



BERGSTEIGER DÖRFER

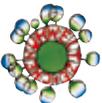


Mallnitz

Perle im Nationalpark Hohe Tauern



Die Bergsteigerdörfer sind eine Initiative der Alpenvereine. Österreichischer Alpenverein, Deutscher Alpenverein, Alpenverein Südtirol, Slowenischer Alpenverein (Planinska zveza Slovenije), Italienischer Alpenverein (Club Alpino Italiano) und Schweizer Alpen-Club betreiben gemeinsam die Weiterentwicklung der Bergsteigerdörfer, welche seit 2016 zudem ein offizielles Umsetzungsprojekt der Alpenkonvention sind.



– produziert nach den Richtlinien des Österreichischen Umweltzeichens, Gugler GmbH, UW-Nr. 609, www.gugler.at



PurePrint® by gugler®
drucksinn.at

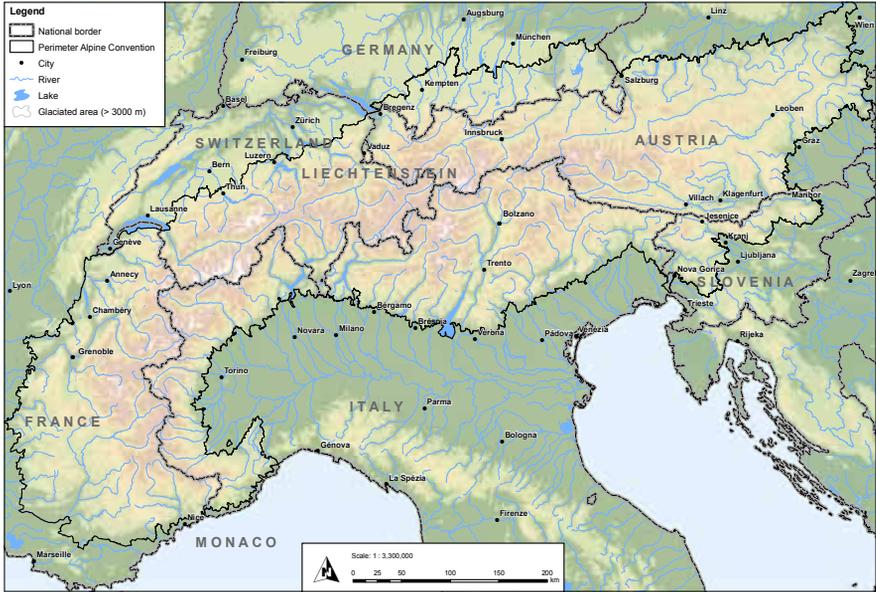


Inhalt

Bergsteigerdörfer. Mosaiksteine einer gelebten Alpenkonvention	4
Vorworte	6
Mallnitz – Perle im Nationalpark Hohe Tauern	8
Geschichtliches	10
Besonderheiten	12
Tourentipps Sommer	16
Säuleck-Klettersteig (inkl. Topo)	28
Tourentipps Winter	30
Alternativen für weniger gutes Wetter	35
Anreise	36
Mobilität vor Ort	37
Partnerbetriebe	38
Schutzhütten	39
Wichtige Adressen	40
Wanderkarten	41
Impressum, Bildnachweis, Literatur	42
Richtiges Verhalten in den Bergen	43



Bergsteigerdörfer. Mosaiksteine einer gelebten Alpenkonvention



Anwendungsbereich der Alpenkonvention; Quelle: 2. Alpenzustandsbericht der Alpenkonvention – Wasser, 2008; Autor: Umweltbundesamt Österreich.

Die Alpenkonvention – ein völkerrechtlicher Vertrag der acht Alpenstaaten und der Europäischen Gemeinschaft; eine Vereinbarung mit höchsten Zielsetzungen für die nachhaltige Entwicklung im alpinen Raum, ein Meilenstein in der Geschichte des Umweltschutzes ... möchte man meinen. Ganz so ist es aber leider nicht. Seit den 1950er-Jahren, in denen die Idee zur Alpenkonvention erstmals in den Gründungsdokumenten der internationalen Alpenschutzkommission CIPRA aufscheint, bis zum Inkrafttreten 1995 und bis zum Beginn der Umsetzung 2002 war und ist es ein langer Weg. Aber gerade jetzt, wo die sozialen Probleme der Welt jeden Umweltschutzgedanken mehr denn je in den Hintergrund drängen, gewinnt die Alpenkonvention als Entwicklungsinstrument neue Bedeutung. Es

gilt, die Protokolle der Alpenkonvention wo auch immer möglich anzuwenden, nicht nur im Rahmen von Genehmigungsverfahren, sondern insbesondere im Hinblick auf innovative Ideen für eine nachhaltige wirtschaftliche Entwicklung auf lokaler Ebene.

Der Österreichische Alpenverein war maßgeblich am Zustandekommen der Alpenkonvention mit ihren Protokollen beteiligt. Seit jeher versucht er, die Alpenkonvention für die breite Öffentlichkeit fassbar zu machen, sie von dem – zugebenermaßen zum Teil sehr komplizierten – Juristenlatein loszulösen und in ganz konkreten Projekten mit der Bevölkerung umzusetzen.

Eines dieser Beispiele ist die Initiative „Bergsteigerdörfer“. Im mittlerweile internationalen Projekt legen die Alpenvereine bereits

bei der Auswahl der Bergsteigerdörfer in Österreich, Deutschland, Italien, Slowenien und der Schweiz besonderes Augenmerk auf die Geschichte der Gemeinden, auf ihre Entscheidungen in der Vergangenheit und ganz besonders auf ihre zukünftigen Entwicklungsziele. Denn nicht jedes Bergsteigerdorf aus den Anfangsjahren des Alpentourismus ist bis heute ein solches geblieben. Viele Gemeinden haben sich ganz dem Wintertourismus verschrieben, haben die Berghänge planiert, entwässert, Speicherseen gegraben, gesprengt, Seilbahnen errichtet, Hotelburgen gebaut – „alles für den Gast“. Für die ortsansässige Bevölkerung resultiert daraus die Abhängigkeit von einem sich immer schneller drehenden Erschließungs-Kapital-Kreisel, dessen Höhepunkt noch nicht erreicht scheint.

Mit den Bergsteigerdörfern nehmen sich die projekttragenden Alpenvereine mit den Sektionen und dem Ständigen Sekretariat der Alpenkonvention sowie mit Hilfe anderer Partner aus öffentlicher Verwaltung und Tourismus jener Gemeinden an, die sich bewusst für eine nachhaltige, eigenständige und selbstbewusste Entwicklung entschieden haben. Merkmale aller Bergsteigerdörfer sind ihre Kleinheit und Ruhe, ihre Lage im Alpenraum mit einer entsprechenden Reliefenergie, ihr harmonisches Ortsbild, ihre alpine Geschichte, ihre gelebten Traditionen und ihre starke Alpinkompetenz.

Zusammen mit den Sektionen des Alpenvereins wird an einer umfangreichen Angebotspalette an Aktivitäten, die ohne technische Hilfsmittel auskommen, gearbeitet. Je nach Charakter des Bergsteigerdorfes kann sich der Gast in einer weitestgehend unverbrauchten Landschaft aktiv erholen: Wandern, Bergsteigen, Klettern, Bouldern, Skitourengehen, Schneeschuhwandern, Langlaufen und Ro-

deln stehen auf dem Programm. Auch abseits des Bergsports ist einiges geboten: Mit geführten geologischen oder ornithologischen Wanderungen, Besuchen von Bergwerkstollen, Museen und alten Werkstätten gibt es eine Vielzahl von Möglichkeiten. Oft reichen aber auch schon ein warmes, trockenes Plätzchen am Ofen, eine Tasse Tee und ein gutes Buch, zum Beispiel über die Alpingeschichte der Region, um einen verregneten Nachmittag zu genießen.

Kurzum, die Bergsteigerdörfer sollen eine Gästeschicht ansprechen, die sich Urlaubsorte aussucht, in denen es noch einigermaßen „normal“ zugeht. Gäste, die einen Aktivurlaub in der Natur erleben wollen, die Eigenverantwortung und Umweltbewusstsein mitbringen oder zumindest sehr offen dafür sind. Und mit dem Besuch in einem der Bergsteigerdörfer entsteht eine echte Symbiose: Denn während der Gast endlich den Alltag hinter sich lassen kann, werden in den Gemeinden Arbeitsplätze gehalten, können kleine Gastronomiebetriebe ihr Auskommen finden, werden Nächtigungen auf Schutzhütten gebucht, findet das regionale kulinarische Angebot seine Abnehmer – und genau DAS entspricht einer gelebten Umsetzung der Alpenkonvention – die Balance zwischen Schutz der Gebirgsregionen und einer nachhaltigen Wirtschaftsentwicklung. Oberstes Ziel ist es, die Wertschöpfung in der Region zu halten und nicht an regionsfremde Investoren abzugeben.

Die Zeit wird zeigen, ob sich Geduld und Fleiß auszahlen werden, aber wir – das internationale Projektteam Bergsteigerdörfer – sind davon überzeugt: Die Bergsteigerdörfer können eine echte Vorreiterrolle für die Umsetzung der Alpenkonvention im Alpenraum einnehmen.

Herzlich willkommen in Mallnitz!



Als Bürgermeister der Nationalparkgemeinde Mallnitz freut es mich, dass unser Ort vom Österreichischen Alpenverein ausgewählt wurde, in die Reihen der österreichischen Bergsteigerdörfer aufgenommen zu werden. Es ist ein Zeichen dafür, dass Mallnitz für alle Bergsteiger und Bergsteigerinnen ein lohnenswertes und authentisches Ziel mit exzellenten alpinen Möglichkeiten in allen Schwierigkeitsgraden ist, von der leichten Wanderung am ebenen Talboden bis hin zum Klettersteig im Reich der Dreitausender.

Ein weitläufiges Wanderwegenetz steht dem Alpentouristen ebenso zur Verfügung wie eine Reihe echter alpiner Schutzhütten, die dem Gast am Berg eine attraktive Beherbergung bieten. Das alles in einer beeindruckenden und vielfältigen Gebirgslandschaft, mitten im Nationalpark Hohe Tauern.

Die mehr als 100-jährige Tradition als Bergsteigerdorf hat dem Ort viel alpine Kompetenz verliehen, die Menschen hier aber auch erkennen lassen, dass mit den natürlichen Ressourcen vorsichtig umzugehen ist. Mallnitz hat sich daher in seiner touristischen Philosophie der Nachhaltigkeit und dem Erhalt der natürlich gewachsenen Strukturen verschrieben. So stehen die touristischen

Zielsetzungen von Mallnitz im Einklang mit dem Nationalpark Hohe Tauern und der Bewahrung der landschaftlichen Qualität.

Als „Alpine Pearls-Gemeinde“ sind wir zudem bemüht, den Tourismus nach klimaneutralen Gesichtspunkten auszurichten. Die Einschränkung des Individualverkehrs bedeutet für unsere Gäste jedoch ein Mehr an komfortabler, öffentlicher Mobilität im Ort und in der Region. Wir sind stets bemüht, das Wandertaxinetz auszubauen und noch attraktiver zu gestalten, damit alle alpinen Wanderziele auch bequem und ohne eigenes Auto erreichbar sind.

Ein Urlaub im Bergsteigerdorf Mallnitz bedeutet daher alpines Erlebnis im Einklang von Mensch und Natur.

Mit freundlichen Grüßen,

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'G. Novak', written in a cursive style.

Bürgermeister
Günther Novak

Alpenverein & Bergsteigerdorf Mallnitz



Als Mallnitz im Jahr 2008 als eines der ersten Dörfer in den Kreis der Bergsteigerdörfer aufgenommen wurde, leitete ich das Jugendteam des Alpenvereins und durfte bei der Gründungskonferenz in Ginzling dabei sein. Mallnitz hat langjährige Tradition im Alpinismus, bereits im Jahr 1762 erfolgte die Erstbesteigung des Ankogels als erster Dreitausender in den Ostalpen. Vor 150 Jahren wurde der Deutsche Alpenverein gegründet und die Deutschen Alpenvereinssektionen begannen Wege in und um Mallnitz zu erschließen.

Seitdem steht Gästen und Einheimischen ein großes Netz an Wanderwegen Verfügung. Und als Nationalparkgemeinde, Mitglieds-gemeinde der „Alpine Pearls“ und Klimabündnis-gemeinde ist man stets bemüht, nachhaltig für uns und unsere Kinder unsere Natur und Lebensqualität zu erhalten.

