

Osttirol: Bergeldorado am Südbalkon der Alpen

Ein Wanderparadies der Extraklasse erhebt sich zwischen den mächtigen Felsen der Hohen Tauern und den malerischen Gipfeln der Lienzer Dolomiten. Wunderbare Hütten, bewirtschaftete Almen, der Nationalpark Hohe Tauern mit seinen Rangern und herzhaft Gastgeber erwarten Liebhaber von Ursprünglichkeit und einer breiten Palette an Freizeitaktivitäten.

Hoch oben auf den Bergen verheißen die letzten weißen Schneefelder Abenteuer zwischen Großglockner und Großvenediger. Die höchsten Berge der Alpenrepublik und insgesamt 266 Dreitausender bilden hier in Osttirol das Dach Österreichs. Das Wegenetz ist gut ausgebaut, die Bergbahnen transportieren Gäste bequem hinauf zu den Panoramaplätzen und Ausgangspunkten für ausgedehnte Wanderungen. Bergdörfer wie Kals am Großglockner oder Prägeralm am Großvenediger haben sich den Charme der Alpinpionierszeit erhalten. Bergsteiger kommen hier voll auf ihre Rechnung.

Das Zentrum des Bezirks ist die Dolomitenstadt Lienz mit ihrer schmucken Altstadt, den Cafés am Hauptplatz nahe der Liebburg und den modischen Boutiquen, die zum Flanieren und Shoppen einladen. Geführte Mountainbike-Touren gehören ebenso dazu wie die neuen Klettersteige, die die „Einstiegsdroge“ zum Bergerlebnis sind. Der längste Klettersteig der Alpen - der Panoramaklettersteig - führt entlang der Dolomitzancken.

Der Karnische Höhenweg, das Villgratental mit seinen Almen und seiner Unberührtheit und die Pustertaler Höhenstraße mit ihren Ausflugszielen wie Tierpark oder Sommerrodelbahn runden das Angebot in Osttirol speziell für Familien wunderbar ab. Das Familiennest Hochpustertal hat betreute Programme für Kinder entwickelt und lockt in den Wichtelpark mit der längsten Hangrutsche Österreichs oder Goldwaschen am Fluss.

Wo seit Jahrhunderten Südtiroler Bauern ihr Vieh über den Stallsattel treiben und aus Fels gemauerte Hütten stehen, da liegen die Jagdhäuser, die ältesten bewirtschafteten Almen Österreichs. Das Defereggental lockt im Frühsommer mit der Almrosenblüte. Weiße Leuchten die roten Flecken den Wanderern entgegen. In diese wildromantische Gegend bieten die Nationalpark-Ranger geführte Wanderungen mit Wildtierbeobachtung an.

www.osttirol.com



Schutzhütten & Almen

- Adlerlounge 2.621 m (Karte F4)
- Adolf-Nossberger-Hütte 2.488 m (Kar. H4 / HF S. 55)
- Alpe Stalle 1.714 m (Karte C5 / HF Seite 41)
- Alpengasthof Patsch 1.675 m (Karte B5 / HF S. 40)
- Anna Schutzhäuser 1.992 m (Karte J7)
- Arnitzalm 1.848 m (Karte E4)
- Aussenvegerhütte 1.950 m (Karte B5)
- Äußere Steiner Alm 1.914m (Karte E3)
- Berghaus Außerschloß 1.700 m (Karte E1 / HF S. 11)
- Badener Hütte 2.608 m (Karte D2 / HF Seite 13)
- Barmer Hütte 2.610 m (Karte A5 / HF Seite 44)
- Bergeralm Kals 1.637 m (Karte F3 / HF Seite 28)
- Bergeralm Virgen 1.845 m (Karte C2)
- Berger See Hütte 2.182 m (Karte D3)
- Blauspitz Panoramarestaurant 2.305 m (Karte F3)
- Blauhütte 1.896 m (Karte B5 / HF Seite 45)
- Bios Hütte 1.800 m (Karte E5 / HF Seite 43)
- Boden Alm 1.960 m (Karte D3)
- Bonn-Matreier Hütte 2.745 m (Karte D3 / HF Seite 15)
- Brunnalm 1.816 m (Karte C5 / HF Seite 42)
- Brunalmstüberl 2.054 m (Karte C5)
- Clarahütte 2.033 m (Karte B3)
- Connym-Alm Panoramastüberl 2.070 m (Karte F8)
- Defereggerhaus 2.964 m (Karte C2)
- Dolomiten Hütte 1.620 m (Karte H7)
- Eissee Hütte 2.521 m (Karte D3)
- Elberfelder Hütte 2.346 m (Karte H4)
- Erzherzog-Johann-Hütte 3.454 m (Karte G2 / HF S. 26)
- Essener-Rostocker Hütte 2.208 m (Karte C3 / HF S. 18)
- Faschingalm 1.680 m (Karte I6)
- Filmor-Standschützenhütte 2.360 m (Karte E9)
- Gadein Panorama-Restaurant 2.100 m (Karte D3)
- Gasthof Moalml 1.793 m (Karte G3)
- Glanzzalm 1.974 m (Karte E4)
- Glocknerblick 1.950 m (Karte F3)
- Glocknerblick 2.642 m (Karte H3 / HF Seite 31)
- Gölbnerblick Hütte 1.824 m (Karte F7)
- Bergrestaurant Goldried 2.150 m (Karte F4)

