



Rofan

22 Zireiner See und Schönjochalm

Von Steinberg über Schauertalsattel und Marchgatterl

Tiroler Sinnesrausch

Beeindruckende Felsabbrüche, rau Wände über einer von weiten Grasflächen und niedriger Alpenvegetation geprägten Hochebene, mittendrin das kleine Oval eines Sees – dieses Bild bietet sich jedem Bergsportfreund, der unterhalb der Rofanspitze zum Zireiner See und zum Marchgatterl läuft. Eine stille, ursprüngliche Landschaft fernab jeden Alpintourismus, die in ihrer wilden Schönheit an eine Mischung aus Schottischen Highlands und nordamerikanischen National Parks erinnert.

Diese Perle in der Nähe des Achensee ist der Höhepunkt einer anstrengenden Tour für erfahrene, konditionsstarke Trailrunner. Neben dem Hauptanstieg zum Tal der Grundache übers Küppal hinüber zur Schönjochalm dazu. Schmale Steige und teilweise ruppiger Untergrund schulen darüber hinaus Geschicklichkeit und Konzentration. Eine Route fürs Herz, für den Geist und für die Kraft.

KURZINFO

- Kondition
- Trittsicherheit
- Hiking-Anteil
- Sonne

Beeindruckende Rückwand – gewaltig überragt die Rofanspitze, 2259 m, die geduckten Gebäude der Ampmoosalm.



Ausgangspunkt und Anfahrt: Hintersteinberg, 1010 m, Parkmöglichkeiten rund um die Bushaltestelle (GPS-Koordinaten: N47.5084, E11.7980). Zufahrt auf der A8 München – Salzburg, Ausfahrt Holzkirchen. Auf der B318 bis

Gmund am Tegernsee. Dort rechts über Bad Wiessee nach Rottach-Egern. Am Straßenende rechts auf die B307 zum Achenpass. An der Landesgrenze links abbiegen auf die B181 in Richtung Achenkirch. Knapp 7 km nach dem Grenzübergang links auf die Steinberg Landesstraße. Durch den Ort Steinberg am Rofan und nach zwei Rechtskurven zur Bushaltestelle.

Streckenlänge: 24,8 km.

Höhenunterschied: 1500 m.

Laufzeit: 5.00 Std.

Anforderungen:

► Kräftezehrende Tour mit längeren Aufstiegen.

Das Dorf **Steinberg**, 1010 m, liegt fernab vom Achenseetourismus zu Füßen des mächtigen Guffert im Norden und der Rofanspitze gegenüber im Süden. Entsprechend ursprünglich wirkt die gesamte Umgebung, sanfte Wiesenhügel durchziehen das Tal mit seinen vereinzelten Häusergruppen. Die **Bushaltestelle Hintersteinberg (1)** erreicht man nach ein paar Kurven abseits vom Ortskern. Dort ist der Startplatz in Richtung Holzermahd, ein Waldfpfad führt links der Haltestelle aufwärts (Schild). Ihr stoßt auf einen breiteren Querweg mit einer Gabelung, rechts geht es an einer **Holzsammelstelle** vorbei.

Nach kurzer Zeit zweigt links der Holzermahdweg (Schild) als schmäler Wiesenpfad ab. Auf ihm verliert ihr erst einmal tüchtig Höhenmeter hinab zum Einschnitt, den der **Gaismoosbach** durchfließt. Teils durch Wald, aber auch vorbei an kleinen Felsstufen und entlang herrlicher Wiesenhänge erreicht der Pfad die **Holzbrücke** über den Bach. Von nun an darf ihr wieder aufsteigen. Nehmt den schmalen Weg, der zunächst steil beginnt, sich dann aber im Bereich des Waldes mäßigt und

► Technisch anspruchsvolle und lange, abschüssige Wegstrecken, sehr hohe Trittsicherheit erforderlich.

► Mehrere Gehstrecken auf steilem und holprigem Gelände in Sattelnähe.

