

## NationalparkRegion Hohe Tauern

Im Einklang mit unberührter Natur

Der Sommertraum der NationalparkRegion Hohe Tauern versetzt Urlauber in ein Alpenreich zwischen „König und Königin“: Umrahmt vom höchsten Berg Österreichs, dem Großglockner (3.798 m), dem Großvenediger (3.662 m) und weiteren ca. 200. Dreietausendern präsentiert sich diese Region für Wander- und Naturgenuss P.U.R. Die sehr gut markierten, verzauberten Wanderwege und die tosend-mittelsüden Umbalfälle, erfischen die Lunge. 14 Natur- und Kulturlehrwege ergänzen das Angebot der NationalparkRegion Hohe Tauern Osttirol. Selbstverständlich kommt das Aktivangebot, wie diverse Mountainbike- und Radstrecken, Klettergärten, Flating, Canyoning oder Kajaks in der Region nicht zu kurz. Gäste erwartet ein Aufenthalt in einer idyllischen, natürlichen Landschaft mit österreichischem Charme. Die Täler und Ortschaften der Nationalparkregion Hohe Tauern Osttirol haben sich abseits vom Massentourismus ihren natürlichen Charakter bewahrt.

#### Besonderheiten der Region

- Großglockner und Großvenediger  
- über 200.000tausender  
- 14 Natur- und Kulturlehrwege

#### Sommer-Highlights der Region

- Fest der Blasmusik

- Kaiser Kirchtag

Details & Termine unter **www.osttirol.com**



Bauernhäuser in Oberbach mit Gfödde, Kals am Großglockner, Nationalpark Hohe Tauern

### Nr. 1 - Gletscherweg Innerschölb, 2.200 m

**Ausgangspunkt (E 3):** Matreieller Tauern (1.501 m)
**Beschreibung:** Eine einstündige Wanderung führt ins Innerschölb. Es ist auch mit Kutsche oder Taxi erreichbar. Der Gletscherlehrweg führt uns steil ansteigend auf den Salzboden zu einem Tümpel mit Wolgrasrasen, dem „Augen Gottes“. Weiter bis zum Rand des beeindruckenden Schotterkees. Mit dem Abstieg über den Pragerhüttenweg schließt sich die Runde wieder im Innerschölb. AV-Lehrgweg (Taschenführer erhältlich).
**Zufahrt:** von Matrei i. O. auf der Felbertauernstraße bis zum Matrei-Tauernhaus (Nationalpark-Wanderbus)
**Geheitz:** Tagestour
Berghaus Außergschölb 1.700 m, neue Prager Hütte 2.796 m, Venedigerhaus Innerschölb 1.700 m



Gletscherlehrweg Innerschölb, Nationalpark Hohe Tauern

### Nr. 2 - Bergerseehütte, 2.182 m

**Ausgangspunkt (D4):** Prägeraten am Grossvenediger
**Beschreibung:** Der bestbekannte Stück auf dem Almfrühweg. Dann am Steig entlang bis nach einer Flachstrecke eine Geländestufe überwinden wird, die ein kleiner Wasserfall ziert. Das Tal mit seiner mächtigen Bergkulisse weitet sich auf und Bergersee ist der gleichnamigen Hütte liegt vor und im Bergersee.
**Zufahrt:** Prägeraten am Grossvenediger in Richtung Sägewerk, Parkplatz, Dorfer Gries
**Geheitz:** Aufstieg 2 - 3 Std.
Bergerseehütte 2.182 m

### Nr. 3 - Großer Zünig, 2.776 m

**Ausgangspunkt (D4):** Prägeraten des Parkplatzes Guggenberg
**Beschreibung:** Seine zentrale Stellung macht den Großen Zünig zum schönen Aussichtspunkt, jedoch ist seine Erstigung durch den enormen Höhenunterschied sehr anstrengend. Vom Parkplatz Guggenberg der Forststraße entlang zur Jausenstation Zünigalm (1.846 m). Auf dem Steig gelangt man zum tiefgrün schimmernden Zünigsee und wandert dann den Bergkräften aufwärts zur Zünigscharte. Auf dem einfach begängbaren, aber ziemlich steilen Nordostgrat erstegt man den Gipfel und genießt den großartigen Panoramablick in das Tauernmassiv und die Dolomiten.
**Zufahrt:** Matrei i. O. nach Ganzw weiter zum Parkplatz Guggenberg
**Geheitz:** Tageswanderung Jausenstation Zünigalm 1.846 m



Auf dem Weg zum Großen Zünig, Nationalpark Hohe Tauern

### Nr. 4 - Großvenediger, 3.666 m

**Ausgangspunkt (C4):** Hinterbach oder Parkplatz Wiesenkreuz
**Beschreibung:** Die Route beginnt in Hinterbach und folgt dem Almfrühweg in das Dorfertal zur Johannis Hütte (2.121 m). Der Taxibusbinger dorthin verkürzt den Anstieg. Zum Defereggental (2.364 m) mit Blick hinauf zum weiß schimmernden Firn der weiten Vergleichscharung. Nach dem Multivizalder (3.241 m) beginnt der Gletscheranstieg. Steigungen, Seil und die Begleitung eines Bergführers geben Sicherheit. Der Weg führt über das Raner Täl zum Eisgipfel 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. AV-Lehrgweg (Taschenführer erhältlich).
**Zufahrt:** von Prägeraten am Großvenediger nach Hinterbach (Postbahnhaltstelle)
**Geheitz:** Aufstieg von Hinterbach 7 - 8 Std.
Johannishütte 2.121 m, Defereggental 2.364 m

### Nr. 5 - Umbatal - Umbalfälle

**Ausgangspunkt (C4):** Parkplatz Ströden (1.403 m)
**Beschreibung:** Die imposanten Umbalfälle sind durch einen Waserrauschlauf entschlossen. Bei der Gabelung der Almfrühwege in Ströden geht es links in das Umbatal zu den Jausenstationen Iszlramml und Pebbalm (1.513 m). Romantiker gelangen per Kutsche zu den Jausenstationen. Nach etwa 30 min. Geheitz beginnt der mittelschwere Umbalfälle, erfischen die Lunge.
**Zufahrt:** von Kals auf der Straße talwärts zum Tauern (Postbus)
**Geheitz:** Halbtageswanderung Amgashaus Iszlramml 1.513 m, Berggashaus Pebbalm 1.520 m