Durch diese Kette von einzelnen, sich in der Wirkung aber bestens ergänzenden Initiativen hat sich unser Bewusstsein gewandelt. Als ÖAV Bergsteigerdorf und Alpine Perle erscheint es als selbstverständlich für Mallnitz, dass das Wandertaxi für umweltfreundliche Mobilität sorgt. Die Elektrofahrräder gehören bereits ebenso zum gewohnten Ortsbild. Und auch die Gästestruktur beginnt sich zu wandeln. Das sommerliche Ortsbild ist seit

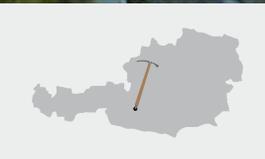
einigen Jahren wieder deutlich mitgeprägt von Menschen mit bergsteigerischer Ausrüstung. Einen großen Teil dieser touristischen Renaissance verdanken wir den Bemühungen der Nationalparkverwaltung und deren Tourismusabteilung. Ein weiterer Teil ist der Arbeit der Kooperation Alpine Pearls zu verdanken. Einen besonders wichtigen Anteil an diesem Erfolg lässt sich aber auf die Arbeit der ÖAV Bergsteigerdörfer zurückführen, wofür wir in Mallnitz sehr dankbar sind.

Alles Gute,

Maria Wohlgemuth
Obfrau ÖAV Sektion Mallnitz

Mallnitz

Perle im Nationalpark Hohe Tauern



LAGE

Das unmittelbar südlich des Alpenhauptkammes in Kärnten liegende Mallnitz besteht aus vier Tälern: Dem eigentlichen Mallnitztal, dem Seebachtal – mit 14 km längstes Seitental – sowie dem Tauern- und Döseener Tal.

DIE GEMEINDE

Der Ort selbst liegt im nach Süden offenen Mallnitz-Hochtal, einem ebenen Tal auf 1.200 Metern Seehöhe, welches von acht Dreitausendern und über 20 weiteren Gipfeln knapp unter 3.000 m umgeben ist. Bestehend aus den vier Ortschaften Mallnitz (1.190 m), Stappitz, Rabisch, und Dösen leben hier 767 Personen (Stand 2021). Höchster Punkt im Gemeindegebiet ist die Hochalmspitze auf 3.360 m.

WICHTIGE GIPFEL

Hochalmspitze (3.360 m)
 Großelendkopf (3.319 m)
 Ankogel (3.250 m)
 Säuleck (3.086 m)

Schneewinklspitze (3.015 m)
 Mares'ns Spitze (2.915 m)
 Geiselkopf (2.974 m)
 Gamskarlspitze (2.833 m)



GEBIRGSGRUPPEN

Hohe Tauern

- Ankogelgruppe
- Goldberggruppe
- Reißeckgruppe

ALPENVEREINSHÜTTEN

Arthur-von-Schmid-Haus (2.272 m)

(N 46° 59,351', O 13° 16,036')

ÖAV-Sektion Graz

Hannoverhaus (2.566 m)

(N 47° 2'26.19", O 13°12'55.69")

Deutscher Alpenverein

Hagener Hütte (2.446 m)

(N 47° 1,651', O 13° 5,378')

DAV-Sektion Hagen

Mindener Hütte (2.428 m)

(N 47° 1,427', O 13° 9,309')

DAV-Sektion Minden

Celler Hütte (2.237 m)

(N 47° 1,162', O 13° 16,148')

DAV-Sektion Celle

Böseckhütte (2.594 m)

(N 46° 59,159', O 13° 06,579')

DAV-Sektion Mülheim an der Ruhr

In der näheren Umgebung befinden sich weitere Schutzhütten wie die Kattowitzer Hütte, die Gießener Hütte, die Duisburger Hütte, das Niedersachsenhaus, das Weißseehaus, die Osnabrücker Hütte sowie die Polinik Hütte.

Geschichtliches



Die Geschichte von Mallnitz ist eng mit seiner geografischen Lage verbunden. Bereits seit Jahrtausenden wurden die Alpenpässe bei Mallnitz als Übergang benutzt, erste Funde lassen sich 5.000 Jahre zurückdatieren.

Funde keltischer Silbermünzen beiderseits des Mallnitzer Tauern belegen die Existenz von Handelsrouten seit dem 3. vorchristlichen Jahrhundert. Im 2. Jahrhundert nach Christus waren es die Römer, die den Mallnitzer Tauern als wichtigen Passübergang nutzten, Römische Feldherren ließen hier die ersten befestigten Passstraßen errichten. Der Einfall der Slawen um 600 nach Christus be-

reitete der römischen Vorherrschaft ein Ende, aus dieser Zeit lässt sich auch der Ortsname Mallnitz ableiten. Das frühslawische „Malinica“ kann als „kleine Möll“ gedeutet werden. Die Region des Mölltals war nur spärlich besiedelt, bis im Mittelalter die Blütezeit des Siedlungsbaus einsetzte. Auch die Tauernübergänge gewannen erneut an Bedeutung, und so war es wiederum die geografische Lage von Mallnitz am Übergang zum Gastenertal, die entscheidend zur Entwicklung beitrug. Durch die „Säumerei“ fand ein Großteil der Mallnitzer Bevölkerung eine einträgliche Einkommensquelle zusätzlich zur Landwirtschaft. Grundlage für den Saumhandel bildeten der Salztransport aus den Salinen im Norden nach Süden sowie später der Transport von Wein und anderen Waren nach Norden. Die schweren Fuhrwerke wurden auf Pferde und Maultiere umgeladen, um die Waren über den Tauern ins benachbarte Gastenertal zu bringen.

Erst 1909 wurde die Tauernbahn eröffnet und mit der Anbindung an den internationalen Bahnverkehr verbesserte sich die Erreichbarkeit von Mallnitz wesentlich. Dadurch war auch eine wichtige Grundlage für die Entwicklung des Tourismus in Mallnitz gegeben. So ist es wenig verwunderlich, dass in Mallnitz die erste Skischule Kärntens entstand und Ende der 40er Jahre ein erster Sessellift errichtet wurde.

Trotz dieser frühen touristischen Nutzung hat sich Mallnitz seinen ursprünglichen Charme bewahrt und setzt heute als Nationalparkgemeinde und Bergsteigerdorf auf Sanften Tourismus, Naturerlebnis und die

Buchtipps:

Glantschnig, Erich: Alpingeschichte kurz und bündig – Bergsteigerdorf Mallnitz;

Hrsg.: Österreichischer Alpenverein; Innsbruck 2011, 118 Seiten.

Erhältlich im Info- und Buchungcenter Mallnitz.

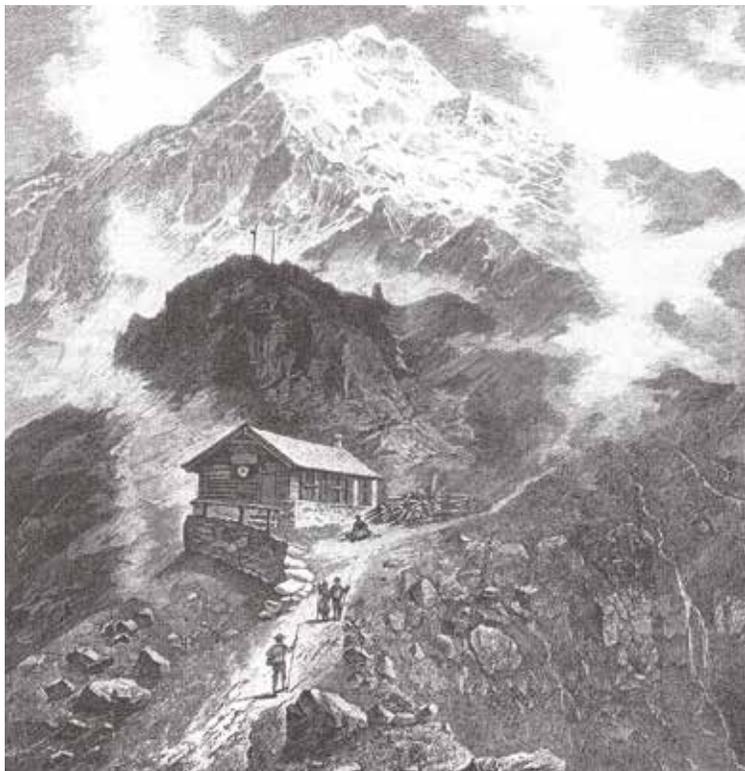
Naturschönheiten, die bereits vor 100 Jahren die Touristen nach Mallnitz lockten.

Alpingeschichte

Schon sehr früh entdeckten auch Bergsteiger, vor allem aus dem Norden Deutschlands, die wunderschöne Bergwelt rund um Mallnitz. Die Sektionen des Deutschen und Oesterreichischen Alpenvereines waren es auch, die in den bis dahin unerschlossenen Gebirgsgruppen rund um Mallnitz ihre Schutzhütten und Wege errichteten. Die Hüttennamen würdigen den Einsatz und die mühevollen Arbeit der Sektionen, die sich zum Großteil seit mehr als hundert Jahren in Mallnitz engagieren. Die erste Hannoverhütte wurde bereits 1888 erbaut, die übrigen Hütten rund um

Mallnitz wurden in den ersten Jahren nach Eröffnung der Tauernbahn errichtet. Unter den vielen Bergtouristen befand sich auch Edmund Mojsisovics von Mojsvár, einer der Mitbegründer des Alpenvereins. Mojsisovics kam Jahr für Jahr als Urlaubsgast nach Mallnitz und verbrachte anschließend hier seinen Ruhestand.

Die ersten Gipfel rund um Mallnitz wurden allerdings bereits lange vor der touristischen Erschließung bestiegen. Schon 1762 wurde der Ankogel (3.250 m) vom Anlaufstal aus durch den Bauern Patschg bestiegen, was als früheste Besteigung eines Dreitausenders im Alpenraum gilt. Die frühe alpinistische Erschließung dieser Region gipfelte in der Besteigung der Hochalm Spitze im Jahr 1855.



Erste Hannoverhütte,
Holzstich um 1890

Besonderheiten



Der Nationalpark Hohe Tauern ist das größte zusammenhängende Schutzgebiet der Alpen.

Nationalpark Hohe Tauern

Der Nationalpark Hohe Tauern ist mit 1.856 km² das größte Schutzgebiet der Alpen und der größte Nationalpark Mitteleuropas. Drei österreichische Bundesländer – Salzburg, Tirol und Kärnten – haben Anteil am Nationalpark Hohe Tauern. Sie beschlossen 1971 mit der „Vereinbarung von Heiligenblut“ die Errichtung des Nationalparks. Es sollte aber 10 Jahre dauern, bis in Kärnten der erste Nationalpark Österreichs schließlich verwirklicht wurde. 1983 folgte Salzburg und 1991 auch Tirol. Bemerkenswert ist, dass der Nationalpark fast ausschließlich auf privatem Grundbesitz liegt.

Der Kärntner Teil des Nationalparks erhielt 2001 die internationale Anerkennung durch die Weltnaturschutzorganisation IUCN, nachdem 75% der Kernzone außer Nutzung gestellt wurden. Der gesamte Nationalpark

Hohe Tauern wurde im Jahr 2006 als Schutzgebiet der Kategorie II („Schutzgebiet, das hauptsächlich zur Erhaltung von Ökosystemen und zu Erholungszwecken verwaltet wird“) anerkannt. Interessant erscheint auch, dass der Nationalpark Hohe Tauern, der Naturpark Rieserferner Ahrn und der Hochgebirgs-Naturpark Zillertaler Alpen gemeinsam mit 2.500 km² den größten länderübergreifenden Schutzgebietsverbund Europas darstellt.

Wilde Urlandschaften und die alte, bäuerlich geprägte Kulturlandschaft tragen zum vielfältigen Erscheinungsbild des Nationalparks bei. Österreichs höchste Berggipfel mit ihren Gletschern sowie steile Felsformationen und imposante Wasserfälle prägen das Aussehen des Nationalparks, der mit seiner Vielfalt an Lebensräumen Habitate für zahlreiche bedrohte und seltene Tier- und Pflanzenarten bietet.