Variante: Gekürzte Tour ohne Zireiner See: Am Brunnen rechts auf Forstweg zur Holzermahdalm, dort rechts auf Almweg bergauf und weiter um den Bergstock herum. An der Einmündung geradeaus zur Schmalzklausealm. Streckenlänge 15 km, Höhenunterschied 750 m, Laufzeit 2.30 Std.

Einkehr: Schönjochalm (km 20, Tel. +43 5248 208 oder Mobil-Tel. +43 650 2406737).

an der Forststraße zum Talgrund der **Steinberger Ache** endet. Am dortigen **Brunnen** biegt ihr links ab. Die stark gekürzte Variante nimmt den Weg rechts zur Holzermahdalm.

In einem Haken zuerst nach links, dann scharf rechts erreicht ihr eine **Brücke (2)** und überquert den Bach (Schild »Schauertal / Zireiner See«). Die Spur bleibt weiterhin breit, steigt in einem lang gezogenen Rechtsbogen leicht an und mündet in die Kurve einer weiteren Fahrrrasse. Ihr wählt die linke Seite, lauft an der nächsten Abzweigung geradeaus und kommt entlang des benachbarten Baches zum leicht überwachsenen Wegstück ins Schauertal (Schild). Als schmäler Waldfpfad überwindet die Passage eine steile Hangstufe und trifft weiter oben wieder auf eine parallel verlaufende Forststraße. Nach nur wenigen Metern verlässt ihr diese halb links und folgt der Beschilderung zum Zireiner See.

Schnell wird aus der anfangs noch breiten Spur ein ordentlicher Single Trail, der entlang eines Bachbettes in den Bergwald hinaufzieht. Dieser Streckenteil verläuft auf dem **Adlerweg**, einem bekannten österreichi-

Rofan



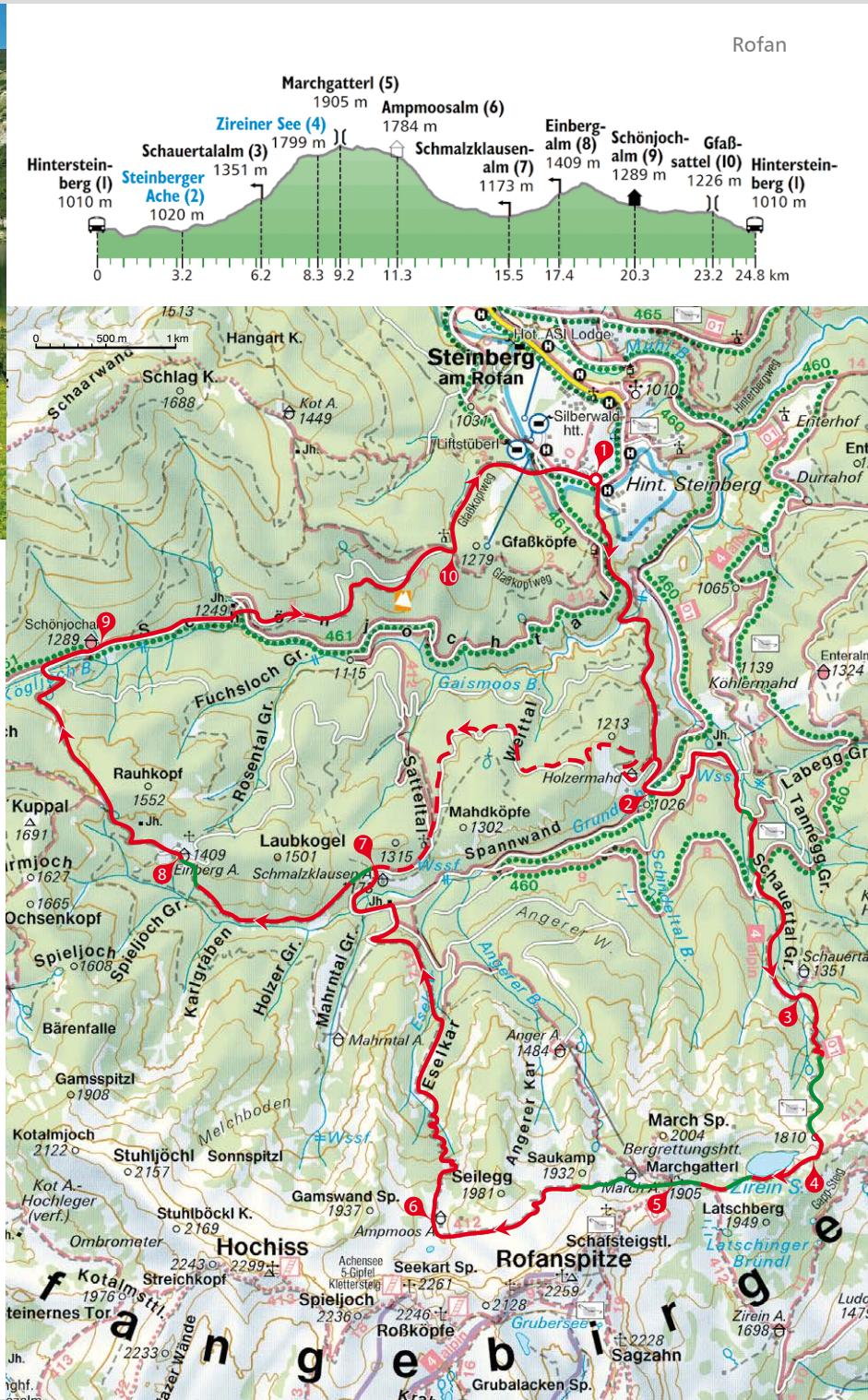
Trails zum Träumen – der Zireiner See liegt in einer Hochebene oberhalb des Schauertalsattels.