### Nr. 6 - Geschichtenweg Kaiser Dorfertal - Dorfersee

**Ausgangspunkt (F4):** Kals-Tauern (1.500 m), Postbahnhaltstelle
**Beschreibung:** Eine unbeschwerliche Wanderung für Familien durch die romantische Dabakkalm und die Ebenen der Dorferralm. Fünf Hörstationen erzählen in drei Sprachen über die interessante Geschichte des Tales und den Nationalpark Hohe Tauern. Spektakulär ist die schwindelerregende Aussichtswarte über der Dabakkalm. Wer zum idyllisch gelegenen Dorfersee wandert, folgt dem Weg vom Kaiser Tauernhaus (1.755 m) in Richtung Talschlöss. Hierfür wäre eine Tageswanderung einzuplanen.
**Zufahrt:** von Kals auf der Straße talwärts zum Tauern (Postbus)
**Geheitz:** 3 - 4 Std. (Lehrgweg)
Jausenstation Bergalm 1.640 m, Kaiser Tauernhaus 1.755 m

### Nr. 7 - Großglocknertrack

**Das Abenteuer zum höchsten Berg Österreichs (G4)**
Der Großglockner, mit 3.798 m Österreichs höchster Berg, ist eine ganz besondere Herausforderung für konditionsstarke Teilnehmer. Diese gemässige 2-Tage-Tour wird zu einem unvergesslichen Erlebnis inmitten der wilden, rauhen und faszinierenden Landschaft des Nationalparks Hohe Tauern. Wie im früheren Alpen über demen heimische Haflinger-Pferde den Transport des Gepäcks und begleiten die Wanderer einen Teil der Strecke.



Glockner Trekking mit Haflinger Pferden, Nationalpark Hohe Tauern

### Nr. 8 - Schobertreck

**(G5 + I6)** Die Kräfte der Natur schufen über Jahrtausende die raue Landschaft der Schobergruppe. Dieser alpine Track führt Sie zu den schönsten Aussichtsplätzen und auf der Drautauernbergpfad - begleitet von faszinierenden Erklärungen der Nationalparkranger über Geologie, Pflanzen- und Tierwelt. Dazu der dunkelblaue Himmel, das glasklare Wasser der Gebirgsbäche und Seen, Bergkameradschaft und gemächliche Hüttenabende - so werden Ihre Urlaubstage in den Bergen zu etwas Außergewöhnlichem.
**Buchungshotline: Nationalpark Hohe Tauern, Tel. +43.4875.5161**
Wangenzisse Hütte 2.508 m, Lienzer Hütte 1.977 m, Hochschobberhütte 2.322 m, Glorhütte 2.642 m, Eibelfelderhütte 2.346 m, Lesachalm-Hütte 2.054 m

### Nr. 9 - Weg der Sinne durch die Virgner Hecklandtschaft

**Ausgangspunkt (E4):** Direkt im Ort Virgen
**Beschreibung:** Die reizvolle Rundwanderung führt durch eine Jahrhundert alte Kulturlandschaft mit Wiesen, Hecken und Klausensteinmauern. Reich ist die Tier- und Pflanzenwelt, über die man auf Informationstafeln vieles erfährt. Kunstvoll gestaltete Haltestationen vereinheitlichen auf spielerische Weise die kleinen Wunder der Natur. Dieser Lehrgweg ist sogar blinderförmig gestaltet und ist durch überdimensionale bunte Holzschmetterlinge gekennzeichnet.
**Zufahrt:** Virgen
**Geheitz:** 2 ½ Std.
Zufahrt: Matrei i. O. nach Ganzw weiter zum Parkplatz Guggenberg
**Geheitz:** Tageswanderung Jausenstation Zünigalm 1.846 m



### Nr. 10 - Glocknerspur BergeDenken

**Ausgangspunkt (G4):** Parkplatz am Ende der Kaiser Glocknerstraße beim Lucknerhaus (Postbus).
**Beschreibung:** Dieser außergewöhnliche Lehrgweg bietet Fitness für den Geist, Information über die interessante Alpengeschichte des Großglockners und vielfältige Einblicke in die kleinen und großen 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., Kaiser Glocknerstraße (Mautstraße),
**Geheitz:** 1 Std. Alpengasthof Oberhaus 1.770 m

### Defereggental

Hier bin ich Mensch, hier kann ich's sein!

Das Defereggental in Osttirol ist ein Diamant im Nationalpark Hohe Tauern und bildet mit seinen drei Gemeinden Hopfgarten, St. Veit und St. Jakob eine der bekanntesten Urlaubsebenen Österreichs. Das Defereggental wartet mit vielen Besonderheiten auf: speziell die Jagdhausalm sind unvergleichlich, sind sie doch die ältesten Zeugen blauericher Bewirtschaftung in dieser Alpbemregion. Verschiedene Naturwanderwege laden Jung und Alt ein, die alpine Bergwelt kennen zu lernen. Auf den gemächlichen Spazierwegen im Talbereich, den abwechslungsreichen Touren der Almregion und bei Hochtourern in der atemberaubenden Welt der Drautauern wird jeder das Seine finden. Nationalpark Ranger oder Bergführer begleiten zu den imposantesten Plätzen und erzählen Interessantes über das Gelägend, dessen Besiedlung nachweislich bereits vor 6.000 Jahren begann.

**Besonderheiten der Region**

- Viele Gipfelrouten über 3.000 m
- Großter zusammenhängender Zirbenwald der Ostalpen
- Jagdhausalm, die ältesten Almten Österreichs
- 4 Natur- und Kulturlpate

**Sommer-Highlights der Region**

- Almrossenfest in St. Jakob
- Drachenbootrennen am Obersee / Staller Sattel
- Volksmusikherbst

**Details & Termine unter **www.osttirol.com****

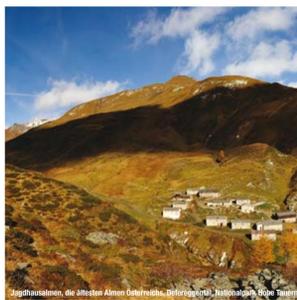


Jägerstationen, die ältesten Almten Österreichs, Defereggental, Nationalpark Hohe Tauern

### Nr. 11 - Jagdhausalmten, 2.009 m

**Ausgangspunkt (B5):** Parkplatz Alpengasthof Oberhaus
**Beschreibung:** Vom Bergspitz Oberhaus folgt man dem Steig ca. 30 Minuten durch Zirbenwald talwärts. Weiter auf dem Almfrühweg über die Seebachalm zur Jagd-Lasöringhütte - Übernachtung und zum Talschlöss. Rückstrecke nach St. Jakob i.D. Herliche Panoramablicke auf die 3000-er der Venediger, Glockner-, Schober- und Rieserfernergruppe
**Geheitz:** Tagestappon von 6 - 8 Stunden
Neue Reichenbergerhütte 2.586 m, Lasöring-Hütte 2.350 m, Zapfenhütte 2.350 m, Weterkreuzhütte 2.106 m
**Buchungshotline: +43.4875.5161**

