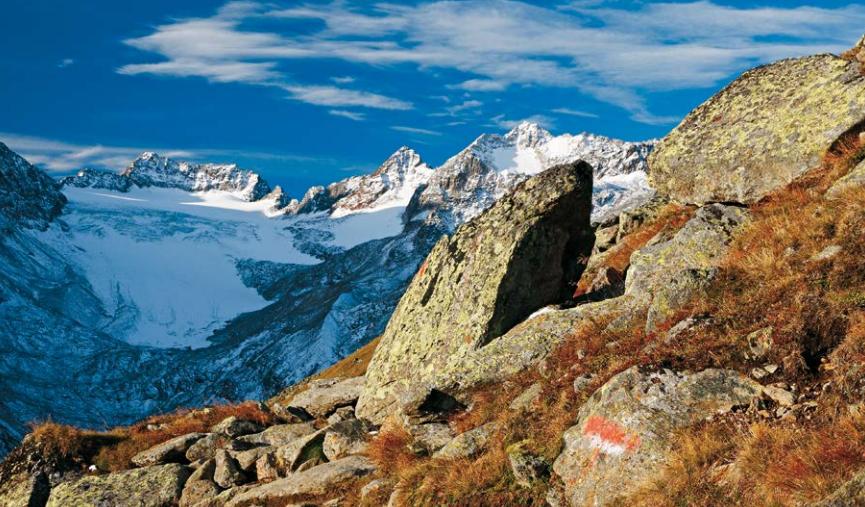


Stubai Höhenweg

Der beliebte Klassiker rund um das Stubaital

Unter den alpenweit populärsten Hüttenreks rangiert der Stubai Höhenweg zweifelsohne ziemlich weit oben. Es gibt nur wenige Routen, die vom Zuschnitt her vergleichbar perfekt sind und gleichzeitig solch großartige Hochgebirgsbilder – bei für Normalwanderer nicht zu bescheidenen, aber noch gut verträglichen Anforderungen – bieten. Ein Zeitrahmen von knapp über einer Woche (ohne aufwendigere Gipfeltouren), die günstige Erreichbarkeit und nicht zu vergessen die acht beliebten Alpenvereinshütten entlang der Route sorgen für fortwährenden Zuspruch, der in letzter Zeit laut Auskunft von Hüttenwirten sogar noch gestiegen sein soll. Wie an einer Perlenkette ordnen sich die Stützpunkte rund um das Stubaital einschließlich seiner inneren Verzweigung (Oberberg- und Unterbergtal geheißen) an. Man kann die Route ganz nach Gusto im oder entgegen dem Uhrzeigersinn begehen. Weil Letzteres gebräuchlicher erscheint, richtet sich dieser Führer danach aus. Nahezu beliebige Ein- und Ausstiege eröffnen natürlich auch die Möglichkeit von Teilbegehung und raschen Rückzügen talwärts, etwa im Falle eines Wettersturzes. Man erreicht von allen Hütten aus binnen zwei Stunden das Stubaital mit seiner Buslinie, außer von der Bremer Hütte, die zum benachbarten Gschnitztal orientiert ist. Kehrseite all dieser Vorzüge

Vorhergehende Doppelseite: In Karseen spiegeln sich die Bergriesen des Hochstai. Unten: Unterwegs auf der dritten Etappe zwischen Franz-Senn- und Regensburger Hütte.



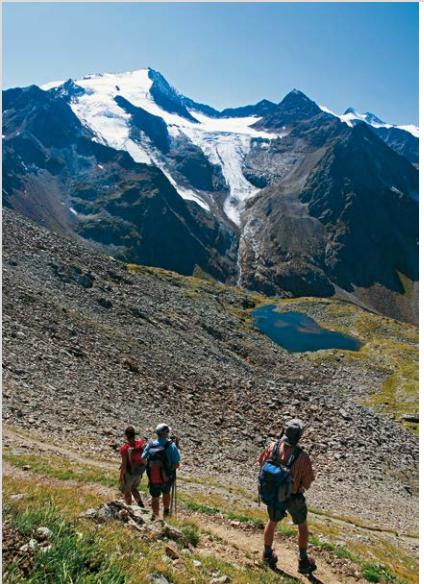
Beim Aufstieg zur Rinnenspitze.

mag vielleicht die zuweilen starke Frequentierung der Unterkünfte sein. Mitunter können diese komplett belegt sein. Kleiner Tipp: Einen Tourenstart am Wochenende zu vermeiden, wirkt sich eventuell hilfreich aus.

