann felsig und auch verblockt sein. Abhängig von der Witterung und der Schneelage in den Bergen kann es rutschig sein. Vereinzelt gibt es ausgesetzte Passagen, die mit Drahtseilen abgesichert sind. Für diese Touren solltest Du bereits Erfahrung im Wandern haben, trittsicher und schwindelfrei sein. Für sportliche Einsteiger ohne Höhenangst ist diese Tour machbar.



Du wanderst streckenweise auf schweren, alpinen Bergwegen. Ausgesetzte Passagen, die zum Teil mit Drahtseilen abgesichert sind, bereiten Dir keine Probleme. Du hast Erfahrung im alpinen Bergsteigen und bist auch in schrofigem und verblocktem Gelände, auf Geröllfeldern und größeren Schneefeldern trittsicher und schwindelfrei. Witterungsbedingt können die Anforderungen auch noch anspruchsvoller sein.

Technik



Du brauchst keine Erfahrung im Klettern. Grundlagen in Knoten- und Materialkunde sowie Kletter- und Sicherungstechnik werden dir vermittelt. Schwindelfreiheit und Trittsicherheit werden vorausgesetzt.



Du hast bereits Erfahrung mit Kletterrouten im III. und IV. Grad und bist bereits bei einigen Touren vorgestiegen. Das selbstständige Abseilen stellt für Dich kein Problem dar.



Du kletterst sicher im IV. und V. Grad, auch im Vorstieg.

Guter Rat ist nicht teuer!

Aus Erfahrung wissen wir, dass eine Wochentour in den Bergen für viele Wanderer eine große Herausforderung ist. In den letzten Jahren hat die Nachfrage vor allem bei den Alpenüberquerungen enorm zugenommen. Leider müssen unsere Bergführer immer wieder feststellen, dass nicht jeder ausreichend vorbereitet ist und die Anforderungen einer solchen Tour unterschätzt werden. Bedauerlicherweise müssen einige Wanderer die Tour dann abbrechen oder einzelne Etappen mit dem Taxi zurücklegen. Hierdurch entstandene Zusatzkosten müssen von jedem Gast selbst getragen werden. Wenn Du bislang noch nicht mehrtätig in den Bergen unterwegs warst, empfehlen wir Dir als Vorbereitung eine unserer dreitägigen Touren zum Reinschnuppern. Eine vorherige Akklimatisation ist bei jeder Tour sinnvoll.

Antworten auf häufig gestellte Fragen!

* Nach dem Motto „Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleidung“ lassen wir uns mit unserer **regentauglichen Ausrüstung** auch von Regen oder Schnee die Freude am Wandern nicht verderben. Sollte aus Sicherheitsgründen die Tour / Etappe nicht wie geplant stattfinden können, wird der Guide eine Alternative finden.

* Die **beste Zeit** für eine Alpenüberquerung ist zwischen Mitte Juni und Ende September. Zu Beginn und am Ende der Saison müssen wir unter Umständen mit Schneefeldern rechnen. In den Bergen ist grundsätzlich

auch in den Sommermonaten **jederzeit auch mal Schneefall** möglich.

* Eine Wochentour in den Bergen ist für viele Wanderer **eine große Herausforderung**. Wir sind auf **guten Bergwegen** unterwegs. Oftmals sind die Wege steil oder auch felsig, manchmal erdig und auch rutschig. Wenn Du bereits Erfahrung im Wandern hast und entsprechende Ausdauer mitbringst, **trittsicher** (sicheres Gehen auf unebenen, steinigten und auch unbefestigten Wegen) und weitestgehend schwindelfrei bist, wirst Du auf der Alpenüberquerung genussvoll unterwegs sein. Warst Du bislang noch nicht mehrtägig in den Bergen unterwegs, empfehlen wir Dir als **Vorbereitung eine unserer dreitägigen Touren** zum Reinschnuppern und Kennenlernen.

* Solltest Du tatsächlich eine **Tour abbrechen** müssen und Dir dadurch Zusatzkosten entstehen (Taxitransfer, zusätzlich Hotelübernachtung u.ä.), werden diese Kosten nicht von der Bergschule erstattet (siehe AGB der Bergschule Kleinwalsertal). Deshalb empfehlen wir ausdrücklich eine **Reiseversicherung**, die auch den Abbruch einer Tour abdeckt.