Alpengasthof Oberhaus 1.770 m



Jagdhausalmten, die ältesten Almten Österreichs, Defereggental, Nationalpark Hohe Tauern

### Nr. 12 - Großer Leppleskofl, 2.811 m

**Ausgangspunkt (D6):** Bergstation Mooserberg (2.368 m)
**Beschreibung:** Von der Bergstation Mooserberg/Jausenstation Mooseralm führt ein Steig zur Ochsenalcke. Weiter über den Kammeausläufer zum Grossen Leppleskofl.
**Zufahrt:** von St. Jakob zum Parkplatz der Brunalm-Bergbahn
**Geheitz:** 2 Std. Aufstieg
Bruggaralm 1.818 m, Jausenstation Brunalmstobel 1.654 m, Panoramastobel Oberhaus 2.350 m

### Nr. 13 - Oberseelsee - Seespitze, 3.021 m

**Ausgangspunkt (C6):** Weller Trogach (1.735 m)
**Beschreibung:** Von Trogach aus auf dem Forstweg bis Gasserkofel, weiter über Wiesenhänge bis zur Seespitzhütte (2.327 m). Den markierten Steig zum grandiosen Oberseelsee (2.576 m), der sich nach dem Gletscherzweig im weiten Kartog befindet. Westlich am See vorbei führt ein steiler Steig mit einer gesicherten Passsage auf den Gipfel der Seespitze, dem markantesten Aussichtspoint am Panargenkam.
**Zufahrt:** von St. Jakob i. D. mit dem Auto bis zur Jausenstation Jägerstube.
**Geheitz:** Tageswanderung Seespitzhütte 2.327 m



### Nr. 14 - Pfannhorn, 2.819 m

**Ausgangspunkt (D6):** Kapelle Maria Hilf, St. Jakob
**Beschreibung:** Aufstieg zur Lappschalm, von der Alm rechts über einen Steig durch den Wald zum Hirschbühl und weiter absteigend in eine ausgedehnte Mulde. Nun über den Steig die Almweisen hinauf und dann links zu einer ausgeprägten Senke. Über die Grashänge zwischen zwei markanten Felsen ansteigend zur Gipfelkante und zum Gipfel.
**Zufahrt:** von St. Jakob i. D. mit dem Auto bis Maria Hilf
**Geheitz:** 4 Std.

### Nr. 15 - Wassereerlebnisweg St. Jakob i. D., 1.380 m

**Ausgangspunkt (C6):** ostl. Ortseingang von St. Jakob/Einfahrbrücke
**Beschreibung:** Am Wasserbach entlang der Schwarzach erläutern Schautafeln die vielseitige Wirkung des Wassers auf Landschaft und Leben. Moore, artreiche Tümpel, klare Quellen, Bäche und Wasserfälle gibt es hier zu beobachten und zu bestaunen. Einen eigenen Führer bzw. detaillierte Beschreibung des Wassereerlebnisses ist in den Informationsbüros zum Preis von EUR 5,80 erhältlich.
**Zufahrt:** mit Pkw oder Postbus nach St. Jakob i. D.
**Geheitz:** kleine Runde 1 Std., große Runde 2,5 Std.

### Nr. 16 - Staller Sattel, 2.052 m

**Ausgangspunkt (B6):** Staller Sattel
**Beschreibung:** Wanderungen in der Gegend um den Obersee sind ideal für Familien. Steinzeitliches Jagdmaterial und ein Einbaum, die im See und der Umgebung gefunden wurden, zeugen von frühesten Besiedlungen. In der Oberseehütte wird für Ihr liebliches Wohl gesorgt. Der Staller Sattel ermöglicht auch die Überfahrt ins südtirolische Antholzertal.
**Zufahrt:** mit Pkw oder Postbus von St. Jakob i. D. - Obersee
**Geheitz:** ca. 1 Std.
Oberseehütte 2.020 m



### Nr. 11 - Lasöringtrack

**Ausgangspunkt (C5):** St. Jakob
**Beschreibung:** Wanderung über Knappengruben zur Neuen Reichenbergerhütte - Übernachtung - über Prägerater Tört zur Lasöringhütte - Übernachtung über Donnerstein, Spiekboden zum Weterkreuz und mit dem Talschlöss Virgental - Rückstrecke nach St. Jakob i.D. Herliche Panoramablicke auf die 3000-er der Venediger, Glockner-, Schober- und Rieserfernergruppe
**Geheitz:** Tagestappon von 6 - 8 Stunden
Neue Reichenbergerhütte 2.586 m, Lasöring-Hütte 2.350 m, Zapfenhütte 2.350 m, Weterkreuzhütte 2.106 m
**Buchungshotline: +43.4875.5161**



### Nr. 16 - Knappentreck

**Ausgangspunkt (D6):** Handelshaus St. Jakob
**Beschreibung:** Eine Reise ist die Vergangenheit mit Pferden zu den Bergbauschauplätzen im Defereggental. 1. Tag: Tour zur Neuen Reichenbergerhütte mit Besichtigung der Krippengruben im Trogeralm. 2. Tag: Besteigung der Gfödelwand (2.912 m). Weiter über die Rote Lenke - Kleinbachboden - Kleinbach Almten - Umbalfälle. Rückfahrt mit dem Bus nach St. Jakob.
**Geheitz:** 12 Std.
Neue Reichenberger Hütte 2.586 m,
**Buchungshotline: +43.4875.5161**

### Nr. 19 - Natur-Kulturweg „Leben am Steilhang“

**Ausgangspunkt (C6):** Parkplatz in Bruggen
**Beschreibung:** Zunächst leicht bergauf zur Holzer Mühle. Nach einem Steilstück begegnet man talauswärts am sonnseitigen Berghang typischen Beispielen des früheren Bergbauernlebens in extremer Lage. Am Frodtbach wird heute noch die „Holzer Mühle“ betrieben. Flachs wurde verarbeitet und die Kammhülen wurden an den Bächen betrieben. In dieser Abschiedsruhe mussten sich die Menschen über den langen Winter abgeben. Schautafeln informieren über bislang Unbekanntes. Der Weg kann auch in umgekehrter Richtung begangen werden. Beispielsweise vom Dorfzentrum St. Veit über Gassen nach Bruggen.
**Höhenunterschied:** ca. 250 m, **Zufahrt:** Bruggen, **Geheitz:** ca. 3 - 4 Std. (Rundwanderweg über Zotten)

