BERGSCHULE
KLEINWALSERTAL

Ortler Höhenweg im Nationalpark Stilfserjoch

Höhenwanderung rund um den König Ortler

Vom Südtiroler Vinschgau bis ins lombardische Veltlin erstreckt sich diese Höhenwanderung, die teilweise auf über 3.000 m Höhe verläuft. Diese anspruchsvolle Tour gehört zu den eindrucksvollsten Höhenrouten im gesamten Alpenraum. Hier ist der erfahrene Bergsteiger gefragt. Auf jeder Etappe erleben wir landschaftliche Höhepunkt und haben immer wieder ganz besondere Ausblicke auf das Gletschergebiet der Ortler-Gruppe und den höchsten Gipfel im Südtirol.

Anforderungen

Kondition

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.

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 und schwindelfrei. Witterungsbedingt können die Anforderungen auch noch anspruchsvoller sein. Du brauchst keine Hochtourenerfahrung, warst aber schon auf alpinen Bergtouren mit Kletterpassagen im I. Schwierigkeitsgrad. Bei dieser Tour bist Du auf flachen Gletschern, Geröll- und Schneefeldern teilweise mit Steigeisen und am langen Seil wegen Spaltensturzgefahr unterwegs. Du musst schwindelfrei und trittsicher sein. Eine vorherige Akklimatisation ist empfehlenswert.

Tourenbeschreibung

Tag 1: Kälber Alm - Eselsweg - Düsseldorfer Hütte

Von Sulden aus steigen wir entweder über die Kälber Alm und den Eselsweg oder direkt auf dem Weg Nr. 5 und über das Zaytals zur Düsseldorfer Hütte auf. Wenn die Bedingungen stimmen, können wir noch auf das Hintere Schöneck (3.128 m) steigen. Über seilversicherte Stellen erreichen wir diesen leichten 3000er und genießen den tollen Ausblick. Durch die Besteigung erhöht sich die Gehzeit um 1,5 Stunden und 400 hm.

Höhenunterschied: bergauf 1000m

Gehzeit: ca. 04:00 Std.

Tag 2: Rosimböden - Schöntaufjoch - Madritschjoch - Zufallhütte

Zunächst steigen wir ein Stück ab, bis wir den Höhenweg zur Bergstation der Bergbahn Kanzel erreichen. Von hier aus wandern wir weiter bis zu den Rosimböden. Ein neuer Steig führt hinauf zum Schöntaufjoch und weiter zum Madritschjoch. Durch das Madritschtal steigen wir ab bis zur Zufallhütte.

Höhenunterschied: bergauf 900m | bergab 1400m

Gehzeit: ca. 08:00 Std.

Tag 3: Martelltal - Eisseepass - Casatihütte - Pizzini Hütte

Heute verlassen wir das Südtirol und wandern zunächst durch das hintere Martelltal zu den Ruinen der ehemaligen Hallschen Hütte am Eisseepass. Zur Casatihütte überqueren wir einen Gletscher, bevor wir dann zur Pizzini Hütte oberhalb von Bormio im Veltlintal absteigen.

Höhenunterschied: bergauf 1100m | bergab 600m

Gehzeit: ca. 07:00 Std.

Tag 4: Zebrù Tal - Rin Maré Tal - Rifugio Campo - Sant`Antonio / z.B. Hotel i Rododendri

Unsere Route führt uns heute entlang des hinteren Zebrù Tales bis zur Abzweigung der V. Alpini Hütte über das Rin Maré Tal bis auf 2.880 m. Der Abstieg erfolgt über das Zebrù Tal bis zum Rifugio Campo und weiter bis nach Sant`Antonio.

Höhenunterschied: bergauf 460m | bergab 1400m

Gehzeit: ca. 07:00 Std.

Tag 5: Uzza Tal - Pravasio - Premadio Brücke - Fraele Tal / z.B. Rifugio Ristoro Monte Scale Valdidentro

Wir wandern vorbei an Teregua über den Forstweg Ables. Durch das Uzza Tal geht es weiter bis zur Straße "Pedemontana della Reit" nach Pravasivo. Der Abstieg bis zur Premadio Brücke führt uns über den Parco dei Bagni und weiter dem Ferrarola Weg zum Scale See, bevor wir dann die Staudämme im Fraele Tal erreichen.

Höhenunterschied: bergauf 1400m | bergab 800m

Gehzeit: ca. 08:00 Std.

