

Aussichtsreiche Gipfel in Tirol **(Berg-)Wanderparadies rund um Seefeld**

VON DIETER KATTENBUSCH (TEXT UND FOTOS)

Seefelderspitze, Härmelelkopf und Reither Spitze im Morgenlicht

Seefeld in Tirol ist weit über die Grenzen Österreichs hinaus als Langlaufparadies bekannt. Mit seinen 256 km präparierten Loipen lässt das Seefeld Plateau diesbezüglich kaum einen Wunsch unerfüllt. Bekanntheit erlangte Seefeld auch als Austragungsort der Olympischen Winterspiele 1964 und 1976 sowie der ersten Olympischen Jugend-Winterspiele 2012 und der Nordischen Skiweltmeisterschaften 1985 und 2019.

Daneben wird oft vergessen, dass der auf 1.180 m Höhe gelegene Ort und sein 16 km langes Nachbarbatal Leutasch ebenso wie die angrenzenden Gemeinden Reith und Scharnitz und das zur Marktgemeinde Telfs gehörende Dorf Mösern auch Ausgangspunkt für zahlreiche (Berg-)Wanderungen und alpine Exkursionen sind.

Schon die Römer nutzten den Seefeldersattel als Übergang über die nördlichen Kalkalpen auf dem Weg nach Augusta Vindelicorum (Augsburg). Reste von Pfahlbauten lassen vermuten, dass in der Gegend schon in der Bronzezeit ein Siedlungsplatz existierte. Seit dem Bau der Karwendelbahn 1912, die Mitlenwald mit Innsbruck verbindet, entwickelte sich in Seefeld der Tourismus. Im Jahr 1918

verzeichnete Seefeld mehr als 2 Mio. Nächtigungen bei nicht einmal 15.000 Betten.

SEEFELDER SPITZE (2.221 m)

↗1.000 m, ↘1.000 m

Das wohl beliebteste Tagesziel ist die Seefelderspitze. Wir starten auf ca. 1.220 m an der Talstation der zur Rosshütte fahrenden Standseilbahn und folgen dem parallel zur Skipiste verlaufenden Weg entlang dem Haglbach, der zur Talstation des Rosshütten-Expresses und weiter ins Hermannstal führt. Bald nach der Abzweigung zur Reitherjochalm über den Woldrichsteig verengt sich der Weg zum „Krummen Steig“, der über fünf Kehren zum Fahrweg und über ihn zur Rosshütte führt, die wir bei einigermaßen entspanntem

Gehtempo nach ca. 1,5 Stunden erreichen. Hier hat man erstmals einen herrlichen Blick auf die umliegende Bergwelt und kann auf der Terrasse der Rosshütte (1.760 m), die rund 300 Gästen Platz bietet (im Innenraum gibt es noch einmal 500 Plätze!), verweilen. Wir ziehen es vor, dem Touristenrummel zu entfliehen und setzen unseren Weg in Richtung Seefelders Joch fort. Wir steigen aber nicht über die Skipiste auf, sondern zweigen nahe einer Tränke, an der man seine Wasserflasche auffüllen kann, in Richtung Härmelelkopf auf den Schönangersteig (Weg Nr. 77) ab. Durch felsiges Gelände (in dem im Winter gerne die Gämsen stehen) kommen wir zum Schönanger, wo ein Wegweiserbaum steht, der geradeaus zur Reither Spitze und zum Härmelelkopf sowie zur Nördlinger Hütte weist, uns aber nach links zur Seefelderspitze führt. Über zahlreiche Kehren erreichen wir auf direktem Weg durch Wiesen nach ca. 2,5 Stunden den Gipfel. Im Süden blicken wir ins Reither Kar, über dem sich – zum Greifen nah – die Reither Spitze erhebt, etwas weiter rechts der Härmelelkopf, beides lohnende Ziele. Im Westen steht imposant die Hohe Munde mit ihren beiden Gipfeln.