* In der **Ausrüstungsliste** findest Du alles was Du für Deine Alpenüberquerung benötigst. Besonderes Augenmerk solltest du auf Deine Bergschuhe verwenden. **Der Schaft der Schuhe muss über die Knöchel gehen, die Kategorie B/C** ist empfehlenswert. Ein bequemer Bergschuh ist nicht unbedingt für die Alpenüberquerung geeignet. Wichtig sind ein gutes Profil, die Stabilität und der Zustand des Schuhs. Bei alten Schuhen kommt es häufig vor, dass sich die Sohle ablöst. Deshalb lohnt sich besonders bei den Schuhen die Investition in ein neues Paar.

* Wir sind in den **Hütten im Lager oder in Mehrbettzimmern**, im **Hotel** bzw. im **Gasthof** im **Doppel- oder auch Mehrbettzimmer** untergebracht. Wir bitten um Verständnis, dass individuelle Reservierungswünsche nicht berücksichtigt werden können.

* In den Unterkünften werden wir **reichhaltig (Halbpension) verköstigt**. Es ist auch vegetarische Verpflegung möglich (bitte bei Buchung angeben). Unterwegs haben wir oftmals einladende **Einkehrmöglichkeiten** oder wir können uns ein **Lunchpaket** (kostenpflichtig) zusammenstellen lassen. Deshalb reicht es aus, wenn Du für den Tourenstart genügend zu Trinken und einen kleinen Snack für zwischendurch mitnimmst. An den folgenden Wandertagen informiert Dich dann der Guide.

* Bei **Unverträglichkeiten** oder **besonderen Diäten** wird es bei den Hüttentouren schwierig. Vegane Kost, Gluten- oder Laktoseintoleranz ist bei Unterbringung im Hotel oder im Gasthaus in der Regel kein Problem. Auf den Hütten hingegen ist eine Sonderverpflegung nur bedingt möglich. Dafür musst Du selber vorsorgen. Du kannst bei einer mehrtägigen Tour oftmals aber im Tal einkaufen.

TRAININGSPLAN

EMPFOHLENE VORBEREITUNG FÜR DEINE TOUREN MIT DER BERGSCHULE KLEINWALSERTAL!

Mit der richtigen Vorbereitung kannst du die Touren mit der Bergschule Kleinwalsertal in vollen Zügen genießen. Stell Dir einfach Deine Traumtour vor, dann kommt die Motivation von ganz alleine. Als kleinen Anreiz haben wir Dir hier einen Trainingsplan ausgearbeitet. Mit diesen Ausdauereinheiten und Technikübungen kannst Du Dich auf Dein Abenteuer in den Bergen vorbereiten. **Wir empfehlen schon einige Tage vor Tourenstart anzureisen um sich an die Höhe zu gewöhnen.**



Wandern



Klettersteig

Mindestens 3 unterschiedliche Wahleinheiten pro Woche, ideal über mehrere Monate.



Klettern



Hochtouren

Mindestens 3 unterschiedliche Wahleinheiten pro Woche, ideal über mehrere Monate.

AUSDAUER:

30 Minuten Treppensteigen,
Stepper oder Crosstrainer



60 Minuten Walken, Joggen
oder Radfahren in der Natur



AUSDAUER:

45 Minuten Treppensteigen,
Stepper oder Crosstrainer



90 Minuten Walken, Joggen
oder Radfahren in der Natur



TRITTSICHERHEIT UND GLEICHGEWICHT:

10 Minuten Zehenspitzenlaufen



10 Minuten Ballenstand an einer
Treppenkante (einbeinig, beidbeinig)



10 Minuten Balance Ball
(einbeinig, beidbeinig)



Balancieren auf der Bordsteinkante



Von Stein zu Stein springen
(Fliese zu Fliese, Tempelhüpfen)



ARMKRAFT: Mit Kurzhantel oder Wasserflasche (0,5 bis 1 kg).

30x Armbeugen



30x über Kopf stemmen
und seitlich anheben



5x Liegestütz
(Steigerung pro Einheit bis 20)



5x Liegestütz rücklings
(Steigerung pro Einheit bis 20)



1 Minute Unterarmstütz



BERGSCHULE KLEINWALSERTAL

BERGSCHULE KLEINWALSERTAL GMBH
WALSERSTR. 262
D-87568 / A-6992 HIRSCHGEG

ATU-NR.: 72922206
STEUER NR.: 97 148 / 6519
FIRMBUCHNUMMER: FN 484534A

TEL: +43 5517 30245
INFO@BERGSCHULE.AT
WWW.BERGSCHULE.AT

WALSER RAIFFEISEN BANK
IBAN: AT67 3743 4000 0243 5410
BIC: RANJAT2B