Nationalpark Hohe Tauern – Besucherzentrum Mallnitz

Das Besucherzentrum bietet den idealen Einstieg für Abenteuer im Nationalpark Hohe Tauern. Die Ausstellung bringt die Besonderheiten der Natur im Nationalpark zum Greifen nahe. Ob animierter Bergsturz, klitzekleine Überlebenskünstler, geheimnisvolle Wildnis oder artenreiche Tierwelt. Zusätzlich können Neugierige aller Altersstufen im inkludierten „Ranger-lab“ wertvolles Wasser an spannenden Experimentierstationen selbst in die Rolle der Forschenden schlüpfen. Es werden auf Anfrage auch gerne Führungen durch die Ausstellung angeboten. Natur erforschen in den Ranger-labs – diese Forscherwerkstätten stehen ganz unter dem Motto „von der Natur lernen“. In den buchbaren Workshops kann selbst erforscht, experimentiert und ausprobiert werden.

Alpine Pearls

Die „Alpine Pearls“ umfassen Urlaubsorte im Alpenraum, welche besonders auf die umweltfreundliche Anreise mit Bahn und Bus setzen und eine möglichst uneingeschränkte Mobilität vor Ort garantieren.

Gleich wie die Bergsteigerdörfer sind auch die Alpine Pearls ein offizielles Umsetzungsprojekt der Alpenkonvention.

Wer in Mallnitz in einem Alpine Pearls Mitgliedsbetrieb nächtigt, wird kostenlos vom Bahnhof abgeholt und wieder hingebacht und kann mit dem Mobilitätspass viele Vorteile genießen: Kostenloser Wanderbus, Gratis-Verleih von Bikes, ermäßigte Preise bei E-Bikes, kostenlose Wanderungen aus dem Wochenprogramm.

Fast alle Bergsteigerdörfer Partnerbetriebe sind ebenfalls Alpine Pearls Partner.

Tauernhöhenweg

www.tauernhoeehenwege.org

Der ebenso schöne, wie faszinierende Tauernhöhenweg ist einer der eindrucksvollsten hochalpinen Übergänge der Alpen. Alle am Alpenhauptkamm gelegenen Gebirgsgruppen wie Ankogel-, Goldberg-, Glockner- und Granatspitzgruppe werden dabei durchquert.

Das hintere Seebachtal mit der Hochalm Spitze.



Sechs Tagesetappen dauert diese anspruchsvolle ca. 70 km lange Überschreitung des Tauernhauptkammes von Heiligenblut bis nach Malta. Am Weg bieten sich zahlreiche Möglichkeiten für Gipfelbesteigungen, wie zum Beispiel der Hocharn (3.254 m) oder der Sonnblick (3.105 m).

Die einzelnen Etappen erfordern alpine Erfahrung und absolute Trittsicherheit, da teilweise vergletscherte Passagen und ausgesetzte Grate zu meistern sind. In Mallnitz führt der Tauernhöhenweg (Weg 502) von der Duisburger Hütte am Mölltaler Gletscher zur Hagener Hütte und weiter zum Hannoverhaus. Die letzte Etappe in Mallnitz führt zur Osnabrücker Hütte, wobei als Variante die Überschreitung des Ankogels mit einem schönen Gratanstieg und einem herrlichen Panorama aufwarten kann.

Von der Osnabrücker Hütte steigt man hinab zum Kölnbreinspeicher ins Bergsteigerdorf Malta im Maltatal.

Mallnitz Circuit

Mallnitz lässt sich in einer vier- bis sechstägigen, hochalpinen Trekkingtour großzügig umrunden. Diese Tour, die so mancher berühmten Weitwanderoute in den Weltbergen wohl kaum nachsteht (und als Training dafür genutzt werden kann!) folgt von Mallnitz über die Häusleralm, die unbewirtschaftete Böseckhütte bis zur Biwakschachtel auf der Feldseescharte, dem Westerfrölkeweg, anschließend über die Hagener und die Mindener Hütte bis zum Hannoverhaus am Tauernhöhenweg. Über den Celler Weg wird die Celler Hütte und die Lassacherwinkelscharte (versichert, Klettersteig Schwierigkeit C) erreicht. Nun entweder über den Detmolder Grat oder via Gießener Hütte und Mallnitzer Scharte zum Arthur-von-Schmid-Haus und durchs Döesener Tal hinab nach Mallnitz.

Alpe-Adria-Trail – Wandern im Garten Eden

Der Alpe-Adria-Trail verbindet die drei Regionen Kärnten, Slowenien und Friaul-Julisch Venetien auf insgesamt 43 Etappen. Der Weitwanderweg führt vom Fuße des höchsten Berges Österreichs, dem Großglockner, durch die schönsten Kärntner Berg- und Seengebiete zum Dreiländereck und weiter bis zur Adria bei Muggia. Genusswandern steht am Alpe-Adria-Trail im Vordergrund. Der Alpe-Adria-Trail verläuft im nicht alpinen Bereich und soweit möglich mit geringem Höhenunterschied. Die Etappen sind bis zu 20 km lang und erfordern eine Gehzeit von rund 6 Stunden täglich. Der Weg erreicht Mallnitz vom Himmelbauer kommend und führt durch die Rabisch- und Groppensteinschlucht weiter nach Obervellach.

Historische Tauernübergänge

Besonders interessant sind die Tauernübergänge zwischen dem Mallnitzer- und Gasteinertal. Steinbeilfunde vom Naßfeld und vom Korntauern bezeugen, dass hier bereits in der Jungsteinzeit Menschen gelebt haben. Auch die Kelten überquerten hier den Tauern. Einzigartig sind die gut erhaltenen Straßentrasse aus der Römerzeit, die für den Handel errichtet wurden. Eine dieser Straßen führte über den Korntauern, der damit zu den höchsten Alpenübergängen jener Zeit zählt.

Margaretenpavillon am Winklerpalfen

Wie bereits im geschichtlichen Teil erläutert, zählt der Geologe und spätere Vizerektor der k. u. k. geologischen Reichsanstalt Edmund Mojsisovics von Mojsvár zu den Gründungsmitgliedern des Oesterreichischen und Deutschen Alpenvereins. Er lernte Mallnitz und seine Bergwelt in den 60er Jahren des 19. Jahrhunderts kennen und lieben. Alljährlich kehrte er nach Mallnitz zurück und ließ sich

nach seiner Pensionierung ständig hier nieder. Von seiner Villa konnte er den überwältigenden Ausblick auf den Ankogel und die Hohe Geisel genießen. 1907 starb Mojsvár in seiner Villa in Mallnitz. Schon zu seinen Lebzeiten wurde ihm zu Ehren der „Margaretenpavillon“ (um 1903) von der OeDAV-Sektion Mallnitz erbaut, der hoch über dem Tal auf dem Winklerpalfen thront und im Jahre 2005 vom Tourismusverein Mallnitz und der ÖAV-Sektion Mallnitz neu errichtet wurde.

In einer halben Stunde ist der Margaretenpavillon über einen Steig erreichbar. Die Aussicht von dort auf den Alpenhauptkamm ist schlichtweg überwältigend.

Hohe Tauern – die Nationalpark-Region in Kärnten

Hohe Tauern – die Nationalpark Region in Kärnten – ist ein ganz besonderes Stück Erde, das sich zwischen dem höchsten Gipfel Österreichs, dem Großglockner (3.798 m) und den azurblauen Badeseen Kärntens erstreckt.

In dieser Region tankt der Gast Kraft, spürt ihre Vitalität und genießt die Natur von ihrer schönsten Seite. Die Nationalpark-Region begeistert ihre Gäste im Sommer und im Winter mit Natur und Bergerlebnissen auf der Südseite der Alpen genussreich und vielfältig. Traumhafte intensive Bergpanoramen des Nationalparks, abwechslungsreiche Natur Aktiv- und Entspannungsangebote, vom Großglockner über Gipfeltrekking, magische Momente wie Wildtiersafari mit Nationalpark-Rangern bis hin zum Wildwassersport, begleitet von Hochgenuss-Kulinarik. Nachhaltigkeit und Authentizität sind mehr als nur Schlagwort in der Nationalpark-Region.

Unterwegs auf dem Säuleck



Tourentipps Sommer



WANDERUNGEN

Mallnitzer Talrundweg

Der Mallnitzer Talrundweg führt ausgehend vom Ortszentrum ohne nennenswerte Steigung sternförmig in die drei Mallnitzer Seitentäler – Tauern-, Seebach- und Döserer Tal – hinein und bietet sich somit ideal zum Kennenlernen der Bergwelt rund um Mallnitz an. Umso mehr, als an den jeweiligen Wendepunkten in den Tälern große Panoramatafeln einen perfekten Überblick über die weiteren Wandermöglichkeiten geben – im Talbereich, auf den Almen sowie im hochalpinen Bereich! Dauer für gesamten Rundweg: 4–5 Stunden, natürlich können auch nur einzelne Teilstrecken begangen werden (zwischen 1 und 2,5 Stunden).

Naturlehrpfad Seebachtal

Im Seebachtal beginnt direkt bei dem sehr schön gelegenen Stappitzer See der Naturlehrpfad Seebachtal, der durch das wildro-

mantische Tal bis zu den Trombachfällen führt, einer Reihe von eindrucksvollen Wasserfällen. Der idyllische Stappitzer See verdankt seine Entstehung einem großen späteiszeitlichen Bergsturz, durch den sich der See aufstauen konnte. Heute ist der See eine wichtige Raststation für Zugvögel. Die gemütliche Wanderung mit sehr geringen Höhenunterschieden dauert in etwa 3 Stunden, eine Einkehrmöglichkeit bietet die urige Schußnerhütte.

Wandern auf den Spuren der Römer

Im wahrsten Sinne des Wortes auf den Spuren der Römer wandert man von Mallnitz nach Sportgastein: der Weg folgt zum Teil der historischen Römerstraße über den Mallnitzer Tauern. An zwölf Haltepunkten wird auf Besonderheiten entlang des Weges hingewiesen. Dabei erfährt man nicht nur Wissenswertes zum römischen Straßenwesen, sondern gewinnt auch interessante Einblicke

in Wirtschaftswesen, Handel und Lebensweise der Römer in den Alpen.

Vom Parkplatz bei der Jamnigalm wandert man stetig bergauf zum Mallnitzer Tauern (2.448 m). Die nahe gelegene Hagener Hütte bietet sich dabei optimal für eine Übernachtung an, bevor es hinab nach Sportgastein geht. Von dort gelangt man mit Bus und Bahn wieder zurück nach Mallnitz.

Auskunft zu den Bus- und Zugfahrplänen unter www.oebb.at

Blockgletscherweg Dösener Tal

Auf dem Blockgletscherweg durch das Dösener Tal entdeckt man diese faszinierenden, noch wenig bekannten Naturphänomene. Aus dem Naturkundlichen Führer „Blockgletscherweg Dösener Tal“ erfährt man viel Wissenswertes über Temperaturentwicklung und Klimaschwankungen im Gebirge, den Permafrost und natürlich über die Entstehung und

die Eigenschaften von Blockgletschern. Die Wanderung führt vorbei an der Venezianer Säge, über den flachen Talboden entlang des Dösenbaches zur Konradhütte (1.618 m) und weiter zur Dösener Hütte (1.976 m). An der Egger Alm vorbei und über die malerischen „Lackenböden“ geht es hinauf über eine letzte Steilstufe zum Dösener See und zum Arthur-von-Schmid-Haus (2.272 m). Von der Schutzhütte aus erreicht man in einer halben Stunde das eigentliche Ziel der Wanderung, den Dösener Blockgletscher.

Blumenwanderung in den Pleschischg

Ausgehend von der Talstation der Ankogelbahn erreicht man in ca. 10 Minuten den Stapitzter See. Der Weg führt über die Roßalmen, anschließend entlang des Seebaches, der mit zahlreichen Wasserfällen beeindruckt, hinauf zu den Lassacher Almen (1.300 m). Von hier ist es nicht mehr weit zur Schwußnerhütte (Ein-

Arthur von Schmidhaus am Blockgletscherweg Dösener Tal.





Das Arthur-von-Schmid-Haus ist beliebtes Ausflugsziel und Ausgangspunkt für zahlreiche Bergtouren.

kehrmöglichkeit). Weiter geht es oberhalb des Pleschischgbaches über steile Serpentin hinauf in den florenreichen Pleschischg. Über den Törlriegel gelangt man schließlich zur unbewirtschafteten Celler Hütte (2.237 m). Von dort überblickt man sehr gut den gesamten Talschluss des Seebachtales. Die Aussicht auf die imposante Hochalm Spitze ist grandios! Die Wanderung bis zur Celler Hütte dauert etwa 6 Stunden, 1.000 HM sind zu überwinden. Alternativ kann diese Wanderung auch bei der Bergstation der Ankogelbahn bzw. beim Hannoverhaus begonnen und über den „Celler Weg“ die Celler Hütte erreicht werden. Abstieg wie oben beschrieben. Auch wenn der Großteil der Tour so absteigend zurückgelegt wird, darf sie konditionell keinesfalls unterschätzt werden!