Am Stubai Höhenweg laufen wir quasi von einem Highlight zum nächsten, stets im Anblick bis zu 3500 Meter hoher Gipfel. Zuckerhütl, Wilder Freiger, Ruderhofspitze und Habicht heißen die wohl vier namhaftesten. Die großen Bergkulissen mögen Hauptblickfang sein, doch erst mit den kleinen Dingen am Wegrand – kantigen Gneisbrocken etwa, pittoresken Seeaugen oder bunten Blumen – ergibt sich ein Landschaftsbild von starker Ausdrucks Kraft. Genau davon hat der Stubai Höhenweg ein wahres Füllhorn zu bieten.

Geologisch gesehen bewegt man sich die meiste Zeit erwartungsgemäß im Kristallin, allerdings gehören Anfang und Ende der Tour in den Bereich einer Kalkscholle (präzise gesagt handelt es sich um Hauptdolomit), die quer durch die Östlichen Stubai Alpen dem Urgestein aufliegt und für wunderbare Kontraste sorgt. Man vergleiche bei der Innsbrucker Hütte nur einmal das Massiv des Habichts mit den zerschlissenen Gipfeln am Serleskamm. Wir lernen: Das Gestein zeichnet wesentlich verantwortlich für die Morphologie des Geländes und nimmt auch maßgeblich Einfluss auf die Flora.

Im Kristallin prägen dunkle Felsflanken und blockreiches, bis zu einer gewissen Höhe auch noch recht üppig bewachsenes Terrain das Landschaftsbild. Immer wieder setzen malerische Bergseen Akzente, und weithin ziehen die Silberfäden der Wildbäche durch die Hänge. Dass wir die Gletscher in der Regel ebenfalls mit dem Urgestein in Verbindung bringen, ist freilich eher



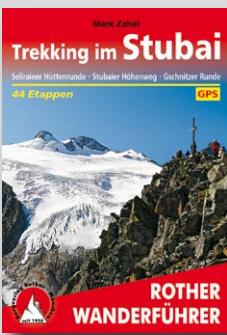
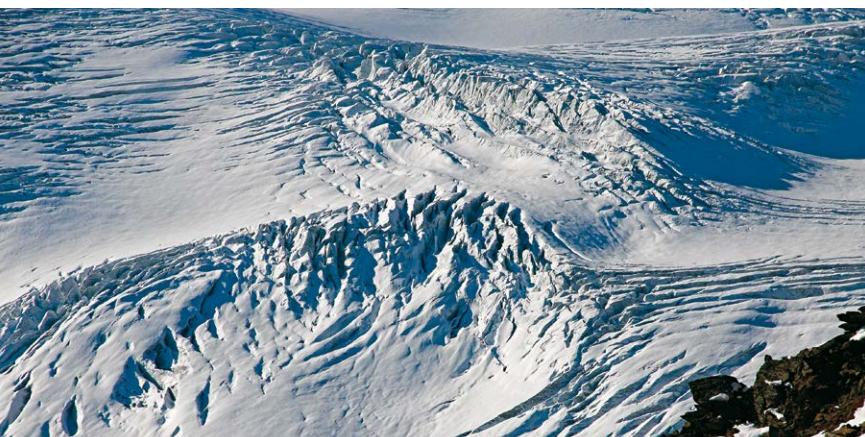
Der Wilde Freiger beherrscht den Übergang zur Nürnberger Hütte.