- Gottschaualm 1.946 m (Karte D3)
- Hochschoberrhütte 2.322 m (Karte G5 / HF Seite 55)
- Hochsteinhütte 2.033 m (Karte H7)
- Hochweißstein Haus 1.868 m (Karte H8)
- Huber Kaser Bauernalm 2.000 m (Karte F6)
- Innere Steiner Alm (Karte E3)
- Venedigerhaus 1.700 m (Karte D1 / HF Seite 29)
- Jagatesstüb'n (Karte F4)
- Jagstube 1.735 m (Karte C5)
- Jausenstation Trojer Alm 1.810 m (Karte C4 / HF S. 38)
- Jagdhäuseralm 2.009 m (Karte A4 / HF Seite 39)
- Johannis Hütte 2.121 m (Karte C3 / HF Seite 17)
- Kals-Hütte Hochstadel 1.800 m (Karte J8 / HF Seite 56)
- Kals-Tauernhütte 1.755 m (Karte F2 / HF Seite 27)
- Kals-Matreier Törhaus 2.207 m (Karte F4 / HF Seite 52)
- Karlsbader Hütte 2.260 m (Karte I8 / HF Seite 22)
- Boden Alm 1.960 m (Karte D3)
- Kuenzer Alm 1.760 m (Karte F4 / HF Seite 32)
- Laschnitzalm 1.900 m (Karte C4 / HF Seite 20)
- Lasöring Hütte 2.350 m (Karte C4)
- Leckfeldalm Hütte 1.900 m (Karte D8)
- Leppetal Alm 1.930 m (Karte D5)
- Lienzer Hütte 1.977 m (Karte H5 / HF Seite 52)
- Lucnerhaus 1.920 m (Karte G3 / HF Seite 23)
- Lucnerhütte 2.241 m (Karte G3 / HF Seite 24)
- Matreier Tauernhaus 1.512 m (Karte E2 / HF Seite 29)
- Mecki's 1.850 m (Karte I6 / HF Seite 57)
- Merschenalm 2.248 m (Karte D4)
- Mitteldorfer Alm 1.850 m (Karte E3)
- Mooseralm Panoramastüberl 2.350 m (Karte D5)
- Naturfreundehütte 1.850 m (Karte D6 / HF Seite 57)
- Neue Prager Hütte 2.796 m (Karte D1 / HF Seite 12)
- N. Reichenberger Hütte 2.586 m (Karte A5 / HF Seite 19)
- Neue Sajathütte 2.600 m (Karte C3 / HF Seite 30)
- Niljoch Hütte 2.642 m (Karte D3)
- Oberhaus 1.770 m (Karte B4 / HF Seite 44)
- Oberseehütte Alpengasthof 2.020 m (Karte A5)

- Obstansersee Hütte 2.304 m (Karte E9 / HF Seite 66)
- Pebellalm 1.520 m (Karte C3)
- Porzhütte 1.942 m (Karte F9)
- Ragözl Hütte 2.115 m (Karte C5)
- Reiterstube 1.500 m (Karte D7 / HF Seite 62)
- Roaner Alm 1.903 m (Karte I6)
- Salmhütte 2.638 m (Karte G3)
- Schmidleralm 2.100 m (Karte D3)
- Schutzhäuser Kerschbaumer 1.902 m (Karte H8 / HF S. 50)
- Seespitzhütte 2.327 m (Karte C4)
- Sillaner Hütte 2.447 m (Karte D9)
- Speikbodenhütte 2.050 m (Karte D5)
- St. Pöltn Hütte 2.481 m (Karte E1 / HF Seite 10)
- Stalleralm 1.955 m (Karte B5)
- Stabanthütte 1.777 m (Karte C3 / HF Seite 16)
- Steineralml Panorama 2.216 m (Karte H6)
- Jst. Steinkenealm 1.149 m (Karte I8)
- Sternalm 1.505 m (Karte H7)
- Stoan Alm 1.450 m (Karte C3)
- Strumhof 1.451 m (Karte E3 / HF Seite 32)
- Stüthalm 2.802 m (Karte G3 / HF Seite 25)
- Stühleralm 2.300 m (Karte D4)
- Studenetschke Hütte 2.660 m (Karte F3)
- Thurmtal Rast 2.000 m (Karte D7 / HF Seite 65)
- Untere Valentin Alm 1.220 m (Karte J7)
- Unterster Alm 1.673 m (Karte C6 / HF Seite 64)
- Venedigerwarte 1.014 m (Karte H6)
- Volkeimer 1.886 m (Karte D6 / HF Seite 63)
- Walhuber Kasa 2.002 m (Karte F6)
- Wangenisse Hütte 2.508 m (Karte I5 / HF Seite 53)
- Wetterkreuzhütte 2.106 m (Karte D4 / HF Seite 21)
- Winklener Hütte 1.905 m (Karte I6)
- Wodenalm 1.825 m (Karte E3 / HF Seite 14)
- Wolayersee Hütte 1.960 m (Karte I8)
- Zung Alm 1.846 m (Karte E4)
- Zupalseehütte 2.350 m (Karte D4 / HF Seite 21)

Osttirol Card Die Card für den Sommer

Wer die ganze Vielfalt Osttirols „in die Tasche“ stecken will, hat mit der Osttirol Card (gültig von Anfang Juni bis Ende September) die idealen Voraussetzungen dazu. Die Osttirol Card vereint nämlich Osttiroler Ausflugsziele auf einem handlichen Scheckkarten-Format: Sie gilt auf Osttiroler Bergbahnen, in Museen wie Schloss Bruck, Aguntum bei Dölsach - der einzigen Römerstadt in ganz Tirol - und bei familienfreundlichen Freizeitrichtungen zwischen den Hohen Tauern und Lienzer Dolomiten.