### Nr. 20 - Natur-Kulturweg Oberhausier Zirbenwald

**Ausgangspunkt (B5):** Alpengasthof Oberhaus
**Beschreibung:** Der größte zusammenhängende Zirbenbestand der Ostalpen und die von jahrhundertlanger Arbeit der Bergbauern geprägte Alm Landschaft bieten die reizvolle Kulisse für den Natur- und Kulturlweg Oberhausier Zirbenwald. Neun Schautafeln informieren über die reichhaltige Flora und Fauna, sowie das Almbien. Den Besucher erwarten interessante Infos über das „Leben im Gebirgsbach“, die „Vegetation der Lawinengassen“, die „Traditionelle Almwirtschaft“, die „Vogelwelt des Lärchen- und Zirbenwäldes“ und vieles mehr.
**Zufahrt:** St. Jakob, Erisbach, Alpengasthof Oberhaus (Mautstraße),
**Geheitz:** ca. 1 Std. Alpengasthof Oberhaus 1.770 m



Natur- und Kulturlweg Oberhaus, Defereggental

### Hochpustertal

Die Ferienregion Hochpustertal liegt eingebettet zwischen den Lienzer und Südtiroler Dolomiten.
**Beschreibung:** Am Wasserbach entlang der Schwarzach erläutern Schautafeln die vielseitige Wirkung des Wassers auf Landschaft und Leben. Moore, artreiche Tümpel, klare Quellen, Bäche und Wasserfälle gibt es hier zu beobachten und zu bestaunen. Einen eigenen Führer bzw. detaillierte Beschreibung des Wassereerlebnisses ist in den Informationsbüros zum Preis von EUR 5,80 erhältlich.
**Zufahrt:** mit Pkw oder Postbus nach St. Jakob i. D.
**Geheitz:** kleine Runde 1 Std., große Runde 2,5 Std.

**Besonderheiten der Region**

- Karnischer Höhenweg, der ehemalige Schmugglersteig
- Grenzüberschreitende Touren nach Südtirol
- Agner Badl - letztes Tiroler Bauernbad

**Sommer-Highlights der Region**

- Europameisterschaft der bömisch-mährischen Blasmusik
- Vilgrater Schaufwandtag

**Details & Termine unter **www.osttirol.com****



Rand vom Gfödel Talschlöss, Osttiroler Hochpustertal

### Nr. 21 - Golzentipp, 2.317 m

**Ausgangspunkt (F8):** Bergstation Sesselbahn Golzentipp (2.070 m)
**Beschreibung:** Von der Bergstation führt der Weg links zum Berg-rücken und entlang der Skiaufahrt hinauf zur Bergstation Glampitz zum kreislernden Jochee. Im Anschluss daran knapp oberhalb des alten Heuhüttenensembles „Kultschuppen“ vorbei auf den Aussichtsbereich und leicht erstiegbaren Hausberg der Tillaacher, den Golzentipp.
**Zufahrt:** Lesachtal - Obertal - Parkplatz Sesselbahn Golzentipp
**Geheitz:** ca. 1 Std. ab Bergstation Sesselbahn
Panorama-Restaurant Conny Alm 2.050 m



Abendstimmung am Karnischen Höhenweg, Osttiroler Hochpustertal

### Nr. 22 - Rund um den Thurmtaler, 2.407 m

**Ausgangspunkt (D8):** Bergstation Thurmtal / Thurmtaler Rast
**Beschreibung:** Von der Bergstation Thurmtal über Weg 10b zur Außen-Hochalm. Weiter auf Weg 10 zum Bergkamm. Rechts der Gipfel, links der Asselt Sattel. Von dort über Weg 4 hinunter zur Inneren Hochalmhöhe auf Vilgrater Seite. Auf Weg 10b über die Hoflet Alm wieder zur Thurmtaler Rast, zum Bergrestaurant Gaden und der Bergstation Thurmtal zurück.
**Zufahrt:** Sillan Parkplatz - Seilbahn Thurmtaler - AußenVilgrater - Fahweg Thurmtaler Rast,
**Geheitz:** ca. 5 Std.

### Nr. 23 - Große Kinigat, 2.688 m

**Ausgangspunkt (E9):** Kartitsch / Lusser Säge - Erschbaumertal
**Beschreibung:** Durch das Erschbaumertal den Forstweg entlang bis zum Talschlüss. In Kehren den Steig aufwärts zur Ischare. Die Route verläuft folgendermaßen: Kalkstein (1.640 m) - Rosstal - Abstiegsmöglichkeit zur Fimoor-Standschützenhütte. Weiter zum Fimoorstättel und über das Gfödeltal südlich der Königswand ca. 400 m in westl. Richtung. Rechts abweigend, sehr steil durch die Schotterhalde zum Felsen, wo eine vereiserte Passage mit ca. 100 m Länge zum Gipfelkreuz und rechts weiter zum Europakreuz auf den Gipfel, der die höchste Erhebung des Karnischen Kammes ist.
**Zufahrt:** Kartitsch - Ortsteil Erschbaum - rechts Lusser Säge
**Geheitz:** ca. 5 Std. Fimoor-Standschützenhütte 2.350 m



Oberstallalmgrün, Vilgratental, Osttiroler Hochpustertal

### Nr. 25 - Grenzlandwanderweg

**Ausgangspunkt (E8):** Sport- und Freizeitzentrum Kartitsch
**Beschreibung:** Auf bequemen Forstwegen und ohne Benützung von befahrenen Straßen verbindet der Grenzlandwanderweg die drei Orte des Tiroler Gail-/Lesachtals: Kartitsch, Ober- und Untertal-ach. Der Weg führt in Richtung Erschbaumertal, Rauenbach, Laten, Mühlboden und immer südlich der Gail weiter bis Untertal-ibach. Als Erweiterung kann der Weg auch ab Heinfels/Rainbad über Holbuckk, Kartitsch (weiter wie oben) begangen werden. Rückweg mit Postbus möglich.
**Zufahrt:** Tiroler Gailtal - Kartitsch - Sportzentrum,
**Geheitz:** 4 - 5 Std.

### Nr. 26 - Mühlenweg - Kollreid, Anras

**Ausgangspunkt (F9):** Pflegergutchaus Schloss Anras
**Beschreibung:** Zwischen den alten Bauernhäusern dem Weg entlang, links halten bis zur Kreuzung Lourdeskapelle, weiter den unteren Waldweg zur Wallfahrtskirche St. Antonius. Dort in westlicher Richtung bis zum Mühlbach. Ein Steig führt weiter über den Mühlbach Richtung Goll, der Waldgrenze entlang bis Kollreid und zurück nach Anras.
**Zufahrt:** Pustertaler Höhenstraße, Anras, Parkplatz Schloss Anras,
**Geheitz:** 45 min.