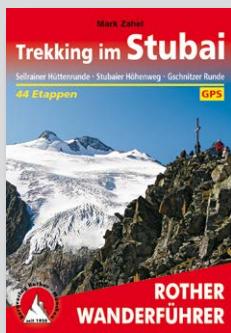
es eine ganze Reihe – Konditionsstarke werden damit eventuell den einen oder anderen Schönwettertag bis zur Neige auskosten und ausfüllen. Wer es entspannt bevorzugt, plant den einen oder anderen Tag extra ein. Die Auftaktetappe bis zur Starkenburger Hütte fällt ohnehin ganz moderat aus, falls wir mit der Schlicker Bergbahn einsteigen und dann gleich einen kleinen Vorgeschmack auf die tollen Panoramawege bekommen. Ein solcher ist am zweiten Tag die Verbindung zur Franz-Senn-Hütte, dem Stützpunkt mit dem wohl reichhaltigsten Tourenrevier. Zumaldest einen Gipfel sollte man sich hier zusätzlich gönnen, etwa die Rinnenspitze. Die Neue Regensburger Hütte als nächstes Quartier ist genau in dem Zwickel zwischen Oberberg- und Unterbergtal gelegen und besitzt damit ihr eigenes intimes Bergreich. Das »Hintertürl« findet unsere Trekkingroute über die anspruchsvolle Grawagrubennieder – mit knapp 2900 Metern der höchste und oft auch tückischste Übergang der ganzen Tour. Nach einer langen Etappe bis zur Dresdner Hütte, die leider voll in die Fänge des Gletscherskigebiets geraten ist, folgen mehrere kürzere am unmittelbaren Nordabfall des Stubai Hauptkamms. Dabei können wir zur Sulzenauhütte und auch weiter zur Nürnberger Hütte jeweils zwischen zwei Alternativen wählen. Die ursprünglich entworfene Route leitet dabei auf kürzestem Weg via Peiljoch und Niederl, die

Stubai Höhenweg

aufgepeppten Varianten über Trögler und Mairspitze, sprich zwei fantastische Aussichtsgipfel. Am reizvollen Grünsee kommt man auf jeden Fall vorbei, ebenso wie am sogenannten »Paradies«, einem versteckten Hochboden beim Aufstieg zum Simmingsjöchl, dem Übergang zwischen Nürnberger und Bremer Hütte. Die Fortsetzung zur renommierten Innsbrucker Hütte ist als typischer Flankensteig dann mit der zweiten Etappe vergleichbar – diesmal stehen die Tribulaune im Mittelpunkt des Panoramas. Und bevor wir letztendlich durchs Pinnistal die Runde schließen, wäre eine Tour auf den Habicht wohl das ultimative Extra und buchstäblicher Höhepunkt der Wanderwoche. Gut gerüstet sollte man dafür allemal sein. Das Schwierigkeitsniveau ist von offizieller Seite (womöglich infolge einiger tragischer Unfälle) mittlerweile durchgängig auf »schwarz« heraufgesetzt worden, wie man an Wegschildern vor Ort ablesen kann. Dieser Auffassung kann ich mich jedoch nicht vollständig anschließen, werden dabei objektiv betrachtet die gültigen Definitionen doch ein wenig verzerrt. Außerdem ist zu bedenken, dass im überregionalen Vergleich demzufolge so manche Einstufung plötzlich hinken würde ... Bei optimalen Bedingungen sind die Anforderungen für Berggewohnte nicht dramatisch, aber etappenweise bis auf die differenzierte konditionelle Komponente doch homogen gehoben, häufig im Bereich um T3–4. Immerhin müssen binnen einer Woche weit über 5000 Höhenmeter und fast 80 Streckenkilometer gestemmt werden. Sämtliche Teilstücke verlangen gediegene Trittsicherheit sowie ein Grundmaß an Alpinerfahrung. Wiederholt gilt es ausgesetzten Passagen in steileren Schrufen zu trotzen, wobei Drahtseilsicherungen willkommene psychologische oder praktische Hilfe leisten. Summa summarum also ein Trekking, das allen Ansprüchen gerecht werden dürfte ...