BERGTOUREN

Lonzaköpf (2.318 m) – Lonzahöhe (2.171 m)

Zu dieser Bergtour startet man von Mallnitz über den Weg 139, der in steilen Serpentin hinauf zur unbewirtschafteten Häusleralm (1.872 m) führt. Von der Alm folgt man dem Weg, der den Hang querend in den breiten Sattel zwischen Lonzahöhe und Lonzaköpf führt. Weiter geht es unschwer nach Nordwesten über den Weg 143 zum Gipfel (1.130 HM, 3,5 Stunden).

Für den Abstieg kann alternativ die Runde über Lonzahöhe (2.171 m) und Lassacherhöhe (1.162 m) gewählt werden. Sehr lohnend ist auch der Weiterweg von der Lonzahöhe zum Alpengasthof Himmelbauer.

Buchtipps:

Österreichischer Alpenverein – Hrsg. (2009): Naturkundlicher Führer Blockgletscherweg Dösental, Naturkundlicher Führer zum Nationalpark Hohe Tauern, Bd. 21; 124 S.

Erhältlich über www.alpenverein.at/shop und im Info- und Buchungcenter Mallnitz.



Säuleck

Törlkopf (2.446 m) & Mares'nspitze (2.915 m)

Vom Gipfel des Auernigs bietet sich die Möglichkeit zur Wanderung auf den Törlkopf (ca. 300 HM, 1 Stunde) und auf die Mares'nspitze. Der Weg wurde im Jahr 2010 neu markiert. Die Länge der Tour (insgesamt 1.720 HM ab Mallnitz bzw. 1.320 HM ab der unbewirtschafteten Wolliggerhütte) mit einer Aufstiegsgezeit von ca. 5 Stunden sollte nicht unterschätzt werden. Kurz vor dem Gipfel gibt es einige ausgesetzte Stellen, Trittsicherheit und Bergerfahrung sind daher unbedingt erforderlich.

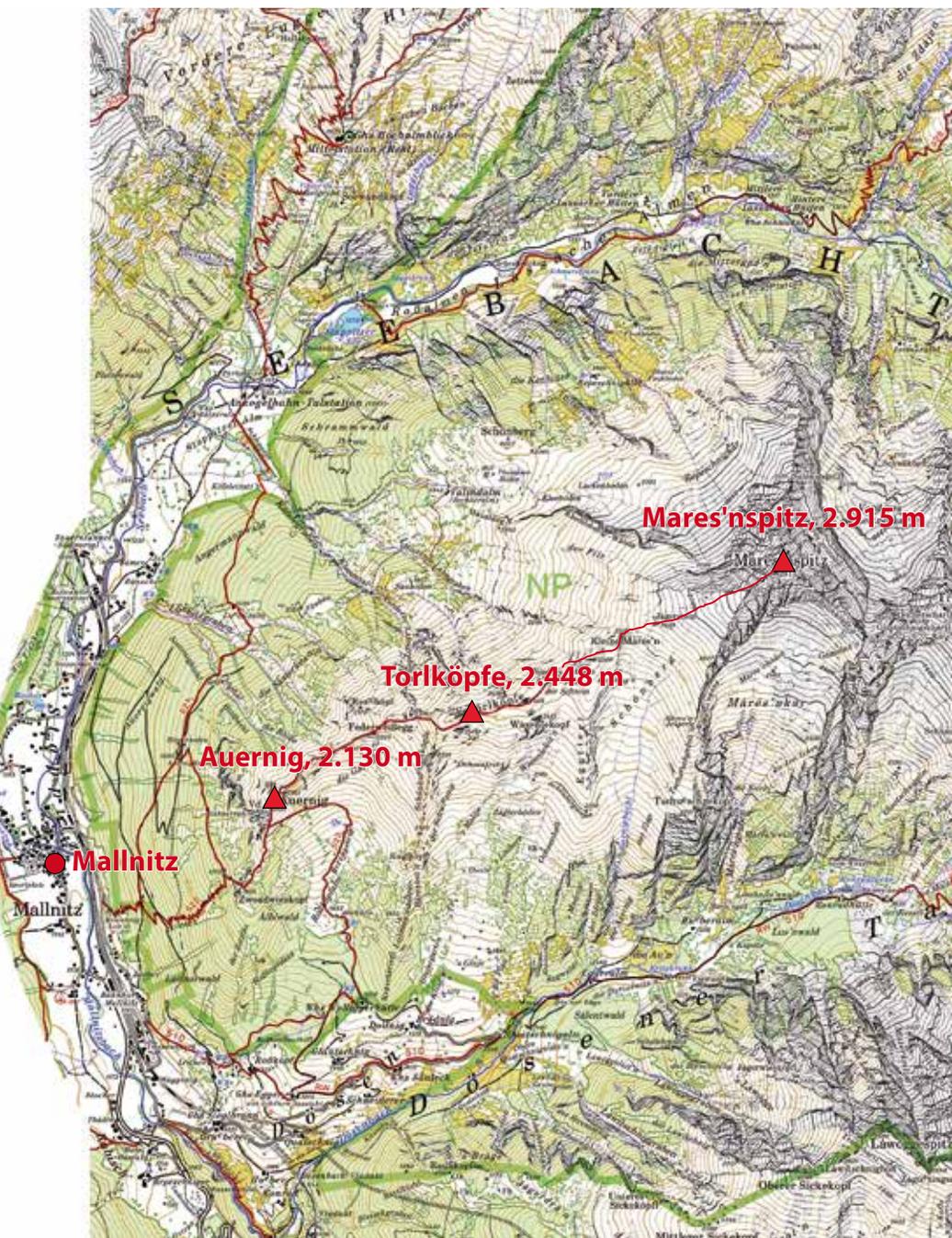
Am Gipfel wird man mit einer herrlichen Aussicht in das gesamte Seebachtal und ins Dösener Tal belohnt und bei guter Fernsicht blickt man von den Nördlichen Kalkalpen bis zu den Dolomiten.

Auernig (2.130 m)

Der Hausberg von Mallnitz kann ohne besondere Schwierigkeiten in etwa 2,5 Stunden bestiegen (1.000 HM) werden. Direkt vom Bahnhof geht es zuerst südlich den Hang querend leicht bergauf und dann an den höchstgelegenen Bauernhöfen von Mallnitz (1.519 m) zur unbewirtschafteten Wolliggerhütte (1.576 m). Hierher gelangt man mit dem Wandertaxi. Weiter dem Herzogsteig folgend über Almwiesen bis zum Grat und weiter auf den Gipfel des Auernig.

Von der Hagener Hütte über den Westerfölkeweg nach Mallnitz

Diese alpine bis hochalpine Wanderung nimmt von der Hagener Hütte bis nach Mallnitz ca. 10–12 Stunden Gezeit in Anspruch. Von der Hagener Hütte wenig ansteigend an



Seebachtal und Dösener Tal. Ausschnitt aus der Alpenvereinskarte Hochalmspitze - Ankogel, Nr. 44, Originalmaßstab 1:25.000.



Ausgehend von Mallnitz sind das Seebachtal, das Tauerntal und das Dörsener Tal DIE Wandertäler, die direkt in die Kernzone des Nationalparks Hohe Tauern führen.

Vor Ort werden geführte Touren mit Nationalpark Rangern und auch Bergführern angeboten.

Informationen gibt es im Besucherzentrum Mallnitz sowie im örtlichen Info- und Buchungszentrum.



Zwischen Häusleralm und Lonzaköpfel mit Blick auf das Mallnitzer Becken.



den Osthängen des Westerfölkkogels vorbei und anschließend unschwierig hinauf zur Feldseescharte (2.712 m). Nun von der Feldseescharte entlang des breiten Grates zum Gipfel des Feldseekopfes (2.864 m). In Kehren ein Stück hinunter dem Südgrat folgend zur Hinteren Astromscharte, die anschließend steiler werdend ins Astromkar mündet. Unter einer Felsnase vorbei und anschließend

steil bergauf zur Westlichen Oschenikscharte (2.564 m). Der Weg wird in weiterer Folge anspruchsvoller und führt durch den West-Abfall der Astromspitzen zur Östlichen Oschenikscharte und zur Böseckhütte (2.594 m). Am Mauternitzkopf vorbei bis zur Mauternitzscharte und von dort steil und ausgesetzt zum Törlkopf und über den breiten Kamm zum Laserzkopf. Nach dessen Überschreitung unterhalb des Lonzaköpfels vorbei, um anschließend in den Weg 139 zur unbewirtschafteten Häusleralm einzumünden. Nun die letzten Serpentinien hinunter nach Mallnitz.

Bitte bei dieser Tour folgendes beachten: Der 1932 errichtete Westerfrölkeweg wurde im Sommer 2012 wieder in Stand gesetzt und neu markiert. Allerdings kommt es auf etwa 600 Metern zwischen der östlichen Oschenikscharte und der Böseckhütte immer wieder zu Hangrutschungen und der Weg ist daher an dieser Stelle teilweise etwas schwierig zu begehen. Besondere Vorsicht ist bei Nebel angesagt. Wichtig ist es auch, für die Tour ausreichend



Unterwegs am Tauernhöhenweg

Trinkwasser mitzunehmen. Eine einfache Übernachtungsmöglichkeit (4 Lager) bietet die Böseckhütte. Ratsam ist es, einen ortsansässigen Bergführer für die Tour zu engagieren.

Auf dem Tauernhöhenweg

Am ersten Tag geht es vom Hannoverhaus am Etschsattel leicht absteigend in westlicher Richtung auf dem Göttinger Weg zum Luggtörl (2.384 m). Unterhalb des Korntauerns führt der Tauernhöhenweg auf dem durch wildes Blockgelände führenden Steig zur Mindener Hütte (2.428 m). Von dieser Selbstversorgerhütte geht es weiter zur Woisigen Scharte und anschließend zum äußerst anspruchsvollen Abschnitt unterhalb der Ostflanke der Rameter Spitze (Romatenspitze). Das letzte Stück zur Hagener Hütte ist wieder unschwierig. Diese erste Etappe erfordert etwa 7 Stunden Gehzeit (700 HM).

Wer am Höhenweg weiter zur Duisburger Hütte wandern will, nächtigt auf der Hagener Hütte. Alternativ kann man am nächsten Tag



auch von der Feldseescharte zur Jamnigalm (Wanderbus-Anschluss) absteigen. Für besonders konditionsstarke Bergsteiger bietet sich die Fortsetzung über den Westerfrölkeweg (siehe Seite 22) an.

Ankogel (3.250 m)

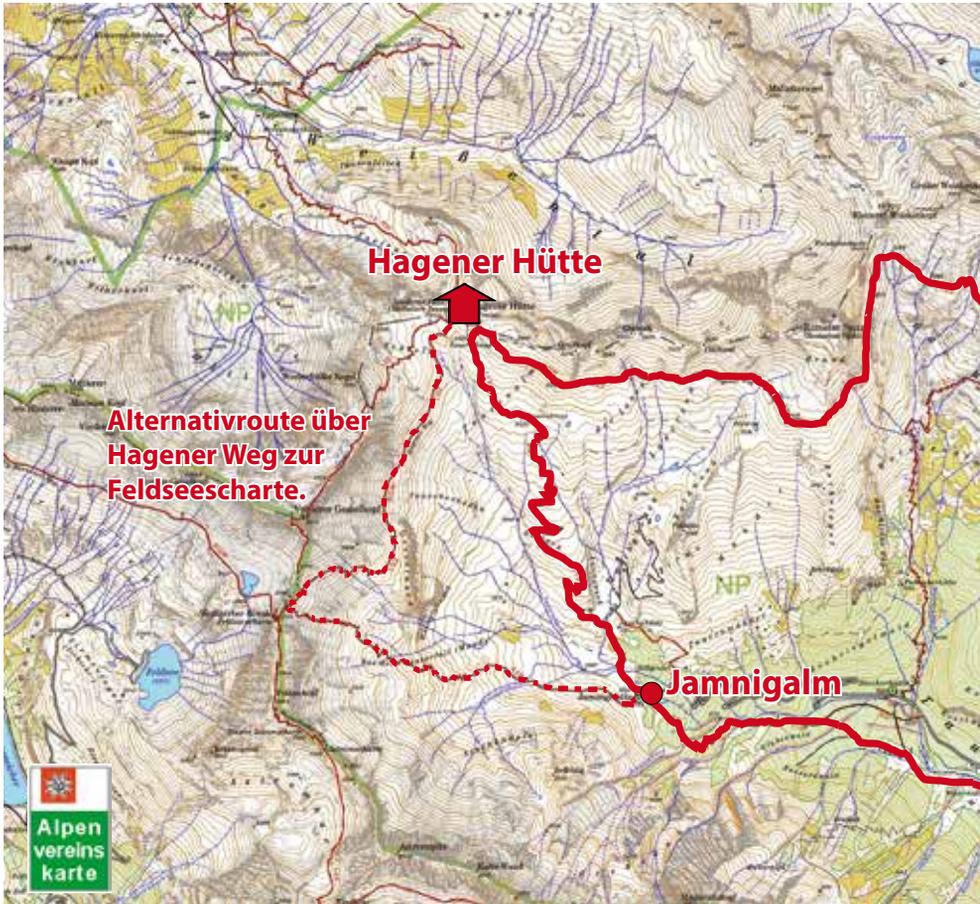
Idealer Ausgangspunkt für eine Besteigung des Ankogel-Gipfels ist das Hannoverhaus

nahe der Bergstation der Ankogel-Bergbahn. Vom Hannoverhaus ein kurzes Stück ostwärts auf dem Goslarer Weg leicht absteigend zu einer Weggabelung. Dort verlässt man den Goslarer Weg und geht unterhalb des Lassacher Kees weiter bis hinauf unter die Radeckscharte, wo man über Geröll und Blockhalden den Gipfel des Kleinen Ankogels (3.096 m) erreicht. Über die flache Ankogelscharte er-

reicht man die Ostflanke, über die der Gratabbruch umgangen wird, und über einen Blockgrat geht es hinauf zum Gipfel. Für diese hochalpine Tour ist die Mitnahme eines Eispickels und eines kurzen Seils ratsam.