Sieben Tage lang können Bergbahnen, Schwimmbäder und „Natur & Kultur-Angebote“ in Osttirol einmal täglich ohne Zusatzkosten genutzt werden. Und damit haben Osttiroler-Urlauber dann die Qual der Wahl: Mit den Bergbahnen zum Höhenwandern auf den nächsten Gipfel starten oder sich lieber ein Schläfchen im Strandbad gönnen? Osttirols Kulturgeschichte hautnah erleben oder die Natur in der Gailitzkamm und im Wildpark Assling? Highlight: die geführten Wanderungen mit den Nationalpark Rangern - für Familien, Naturliebhaber - auch für Gruppen - ein besonderes Angebot.

7 Tage - über 100 Erlebnisse



Alpin Notruf
Alpines Notsignal ☎ 140 ☎ 144 - Ruf: In 1 min. 6 gleiche Zeichen
Antwort: In 1 min. 3 gleiche Zeichen in gleichen Abständen

Wetter und Lawinen
Alpenvereiner Wetter Telefondienste in Österreich
Gesamtes Alpenwetter +43 (0)900 91 1566-80
Regionales Alpenwetter +43 (0)900 91 1566-81
Ostalpenwetter +43 (0)900 91 1566-82
Alpenvereiner +43 (0)512 291600
Lawinenwarndienst +43 (0)800 800 503, www.lawine.at



NationalparkRegion Hohe Tauern

Besonderheiten der Region

- Großglockner und Großvenediger und weitere 264 Dreitausender
- 14 Natur- und Kulturlehrewege - Osttiroler Adlerweg
- Tiroler Bergwege-Gütesiegel: Glietscherveg Innergöschlöß,
- Gassla Anda Weg, Venediger Höhenweg, Sudetendeutscher Höhenweg.

Sommer-Highlights der Region

- Kalsler Kirchtag
- Almblasen bei der Zupalseehütte

Details & Termine unter **www.osttirol-nationalpark.at**

- 1 - Glietscherveg Innergschlöß, 2.200 m**

Ausgangspunkt: Matreier Tauernhaus (1.501 m)

Beschreibung: Eine einstündige Wanderung führt ins Innergschlöß. Es ist auch mit Kutsche oder Taxi erreichbar. Der Glietscherlehrweg führt uns steil ansteigend auf den Salzboden zu einem Tümpel mit Wolgrasinsel, dem „Auge Gottes“. Weiter bis zum Rand des beeindruckenden Schlätenees. Mit dem Abstieg über den Pragerhüttenweg schließt sich die Runde wieder im Innergschlöß. AV-Lehrweg (Taschenführer erhältlich).

Zufahrt: von Matriei i. O. auf der Feibertauernstraße bis zum Matreier Tauernhaus („Nationalpark-Wanderbus“)

Gezeit: Tagestour

Hütten: Berghaus Außergschlöß 1.700 m, Neue Prager Hütte 2.796 m, Venedigerhaus Innergschlöß 1.700 m

- 2 - Neue Reichenbergerhütte, 2.586 m**

Ausgangspunkt: Hinterbichl - Parkplatz Ströden - Pebellalm

Beschreibung: Von der Pebellalm führt ein steiler Almweg hinauf zur Stürmitzalm, wo man den Fahrweg in südlicher Richtung verlässt, und sich auf den Wanderweg-Nr. 90 ins Kleinbachtal begibt. Am Ende des Tales überquert man den Kleinbach und steigt zum „Kleinbachboden“ auf, einem schönen Höhenweg. Von dort geht es zuerst flach und dann gleichmässig ansteigend zur Roten Lenke und im Abstieg (30 Min.) zur Neuen Reichenbergerhütte. Der Hüttenabstieg zum Ausgangspunkt erfolgt dann in ca. 3 h über die Bachlenke durch das Großbachtal.

Zufahrt: Prägraten a.G. - Hinterbichl - Parkplatz Ströden

Gezeit: Aufstieg 4,5 - 5 h, Abstieg 3 h

Hütten: Neue Reichenbergerhütte 2.586 m

- 3 - Drei-Seen-Wege**

Ausgangspunkt: Matreier Tauernhaus (1.501 m)

Beschreibung: Vom Matreier Tauernhaus folgt man dem Weg in Richtung Gschlößtal und erreicht im Bereich der Wolghemuthalmen den Beginn des „Alten Tauernweges“ zur St. Pöltner Hütte (Weg Nr. 511). Vorbei am wundervollen Aussichtspatz „Zirbenkreuz“ gelangt man weiter zur St. Pöltner Hütte. Nach dem Aufstieg zur Messlingsscharte genießt man einen fantastischen Blick zum Venedigermassiv. Der Abstieg erfolgt über einen Teil des St. Pöltner Ostweges und führt zu den 3 Seen: Grauer See, Schwarzsee und Grünsee. Neben dem Wasserfall des Messelingbaches und durch blütenreiche Weiden wandert man in Richtung Matreier Tauernhaus.