Folgende Doppelseite: Beim Abstieg vom Habicht.
Unten: Zerrissene Gletscher – prägnantes Landschaftselement im Hochstubai.





Stubai Höhenweg

22 Starkenburger Hütte – Franz-Senn-Hütte

6.15 Std.

↑740 ↓830

Herrliche Höhenroute über dem Stubai Oberbergtal

Diese fantastische Hüttenverbindung zieht sich über nicht weniger als 15 Kilometer hoch am Hang entlang und ist stets mit einer hindernisfreien Aussicht garniert. Währenddessen rücken die Alpeiner Berge sukzessive in den Mittelpunkt der Szenerie. Wir tangieren unterwegs das Seejöchl (mit der geologischen Trennlinie zwischen Kalk und Kristallingestein) sowie das Sendersjöchl, kommen an der einfach bewirtschafteten Seducker Hochalm vorbei und durchmessen die Viller Grube, bevor uns das Alpeiner Hochtal mit der legendären Franz-Senn-Hütte empfängt. Spätestens auf dieser zweiten Etappe wird uns das Erlebnis »Stubai Höhenweg« also voll in seine Fesseln nehmen und neugierig darauf machen, was uns im Laufe der Woche noch alles erwartet.

Ausgangspunkt: Starkenburger Hütte, 2237 m.

Endpunkt: Franz-Senn-Hütte, 2149 m.

Anforderungen: T3-4. Langer Höhenweg quer durch steile Bergflanken, zu meist gut ausgetreten und an ausgesetzten Stellen mitunter gesichert. Oft geht es durch Mattengelände, ab und zu durch schrofige Zonen, aber selten blockig. Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und eine gewisse Ausdauer notwendig.

Einkehr/Unterkunft: Starkenburger

Hütte, Seducker Hochalm, Franz-Senn-Hütte.

Tipps: Für einen kleinen Gipfelabstecher bietet sich in erster Linie der Gamskogel, 2659 m, an, der aus dem Seejöchl in 30 Min. über den Ostrücken bestiegen werden kann. Die ebenfalls markierte Route auf die wuchtige Schlicker Seespitze, 2804 m, gegenüber bietet hingegen recht brüchiges und schuttreiches Kalkgestein (Stellen 1) und erfordert etwas mehr Einsatz; vom Sattel knapp 1.00 Std.

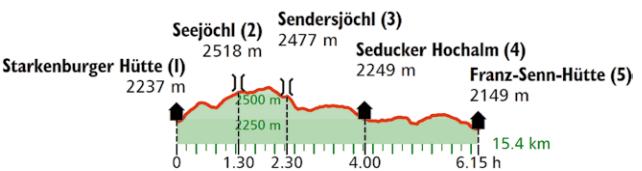
Die Alpeiner Berge vom Franz-Senn-Weg gesehen.