Säuleck (3.086 m)

Neben dem anspruchsvollen Klettersteig führt auch ein wenig schwieriger Weg auf



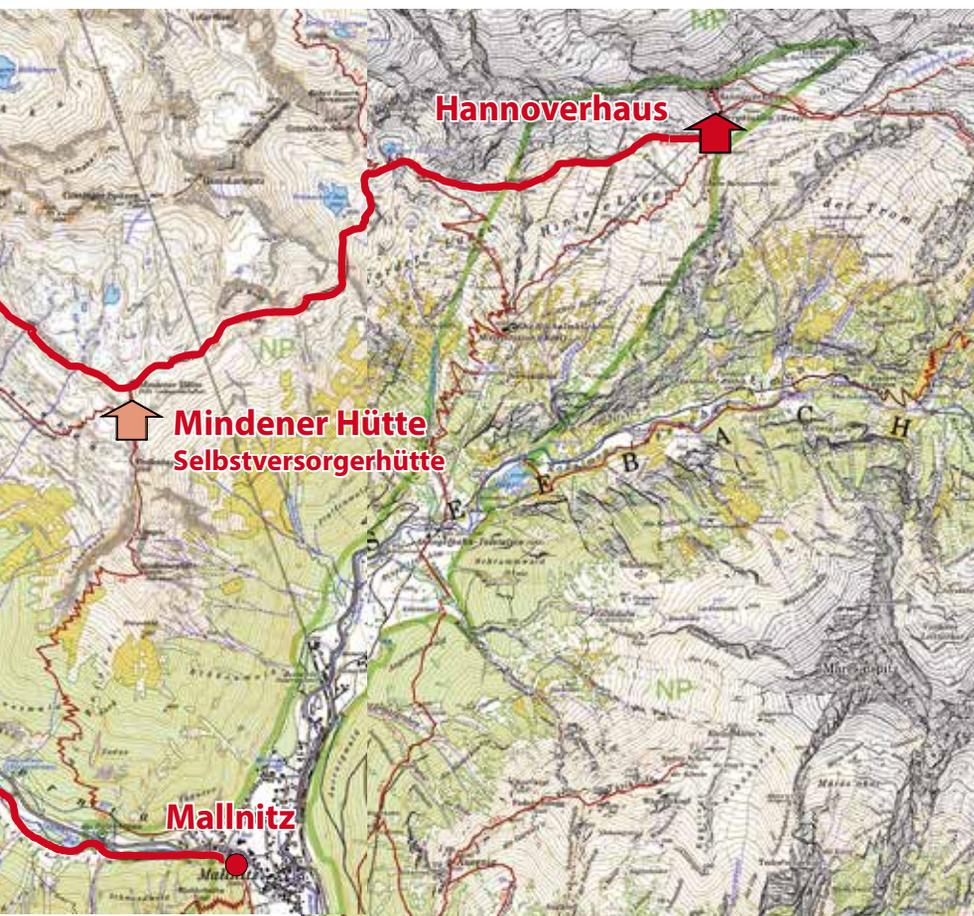
Abschnitt des Tauernhöhenweges, Ausschnitt aus den Alpenvereinskarten Sonnblick, Nr. 42 und Hochalmspitze - Ankogel, Nr. 44; Originalmaßstab 1:25.000.

das Säuleck, dessen Gipfel bereits im Jahr 1823 erstmals bestiegen wurde. Über das Döserer Tal (Blockgletscherweg) erreicht man in etwa 4 Stunden das Arthur-von-Schmid-Haus. Von der Hütte geht es steil bergauf zur Seealm, einem ehemaligen Gletscherboden. Weiter über einen leicht ansteigenden Weg zu einem Felsporn und über ein Kar der Großen Gößspitze zum Südost-Grat. Über

Blockgelände geht es schließlich zum Gipfel des Säuleck (805 HM, 2,5 Stunden).

Arthur-von-Schmid-Haus (2.272 m)

Von Mallnitz erreicht man das Arthur-von-Schmid-Haus in 4 Stunden (Wandertaxi Anfahrt erspart ca. 1,5 h.) über das Döserer Tal. Die idyllisch am Döserer See gelegene Schutzhütte wurde 1910/11 von der ÖAV-





Am Säuleckgipfel

Sektion Graz erbaut und ist als Stützpunkt für Touren auf das Säuleck und die Hochalmspitze bekannt. Unterhalb der Hütte befindet sich ein Klettergarten, der vom Kletterzentrum Mölltal eingerichtet wurde.

Hochalmspitze (3.360 m)

Die anspruchsvolle und lange Tour auf die Hochalmspitze führt vom Arthur-von-Schmid-Haus zuerst zum Grazer Schartl nahe des Säulecks und weiter über den Detmolder Weg entlang oder knapp unterhalb des Grates. Vorbei an der Schneewinkelspitze (3.015 m) hinunter zur Lassacher Winklscharte (2.862 m), über Blockgelände in die Obere Winklscharte (3.150 m) und dann zum Einstieg des Detmolder Grates oberhalb des Trippkees Gletschers. Dieser Klettersteig ist einer der höchstgelegenen in Österreich und landschaftlich besonders reizvoll. Insgesamt sollte



Das Arthur-von-Schmid-Haus liegt direkt am wunderschönen Dösender See.

man für den Anstieg bei dieser anspruchsvollen, aber grandiosen Bergtour 6 – 8 Stunden von der Hütte einplanen (ohne Rückweg).

KLETTERN

Nah des Arthur-von-Schmid-Hauses gibt es zwei Klettergärten mit insgesamt 80 Kletterrouten. Mit Schwierigkeitsgraden von 3 bis 8+ finden sowohl Anfänger als auch fortgeschrittene Kletterer interessante Routen.

Der Blockgletscher-Klettergarten befindet sich im Bereich der Mallnitzerscharte/Seewände nordwestlich des Dösener Sees und ist in 40 Minuten von der Hütte erreichbar. Der Seeriegel-Klettergarten liegt direkt unterhalb des Arthur-von-Schmid-Hauses und ist in 10 Minuten einfach zu erreichen.

Klettern in der Nähe des Arthur-von-Schmid-Hauses.



Auf das Säuleck führt ein anspruchsvoller Klettersteig.

Säuleck-Klettersteig (D/E)

Säuleck Südgrat (3.086 m)

Mit zahlreichen anregenden Kletterpassagen und nur wenig verbautem Eisen bietet dieser Klettersteig ein luftiges und außergewöhnliches Klettererlebnis.

Auf dem Normalweg ist der Gipfel des Säulecks relativ einfach zu erreichen, der Klettersteig über den Südgrat sollte aber nicht unterschätzt werden. Der durchwegs anspruchsvolle Klettersteig ist sehr gut gesichert, es wurden aber aufgrund der Lage im Nationalpark keinerlei Trittschiffe, Eisleitern etc. installiert! Außerdem befindet er sich in hochalpinem Gelände und erreicht an mehreren Kletterpassagen den Schwierigkeitsgrad E. Am Klettersteig selbst gibt es keinen Fluchtweg, nach Wetterstürzen ist oft mit Vereisung und Schnee zu rechnen. Bei der Einschätzung der Wettersituation sollte man daher besonders umsichtig sein. Nähere Auskünfte dazu erhält man beim Arthur-von-Schmid-Haus, bei dem man auch die Klettersteig-Ausrüstung leihen kann. Eine Übernachtung auf diesem ist nicht nur aufgrund des langen Zustiegs vom Tal sehr empfehlenswert.

Zustieg:

Vom Arthur-von-Schmid-Haus (2.272 m) folgt man zuerst nördlich dem markierten Normalweg auf das Säuleck, bis man nach etwa einer Stunde Gehzeit bei einer markanten Platte, die mit einer gelben Tafel markiert ist, vom Weg abzweigt. Steinmänner und eine rote Markierung weisen den Weg zur bereits gut sichtbaren Einstiegsrampe, die in ca. 30 Minuten vom Normalweg aus erreicht wird.

Routenverlauf:

Vom Einstieg führt der Klettersteig in mittlerer Schwierigkeit mit einzelnen kniffligen Stellen (D) über eine steile Rampe und weiter über Schutt und Gehgelände zum ersten Wand'l. Steil und durchgehend schwierig (mit einzelnen Stellen E) hinauf über dieses zum zweiten Wand'l. Nach diesem gelangt man, nun etwas leichter, zuerst zum Wandbuch und danach auf den stark gezackten Südgrat. Der Südgrat führt steil und durchgehend anspruchsvoll aufwärts. Im Mittelteil des Grates erklimmt man einen großen Pfeiler, um danach wieder kurz abzusteigen, bevor es nach einem kurzen Überhang steil bergauf geht. Anschließend erreicht man etwas leichter (B/C) über Platten schließlich den ausgesetzten Westgrat, bevor man an einer Nische und zwei ausgesetzten Pfeilern vorbei auf das Biehförndl (sehr luftig) und weiter auf den Gipfel des Säulecks gelangt.

Abstieg:

Über den Normalweg in den Bereich des Grazer Schartls und später wieder auf dem Zustiegsweg hinunter zum Arthur-von-Schmid-Haus.