Zufahrt: Matriei i. O. - Feibertauernstraße - Matreier Tauernhaus

Gezeit: Tagestour, ca. 6 h

Hütten: St. Pöltner Hütte 2.481 m

- 4 - Großvenediger, 3.666 m**

Ausgangspunkt: Hinterbichl oder Parkplatz Wiesenkreuz

Beschreibung: Die Route beginnt in Hinterbichl und folgt dem Almfahrweg in das Dorfertal zur Johannes Hütte (2.121 m). Der Taxizubringer dorthin verkürzt den Anstieg. Zum Defreggerhaus (2.964 m) mit Blick hinauf zum weiß schimmernden Firn der weiten Vergletscherung. Unterhalb des Multivizaderls (3.244 m) beginnt der Gletscheranstieg. Steigeseisen, Seil und die Begleitung eines Bergführers geben Sicherheit. Der Weg führt über das Rainer Törl zum Eispiggel des Großvenedigers (3.666 m). Ein traumhafter Rundblick über den Nationalpark Hohe Tauern und seine umgebende Bergwelt mit den Dolomiten, dem Dachsteingebirge und vielen anderen.

Zufahrt: von Prägraten am Großvenediger nach Hinterbichl (Postbushaltestelle)

Gezeit/Hütten: Johannishütte 2.121 m 5 h, Defreggerhaus 2.964 m 2,5 - 3 h

- 5 - Wiesbauerspitze 2.767 m**

Ausgangspunkt: Hinterbichl - Parkplatz Ströden (1.403 m)

Beschreibung: Der Weg führt von Ströden zur Pebell- und Isltzeralm, und von dort entlang des Wasserschauafpades weiter Richtung Clarahütte. Nach der Waldgrenze überquert man die „Steinbrücke“ und gelangt dann auf eine Anhöhe. Von dort führt der Weg über eine steile, felsdurchsetzte Stelle (Halteseil), dann über Wiesengelände in schön angelegten Passagen hinauf zur Abzweigung, wo man in östl. Richtung zur Zopathütte (nicht bewirtschaftet) gelangt. Ab hier rückt das Gipfelkreuz näher, und nach einer 1/2 h hat man den Gipfel mit dem einzigartigen Panoramablick erreicht.

Zufahrt: Hinterbichl - Parkplatz Ströden

Gezeit: Aufstieg 4 - 4,5 h

Hütten: Almgestaus Isltzeralm 1.513 m, Berggasthaus Pebellalm 1.520 m

- 6 - Glocknerspur BergeDenken**

Ausgangspunkt: Parkplatz am Ende der Kaiser Glocknerstraße beim Lucknerhaus (Postbus).

Beschreibung: Dieser außergewöhnliche Lehrweg bietet Fitness für den Geist, Information über die interessante Alpingeschichte des Großglockners und vielfältige Einblicke in die Naturwunder dieses Berges. Auch die Beobachtung typischer Alpenbewohner wie Murmeltiere, Steinböcke und Steinadler ist für den aufmerksamen Wanderer hier gut möglich. Besonders für Familien zu empfehlen.

Zufahrt: Kals a. G., Kalsler Glocknerstraße (Mautstraße)

Gezeit: 1 h

Hütten: Alpengasthof Lucknerhaus 1.920 m

- 7 - Virgentaler Sonnenterrnen**

Die 3-Tageswanderung startet direkt in Prägraten und verbindet eine Reihe von uringen Hütten und Almen auf der Sommerassesse des Virgentales. Die Familienrunde führt von der Stabant-, zur Sajathütte, Bodenalm, Nilljochhütte, Schmiedler- und Gottschaualm nach Oberauern zur Wallfahrtskirche „Maria Schnee“ und dann über die „Hohe Bank“ wieder zurück nach



Prägraten. Die Höhenwegrunde erlaubt einen kurzen Abstecher auf den Venediger Höhenweg mit dem Besuch der Eisse- und Bonn-Matreier-Hütte.

- 8 - Burgruine Rabenstein**

Ausgangspunkt: Kirchplatz, Virgen

Beschreibung: Rundblick von der Iselschlucht bis nach Matriei. Rabenstein thront selbst heute noch als Ruine erhaben über Virgen. Die Burg war einst Sitz der sogenannten „Pfleger“. Die Ruine lässt die Größen des damaligen Schlosses erahnen. Vom Kirchplatz führt die Straße ansteigend nach Mellitz. Vor der Mellitzbrücke links einbiegend den Mellitzbach entlang hinein in den Mellitzgraben. Bei der Bank links in den gesicherten Weg einbiegen oder von Mellitz den asphaltierten Fahrweg bis zum Eggerhof und von dort quer zum Schloss spazieren.

Gezeit: 1 h

- 9 - Geschichtenweg Kaiser Dorfertal - Dorfersee**

Ausgangspunkt: Kals-Taurer (1.500 m), Postbushaltestelle

Beschreibung: Eine unbeschwerliche Wanderung für Familien durch die romantische Dabakalm und die Ebenen der Dorferalmen. Fünf Hörstationen erzählen in drei Sprachen über die interessante Geschichte des Tales und den Nationalpark Hohe Tauern. Spektakulär ist die schwindelerregende Aussichtswarte über der Dabakalm. Wer zum idyllisch gelegenen Dorfersee wandert, folgt dem Weg vom Kaiser Tauernhaus (1.755 m) in Richtung Talschluss. Hierfür ist eine Tageswanderung einzuplanen.