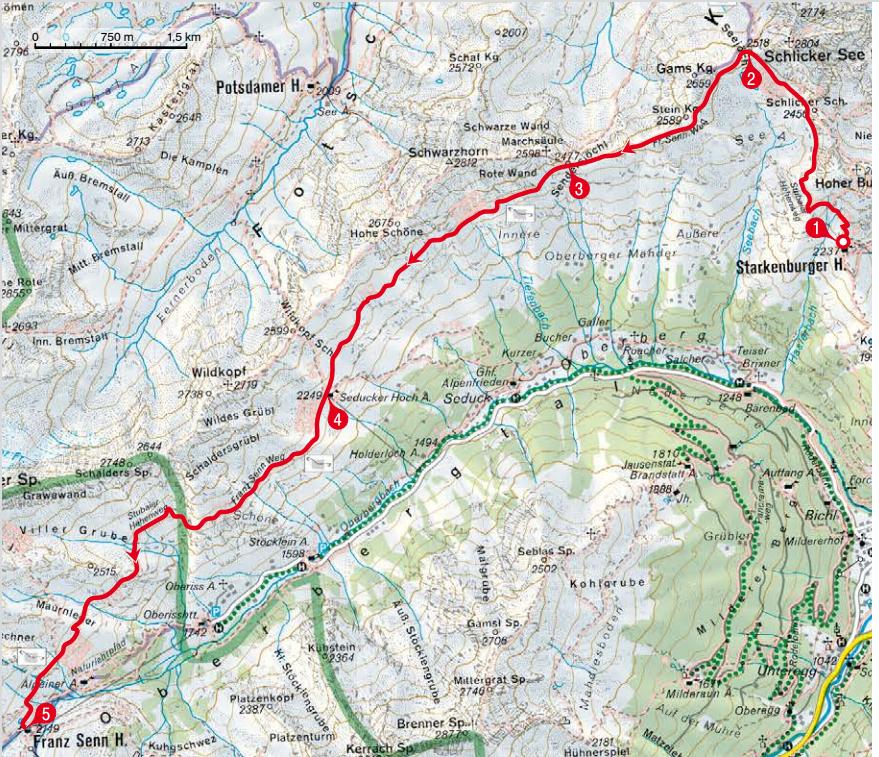


Schroff sticht die Schlicker Seespitze in den Himmel.

Von der **Starkenburger Hütte (1)** steigen wir nordwärts in den Flanken des Burgstalls an, halten uns dann links und passieren den Berg über zwei markante Rippen auf der Westseite. Durch schuttreiche Hänge quert man knapp unter dem Schlicker Schartl, 2456 m, entlang und peilt das am Fuß der Schlicker Seespitze eingelagerte **Seejöchl (2)**, 2518 m, an. Die Seeaugen in der nahen Hangmulde setzen einen reizvollen Akzent. Das Seejöchl vermittelt mit dem Franz-Senn-Weg übrigens auch den Übergang zur Adolf-Pichler-Hütte.

Wir bleiben allerdings diesseits und queren – jetzt im Urgestein – durch die Südostflanken von Gamskogel und Steinkogel, ehe man zwischendurch sogar noch mal die Kammhöhe berührt (mit dem höchsten Punkt der Strecke auf ca. 2560 m). Zum **Sendersjöchl (3)**, 2477 m, ist dann wieder etwas Abstieg erforderlich. Von dort abermals südseitig mit einigen Kehren abwärts. In den Steilschrofen der Roten Wand gilt es sich besonders konzentriert fortzubewegen (allfällige Steinschlaggefahr); einige ausgesetzte Stellen sind versichert. Nach dem deutlichen Abstieg hält die Route mit nur wenig Auf-

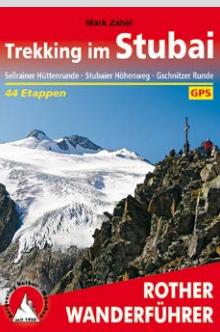




und Ab über längere Zeit die Höhe. Wir müssen dabei etliche Hangeinbuchtungen ausgehen und gelangen dann sanft hinab zur **Seducker Hochalm** (4), 2249 m, die während der Almsaison ein einfaches Jausenangebot bereithält.

Die letzten zwei Stunden bewegt man sich nahezu hangparallel zwischen 2200 und 2300 Meter Höhe und quert dabei weiterhin recht steile grasige oder schrofige Flanken. Zwischendrin ist der markante Trichter der **Viller Grube** eingelagert. Mit diversen Bachrinnen, eventuell auch abrutschgefährdeten Stellen, auf jeden Fall aber ganz schön abschüssigem Gelände erfordert auch dieser Teil Aufmerksamkeit. Um ein ausgesetztes Eck (nochmals Sicherungen) leiten wir den Schlussteil der Traverse ein, wo die Routen zum Horntaler Joch und zur Rinnenspitze abzweigen – Zweitgenannte schon im Nahbereich der **Franz-Senn-Hütte**. Hinter einem Gerinne über eine letzte gesicherte Stelle, läuft der Franz-Senn-Weg in leichtem Gefälle zum Alpeiner Bach und dem stattlichen Schutzhause (5) aus.