Schloss Anras in der Pustertaler Höhenstraße, Osttiroler Hochpustertal

### Nr. 27 - Karnischer Höhenweg - „Weg des Friedens“

**(D8)** Der Karnische Höhenweg folgt dem in westöstlicher Richtung verlaufenden, 110 km langen Karnischen Hauptkamm mit einer Gesamtweilänge von 155 km. In 6 bis 9 Tagesetappen (Geheitzten zwischen 3,5 und 9 Std.) ist der KH-W 403 zu bewältigen (ideal für Wanderguppen und Familien mit Kindern).
**Übernachtungsmöglichkeit** auf den Alpenvereinsstütten.
Leckleckalm Hütte 1.900 m, Sillaner Hütte 2.447 m, Obantansersee Hütte 2.034 m, Fimoor-Standschützenhütte 2.350 m, Porzhütte 1.942 m, Hochweißstein Haus 1.868 m, Wolseysee Hütte 1.960 m, Untere Valentinalm 1.220 m



### Nr. 29 - Schmugglersteig, 2.349 m

**Ausgangspunkt (C7):** Parkplatz Kalkstein
**Beschreibung:** Historisches Schmuggeln von Vilgraten ins Oesie, die Schmuggler und die Zöllner stehen hier im Vordergrund. Die Route verläuft folgendermaßen: Kalkstein (1.640 m) - Rosstal - Kalksteiner Joch (2.349 m) - über das Tscharnitztal zum Tscharnitzalm (1.976 m) - St. Magdalens im Gessertal.
**Zufahrt:** Vilgratental - Kalkstein
**Geheitz:** 4 ½ Std.
Gasthaus Kalkstein 1.639 m

### Nr. 30 - Über die Jöcher: Vilgraten - Giesertal „Bewirtschaftung einst und heute“ 2.539 m



Ausganspunkt (C6): Innervilgraten, Unterstallalm

### Lienzer Dolomiten

Wildromantisch - Dolomiten & Nationalpark

Sie beherrschen Osttirol im Süden: die Lienzer Dolomiten. Ein Paradeis für alle, die den wilden Fels lieben. Ein Muss für jeden, der die Erlebnisgrotte zum Klettern\* - die geschützte Klettersteige - sucht. Denn die schönsten Touren der Alpen sind hier zu finden: der Panorama-Klettersteig über sechs Dolomitenpfähle, die Gallenzerklamm mit tosendem Wasser oder der Laserklettersteig mit imposanten Ausblicken. Wandertafeln werden von den Nationalpark-Rangern bei geführten Touren begleitet. Tipp: die Schoberrunde mit gemächlichen Hütten. Oder mit den Lienzer Bergbahnen auf die Sonnenterrassen am Zettersfeld und am Hochstein. Lienz selbst besteht mit lauschigen Plätzen, mediterraner Flair, Schloss Bruck, Argintum - der einzigen Römerstadt Tirols - und über 2000 Sonnenstunden jährlich.

**Besonderheiten der Region**

- Unzählige Klettermöglichkeiten
- Sommergarantie bei herrlichen Wanderungen am Zettersfeld
- Tristachersee
- Dolomitenrundrundfahrt und Dolomitenmann

**Sommer-Highlights der Region**

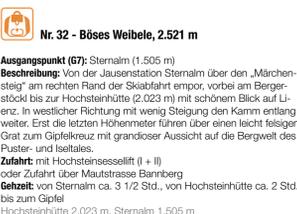
- Ochs Straßenfester Festival
- Alttalstaffel Lienz

**Details & Termine unter **www.osttirol.com****



### Nr. 31 - Neualpseen von der Bergstation Steinermandl

**Ausgangspunkt (H6):** Bergstation Steinermandl-Sesselfil (2.200 m)
**Beschreibung:** Von der Bergstation des Steinermandl-Sesselfiltes geht man in NW-Richtung über Weg Nr. 913 auf den Kamm und wechselt dort auf die Nordseite, weiter über Felsstufen abwärts in eine Blockbau- und zum Neualpsee.
**Übernachtungsmöglichkeit** auf der Neualpsee.
**Zufahrt:** Kabinenbahn auf Zettersfeld, weiter mit 4er-Sesselfil Naturfounde Hütte 1.850 m, Steinermandl Panorama 2.200 m



### Nr. 32 - Böses Weibele, 2.521 m

**Ausgangspunkt (G7):** Sternalm (1.505 m)
**Beschreibung:** Von der Jausenstation Sternalm über den „Märchensteig“ am rechten Rand der Skiaufahrt ober, vorbei am Bergerkstöckl bis zur Hochsteinhütte (2.023 m) mit schönem Blick auf Lienz. In westlicher Richtung mit wenig Steigung den Kamm entlang weiter. Erst die letzten Höhenmeter führen über einen leicht felsigen Grat zum Gipfelkreuz mit grandioser Aussicht auf die Bergwelt des Pustert- und Isellales.
**Zufahrt:** mit Hochsteinseesesselfil (I + II)
Naturfounde Hütte (1.850 m)
**Geheitz:** von Sternalm ca. 3 1/2 Std., von Hochsteinhütte ca. 2 Std. bis zum Gipfel
Hochsteinhütte 2.023 m, Sternalm 1.505 m



Panoramaablick Neualpseen in der Bergstation Steinermandl

### Nr. 35 - Helenenkirchl-Runde

**Ausgangspunkt (H7):** Lienz, Pfarrkirche St. Andrä
**Beschreibung:** Die sonnige Rundwanderung beginnt bei der Pfarrkirche St. Andrä und führt entlang des Schleinitztaches bergwärts. Auf dem Wanderweg Nr. 3 bis zum Helenenkirchl mit unter Denkmalschutz stehender Linde und schöner Aussicht auf den Lienzer Talboden. Retour über den Helenensteig bis zum Oberertum, weiter über den Fahweg Nr. 2 bis zum Ausgangspunkt zur Pfarrkirche St. Andrä.
**Zufahrt:** Stadtzentrum Lienz zum Parkplatz St. Andrä,
**Geheitz:** ca. 3 ½ Std.