Zufahrt: von Kals auf der Straße taleinwärts - Taurer - Postbus, Parkplatz Dorfertal

Gezeit: 2 h (Lehrweg)

Hütten: Jausenstation Bergeralm 1.640 m, Kaiser Tauernhaus 1.755 m

- 10 - Tairundweg Kals**

Gesamtlänge 19,5 km, west und ostseitig von Kals/Taurer bis Kals/Arnig rundum verlaufend, mit neu errichteter Hängebrücke (65 m Länge und 28 m Höhe) und verschiedenen Themenstationen, Rast-, Kinderspiel- und Aussichtsplätzen. Ideal auch für Familien mit Kindern und Senioren, da Wegabschnitte individuell abgestimmt werden können. Herrliche Nordic Walking Streckel. Sie können den Weg von verschiedenen Einstiegspunkten aus beginnen und in einem Mal oder in Abschnitten beschreiten. An den Einstiegstellen und Rastplätzen finden Sie Infotafeln mit dem Wegverlauf und auch eingzeichneten Buggyrouuten. Lassen Sie sich auf ihrer Entdeckungsreise zudem von der heimischen Gastronomie verwöhnen.

Defereggental

Besonderheiten der Region

- Viele Gipfelrouten über 3.000 m - Natur- und Kulturlehrewege
- Größter zusammenhängender Zirbenwald der Ostalpen
- Jagdhausalm, die ältesten Almen Österreichs

Sommer-Highlights der Region

- Almrosenfest in St. Jakob
- Drachenbootrennen am Obensee / Staller Sattel

Details & Termine unter **www.defereggental.org**

- 11 - Jagdhausalmen, 2.009 m**

Ausgangspunkt: Parkplatz Alpengasthof Oberhaus

Beschreibung: Vom Alpengasthof Oberhaus folgt man dem Steig ca. 30 Min. durch den Zirbenwald taleinwärts. Weiter auf dem Almfahrweg über die Seebachalmen zur Jagdhausalm, dem ältesten Almdorf Österreichs.

Zufahrt: von St. Jakob nach Erlsbach, Mautstraße zum Alpengasthof Oberhaus

Gezeit: 4 h hin und retour Alpengasthof Oberhaus 1.770 m

- 12 - Großer Leppleskofl, 2.811 m**

Ausgangspunkt: Bergstation Mooserberg (2.368 m)

Beschreibung: Von der Bergstation Mooserberg/Jausenstation Mooseralm führt ein Steig zur Ochsenlacke. Weiter über den Kammausläufer zum Großen Leppleskofl.

Zufahrt: von St. Jakob zum Parkplatz des Szekentrums St. Jakob

Gezeit: 2 h Aufstieg

Hütten: Bruggeralm 1.818 m, Jausenstation Brunnalmsteüberl 2.054 m, Panoramasteüberl Mooseralm 2.350 m

- 13 - Oberseetsee - Seespitze, 3.021 m**

Ausgangspunkt: Weiler Trogach (1.735 m)

Beschreibung: Von Trogach aus auf dem Forstweg bis Gasserkofel, weiter über Wiesenhänge bis zur Seespizthütte (3.327 m). Den markierten Steig zum grandiosen Oberseetsee (2.576 m), der sich nach dem Gletscherrückgang im weiten Kartron gebildet hat. Westlich am See vorbei führt ein steiler Steig mit einer selbigeischen Passage auf den Gipfel der Seespitze, dem markantesten Aussichtsbereg am Panargenkamm.

Zufahrt: von St. Jakob i. Def. mit dem Auto bis zur Jausenstation Jägerstube

Gezeit: Tageswanderung

Hütten: Seespizthütte 2.327 m

- 14 - Pfannhorn, 2.820 m**

Ausgangspunkt: Kapelle Maria Hilf oder Grünbichl am Staller Sattel

Beschreibung: Aufstieg Lappachalm, von dort rechts über die Steig durch den Wald zum Hirschbichl und weiter absteigend in eine ausgedehnte Mulde. Vom Grünbichl: über den Erlsaboden bis zum Hirschbichl. Von dort über den Steig zu einer Senke. Über Grashänge zwischen zwei markanten Felsen zum Gipfel.

Gezeit: 4 h

- 15 - Wassererlebnisweg St. Jakob i. Def., 1.380 m**

Ausgangspunkt: östl. Ortseingang von St. Jakob/Einfangbrücke

Beschreibung: Am Wasserlehrweg entlang der Schwarzach erläutern Schau tafeln die vielseitige Wirkung des Wassers auf Landschaft und Leben. Moore, artreiche Tümpel, klare Quellen, Bäche und Wasserfälle gibt es hier zu bestaunen. Einen genauen Führer bzw. detaillierte Beschreibung des Wassererlebnisesweges ist in den Informationsbüros zum Preis von EUR 6,80 erhältlich.

Zufahrt: mit Pkw od. Postbus nach St. Jakob i. Def.