schen Fernwanderweg. Auf gut 1300 m Höhe erreicht ihr die idyllische Hochebene der Schauertalalm. Schon von Weitem ist das Holzgebäude zu sehen, im Hintergrund nach Süden steigen die von Baumgruppen durchzogenen Wände des Schauertalsattels auf. Da müsst ihr hin – also an der **Schauertalalm-Hütte (3)** 1351 m, vorbei, leicht nach unten und im Anschluss euch rechts haltend etwas ruppig und steil hinauf. Die letzten Meter zwingen zum Gehen. Oben angekommen gönnst ihr euch einen Blick nach Norden – weit und gewaltig öffnet sich das Tal bis hinüber zum Guffert. Ihr folgt dem Weg 26 zum Schauertalkar (Holzschild in Bodennähe) und im Anschluss daran der Beschilderung zum Zireiner See. Die Gegend nimmt die Sinne gefangen – helle Mooswiesen, vereinzelte Felsgrüppchen und dann im Hintergrund die mächtigen Felsformationen der Rofanspitze. Öfter stehen

bleiben und genießen ist Pflicht. Am Wegkreuz lauft ihr rechts und passiert den **Zireiner See (4)** auf seiner Südseite. Schade, wenn man nur daran vorbeiläuft – das einsame Gewässer lädt förmlich dazu ein, die Füße hinein- und innezuhalten. Auch wenn ihr erst 8 Kilometer hinter euch habt.

Die nächste Station heißt **Marchgatterl (5)**, 1905 m. Der holprige Weg dorthin leitet zwischen Marchspitze, 2004 m, und Rofanspitze, 2259 m, hindurch. Bis zum Sattel zwingt der holprige Untergrund immer wieder ins Gehtempo. Achtet hinter dem Gatter gut auf den Wegverlauf. Die Wiesenstrasse fällt etwas undeutlich nach links ab in Richtung Ampmoosalp und umrundet nördlich die häufig ausgetrocknete Hirschlacke. Der ungemütliche Teil des Weges endet nach einer Zwischenerhebung. Obwohl das Element Fels in dieser wilden Region überwiegt, erweist sich der An-

entnommen aus dem Rother Trailrunning Guide
Münchner Berge
von Andreas Purucker · Christian Reichart
ISBN 978-3-7633-3149-9