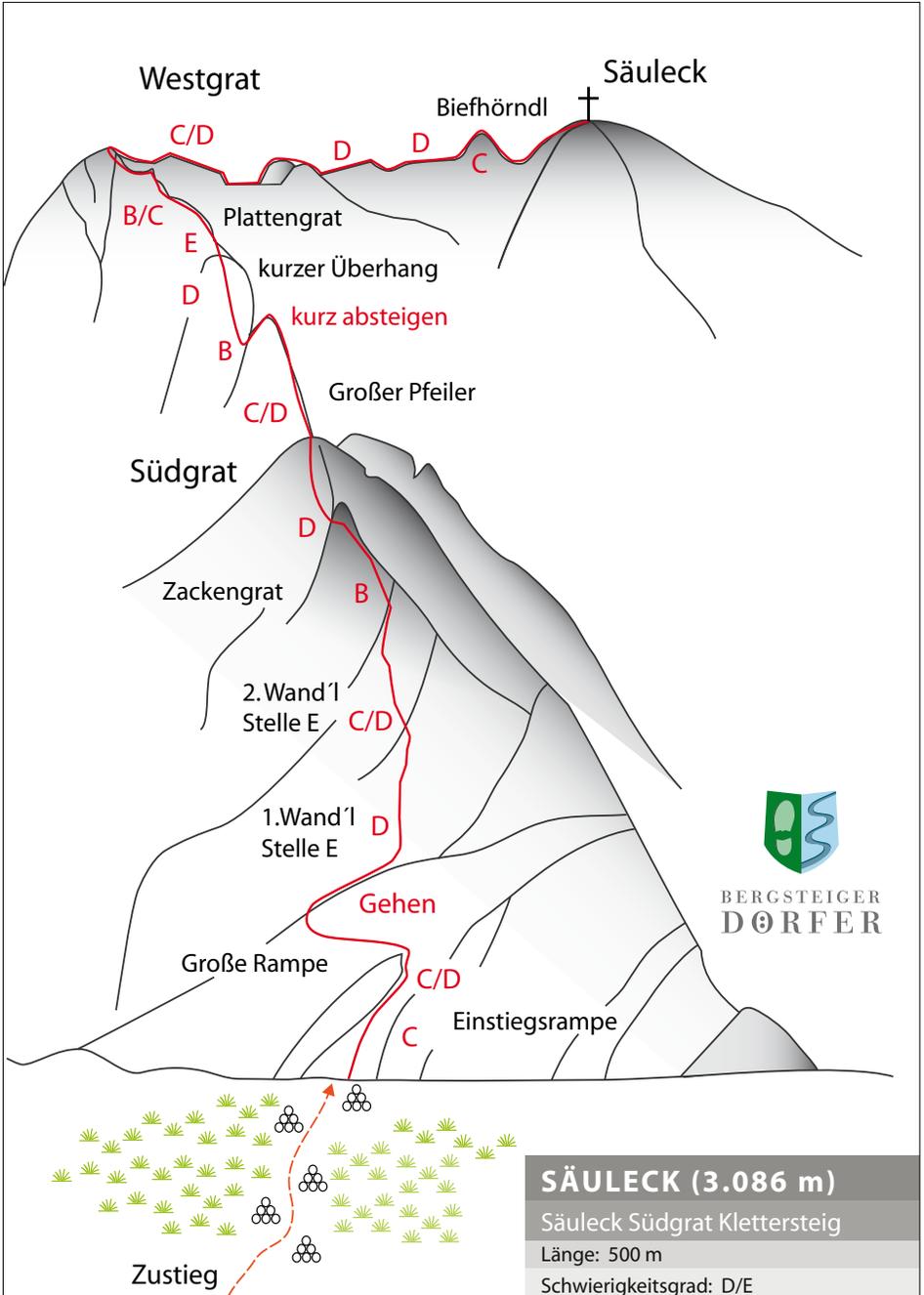
Vom Grazer Schartl kann man noch weiter in Richtung Mallnitzer Scharte gehen und über den oberhalb des Dösener Sees gelegenen Blockgletscher absteigen.

Quellen:

www.bergsteigen.at

Klettersteigführer Österreich

Topo: Regina Stampfl



Tourentipps Winter



SKITOUREN

Häusleralm (1.868 m)

Perfekte Hochwinter- und Einstiegstour, die direkt vom Ortszentrum des Bergsteigerdorfs Mallnitz bzw. vom Bahnhof gestartet werden kann. Aufstieg und Abfahrt erfolgen entlang der Schneise der ehemaligen Skipiste und sind aufgrund der Lage im bewaldeten Gelände weitgehend lawinensicher.

Von der Häusleralm könnte sogar noch bis zum Lonzaköpfel (2.317 m) aufgestiegen werden, hierfür sind aber perfekte, sichere Bedingungen unbedingt notwendig!

Romatenspitze (2.695 m)

Die Skitour auf die Romatenspitze ist eine der schönsten im ganzen Nationalpark

Hohe Tauern und stellt aufgrund des wenig schwierigen Aufstiegs und bei guten Schneeverhältnissen auch für weniger geübte Skitourengeher kein Problem dar. Gute Kondition ist für die 1.400 HM und den etwa 3,5 Stunden langen Aufstieg dennoch erforderlich, belohnt wird man am Gipfel jedoch mit einem herrlichen Panorama.

Der Aufstieg erfolgt von der Stockerhütte (1.290 m) entlang der Naturrodelbahn bis zum Parkplatz Jamnigalm auf etwa 1.700 m Seehöhe. Bis hierher verkehrt auch das Skitoutrentaxi, es verkürzt den Aufstieg um rund eine Stunde. Vom Parkplatz zuerst in mäßig steilem Gelände durch den Wald, dann über Almböden in nordwestlicher Richtung zu



Skitour auf
die Häusleralm

den Peterbauerhütten. Weiter entlang des Latschgenbodens und danach unterhalb der Feldwand in Richtung Nordosten auf den Bergrücken der Feldwand. Von dort geht es zuerst flach, später mäßig steil auf der nach Südwesten gerichteten Seite zum Gipfel.

Die Abfahrt erfolgt unterhalb des Gipfels Richtung Südwesten, über schöne Hänge zurück in den Latschgenboden. Dann weiter Richtung Süden bis oberhalb der Jamnigalm und von dort über den Forstweg zurück zum Parkplatz. *Achtung: Bitte im Sinne der Wildtiere das Wildschutzgebiet im unteren Bereich der Abfahrt beachten.*

Radeckscharte (2.874 m)

Die Tour auf die Radeckscharte mit ihrer schönen Abfahrt ist vor allem im Spätwinter oder Frühjahr besonders lohnend. Der Aufstieg erfolgt mit der Ankogel Seilbahn bis zur Bergstation auf 2.636 m. Von dieser geht es nordöstlich zur Radeckscharte. Die Abfahrt erfolgt nach Norden bis zur verfallenen Oberen Radeckalm (1.741 m), weiter durch das Anlaufaltauswärts bis zum Bahnhof Böckstein. Zurück nach Mallnitz gelangt man mit der Bahn

durch den Tauerntunnel; die Züge verkehren stündlich.

Hagener Hütte (2.446 m) – Geiselkopf (2.974 m)

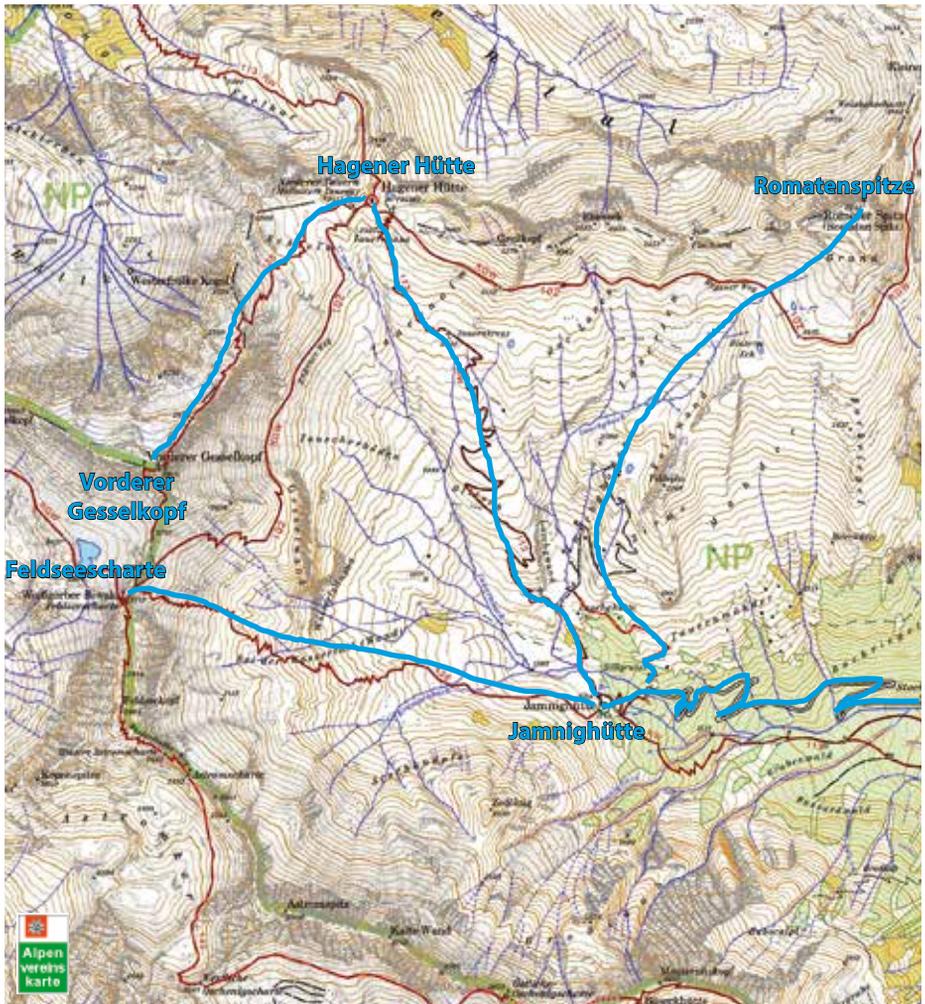
Vom Parkplatz Jamnigalm (bis hierher Tourentaxi) führt die Skitour über den Güterweg, dann an der Laschgwand vorbei über meist mäßig steiles Gelände bis zum Tauernkreuz. Von dort nördlich bis zur Hagener Hütte, die im Winter an Wochenenden teilweise bewirtschaftet ist. Die Route auf den Gipfel führt südwestlich, zuerst flach, dann im Bereich des Westerfölkogels ziemlich steil auf den Bergkamm. Diesen quert man auf die nordwestliche Seite, bevor es weiter in südwestlicher Richtung auf den Gipfel des Geiselkopfes (auch Gesselkopf) geht.

Die Gipfeltour auf den Geiselkopf ist anspruchsvoll, hingegen ist der Aufstieg zur Hagener Hütte wesentlich leichter und vor allem im Frühjahr wegen der Südexposition eine schöne Firntour. Vom Parkplatz Jamnigalm bis zur Hütte etwa 2 Stunden Gehzeit, von dort weitere 1,5 Stunden zum Gipfel.

Feldseescharte (2.714 m)

Beliebte, anspruchsvolle Frühjahrsskitour. Von der Jamnigalm in Richtung Osten, in zahlreichen Kehren den fast 1.000 Meter hohen, durchgehend recht steilen Hang überwindend, zur Biwakschachtel auf der

Feldseescharte (ab Parkplatz Jamnigalm 1.050 HM, 3 Stunden). Es kann noch weiter bis zum Feldseekopf (2.864 m) aufgestiegen werden. Abfahrt entlang der Aufstiegsroute. Aufgrund der ostseitigen Lage frühzeitiger Aufbruch empfehlenswert!



Skitouren auf die Romatenspitze, zur Hagner Hütte, auf den Vorderen Gesselkopf und auf die Feldseescharte. Ausschnitt aus der Alpenvereinskarte Sonnblick, Nr. 42, Originalmaßstab 1:25.000.

Ankogel Rundtour

Die Ankogel Rundtour ist eine hochalpine mehrtägige Ski-Überschreitung, die Erfahrung, gute Kondition und Orientierungsvermögen voraussetzt. Einige Kletterstellen im II. Schwierigkeitsgrad sind zu überwinden.

Für diese Tour ist Gletscherausrüstung (Pickel, Steigeisen, Seil, Gurt) notwendig. Die Schutzhütten (Hannoverhaus, Osnabrücker Hütte, Gießener Hütte, Arthur-von-Schmid-Haus) sind zwar zu dieser Jahreszeit nicht geöffnet, verfügen jedoch alle über offene Winterräume.

Am 1. Tag führt die Route von der Bergstation der Ankogelseilbahn zur Radeckscharte (2.874 m). Von hier unschwierig auf den kleinen Ankogel (3.097 m). In leichter Kletterei erreicht man in Folge den Großen Ankogel (3.250 m). Nun in leichter Kletterei hinunter zum Kleinendelkees und im Wesentlichen entlang der Sommerroute zur Osnabrücker Hütte (2.022 m, 1.200 HM, 1 Stunde).

Am 2. Tag geht es von der Osnabrücker Hütte

Richtung Südosten ins Großelendtal und hinauf zur Preimelscharte (2.952 m). Nun über das Hochalmkees auf die Hochalmspitze (3.360 m, 1.350 HM, 4–4,5 Stunden). Abstieg zur Steinernen Mandl Scharte (3.125 m). Von hier in einer steilen Abfahrt zum Trippkees und weiter in Richtung Südwesten. Hier erfolgt noch einmal ein Aufstieg zur Mallnitzer Scharte (2.672 m, 150–200 HM, 2 Stunden von der Hochalmspitze). Unschwierig ist die Abfahrt zum Arthur-von-Schmid-Haus (2.272 m, 400 HM, 30 Minuten).

Der 3. und letzte Tag führt nach der Besteigung des Säulecks wieder zurück nach Mallnitz. Vom Arthur-von-Schmid-Haus wieder Richtung Mallnitzer Scharte und weiter Richtung Norden teilweise etwas steil hinauf zum Säuleck (3.086m, 810 HM, 2–3 Stunden).