Gezeit: kleine Runde 1 h, große Runde 2,5 h

- 16 - Staller Sattel - Rund um den Obensee 2.052 m**

Ausgangspunkt: Staller Sattel

Beschreibung: Wanderungen in der Gegend um den Obensee sind ideal für



Familien. Steinzeitliches Jagdmaterial und ein Einbaum, die im See und der Umgebung gefunden wurden, zeugen von frühesten Besiedelungen. Im Alpengasthaus Obersee wird für das leibliche Wohl gesorgt. Der Staller Sattel ermöglicht auch die Überfahrt ins südtirolerische Antholzertal. NEU: Der familienfreundliche Seerundweg mit seiner Vielfalt lädt zum Verweilen in der Natur ein. Kinder beobachten die Fische, klettern auf Felsblöcke oder basteln kleine Boote aus Naturmaterialien und Eltern genießen die Umgebung und beobachten die Tier- und Pflanzenwelt. Vielleicht ist es ein Gassfrosch, ein Adler, der Tannenhäher oder nur eine Schmetterling, der die Aufmerksamkeit auf sich lenkt. Ein Erlebnis in der Gebirgsnatur ist spannend, wenn man sich die Zeit dafür nimmt.

Gezeit im Spaziergang: ca. 0,5 h
Hütten: Alpengasthaus Obersee 2.020 m

- 17 - Lasöringkreck**

Ausgangspunkt: St. Jakob i.Def.

Beschreibung: Wanderung über Knappengruben zur Neuen Reichenbergerhütte - Übernachtung - über Prägräter Törl zur Lasöringhütte - Übernachtung, über Donnerstein, Speikboden zum Wetterkreuz und mit dem Taxi ins Virgental - Rücktransfer nach St. Jakob i. Def. Herrliche Panoramablicke auf die 3000er der Venediger-, Glockner-, Schober- und Rieserfernergruppe.

Gezeit: Tagesetappen von 6 - 8 h - Buchungshotline: +43 (0)4875 5161

Hütten: Neue Reichenbergerhütte 2.586 m, Lasöringhütte 2.350 m, Zupal-seehütte 2.350 m, Wetterkreuzhütte 2.106 m

- 18 - Natur-Kulturweg „Leben am Steilhang“**

Ausgangspunkt: Parkplatz in Bruggen

Beschreibung: Zunächst leicht bergauf zur Holzer Mühle. Nach einem Steilstück begegnet man talauswärts am sonseitigen Berghang typischen Beispielen des früheren Bergbauernlebens in extremer Lage. Am Frodtzbach wird heute noch die „Holzer Mühle“ betrieben. Flachs wurde verarbeitet und die Kormmühlen wurden an den Bächen betrieben. In dieser Abgeschiedenheit mussten sich die Menschen über den langen Winter selbst versorgen. Schautafeln informieren über bislang Unbekanntes. Der Weg kann auch in umgekehrter Richtung begangen werden. Beispielsweise vom Dorfzentrum St. Veit über Gassen nach Bruggen.

Zufahrt: Bruggen

Gezeit: ca. 3 - 4 h (Rundwanderweg über Zotten)

- 19 - Natur-Kulturweg Oberhauser Zirbenwald**

Ausgangspunkt: Alpengasthof Oberhaus

Beschreibung: Der größte zusammenhängende Zirbenbestand der Ostalpen und die von jahrhundertelanger Arbeit der Bergbauern geprägte Almlandschaft bieten die reizvolle Kulisse für den Natur- und Kulturlehrweg Oberhauser Zirbenwald. Neun Schautafeln informieren über die reichhaltige Flora und Fauna, sowie das Almleben. Den Besucher erwarten interessante Infos über das „Leben im Gebirgsbach“, die „Vegetation der Lawinengassen“, die „Traditionelle Almwirtschaft“, die „Vogelwelt des Lärchen- und Zirbenwaldes“ und vieles mehr.

Zufahrt: St. Jakob, Erlsbach, Alpengasthof Oberhaus (Mautstraße)

Gezeit: ca. 1 h

Hütten: Alpengasthof Oberhaus 1.770 m

- 20 - Aussichtsplattformen im Defereggental**

20a - Aussichtsplattform FreiRaum Alm

Hinter der Speikbodenhütte in St. Veit wurde auf Initiative des Nationalparks Hohe Tauern die neue Aussichtsplattform FreiRaum Alm errichtet. Von der Speikbodenhütte in St. Veit gelangt man in rund 15 Gehminuten zur Aussichtsplattform, von wo man einen traumhaften Blick auf die Deferegger Bergwelt genießen kann.

20b - Aussichtsplattform Maria Hilfer Wasserfall

Die Aussichtsplattform am Maria-Hilfer-Wasserfall bietet allen Erholungssuchenden ein neues Ausflugsziel und erweitert den Wassererlebnisweg. Mit der Aussichtsplattform wurden „Logenplätze“ für das Naturschauspiel Staller Wasserfall errichtet. Erreichbar ist die Aussichtsplattform von Maria Hilf in ca. 20 Minuten.