Tag 6: Cancano-Damm - Solena Alm - Fornelle Alm - Forcola - Umbrailpass - Stilfserjoch - Hotel Cornelia

Zum Abschluss unserer Tour wandern wir zunächst bis zum Cancano-Damm. Nach der Kirche von St. Erasmo führt uns unsere Route weiter zur Solena Alm und durch das Forcola Tal bis hin zur Fornelle Alm. Auf einem Saumpfad steigen wir zur Pedenolo Alm und weiter nach Bocchette di Pedenolo, Pedenoletto und Forcola auf. Der folgende Abstieg erfolgt über das Braulio Tal zum Umbrailpass und zur Stilfserjochstraße. Ein Saumpfad führt zur Garibaldi Hütte* und hinunter zum Stilfserjoch. Mit dem Bus geht es zurück nach Sulden. Im Hotel Cornelia lassen wir die Tour gemütlich ausklingen.

Höhenunterschied: bergauf 1400m | bergab 900m

Gehzeit: ca. 08:00 Std.

Tag 7: Heimreise

Individuelle Heimreise

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

Die mit einem *Stern gekennzeichneten Ausrüstungsgegenstände werden von der Bergschule für die Dauer der Tour kostenfrei zur Verfügung gestellt. Gerne kannst Du Deine eigene Ausrüstung mitbringen. Bitte lasse vor Tourenstart Deine Ausrüstung vom Guide prüfen.

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
4 x Ü/HP in Hütte (MBZ oder Lager)
2 x Ü/HP im Gasthof (DZ oder MBZ)
Technische Ausrüstung (leihweise)
Transfers

MINDESTTEILNEHMERZAHL
6 Personen
max. 10

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 Rucksackproviant
nach persönlichem Bedarf ca. 40,- EUR pro Tag
Parkgebühren
Individuelle Trinkgelder
Reiseversicherung

DAUER
7 Tage von Sonntag - Samstag

TREFFPUNKT
09:00 Uhr Sulden, Talstation Kanzellift

PARKEN
Talstation Kanzellift oder Parkplatz der Seilbahn Sulden - kostenpflichtig

Preise und Termine

EUR 1265.00 pro Person

S46-24-1	07.07.2024 - 13.07.2024	S46-24-3	18.08.2024 - 24.08.2024
S46-24-2	21.07.2024 - 27.07.2024	S46-24-4	01.09.2024 - 07.09.2024

Allgemeine Informationen

Kartenmaterial - optional, zur Information vor der Tour:
Tobaccokarte Nr. 08 - Ortles - Cevedale - Ortlergebiet

Unterbringung
Wir bitten um Verständnis, dass individuelle Reservierungswünsche nicht berücksichtigt werden können. In der Hütte sind wir im Matratzenlager untergebracht. Wenn die Möglichkeit besteht, reservieren wir Plätze im

Mehrbettzimmer. Dies können wir aber nicht garantieren. Auf allen Hütten gibt es Waschräume, einige Hütten bieten auch eine Duschmöglichkeit.

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 Sie können sich am Morgen ein Lunchpaket (kostenpflichtig) zusammenstellen lassen. Deshalb reicht es aus, wenn Sie für den Tourenstart genügend zu trinken und einen kleinen Snack (Energieriegel) für zwischendurch mitnimmst. An den folgenden Wandertagen informiert Sie Ihr Guide.

Anreise
Mit dem Auto:
München (D) - Landeck (A) - Nauders (A) - Reschenpass (I) - Spondinig - Prad - Gomagoi - Sulden

Talstation Kanzellift Parkmöglichkeiten - Kostenpflichtig

Mit dem Zug:
Bahnstation Landeck (A), ca. 90 km entfernt oder Spondinig (I), ca. 3 km entfernt. Weiter mit dem Bus Prad, Gomagoi, Sulden

Mit dem Bus:
Busverbindungen ab Nauders (A) und Spondinig (I)

Mit dem Flugzeug:
Innsbruck (A), ca. 150 km entfernt
Verona (I), ca. 220 km entfernt
Bozen (I), 90 km entfernt

Bei vorzeitiger Anreise
https://www.hotelcornelia.com/de/unser-hotel/

Reiseversicherung

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

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 Auslandskrankenversicherung.

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.

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.

AUSDAUER:

30 Minuten Treppensteigen, Stepper oder Crosstrainer

60 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)

Klettern / Hochtouren

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

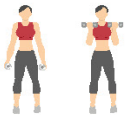
AUSDAUER:

45 Minuten Treppensteigen, Stepper oder Crosstrainer

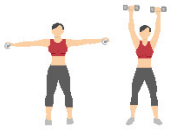
90 Minuten Walken, Joggen oder Radfahren in der Natur

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 HIRSCHEGG

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

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

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