Abfahrt bis zum Arthur-von-Schmid-Haus und weiter durch das Dösener Tal zum Ausgangspunkt. (Gesamt: 3.000 HM im Aufstieg, 3.600 HM Abfahrt, Gehzeit insgesamt: 16–18 Stunden).



Wunderbares Panorama mit Blick ins hintere Seebachtal mit der Hochalmspitze (links) und dem Säuleck (rechts) vom Skigebiet Ankogel aus.



Auf 25 Loipenkilometern lassen sich zwei der schönsten Hochtäler des Nationalparks Hohe Tauern erkunden.

SCHNEESCHUHWANDERN

Schneeschuhwandern wird auch rund um Mallnitz immer beliebter. Neben vielen individuellen Wandermöglichkeiten gibt es geführte Touren mit Nationalpark-Rangern in den winterlichen Nationalpark Hohe Tauern, bei denen sich auch oft Gelegenheiten zur Wildtierbeobachtung ergeben.

LANGLAUFEN

Die Loipen rund um Mallnitz gehören zum Besten, was die Nationalpark-Region zu bieten hat. Für ihre erstklassige Beschaffenheit und ihren guten Zustand erhielt Mallnitz als erster Ort in Kärnten das „Loipen-Gütesiegel“. Ausschlaggebend für die Auszeichnung waren die idyllische Lage der Loipen in den Tälern um Mallnitz, ihre hervorragende Pflege und ihre vielen Varianten. Die 25 attraktiven Loipenkilometer (mit jeweils einer klassischen Spur und einer Spur für Skater) führen durch zwei der schönsten Hochtäler des Nationalparks Hohe Tauern.

Wichtig: Winterruhezonen

Zwischen 1. Dezember und 30. April eines jeden Jahres ist der Skisport in der Winterruhezone gemäß Kärntner Landesgesetz „Nationalpark Hohe Tauern“, LGBl Nr. 74/1986, nicht erlaubt. Bitte bei der Tourenplanung beachten!

Alternativen für weniger gutes Wetter



Nationalpark Hohe Tauern Kärnten Besucherzentrum Mallnitz

Siehe Seite 15

9822 Mallnitz 36

T: +43/(0)4825 6161 od.

+43/(0)4784 701 (Wochenende)

nationalpark@ktn.gv.at

Kletterwand im Tauernsaal Mallnitz (ÖAV)

Höhe der Wand 5–8 m, Kletterfläche 250 m²

Boulderfläche 20 m²

Kontakt: Gemeindeamt Mallnitz

T: +43/(0)4784/255 20

info@mallnitz.at

Tauernbad Mallnitz

Hallenbad mit Sauna

9822 Mallnitz 155

T: +43/(0)664/1334257

info@tauernbad-mallnitz.at

www.tauernbad-mallnitz.at

Direktvermarkter Saupper Hof

Dösen 2, 9822 Mallnitz

saupper@aon.at

www.saupper.at

Bauernladen Walter

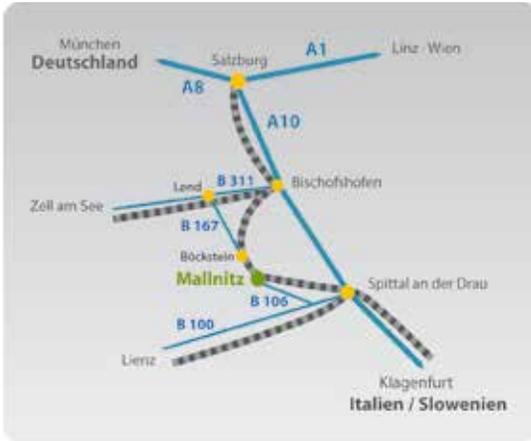
Räufach 6, 9821 Obervellach

T: +43/(0)4782/2028

info@bauernladen-walter.at

www.bauernladen-walter.at

Anreise



Anreise mit dem PKW

Die Autoschleuse Tauernbahn zwischen Mallnitz und Böckstein/ Gasteiner Tal bietet für Reisende aus Westen, Norden und Osten eine Alternative zur Tauernautobahn A10. Die Züge der Autoschleuse verkehren stündlich.

Osten, Norden: Von Wien/Linz auf der A1 bis Salzburg und anschließend auf der A10 bis zur Abfahrt Lendorf/Spittal a.d. Drau. Auf der B100, B106 und B105 nach Mallnitz. Alternativ dazu von Wien/Linz auf der A1 bis Salzburg, weiter auf der A10 bis Bischofshofen. Auf der B311 bis zur Ausfahrt Gasteinertal. Auf der B167 bis Böckstein und mit der Tauernschleuse nach Mallnitz.

Osten, Norden: Von Wien/Linz auf der A1 bis Salzburg und anschließend auf der A10 bis zur Abfahrt Lendorf/Spittal a.d. Drau. Auf der B100, B106 und B105 nach Mallnitz. Alternativ dazu von Wien/Linz auf der A1 bis Salzburg, weiter auf der A10 bis Bischofshofen. Auf der B311 bis zur Ausfahrt Gasteinertal. Auf der B167 bis Böckstein und mit der Tauernschleuse nach Mallnitz.

Westen: Von Bregenz/Innsbruck auf der A12 bis zur Ausfahrt Wörgl Ost. Weiter auf der B312 nach Kitzbühel, auf der B161 über den Paß Thurn nach Mittersill, auf der B168 bis Zell am See und der B311 bis zur Ausfahrt Gasteinertal, auf der B167 bis Böckstein und mit der Tauernschleuse nach Mallnitz. Alternativ Autobahn bis Salzburg, weiter wie oben.

Süden: Von Graz/Klagenfurt auf der A2 über Villach bis zur Abfahrt Lendorf/Spittal a.d. Drau. Weiter auf der B100, B106 und B105 nach Mallnitz.

Anreise mit Bahn und Bus

Osten: Von Wien direkt mit der Bahn über Salzburg, Schwarzach-St. Veit, Bad Gastein nach Mallnitz-Obervellach.

Westen: Von Bregenz/Innsbruck mit der Bahn über Wörgl, Kitzbühel bis Schwarzach-St. Veit (umsteigen). Weiter mit der Bahn über Bad Gastein nach Mallnitz-Obervellach. Eventuell lohnt sich eine Fahrt über Salzburg Hbf.

Süden: Von Graz mit der Bahn über Selzthal, Liezen, Schladming nach Bischofshofen (umsteigen). Anschließend mit der Bahn über Schwarzach-St. Veit, Bad Gastein nach Mallnitz-Obervellach.

Oder mit dem IC-Bus von Graz nach Klagenfurt Hauptbahnhof. Von dort weiter mit der Bahn direkt über Villach nach Mallnitz-Obervellach. Von Klagenfurt mit der Bahn direkt über Villach nach Mallnitz-Obervellach.

Für alle Bahnreisenden steht ein Shuttle-Service (kostenpflichtig – außer bei Übernachtung in „Alpine Pearls“-Partnerbetrieben) vom Bahnhof zu allen Unterkunftsbetrieben zur Verfügung, buchbar unter www.bahnhofshuttlekaernten.at

Mobilität vor Ort



Als Bergsteigerdorf und Alpine-Pearls-Gemeinde setzt Mallnitz auf „sanfte Mobilität“. Das beginnt beim Intercity-Bahnhof und dem Bahnhofshuttle bei der Anreise und setzt sich bei der Mobilität vor Ort fort.

Mobilität Sommer

Wanderbus und Wandertaxi bringen Sie bequem, günstig und klimaschonend zu vielen Ausgangspunkten für Wanderungen rund um Mallnitz. Mit dem Mobilitätspass (erhältlich in allen „Alpine Pearls“-Mitgliedsbetrieben) können Gäste Wanderbus und Wandertaxi zu bestimmten Ausflugszielen kostenlos nutzen. Die faszinierende Natur des Nationalparks lässt sich auch auf E-Bikes erkunden.

Mobilität im Winter

Der Skibus macht auch im Winter das Auto überflüssig. Für den „alternativen Wintersport“ steht darüber hinaus im Tauerntal ein Skitouren- und Rodeltaxi zur Verfügung (kostenpflichtig).

Partnerbetriebe



Bergsteigerdorf-Partnerbetriebe gehen speziell auf die Bedürfnisse von Wanderern, Bergsteigern und Skitourengehern ein. Ein frühes Frühstück, Informationen zu Leihmaterial, die Vermittlung eines Bergführers oder Tipps zu Touren gehören ebenso zur Serviceleistung wie die Verwendung vieler regionaler Produkte in der Küche.

Mitglieder eines alpinen Vereins (ÖAV, DAV, AVS, PZS, CAI, SAC) erhalten 10% Ermäßigung auf das Standardangebot (Übernachtung mit Frühstück). Bitte Mitgliedschaft bereits bei der Buchung bekanntgeben und vor Ort den gültigen Mitgliedsausweis für alle Gäste vorlegen.

Hotel Eggerhof

Fam. Supersberger
9822 Mallnitz 119
T: +43/(0)4784/214
F: +43/(0)4784/214-6
eggerhof@mallnitz.at
www.eggerhof.mallnitz.at

Hotel Bergkristall

Fam. Sterz
9822 Mallnitz 15
T: +43/(0)676/504 99 52
office@bergkristall-mallnitz.at
www.bergkristall-mallnitz.at

Alpengarten Apartment & FeWo

Michaela & Peter Angermann
Rabisch 11, 9822 Mallnitz
ab Herbst 2023
T: +43/(0)699/19133028
info@alpengarten.at
www.alpengarten.at

Alpengasthof Hochalmblick

Fam. Josef Gfrerer
Stappitz 44, 9822 Mallnitz
T: +43/(0)664/221 95 35
od. +43/(0)664/121 47 24
hochalm@peak.at
www.ankogel.at

Alpenvereinshütten

Arthur-von-Schmid-Haus (2.272 m)

(N 46° 59,351', O 13° 16,036')

ÖAV-Sektion Graz

Schlafplätze: 30 Betten, 38 Lager

Winterraum: 5 Betten, offen

Bewirtschaftungszeit: Juni bis Oktober

Telefon Hütte: +43/(0)664/2501981

bernd@fuchs-loch.de

www.arthurvonschmidhaus.at



Hannoverhaus (2.565 m)

(N 47° 02,437', O 13° 12,928')

Deutscher Alpenverein

Schlafplätze: 56 Betten

Winterraum: 3 Betten, offen

Sommer: Juli bis Mitte September

Winter: Mitte Dezember bis Ende März

(je nach Betriebszeit der Ankogelbahn)

Telefon Hütte: +43/(0)4784 /21345

hannoverhaus@outlook.com

www.alpenverein.de/Huetten-Wege-Touren/
Huetten-des-Bundesverbands/Hannoverhaus



Hagener Hütte (2.446 m)

(N 47° 1,651', O 13° 5,378')

DAV-Sektion Hagen

Schlafplätze: 14 Betten, 28 Lager

Winterraum: 10 Betten, offen

Bewirtschaftungszeit: Juni bis September

Telefon Hütte: +43/(0)664/403 66 97

info@dav-hagen.de

www.dav-hagen.de

Mindener Hütte (2.428 m)

(N 47° 1,427', O 13° 9,309')

DAV-Sektion Minden

Selbstversorgerhütte

Schlafplätze: 12 Lager

Öffnungszeiten: Mitte Juni bis Mitte Oktober

Telefon Sektion: +49/(0)571 8293703

dav-minden@gmx.de

www.dav-minden.de

Celler Hütte (2.237 m)

(N 47° 1,162', O 13° 16,148')

DAV-Sektion Celle

Selbstversorgerhütte

Schlafplätze: 10 Lager

Öffnungszeiten: Ende Juni bis Anfang Oktober

www.dav-celle.de

Böseckhütte (2.594 m)

(N 46° 59,159', O 13° 06,579')

DAV-Sektion Mühlheim a. R.

Notunterkunft

Schlafplätze: 6 Lager

boeseckhuette@alpenverein-muelheim.de

www.alpenverein-muelheim.de

Die Hagener Hütte auf 2.446 m ist Träger des Umweltgütesiegels (ökologische Betriebsführung) und gehört außerdem der Initiative „So schmecken die Berge“ (möglichst viele regionale Produkte) an.