### Nr. 36 - Tristachersee-Runde

**Ausgangspunkt (H7):** Ulrichsblchl, Amiach
**Beschreibung:** Vom Ulrichsblchl über den Naturlehrpfad, vorbei am Naturbiotop „Alter See“ bis zum Tristachersee und am südlichen Seeufer entlang zur Seewiese. Man kreuzt dann die Dolomitenstraße und spaziert über die Rodelbahn talwärts bis zum Sportplatz Tristach. Weiter über Talschlöss entlang bis zum Ausgangspunkt Ulrichsblchl. Landschaftlich sehr reizvoll.
**Zufahrt:** Lienz, Amlich in Richtung Tr

# Osttirol

Bergeldorado am Südbalkan der Alpen

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

Hoch oben auf den Bergen verheißt die letzten weißen Schneefelder Abenteuer zwischen Großglockner und Großvenediger. Die höchsten Berge der Alpenrepublik und insgesamt 241 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 Prägraten am Großvenediger haben sich den Charme der Alpinionnszeit 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 Dolomitenzacken.

Der Karnische Höhenweg, das Villgratental mit seinen Almen und seiner Unberührtheit und die Pustertaler Höhenstraße mit ihren Ausflugszielen wie Tierpark oder Sommererdbahn runden das Angebot in Osttirol speziell für Familien wunderbar ab. Das Familien- und Hochpustertal hat betreute Programme für Kinder entwickelt und lockt in den Wichtelpark mit der längsten Seilrutsche Österreichs oder Goldwaschen am Fluss. Wo seit Jahrhunderten Südtiroler Bauern ihr Vieh über den Stalpersattel treiben und aus Fels gemauerte Hütten stehen, da liegen die Jagdhäuser, die ältesten bewirtschafteten Almen Österreichs. Das Defereggental lockt im Frühsommer mit der Almrosenblüte. Weithin leuchten die roten Flocken den Wanderern entgegen. In diese wildromantische Gegend bieten die Nationalpark-Ranger geführte Wanderungen mit Wildtierbeobachtung an.



Karibacherhütte mit Lienzsee, Lienz Dolomiten

## Wichtige Informationen

**Bergbahnen in Osttirol**  
**Großglockner Resort Kals Mauterl**  
3971 Mauterl, Tel. +43.4875.6067  
9981 Kals a.Gr. Tel. +43.4876.8233  
[www.gg-resort.at](http://www.gg-resort.at)

**Lienzer Bergbahnen Zettlerfeld und Hochstein**  
9900 Lienz, Tel. +43.4852.63975  
[www.lienzer-bergbahnen.at](http://www.lienzer-bergbahnen.at)

**Bergbahnen St. Jakob**  
9963 St. Jakob i. Dk., Tel. +43.4873.5274  
[www.bergbahnen-stjakob.at](http://www.bergbahnen-stjakob.at)

**Obertillacher Bergbahnen**  
9942 Obertillach, Tel. +43.4847.5300  
[www.obertillacher-bergbahnen.com](http://www.obertillacher-bergbahnen.com)

**Hochpustertaler Bergbahnen**  
9920 Sillian, Tel. +43.4842.6880 oder 6011  
[www.hochpustertal-ski.at](http://www.hochpustertal-ski.at)

**Mautstraßen in Osttirol**  
**Kaiser Glocknerstraße**, Tel. +43.4876.8354  
**Straße zur Dolomitenstraße**, Tel. +43.676.6781300  
**Straße aufs Zettlerfeld bei Thurn**, Tel. +43.664.9036988  
**Hochstein über Bamberg**, Tel. +43.664.1212002  
**Patsch-Oberhaus**, Tel. +43.4873.6320 (Gemeinde St. Jakob)

**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 Alpenverein Wetter Telefondienste**  
**Gesamtes Alpenwetter** +43.900.91.1566-80  
**Regionales Alpenwetter** +43.900.91.1566-81  
**Östalpenwetter** +43.900.91.1566-82  
**Alpenverein** +43.512.291600  
**Lawinenwamdiendienst** +43.512.1588

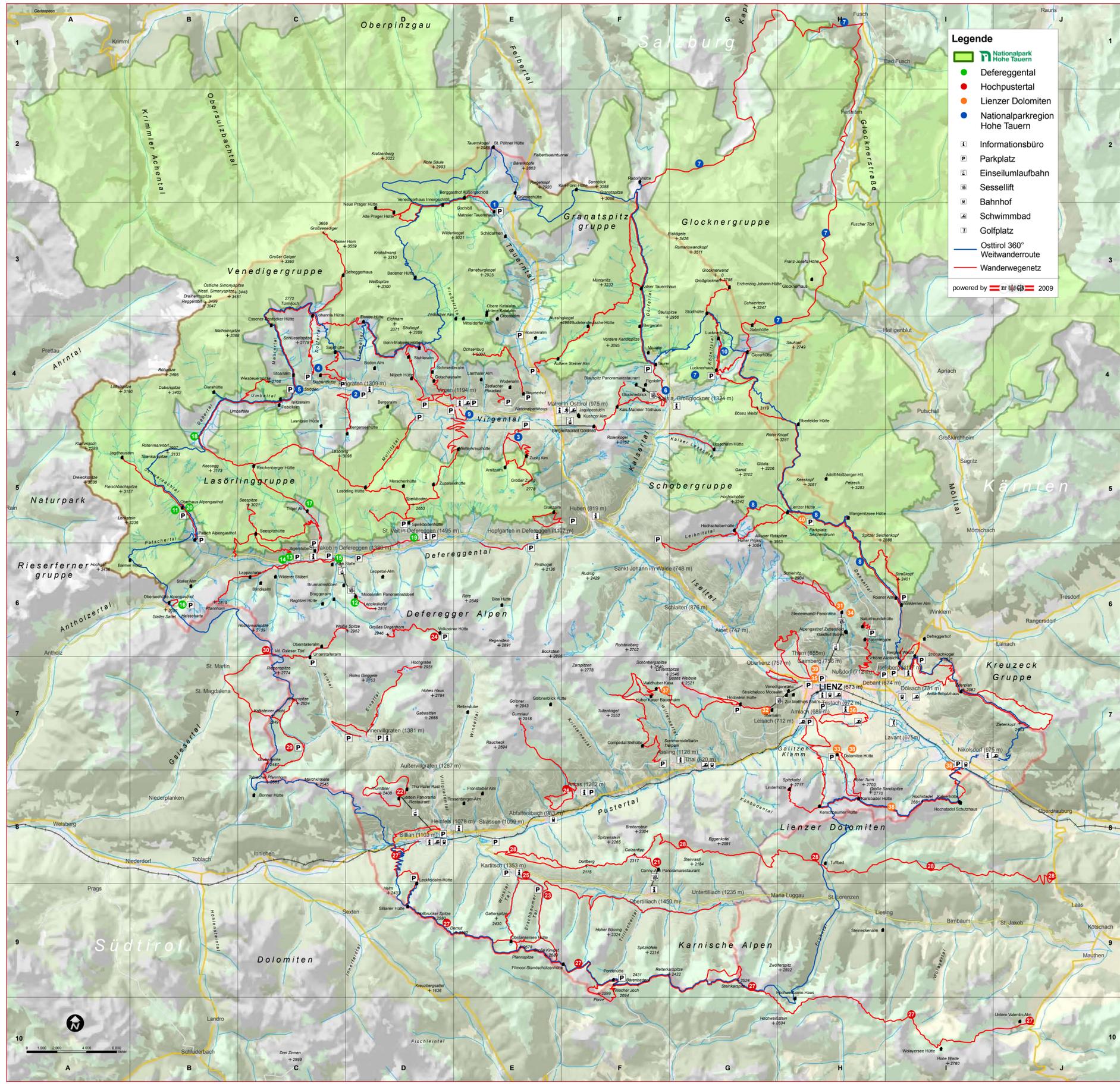
**Wanderkarten**  
Qualitativ sehr gute fischschindende Kartenblätter der „Österreich Karte“ erhalten Sie beim Bundesamt für Eich- und Vermessungswesen. Weitere Wanderkarten von „Freitag & Bernd“ und „Kompass“ können Sie direkt im Internet bestellen unter: [www.freitag-bernd.at](http://www.freitag-bernd.at) oder [www.kompass.at](http://www.kompass.at). Auch der Nationalpark Hohe Tauern bietet eigene Regions-Wanderkarten an. Gebirgsgruppenkarten des Österr. Alpenvereins sind unter [www.alpenverein.at](http://www.alpenverein.at) erhältlich.