Bei klarer Sicht können wir südlich der Hohen Munde weit ins Oberinntal blicken, nördlich davon ins Gaistal und am Horizont erkennen wir die Zugspitze. Drehen wir uns im Uhrzeigersinn, können wir mit den Augen dem Wettersteingebirge folgen, das vom Isartal begrenzt wird. Weiterhin sieht man – östlich von Mittenwald – das Karwendel (sehr markant die Pleisenspitze). Im Osten fällt die Seefelder Spitze steil ab zum Gießenbachtal, wo wir die Eppzirler Alm (1.459 m) erkennen. Nach einer ausgiebigen Pause, in der wir uns stärken – und den zutraulichen Alpendohlen vielleicht ein Stück Apfel oder ein paar Krümel Brot zukommen lassen – machen wir uns an den Abstieg. Wir nehmen jedoch nicht denselben Weg, sondern wandern über den Grat zum Seefelder Joch (2.060 m). Der Weg ist schmal, aber an absturzgefährdeten Stellen durch Geländer gesichert. Am Seefelder Joch können wir uns in einer Aussichtskanzel über die Namen der am Horizont sichtbaren Berge informieren. Hier endet auch die erst vor kurzem renovierte Joch(seil)bahn, die von der Rosshütte heraufkommt. In einem kleinen Restaurant können wir einkehren, bevor wir über die Wiese (im Winter eine schwarze Skipiste) zur Rosshütte und vorbei am Kaltwassersee und an der Hoheggalm wieder nach Seefeld absteigen.

Für die Tour, die durchaus auch für Familien mit (ausdauernden) Kindern geeignet ist, sollte man 4 bis 5 Stunden plus Pausen einplanen. Es handelt sich durchweg um mittelschwere (rote) Bergwege. Es gibt keine wirklich absturzgefährdeten Passagen, dennoch sollte man trittsicher sein. Am Gipfel herrscht leider bisweilen drangvolle Enge, da bei schönem Wetter zahlreiche Urlauber mit den Bahnen bis zum Seefelder Joch fahren und die verbleibenden 160 Höhenmeter zum Gipfel teilweise mit unzureichendem Schuhwerk zu Fuß gehen.

SEEFELDER PANORAMA-KLETTERSTEIG

↗560 m, ↘1.100 m

Der oben beschriebene Aufstieg auf die Seefelder Spitze führt über einen der „Normalwege“. Eine weitere – wesentlich spannendere –

Möglichkeit ist der neue Seefelder Panorama-Klettersteig (eröffnet im Juni 2021). Wir starten wieder an der Talstation der Rosshüttenbahn, gönnen uns diesmal aber eine Fahrt mit der Standseilbahn (Bergfahrt zur Rosshütte 12 €, Stand Juli 2021), um Kraft für den Klettersteig zu sparen. Von der Rosshütte, die wir nach wenigen Minuten Fahrt erreichen, gehen wir eine knappe halbe Stunde leicht bergauf bis zum Schönanger. Dort weist uns ein Richtungsschild zum Klettersteig, dessen Einstieg auf ca. 1.960 m wir nach wenigen Minuten erreichen. Direkt neben dem Einstieg steht in einer Nische eine Bank, wo wir uns – vor Stein Schlag geschützt – Klettergurt, Klettersteigset, Helm und Handschuhe anlegen. Gleich zu Anfang haben wir eine steile C-Stelle zu überwinden. Der Klettersteig bietet etwa zur Hälfte die Schwierigkeit B und B/C, zu etwa einem Drittel den Schwierigkeitsgrad C, es sind einige steile bis senkrechte Stellen (im unteren Drittel eine überhängende Stelle) zu meistern. Etwa in der Mitte gibt es einen Notausstieg. Wer es bis hier geschafft hat, schafft technisch auch den Rest (wenn genügend Armkraft vorhanden ist). Kurz unter dem Gipfel kann man auf einer extra aufgestellten Bank eine Rast einlegen. Die Begehung dauert laut Topo (siehe

www.bergsteigen.com) anderthalb Stunden, ich habe beim ersten Mal 75 Minuten gebraucht. Die Länge des Klettersteigs wird mit 475 m, der Höhenunterschied mit 260 m angegeben; er endet nur wenige Meter entfernt vom Gipfelkreuz der Seefelder Spitze. Wie der Name verspricht, bietet er herrliche Blicke ins Reither Kar, auf das Seefelder Plateau, die Hohe Munde, das Gaistal und das Zugspitzplateau (bitte bei der Rast und beim Fotografieren zur Eigensicherung Rastschlinge verwenden!).