Wichtige Adressen

Gemeindeamt Mallnitz

Nr. 11, 9822 Mallnitz
T: +43(0)/4784/255-0
gemeinde@mallnitz.at
www.mallnitz.at

Tourismusverband Mölltal

Infocenter Mallnitz
Nr. 11, 9822 Mallnitz
T: +43/(0)4824/27 00-40
info@mallnitz.at
www.mallnitz.at

Hohe Tauern – die Nationalpark-Region in Kärnten

Hof 4, 9844 Heiligenblut
T: +43/(0)4824/27 00
tourismus@nationalpark-hohetauern.at
www.nationalpark-hohetauern.at

Nationalparkverwaltung

Hohe Tauern Kärnten
Döllach 14, 9843 Großkirchheim
T: +43/(0)4825/61 61-0
www.hohetauern.at

Nationalpark Hohe Tauern Kärnten

Besuchszentrum Mallnitz
9822 Mallnitz 36
T: +43/(0)4825 6161 od.
+43/(0)4784 701 (Wochenende)
nationalpark@ktn.gv.at

ÖAV Sektion Mallnitz

Obfrau: Maria Wohlgemuth
Nr. 189, 9822 Mallnitz
T: +43/(0)676/9772870
oeav.mallnitz@rkm.at
www.alpenverein.at/mallnitz

Naturfreunde Mallnitz

Stappitz 55, 9822 Mallnitz
T: +43/(0)650/6022148

Österreichischer Bergrettungsdienst

Ortsstelle Mallnitz
Obmann: Walter Huber
T: +43/(0)664/286 39 84 od.
Alpinnotruf 140
bergrettung@mallnitz.at

ÖAV Sektion Mölltal

Vorsitzender: Arnold Bucher
T: +43/(0)664/542 50 89
bucher.arnold@a1.net
www.alpenverein.at/moelltal

ÖAV Sektion Graz

T: +43/(0)316/82 22 66
sektion.graz@oeav.at
www.alpenverein.at/graz

DAV Sektion Hannover

T: +49/(0)511/28 21 31
www.alpenverein-hannover.de

DAV Sektion Celle

T: +49/(0)5141/271 12
home.vr-web.de/alpenverein-celle

DAV Sektion Minden

T: +49/(0)571/485 67
www.dav-minden.de

DAV Sektion Hagen

T: +49/(0)2331/33 21 15
www.alpenverein-hagen.de

DAV Sektion Mülheim an der Ruhr

T: +49/(0)208/69696 36
www.alpenverein-muelheim.de

Interessensverband Tauernhöhenweg e.V.

DAV Sektion Mülheim an der Ruhr
Vorsitzender: Michael Cremer
Bruchstraße 72, 45468 Mülheim/ Ruhr
T: +49/(0)208/69696 36
www.tauernhoehenweg.de

Via Aurea - Wege des Tauerngolds

Obmann: Walter Wihart
T: +43/(0)6432/8091
info@via-aurea.com
www.via-aurea.com

BERG- UND SKIFÜHRER

Klaus Alber

T: +43/(0)676/5264717
klaus.alber@ferienhotel-alber.at
www.tauernclimb.com



Alpenvereinskarten

Sonnblick, Nr. 42
Ankogel-Hochalmspitze, Nr. 44
Maßstab 1:25.000

Alpenvereinskarten Digital

Maßstäbe 1:25.000 und 1:50.000
Sämtliche Alpenvereinskarten der Alpenregion auf USB-Stick – UTM- und geographische Koordinaten – Distanzmesser, Zeichenfunktion – GPS-Routenplanung (Waypoints, Tracks)

AUSRÜSTUNGSVERLEIH

Wolligger Sport

Mallnitz 3, 9822 Mallnitz
www.wolligger-sports.com
Skischule, Materialverleih Sommer & Winter

Best of Wandern – Verleih & Testcenter

im Nationalpark Besucherzentrum Mallnitz
Kostenloses Testen von Trailstöcken, Wanderschuhen, Kindertragen, Vaude Rucksäcken, Outdoorjacken, Spikes.

Wanderkarten

Wanderkarte „Nationalparkgemeinde Mallnitz“

Maßstab 1:25.000

Auf alpenvereinaktiv.com, dem Tourenportal der Alpenvereine, findet man neben Tourenbeschreibungen, Hütteninformationen, Berichten über aktuelle Tourenbedingungen sowie Wetter- und Lawineninformationen auch Tourenlisten zu den Bergsteigerdörfern.



Impressum / Bildnachweis / Literatur

Impressum

Herausgeber: Österreichischer Alpenverein, Olympiastr. 37, 6020 Innsbruck

Texte: R.Stampfl, R. Kals (arp Salzburg), P. Haßlacher, Ch. Schwann (ÖAV), P. Angermann (ÖAV-Sektion Mallnitz), G. Mussnig, M. Alber; Überarbeitung: D. Gigacher (TVB Mölltal)

Layout und Redaktion: Barbara Reitler, ÖAV

Grafik: SuessDesign.de

Druck: Gugler GmbH, Melk/Donau

Bildnachweis

Titelbild: Arthur-von-Schmid-Haus mit dem Dösener See im Hintergrund, Peter Angermann

Bild Rückseite: Winterbegehung der Geisel Spitze, Uwe Penker

Alpine Pearls (Denger, Dietmar): 35

Morhenne, Siegfried: 39

Angermann, Peter:

Nationalpark Hohe Tauern (Gerdl, Franz):

13, 16, 22 (unten), 26 (unten), 27, 30–31

15, 17–19, 22 (oben), 23, 26 (oben), 38

Dapra, Klaus: 37

ÖAV Sektion Mallnitz: 7

Gemeinde Mallnitz: 6

Penker, Uwe: 34

Glantschnig, Gerhard (Archiv): 10–11

Schwann, Christina (ÖAV): 8-9

Heztenauer, Marion (ÖAV): 12, 43

Zupanc, Daniel: 33

Literaturangaben

Alpenverein Weitwanderer, Zentralalpenweg 02, Band III, „Durch die Hohen Tauern und Tiroler Zentralalpen nach Feldkirch“, Eigenverlag der Sektion (2015), 135 S.

Alpenverein Weitwanderer, Rupertiweg 10, „Vom Böhmerwald zu den Karnischen Alpen, Eigenverlag der Sektion (2015), 120 S.

Buchenaier, L. u. P. Holl (1986): Ankogel- und Goldberggruppe (Alpenvereinsführer). 3., vollständig überarbeitete Auflage. Bergverlag Rudolf Rother; München, 461 S.

Führer, H. (2001): Tauern-Höhenweg. Von den Seckauer Tauern zum Venediger. 3. Auflage. Bergverlag Rother (Hrsg.); München, 286 S.

Glantschnig, E.J. (1996) Geschichtliches aus dem Mallnitztal

Kompass – Hrsg. (2005): Großer Wander-Atlas ALPEN (Deutschland, Österreich, Slowenien, Italien, Schweiz, Frankreich). Kompass-Verlag; Innsbruck, 460 S. + Karten.

Nutz, M (o.J.): Blockgletscherweg Dösener Tal (Informationsfalter). Hrsg. vom Nationalpark Hohe Tauern-Kärnten, Institut für Geographie und Raumforschung/Uni Graz, Oesterreichischer Alpenverein und Naturlandverein Mallnitz; Großkirchheim, Graz, Innsbruck, Mallnitz, o.S.

Oesterreichischer Alpenverein – Hrsg. (2009): Blockgletscherweg Dösental. Naturkundlicher Führer zum Nationalpark Hohe Tauern, Bd. 21, 2. Auflage; Innsbruck, 119 S.

Schall, K., R. Weiss, S. Weiss u. Kärntner u. Osttiroler Bergführer (1998): Genuss-Schitourenatlas (Südtirol & Österreich Süd). 1. Auflage. Schall Verlag; Wien, 308 S.

Stüber, E., N. Winding (2005): Erlebnis Nationalpark Hohe Tauern – Band Kärnten. Naturführer und Programm-vorschläge für Ökowochen, Schul-landwochen, Jugendlager und Gruppentouren im Nationalpark Hohe Tauern (Nationalparkregion Kärnten). 3. Auflage. Nationalparkverwaltung Hohe Tauern-Kärnten (Hrsg.); Großkirchheim, 308 S.

Richtiges Verhalten in den Bergen

Als Natursport bietet Bergwandern große Chancen für Gesundheit, Gemeinschaft und Erlebnis. Die folgenden Empfehlungen der alpinen Vereine dienen dazu, Bergwanderungen möglichst sicher und genussvoll zu gestalten.

1. **Gesund in die Berge:** Bergwandern ist Ausdauersport. Die positiven Belastungsreize für Herz und Kreislauf setzen Gesundheit und eine realistische Selbsteinschätzung voraus. Vermeide Zeitdruck und wähle das Tempo so, dass niemand in der Gruppe außer Atem kommt.
2. **Sorgfältige Planung:** Wanderkarten, Führerliteratur, Internet und Experten informieren über Länge, Höhendifferenz, Schwierigkeit und die aktuellen Verhältnisse. Touren immer auf die Gruppe abstimmen! Achte besonders auf den Wetterbericht, da Regen, Wind und Kälte das Unfallrisiko erhöhen.
3. **Vollständige Ausrüstung:** Passe deine Ausrüstung deiner Unternehmung an und achte auf ein geringes Rucksackgewicht. Regen-, Kälte- und Sonnenschutz gehören immer in den Rucksack, ebenso Erste-Hilfe-Paket und Mobiltelefon (Euro-Notruf 112). Karte oder GPS unterstützen die Orientierung.
4. **Passendes Schuhwerk:** Gute Wanderschuhe schützen und entlasten den Fuß und verbessern die Trittsicherheit! Achte bei deiner Wahl auf perfekte Passform, rutschfeste Profilsohle, Wasserdichtigkeit und geringes Gewicht.
5. **Trittsicherheit ist der Schlüssel:** Stürze, als Folge von Ausrutschen oder Stolpern, sind die häufigste Unfallursache! Beachte, dass zu hohes Tempo oder Müdigkeit deine Trittsicherheit und Konzentration stark beeinträchtigen. Achtung Steinschlag: Durch achtsames Gehen vermeidest du das Lostreten von Steinen.
6. **Auf markierten Wegen bleiben:** Im weglosen Gelände steigt das Risiko für Orientierungsverlust, Absturz und Steinschlag. Vermeide Abkürzungen und kehre zum letzten bekannten Punkt zurück, wenn du einmal vom Weg abgekommen bist. Häufig unterschätzt und sehr gefährlich: Steile Altschneefelder!
7. **Regelmäßige Pausen:** Rechtzeitige Rast dient der Erholung, dem Genuss der Landschaft und der Geselligkeit. Essen und Trinken sind notwendig, um Leistungsfähigkeit und Konzentration zu erhalten. Isotonische Getränke sind ideale Durstlöscher. Müsliriegel, Trockenobst und Kekse stillen den Hunger unterwegs.
8. **Verantwortung für Kinder:** Beachte, dass Abwechslung und spielerisches Entdecken für Kinder im Vordergrund stehen! In Passagen mit Absturzrisiko kann ein Erwachsener nur ein Kind betreuen. Sehr ausgesetzte Touren, die lang anhaltende Konzentration erfordern, sind für Kinder nicht geeignet.
9. **Kleine Gruppen:** Kleine Gruppen gewährleisten Flexibilität und ermöglichen gegenseitige Hilfe. Vertraute Personen über Ziel, Route und Rückkehr informieren. In der Gruppe zusammen bleiben. Achtung Alleingänger: Bereits kleine Zwischenfälle können zu ernststen Notlagen führen.
10. **Respekt für Natur und Umwelt:** Zum Schutz der Bergnatur: Keine Abfälle zurücklassen, Lärm vermeiden, auf den Wegen bleiben, Wild- und Weidetiere nicht beunruhigen, Pflanzen unberührt lassen und Schutzgebiete respektieren. Zur Anreise öffentliche Verkehrsmittel verwenden oder Fahrgemeinschaften bilden.

Sicher Bergwandern: 10 Empfehlungen des Österreichischen Alpenvereins/CAA

Alpiner Notruf: 140

Internationaler Notruf: 112



Die Bergsteigerdörfer

Balme	Luče	St. Jodok, Schmirn- & Valsertal
Ginzling im Zillertal	Lungiarü	Steinbach am Attersee
Göriach	Lunz am See	Steinberg am Rofan
Großes Walsertal	Mallnitz	Steirische Krakau
Grünau im Almtal	Malta	Tiroler Gailtal
Gschnitztal	Matsch	Triora
Hüttschlag im Großarlal	Mauthen	Val di Zoldo
Jezerško	Paularo	Vent im Ötztal
Johnsbach im Gesäuse	Ramsau b. Berchtesgaden	Villgratental
Kreuth	Region Sellraintal	Weißbach bei Lofer
Lavin, Guarda & Ardez	Sachrang – Schleching	Zell-Sele
Lesachtal	St. Antönien	

Stand März 2023