**Impressum:**  
Herausgeber und für den Inhalt verantwortlich: Osttirol Werbung Gesamtbh Kartographie: DI Zviagonster Neumayr Rudolf  
Fotos: Archiv Tourismusverband Osttirol, 2001; Prof. & Partner, Nationalpark Hohe Tauern, Bergstatt Lienz, Guss Reiseritz, Media Lounge, Leschnitz  
Für Fehler, Auslassungen oder unvollständige Angaben wird nicht haftbar.



Majliche Rast auf den Deferegger Almen

# WANDERKARTE OSTTIROL FÜR WANDERER, BERGSTEIGER, TRECKINGABENTEURER & FAMILIEN



## Nationalpark Hohe Tauern

Hinein in die Natur

Fraus aus dem Alltag und sich auf das Wesentliche besinnen. Ruhe, Erholung und die Unberührtheit der Natur erfahren. Wichte Urlandschaft und bergläuterliche Kulturlandschaft. Das sind die beiden Gesichter des Nationalparks Hohe Tauern. Es handelt sich um das größte international anerkannte Schutzgebiet der Alpen und eines der letzten wirklichen Wildnisgebiete in Mitteleuropa.

Gletscher, Felswände, Erlebniswälder und einzigartige Almdaunenlandschaft laden ein, um gemeinsam mit den Nationalpark-Rangern unvergessliche Stunden in dieser faszinierenden Region zu verbringen.

Wildtierbeobachtungen, Naturewatch, mehrtägige Trekkingtouren in der Venediger-, Glockner- und Schobergruppe, lassen die Tage im Nationalpark zum Abenteuer werden.

Doch nicht nur das atemberaubende Große, sondern ebenso das reizvoll Kleine verbindet den Nationalpark zu einem Ganzen. Die Fichte aus dem Balken, Lärche und Zirbe aus der eisblauen Taiga, Bergwiesen erwarten im schillernden Blütenmeer. Die Ranger sind Experten für einen erlebnisreichen Tag im Nationalpark. Top - das Nationalpark-Haus in Matrei als Einstieg in die faszinierende Naturwelt Osttirols.

**Nationalpark Hohe Tauern Osttirol**  
Kirchplatz 2, 9971 Matrei i. O., Austria  
Tel. +43.4875.5161, [info@hohetauern.at](mailto:info@hohetauern.at), [www.hohetauern.at](http://www.hohetauern.at)

## Nationalpark - Sommerangebote 2010

Absetts von Stress und Hektik inmitten der Natur mit den Nationalpark-Rangern. Sie geben ihr Wissen über die Gebirgsnatur und die Kulturlandschaft als Wegbegleiter gerne weiter und führen Sie zu den interessantesten Plätzen. Der Gang in die Natur wird somit zum besonderen Wandererlebnis. Das Sommerprogramm 2010 und der Förder Nationalpark-Wandertabus 2010 mit Fahrplan kann kostenlos angefordert werden und liegt in allen Infostellen und Tourismbüros auf.

**Nationalpark Wanderkarte**  
Egal zu welcher Jahreszeit Sie in den Nationalpark Hohe Tauern Osttirol reisen, zahlreiche Sportangebote sowie diverse Ausflugsmöglichkeiten erwarten Sie hier. Mit dieser Karte finden Sie den richtigen Weg.

**Naturerlebnis Sommer 2010**

## Osttiroler Mundart

Für all jene, die in der Osttiroler Bergwelt unterwegs sind und beabsichtigen, mit Einheimischen zu kommunizieren, der Austausch aber Fragen aufwirft, empfehlen wir [www.mundart-osttirol.net](http://www.mundart-osttirol.net).

Eine grandiose Topographie stellen die unterschiedlichsten Naturräume dar, aber auch die Basis für eigene kulturelle Entwicklungen in den Tälern und im Lienzer Talboden. Die hohen Gebirgszüge grenzen die Regionen mehr oder weniger streng voneinander ab und so variieren von Tal zu Tal, innerhalb weniger Kilometer, Dialekt-Begriffe und Bezeichnungen - eine große sprachliche Diversität ist hier zu finden.

Was im Villgraten die „Göre“ ist, heißt in der Gegend um Matrei „Frischung“ und in Raun Nussdorf/Doban „Happ“, gemeint ist immer das Muterschäl. Auch die geographischen Bezeichnungen wechseln innerhalb weniger Kilometer, „echls wassers“ kennt man aus Matrei und „entan Bache“ aus Villgraten, wobei die Übersetzung ins Hochdeutsche hier schon schwerer fällt. „Echls wassers“ bedeutet nämlich nicht nur „auf der anderen Seite des Baches“, sondern umfasst all jene Fraktionen, die jenseits der Isel liegen. Die Vielfalt der Dialekte zu erhalten, hat sich der Nationalpark Hohe Tauern mit dieser Website zum Ziel gesetzt.

**Warnhinweis für Männer:**  
Nennen Sie Nie Ihre Frau eine „borschte Weibische“, es handelt sich um eine Bezeichnung für „Frau mit Dornenbart“.