Nach einer ausgiebigen Rast am Gipfel steigen wir wieder nach Seefeld ab, diesmal nicht über das Seefelder Joch, sondern in ca. 30 Minuten zunächst durch das Reither Kar, erst in Kehren ca. 100 m abwärts, dann fast die gleichen Höhenmeter wieder aufwärts zum Reither Joch (2.197 m) knapp unterhalb des Härmelekopfes, der nur wenige Minuten entfernt und auf schmalen Pfad leicht erreichbar ist. Auch hier laden zwei Bänke zum Durchschnaufen ein. Wer noch Kraft hat, kann zur Reither Spitze aufsteigen (2.374 m, hochalpines Gelände, teilweise Absturzgefahr, zu Beginn längere Leiter). Der Abstieg führt vorbei an der Bergstation der Härmelebahn (die man natürlich auch nutzen kann, wenn einem der Abstieg zu langweilig vorkommt) und an



Blick über die Nördlinger Hütte ins Inntal und zu den Kalkkögeln.

Tourentipp Alpin

der Reitherjoch Alm, wo man sich noch einmal stärken kann (die Preise haben lockdownbedingt deutlich angezogen, im Juli 2021 kostete ein alkoholfreies Weizenbier 4,50 €). Nach rund anderthalb Stunden erreichen wir wieder die Talstation der Rosshüttenbahn.

Wer sich nicht abhetzen und Natur und Ausblick genießen will, sollte für die gesamte Tour 4 bis 5 Stunden einplanen. Der Klettersteig ist – abgesehen von einer kurzen flachen Passage ohne Absturzgefahr – sehr gut gesichert. An einigen (wenigen) Stellen, an denen man sonst kaum Halt fände, sind Stahltritte angebracht. Er dürfte allen Klettersteigfreunden Spaß machen, vorausgesetzt, sie bringen die nötige Kondition und Technik mit. Für Kinder ist der Klettersteig allerdings nicht geeignet.

REITHER SPITZE (2.274 m)

↗1.200 m, ↘1.200 m

Ein weiteres beliebtes Tagesziel ist die Reither Spitze. Wir starten am Seefelder Bahnhof (höchstgelegener ICE-Bahnhof Europas), der 1912 erbaut und für die Nordischen Skiweltmeisterschaften 2019 mit hohem Kostenaufwand restauriert wurde. Das Bahnhofsgebäude steht unter Denkmalschutz. Wir überqueren die Gleise und wandern im Uhrzeigersinn um den Golfplatz, bis wir wieder auf die Bahnstrecke nach Innsbruck stoßen und nach links auf einen Fahrweg abbiegen, der uns entlang den Gleisen zur Bundesstraße führt. Diese überqueren wir und folgen dem Weg einige Hundert Meter bis zu einer Wegekreuzung; geradeaus führt ein Weg zum Ichthyolwerk (in der Gegend wird seit 1350 Tiroler Steinöl gewonnen und verarbeitet, das heute im Gesundheits- und Wellnessbereich angewendet wird). Der Fahrweg führt nach links zur Reitherjoch Alm (Weg Nr. 83). Wir nehmen den ebenfalls hier abzweigenden kürzeren, aber dafür deutlich steileren und interessanteren Pfad (Weg Nr. 84), der kurz vor der Reitherjoch Alm, die wir nach ca. einer Stunde erreichen, wieder auf den Forstweg stößt. Wir folgen dem Weg (84) weiter Richtung Osten, überqueren den Mühlbach und zweigen nach ca. 1 km vom Fahrweg links ab. Ein schmaler Pfad führt zunächst durch Wald, dann durch Latschen, dann steiler werdend über eine Reihe von Kehren hoch zur Nördlinger Hütte (www.noerdlingerhuette.at), der höchsten Schutzhütte im Karwendel (2.238 m). Nachdem wir bereits ca. 3 Stunden unterwegs sind, können wir uns hier eine ausgiebige Pause gönnen und uns vielleicht mit einem Kaiserschmarrn stärken. Von hier aus erreichen wir den Gipfel