entnommen aus dem
Rother Wanderführer Trekking im Stubai
von Mark Zahel
ISBN 978-3-7633-4437-6



ROTHER WANDERFÜHRER

Abruzzen	Chiemgau	Haute Route	La Réunion	Pfälzerwald	Steirisches Weinland
Achensee	Chiemsee	Hawaii	Lahnwanderweg	Pfaffenwinkel	Sterzing
Adlerweg	Chur - Hinterrhein	Hochkönig	Logo Maggiore	Picardie	Stubai - Wipptal
Ahrsteig	Cilento	Hochschwab	Languedoc-Roussillon	Picos de Europa	Trekking im Stubai
Altsteig	Cinque Terre	Hohenlohe	Piemont Nord, Süd	Premont Nord, Süd	Stuttgart
Algarve	Comer See	Hunsrück	Lappland	Pinzgau	Südafrika West
Allgäu 1, 2, 3, 4	Cornwall-Devon	Ibiza	Ledwiga	Pitztal	Surseva
Allgäuer Alpen	Costa Blanca	Istanbul	Lesbos - Chios	Portugal Nord	Sylt, Amrum, Föhr
Alpe Adria Trail	Costa Daurada	Irland	Limesweg	Provence	Tannheimer Tal
	Côte d'Azur	Isarwinkel	Lotofoten	Pyrenäen 1, 2, 3, 4	Tasmannien
	Dachstein-Tauern Ost	Island	Lothringen	Pyrenäen - GR 11	Höhe Tatra
	Dachstein-Tauern West	Irael	Lungau	Regensburg	Tauern-Höhenweg
	Dänemark-Jülfand	Istrien	Luxemburg - Saarland	Rheinsteig	Höhe Tauern Nord
	Dolomiten	Jakobsweg - Camino Primitivo	Jakobsweg - Camino	Rhodos	Tauferer Ahmatal
	Dauphiné Ost, West	Jakobsweg - Camino Portugués	Jakobsweg - Camino	Rom - Latium	Taurus
	Davos	Dolomiten 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	Jakobsweg - Camino del Norte	Route de Ländle	Tegernsee
	Dolomiten-Hohenwege	Dolomiten-Hohenwege 1, 3, 4, 7-8	Jakobsweg - Jakobsweg	Rügen	Teneriffa
Altmühlthal	Le Puy - Pyrenäen, Straßburg - Le Puy	Erzgebirge	Le Puy - Pyrenäen, Straßburg - Le Puy	Teutoburger Wald	Tessin
Altmühlthal-Panoramaweg	Donautal	Spanische Jakobsweg	Spanische Jakobsweg	Thüringen Mitte/Nord	Teutoburger Wald
Andalusien Süd	E5 Konstanz - Verona	Südfranzösischer Jakobsweg	Südfranzösischer Jakobsweg	Thüringer Wald	Thüringer Wald
Annapurna Treks	Ecuador	El Hierro	El Hierro	Tiroler Höhenweg	Tiroler Höhenweg
Antholz - Gses	Eifelsteig	Elba	Elba	Toscana Nord, Süd	Türkische Riviera
Aostatal	Eisenerzur	Eifelsteig	Eifelsteig	Uckermark	Uckermark
Appenzellerland	Eisnertal	Elbvorland	Elbvorland	Umbrien	Umbrien
Apulien	Eisnertal	Erzgebirge	Erzgebirge	Ungarn West	Ungarn West
Ardennen	Eisnertal	Fichtelgebirge	Fichtelgebirge	Usedom	Usedom
Arberg - Paznaun	Eisnertal	Fränkische Schweiz	Fränkische Schweiz	Vanoise	Vanoise
Arnaweg	Eisnertal	Fränkische Gebirgsweg	Fränkische Gebirgsweg	Veltlin	Veltlin
Asturien	Eisnertal	Frankfurt	Frankfurt	Via de la Plata	Via de la Plata