Hochpustertal

Besonderheiten der Region
- Karnischer Höhenweg, Friedensweg entlang der Front des 1. Weltkrieges
- „Herz-Ass“- Weitwanderweg Villgratental
- Aigner Badl: einziges Tiroler Bauernbad
- Wichtelpark und Hochseilgarten Sillian

Sommer-Highlights der Region
TT-Wandercup in Außervilgraten
„Herz-Ass“-Wanderopening Villgratental
Details & Termine unter **www.hochpustertal.com**

- 21 - Rund um den Thurmtaler, 2.400 m**

Ausgangspunkt: Bergstation Thurmtaler / Thurmtaler Rast

Beschreibung: Von der Bergstation Thurmtaler über Weg 10b zur Äußeren Hochalm. Weiter auf Weg 10 zum Bergkamm. Rechts der Gipfel, links der Astatt Sattel. Von dort über Weg 4 hinunter zur Hinteren Hochalmhütte auf Villgrater Seite. Auf Weg 10b über die Hofeal Alm wieder zur Thurmtaler Rast, zum Bergrestaurant Gadein und der Bergstation Thurmtaler zurück.

Zufahrt: Sillian - Seilbahn Thurmtal e. Außervilgraten - Fahrweg Thurmtaler Rast.

Gezeit: ca. 5 h

- 22 - Große Kinigat, 2.689 m**

Ausgangspunkt: Rauchenbach / Kartitscher Sattel

Beschreibung: Durch das Erschbaumertal den Forstweg entlang bis zum Talschluss. In Kehren den Steig links aufwärts zur Tscharhe. Auf Weg 403, zwischen Kinigat und Likofeland, zum Hintersattel. Abstiegsmöglichkeit zur Filmoor-Stand-schützenhütte. Weiter zum Filmoorsattel und über das Geröllfeld südlich der Königswand ca. 400 m in westl. Richtung. Rechts abzweigend, sehr steil durch die Schotterhalde zum Felsen, wo eine versicherte Passage mit ca. 100 m Länge zum Gipfelkar und rechts weiter zum Europakreuz auf den Gipfel.

Zufahrt: Kartitsch - Ortstfel Erschbaum - rechts Lusser Säge

Gezeit: ca. 5 h

- 23 - Rundwanderung Tessenberger See, 1.216 m**

Ausgangspunkt: Tessenberger Alm (1.950m)

Beschreibung: Die Wanderung beginnt östlich der Tessenberger Alm, vorbei an Hütten und über den Karrenweg, der zuerst nördlich, dann westlich im



Wald empor führt. Am oberen Waldsaum führt der Steig rechts am Heinfelser Kreuz vorbei. Markierte Pflöcke lenken zu den drei im flachen Rasen gebetteten Tessenberger Seen und zum Kreuz. In Richtung Fronstadleralm führt der Steig an den Seen östlich vorbei. Nach ca. 20 Minuten schwenkt er leicht fallend in den Lärchenwald bis nach die Fronstadleralm erreicht. Von der umzäunten Fronstadleralm in westlicher Richtung über einen breiteren Weg zur Groadmwiese und weiter zum Ausgangspunkt.
Zufahrt: Auffahrt von Panzendorf über Tessenberg (1.340 m) über die Forststraße zur Tessenberger Alm
Gezeit: 2,5 h

- 24 - Golzentipp, 2.317 m**

Ausgangspunkt: Bergstation Golzentipp

Beschreibung: Von der Bergstation führt der Weg links zum Bergrücken und entlang der Skiabfahrt hinauf zur Bergstation Glampflitz zum kreisrunden Jochsee. Im Anschluss daran knapp oberhalb des alten Heuhüttenensembles „Kutteschuppen“ vorbei auf den aussichtsreichen und leicht ersteigbaren Hausberg der Tillaacher, den Golzentipp.

Zufahrt: Mit Kabinenbahn Golzentipp oder zu Fuß zur Bergstation (1,5 h)

Gezeit: 1,5 h

- 25 - Göblernerblick Hütte, 1.824 m**

Ausgangspunkt: Parkplatz Krsteinertal

Beschreibung: Am Talschluss des unberührten Krsteinertales erreicht man den Ausgangspunkt zum neu angelegten Wasserschauptad Celar mit Aussichtsplatformen, die einen Blick auf den imposanten Wasserfall bieten. Weiter führt der Steig zur bewirtschafteten Göblernerblick Hütte mit der Celar Kapelle.

Zufahrt: über das Krsteinertal bis zum offiziellen Parkplatz

Gezeit: 1 h

- 26 - Karnischer Höhenweg - „Friedensweg 403“**

Ausgangspunkt: Sillian - Weiltanbrunn oder Leckfeldalm

Beschreibung: Der Karnische Höhenweg folgt dem in westöstlicher Richtung verlaufenden 110 km langen Karnischen Hauptkamm mit einer Gesamtweglänge von 155 km. In 6 - 8 Tagesetappen.

Gezeit: zwischen 3,5 und 9 h/Tag

Hütten: Leckfeldalm 1.900 m, Sillaner Hütte 2.447 m, Obstanserssee Hütte 2.304 m, Filmoor Standschützenhütte 2.360 m, Porzehütte 1.942 m, Hochweißstein Haus 1.868 m, Wolayersee Hütte 1.960 m, Untere Valentinalm 1.220 m

- 27 - Herz Ass Weitwanderweg**

Ausgangspunkt: Parkplatz Kalkstein

Beschreibung: Auf dem gesamten Herz-Ass-Höhenwanderweg ist der Alpinist in der Lage, viele markante Gipfel des Villgratentales zu ersteigen und trotzdem immer wieder auf den Höhenwanderweg Herz-Ass zu gelangen.