Auf die Spitze getrieben – Trail entlang des Rofan-Hauptkamms, ganz im Hintergrund der Zacken der Hochiss.

schluss-Trail als überraschend sanft. Zeit, die imposante Landschaft in sich aufzusaugen: Links ragt das fulminante Massiv der Rofanspitze auf, deren gezackter Kamm sich fortsetzt zur Seekarlspitze, 2261 m, und zum auffallenden Gipfel der Hochiss, 2299 m. Eine weite Rechtskurve später und einige Höhenmeter tiefer tauchen die geduckten Gebäude der **Ampmoosalm (6)** auf. Der Wiesenpfad verläuft direkt zwischen den urigen Häusern hindurch. Nun steht ein Szenenwechsel bevor: Der geröllige, steile Anschlusssteig fällt 500 Höhenmeter ins **Eelskar** ab. Heidekraut und Alpenrosen ziehen den Wegrand, schroffe Abbrüche wechseln sich mit Nadelbaumgruppen ab – eine anstrengende Bergabpassage und ein Bremskrafttest. Durch Bergwald hindurch erreicht der Wegverlauf einen **Holz-**

entnommen aus dem Rother Trailrunning Guide
Münchner Berge
von Andreas Purucker · Christian Reichart
ISBN 978-3-7633-3149-9

Rofan

schüssigen Wiesenhangs, an dessen Fuß die Grundache plätschert. Nach 1,5 Kilometern treffen sich Steig und Bachbett, ab hier geht es nochmal ordentlich hinauf – inmitten satter Wiesen und Nadelbaumgruppen bis zur **Einbergalm (8)**. Je nach Kraftreserven zwingt einen der steile Anstieg zum Gehen. Das letzte Stück über die Almwiese erweist sich ohne eindeutige Spur. Dafür ist der weitere Verlauf umso klarer: beim Almgebäude links auf die Forststraße bis zur nächsten Gabelung, dort halb rechts und wenig später über die Serpentinenabkürzung zum steil hinaufführenden, steinigen Fahrweg.

Oben am bewaldeten **Sattel** ist eine Verschnaufpause angesagt – ihr seid von der Schmalzklausenalm gerade noch einmal gute 300 Höhenmeter hinaufgelaufen und befindet euch wieder auf etwa 1500 m Höhe. Die Hauptanstiege liegen damit hinter euch, und ihr könnt locker auf dem breiten Weg ins Gaismoosbachtal hinab traben. Unten geht es an der Kreuzung links und anschließend

rechts auf breitem Forstweg zur bewirtschafteten **Schönjochalm (9)**, 1289 m. Wer bislang keine Rast eingelegt hat, hat sie spätestens jetzt verdient.

Auf zum Endspurt über 4 Kilometer: auf dem Zufahrtsweg zur Alm bergab bis zur **Brücke über den Gaismoosbach**. Dort wechselt man links auf den Gfaßkopfsteig (Schild) und gewinnt auf dem Pfad wieder einige Höhenmeter zu einem höher verlaufenden Almweg. Hier haltet ihr euch rechts und folgt wenig später dem Schild nach Steinberg auf einem schmalen Parallel-Trail. Der Blick zurück nach Süden präsentiert noch einmal die Felswände des Rofangebirges, unter denen ihr entlanggelaufen seid. Ihr erreicht wieder den Almweg und kurz darauf den bewaldeten **Gfaßsattel (10)**. Von hier geht es geradeaus hinab zum Ortsrand von **Steinberg** und zur alten Liftanlage. Ihr quert Skipiste und Liftrasse, stoßt auf die Anwohnerstraße und lauft dort die letzten Meter nach rechts zum Ausgangspunkt in **Hintersteinberg (1)**.

Großer Bruder – der Achensee ist nicht weit entfernt und lädt nach der Tour zu weiteren Unternehmungen ein (siehe auch Tour 23).