Blick zur Reither Spitze mit Reither Kar

in 20 bis 30 Minuten. Aber Achtung: Jetzt sind Trittsicherheit und Schwindelfreiheit gefragt; es handelt sich um einen schwarzen Bergweg, einige schwierige Stellen sind mit Stahlseilen gesichert. Hin und wieder empfiehlt es sich hier, die Wanderstöcke in eine Hand zu nehmen und mit der anderen Hand in den Fels zu greifen.

Der Blick vom Gipfel ist überwältigend: Karwendel, Wettersteingebirge, Zugspitze, Hohe Munde, Gaistal, Oberinntal, Stubai und Zillertaler Alpen ... Der Abstieg zum Reither Joch dauert dann nur ca. eine halbe Stunde, erfordert jedoch noch einmal unsere volle Aufmerksamkeit. Der steile Pfad führt durch felsiges Gelände und kurz vor dem Reither Joch überwindet man mit Hilfe einer 30-stufigen Leiter eine Steilstufe. Wir queren das Reither Kar, um zur Rosshütte und weiter ins Tal abzusteigen.

Die Überschreitung der Reither Spitze ist eine ernsthafte Angelegenheit und setzt Erfahrung im Gebirge, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit voraus. Für bergerfahrene größere Kinder ist die Tour bedingt geeignet. Insgesamt sollte man mit 6 Stunden Gehzeit rechnen. Bei guter Kondition kann man Seefelder Spitze, Reither Spitze und den unspektakulären Härmelekopf (2.224 m) am selben Tag besteigen (sog. „Königstour“).

Abgesehen von diesen drei Seefelder Hausbergen hat das Plateau noch zahlreiche andere Ziele zu bieten. So kann man sich von Leutasch aus z. B. eine Überschreitung der Hohen Munde (Westgipfel 2.592 m, Ostgipfel 2.662 m, mit Klettersteig, ca. 9 Stunden) oder die Besteigung der Großen Arnspitze (2.196 m, ca. 7 Stunden) vornehmen oder auch ganz gemütlich von Seefeld zur Aussichtsplattform auf dem Brunschkopf (1.497 m) und weiter zum Möserer See wandern.

Auch die Kletterer kommen auf ihre Kosten: In der Leutasch gibt es für Geübte insgesamt 168 Routen in den Schwierigkeitsgraden IV bis VIII. Wer sich einmal im Biathlon ausprobieren möchte, hat auch hierzu die Gelegenheit: Seefeld verfügt über eine moderne Biathlonanlage (30 Kleinkaliberschießstände, 5 Schießstände für Luftdruckgewehre, 3,6 km Rollerskistrecke). Wem all das nicht reicht, der kann einen Tagesausflug nach Innsbruck (mit dem Zug etwas mehr als eine halbe Stunde) machen und diverse Sehenswürdigkeiten besichtigen, wie das Goldene Dachl oder die Olympiaschanze, oder dem Tiroler Landesmuseum einen Besuch abstatten. Lohnend ist natürlich auch ein Ausflug nach Garmisch-Partenkirchen, wo die Besteigung der Zugspitze lockt. ■

INFO

Anreise: Von Berlin mit dem ICE bis München, weiter mit der Regionalbahn nach Seefeld, ca. 7 Stunden

Beste Jahreszeit: Juni bis Oktober; im Reither Kar kann bis in den Juli Schnee liegen

Karten: AV-Karte 5/1 Karwendelgebirge West (1:25.000), Kompass-Karte 290 Innsbruck und Umgebung (1:50.000)

Kontakt Autor: Dieter Kattenbusch, www.bergwelt-tirol.net, dieter.kattenbusch@net-24.at (Tiroler Bergwanderführer)