Zufahrt: Sillian, Villgratental, Kalkstein

Gezeit: 6 Etappen, jeweils 6 - 7 h/Tag

- 28 - Toblacher Pfannhorn, 2.663 m**

Ausgangspunkt: Kalkstein/Innervilgraten

Beschreibung: Zuerst geht es leicht ansteigend auf einer Schotterstraße zur Alfenalm und weiter hinauf zur Ruschletalm (1.915 m). Weiter auf einem unschwierigen Fußweg in den Talschluss und über die blumenreichen Hänge der Alfenalm. Dann in westlicher Richtung steil hinauf zum Planntörl (2.508 m), wo man einen traumhaften Blick auf die Deferegger Bergwelt genießen kann.

Zufahrt: Innervilgraten - Maxer - Arnatal - Unterstalleralm

Gezeit: 2,5 - 3 h

- 29 - Rundwanderung Oberstalleralm**

Ausgangspunkt: Unterstalleralm / Innervilgraten

Beschreibung: Es gibt wohl kaum jemanden, der vom Anblick der Oberstaler Alm nicht begeistert ist. Das denkmalsgeschützte Almdorf mit 18 urigen Almhütten und einer Kapelle ist ein leicht zu erreichendes Ausflugsziel und beliebtes Fotomotiv. Ab der Unterstalleralm spaziert man 20 Minuten zur Oberstalleralm. Weiter folgt man dem Weg 15a zur Aussichtsplattform „Kiapfbaach Wasserfall“ und wieder zurück zur Unterstalleralm.

Zufahrt: Innervilgraten - Maxer - Arnatal - Unterstalleralm

Gezeit: 1 h

- 30 - Porze, 2.589 m**

Ausgangspunkt: Obertillaach/Hotel Weiler

Beschreibung: Durch das Dorfertal zum Klapfsee. Von dort entweder links über Porzehütte sowie Tillaacher Joch und (leichten) Klettersteig über italienisches Gebiet auf den Gipfel oder geradeaus und später über Serpentinene hinauf zum KHW 403 und weiter zur Porzescharte. Von dort über Klettersteig auf den Westgrat der Porze und über italienisches Gebiet auf den aussichtsreichen Gipfel. Beide Routen erfordern Schwindelfreiheit und Trittsicherheit!
Zufahrt: Obertillaach - Dorfertal - Klapfsee (am Wochenende bis zur Porzehütte)
Gezeit: ca. 2,5 - 3 h ab Klappsee, ab Porzehütte ca. 2 - 2,5 h

- 31 - Natur-Kulturweg Debanntal**

Ausgangspunkt: Seichenbrunn

Beschreibung: Die Lebensweise der Flechten, den Wert der Moore, die Vogelwelt des Lärchen- und Zirbenwaldes und die kulturhistorische und ökologische Bedeutung der traditionellen Almwirtschaft: Über alles, was man vor Augen hat, informieren mehrere aufschlussreiche Schautafeln. Der Lehrweg führt durch eine abwechslungsreiche gegliederte Almlandschaft,

Lienzer Dolomiten

Besonderheiten der Region
- Unzählige Klettermöglichkeiten
- Sonnengarantie bei herrlichen Wanderungen am Zettersfeld
- Tristachersee
- Dolomitenradrundfahrt und Dolomitenmann

Sommer-Highlights der Region
- Olala Straßentheater Festival
Details & Termine unter **www.LienzerDolomiten.net**

- 31 - Natur-Kulturweg Debanntal**

Ausgangspunkt: Parkplatz Seichenbrunn

Beschreibung: Die Lebensweise der Flechten, den Wert der Moore, die Vogelwelt des Lärchen- und Zirbenwaldes und die kulturhistorische und ökologische Bedeutung der traditionellen Almwirtschaft: Über alles, was man vor Augen hat, informieren mehrere aufschlussreiche Schautafeln. Der Lehrweg führt durch eine abwechslungsreiche gegliederte Almlandschaft,



umrahmt von einer mächtigen Bergkulisse. Der Lehrweg ist leicht begebar und weist eine Höhendifferenz von ca. 300 m auf.
Zufahrt: Nußdorf/Debant, Almfahrweg Nr. 28, Parkplatz Seichenbrunn
Gezeit: 1,5 h
Hütten: Lienzer Hütte 1.977 m

- 32 - Schobertreck**

Beschreibung: Die Kräfte der Natur schufen über Jahrtausende die raue Landschaft der Schobergruppe. Dieser alpine Trek führt Sie zu den schönsten Aussichtsplätzen und auf drei Dreitausendergipfel - begleitet von fachkundigen Erklärungen der Nationalparkranger über Geologie, Pflanzen- und Tierwelt. Dazu der dunkelblaue Himmel, das glasklare Wasser der Gebirgsbäche und Seen, Bergkameradschaft und gemütliche Hüttenabende - so werden Ihre Urlaubstage in den Bergen zu etwas Außergewöhnlichem.

Hütten: Wangenitzsee Hütte 2.508 m, Lienzer Hütte 1.977 m, Hochschoberhütte 2.322 m, Lienzer Hütte 1.977 m.

- 33 - Neualpseen von der Bergstation Steinermandl**

Ausgangspunkt: Bergstation Zettersfeld Steinermandl-Sessellift (2.200 m)

Beschreibung: Von der Bergstation des Steinermandl-Sesselliftes geht man in NW-Richtung