## SCHUTZHÜTTEN & ALMEN

Alpe Stalls 1.714 m (Karte C 6)  
Anna Schutzhütte 1.992 m (Karte I 7)  
Amitzalm, 1.848 m (Karte E 5)  
Außere Steiner Alm 1.914m (Karte E 4)  
Berggasthof Außerschloß, 1.700 m (Karte E 2)  
Bastler Hütte 2.606 m (Karte C 8)  
Bammer Hütte 2.610 m (Karte A 6)  
Bergalm Kals 1.640 m (Karte F 4)  
Bergalm Virgen 1.845 m (Karte D 4)  
Blauptitz Panoramarestaurant 2.305 m (Karte F 4)  
Blindalm 1.896 m (Karte E 5)  
Blos Hütte 1.800 m (Karte E 4)  
Boden Alm 1.960 m (Karte D 4)  
Born-Mattnrer Hütte 2.745 m (Karte D 4)  
Bruggalm 1.618 m (Karte C 8)  
Brunnalmstüberl 2.054 m (Karte C 6)  
Clarahütte 2.038 m (Karte B 4)  
Conny-Alm Panoramastüberl 2.070 m (Karte F 8)  
Defereggauer Hütte 2.964 m (Karte C 3)  
Dolomiten Hütte 1.620 m (Karte H 7)  
Eissee Hütte 2.521 m (Karte D 4)  
Porzhütte 1.942 m (Karte C 9)  
Alte Prager Hütte (Karte D 3)  
Naus Prager Hütte 2.790 m (Karte D 3)  
Fischgraben Hütte 2.115 m (Karte C 6)  
Figolalm 1.777 m (Karte F 4)  
Filmoor-Standschützenhütte 2.360 m (Karte F 9)  
Gadöll Panorama-Restaurant 2.100 m (Karte D 8)  
Galmshütte 2.538 m (Karte C 4)  
Glocknerblick 1.950 m (Karte E 4)  
Glorerhütte 2.642 m (Karte G 4)  
Göbnerblick Hütte 1.824 m (Karte E 7)  
Bergrestaurant Goldsee 2.150 m (Karte F 4)  
Gott. Pöltnrer Hütte 2.481 m (Karte E 2)  
Hochschoberhütte 2.322 m (Karte G 5)  
Hochnackental 1.149 m (Karte I 8)  
Hochstein Hütte 2.025 m (Karte G 7)  
Hochweißalm Haus 1.868 m (Karte H 10)  
Huber Kaser Bauernalm 2.000 m (Karte F 7)  
Innere Steiner Alm (Karte F 4)  
Stuhleralm 2.300 m (Karte D 3)  
Venedigerhaus Innerschloß 1.700 m (Karte D 3)  
Isilzoram 1.513 m (Karte C 4)  
Jägerstüberl (Karte F 4)  
Jägerstube 1.735 m (Karte C 6)  
Johanns Hütte 2.121 m (Karte C 3)  
Kaiserhütte 1.790 m (Karte I 8)  
Kaiser Tauernhaus 1.755 m (Karte F 3)  
Kals-Mattnrer Torhaus 2.207 m (Karte F 4)  
Karlsbader Hütte 2.260 m (Karte H 8)  
Kerschbaumer Alm 1.902 m (Karte H 8)  
Kuenzer Alm (Karte F 4)  
Lahnstaler Alm 1.746 m (Karte E 4)  
Lasnitzen Hütte 1.900 m (Karte C 4)  
Lasöring Hütte 1.714 m (Karte C 6)  
Lockfeldalm Hütte 1.900 m (Karte D 8)  
Lappetal Alm 1.930 m (Karte D 6)  
Lieschalm Hütte 1.828 m (Karte E 5)  
Lienzer Hütte 1.977 m (Karte H 5)

Luckenhaus 1.920 m (Karte G 4)  
Luckerhütte 2.241 m (Karte G 4)  
Marschenhütte 2.200 m (Karte D 5)  
Mooseralm Panoramastüberl 2.350 m (Karte D 6)  
Naturfreundehütte 1.850 m (Karte H 6)  
Nilgch Hütte 1.990 m (Karte D 4)  
Obersee Alpe (Karte B 5)  
Oberseehütte Alpengasthof 2.020 m (Karte B 6)  
Obstanserssee Hütte 2.304 m (Karte E 9)  
Patsch Alpengasthof 1.675 m (Karte B 5)  
Peßalm 1.520 m (Karte C 4)  
Porzhütte 1.942 m (Karte C 9)  
Alte Prager Hütte (Karte D 3)  
Naus Prager Hütte 2.790 m (Karte D 3)  
Fischgraben Hütte 2.115 m (Karte C 6)  
Reichenberger Hütte 2.586 m (Karte C 5)  
Filmoor-Standschützenhütte 2.360 m (Karte F 9)  
Sajathütte 2.600 m (Karte C 4)  
Salmshütte 2.538 m (Karte C 4)  
Schmiederalm 2.100 m (Karte D 4)  
Seespitzhütte 2.327 m (Karte C 5)  
Sillneralm 2.447 m (Karte D 5)  
Spalkocherhütte 2.050 m (Karte D 5)  
St. Pöltnrer Hütte 2.481 m (Karte E 2)  
Stabanthütte 1.800 m (Karte C 4)  
Steinmann Panorama 2.216 m (Karte H 6)  
Staan Alm 1.450 m (Karte C 4)  
Huber Kaser Bauernalm 2.000 m (Karte F 7)  
Stühthütte 2.802 m (Karte G 3)  
Stuhleralm 2.300 m (Karte D 3)  
Südendeutsche Hütte 2.660 m (Karte F 4)  
Tessenberger Alm 1.950 m (Karte E 9)  
Thurntaler Past 2.000 m (Karte D 8)  
Untere Valentin Alm 1.220 m (Karte J 10)  
Untersteralm 1.673 m (Karte C 7)  
Kals-Defereggauer 1.014 m (Karte H 7)  
Volkeiner Hütte 1.886 m (Karte D 6)  
Walchauer Kasa 2.002 m (Karte H 8)  
Waltner Alm (Karte F 4)  
Wetterkreuzhütte 2.100 m (Karte E 5)  
Zupalseehütte 2.350 m (Karte E 5)  
Wilderer Stüberl 1.714 m (Karte C 6)  
Wodenalm 1.825 m (Karte E 4)  
Wölzyssee Hütte 1.950 m (Karte I 10)  
Zung Alm 1.846 m (Karte E 5)  
Zur Matthias Stub'n 1.000 m (Karte H 7)