Augsburg	Eisnertal	Frankenweg	Frankenweg	Via Francigena	Via Francigena
Auferfern	Eisnertal	Freiburg	Freiburg	Via Gebennensis	Via Gebennensis
Australien	Eisnertal	Freiburg	Freiburg	Vierwaldstätter See	Vierwaldstätter See
Auvergne	Eisnertal	Garmisch - Brixen	Garmisch - Brixen	Vinschgau	Vinschgau
Azoren	Eisnertal	Gasteinertal	Gasteinertal	Vizentiner Alpen	Vizentiner Alpen
Baskenland	Eisnertal	Gardaseeberge	Gardaseeberge	Vogelsberg	Vogelsberg
Bayerische Alpen	Eisnertal	Gebirgsgruppe der Karawanken	Gebirgsgruppe der Karawanken	Vogesen	Vogesen
Trekking	Eisnertal	Karawanken	Karawanken	Vogesen Mehrtages-touren	Vogesen Mehrtages-touren
Bayerischer Wald	Eisnertal	Karawanken-Höhenweg	Karawanken-Höhenweg	Vogesen-Durchquerung	Vogesen-Durchquerung
Berchtesgaden-Lienz	Eisnertal	Karwendel	Karwendel	Voglfond	Voglfond
Berchtesgadener Land	Eisnertal	Kauernal	Kauernal	Wachau	Wachau
Bergisches Land	Eisnertal	Kitzbüheler Alpen	Kitzbüheler Alpen	Waldviertel	Waldviertel
Berlin	Eisnertal	Kleinwalsertal	Kleinwalsertal	Wales	Wales
Bern	Eisnertal	Körber See	Körber See	Oberwallis	Oberwallis
Berner Oberland Ost	Eisnertal	Georgien	Georgien	Walliser Alpen	Walliser Alpen
Berner Oberland West	Eisnertal	Glamertal	Glamertal	Weinviertel	Weinviertel
Bodensee Nord, Süd	Eisnertal	Glockner-Region	Glockner-Region	Welterbestieg Wachau	Welterbestieg Wachau
Bodensee - Ränktal	Eisnertal	Goldsteig	Goldsteig	Weserbergland	Weserbergland
Bohmerwald	Eisnertal	La Comera	La Comera	Westerwald	Westerwald
Bolivien	Eisnertal	Gothardweg	Gothardweg	Westerwald-Steig	Westerwald-Steig
Bozen - Kaltern	Eisnertal	Gran Canaria	Gran Canaria	Wien	Wien
Brundertal	Eisnertal	Grazer Hauseberge	Grazer Hauseberge	Wien - Logo Maggiore	Wien - Logo Maggiore
Bregenzerwald	Eisnertal	Grenzgänger-Weg	Grenzgänger-Weg	Wienner Alpenbogen	Wienner Alpenbogen
Bremen - Oldenburg	Eisnertal	Gruyère - Diablerets	Gruyère - Diablerets	Wiener Hausberge	Wiener Hausberge
Brenta	Eisnertal	GTA	GTA	Nord, Süd	Nord, Süd
Bretagne	Eisnertal	Hamburg	Hamburg	Wilder Kaiser	Wilder Kaiser
Bulgarien	Eisnertal	Karibou	Karibou	Zillertal	Zillertal
Burgund	Eisnertal	Kreta	Kreta	Sierra de Gredos	Trekking im Zillertal
Cevennen	Eisnertal	Kurbessen	Kurbessen	Sierra de Guadarrama	Zürichsee
Chalkidiki - Thassos	Eisnertal	La Palma	La Palma	Sizilien	Zugspitze
Champagne - Ardennen	Eisnertal	Le Pfeifer	Le Pfeifer	Spezial	Zypern
				Steigerwald	

