Vier gewinnt

Vier Freunde durchquerten vier Tage lang das Sellrain auf Tourenski und zogen das große Los. Ihr Hauptgewinn: eine Abenteuerreise, die sie nie vergessen werden.

Text:
Dirk Steuerwald

Wo ist was? Heiteres Rätselraten auf dem Samerschlag (2831 m) im Sellrain.

FOTO: BAUR

Der perfekte Moment dauert zehn Minuten: feinster Abfahrtsspaß im Sellrain.

FOTO: SCHWENDINGER

Besser als Ferrari fahren: Powder-Abfahrt vom Samerschlag zur Pforzheimer Hütte.

Sauwetter!“, schimpft Ingrid, Wirtin der Neuen Pforzheimer Hütte, und stellt vier dampfende Tassen auf den Tisch. Ihr Blick schweift hinaus durchs Hüttenfenster. „Tut mir echt leid, aber das schaut nach Talabfahrt aus“, fügt sie hinzu. Wie in einer frisch geschüttelten Schneekugel steht die Hütte in dichtem Schneetreiben. Die Angesprochenen machen lange Gesichter. Dort oben hinter dem Flocken-Vorhang wartet doch die Zischgenscharte, wo sich ihre ambitionierte Sellrain-Runde kreisrund schließen soll. Doch die scheint dem Schnee zum Opfer zu fallen.

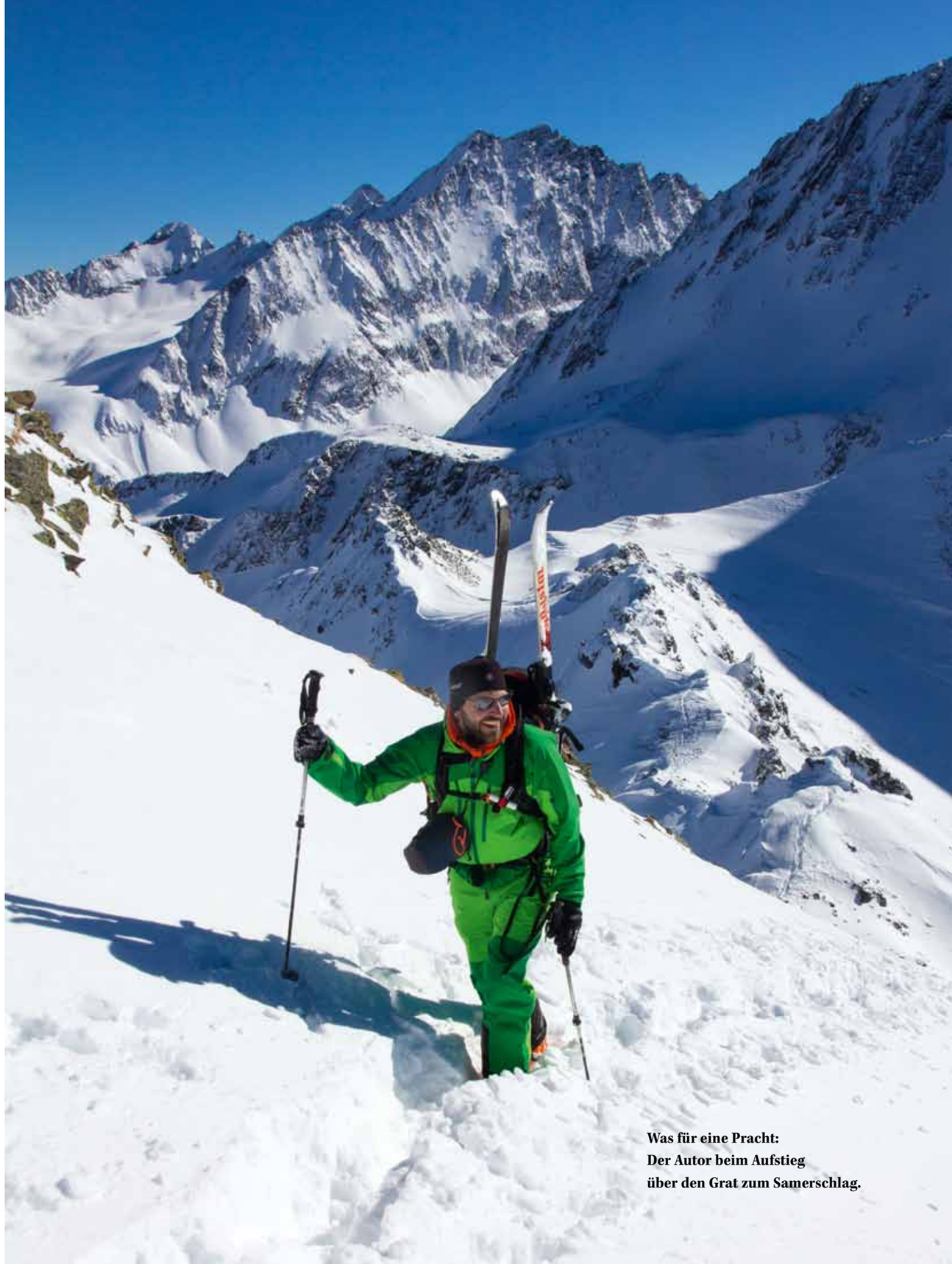
Drei Tage früher: Jede Menge Finger fahren auf der Skitourenkarte eine neue Optimalroute ab, die mehrtägige Durchquerung stockt. Der ursprüngliche Plan wackelt im Takt der Fahnenmasten vor Josefs Ladenlokal. Wind und Schnee trotzen dem vorausgesagten Sonnenschein. Josef kennt das Sellrain als einheimischer Bergführer wie seine Westentasche. Er tippt mit dem wichtigsten Finger auf die Karte: „Lasst’s das mit der Lampsenspitz’ heut sein und versucht’s lieber über die Zischgenscharte zur Neuen Pforzheimer zu kommen, da könnt’s ihr notfalls zum Westfalenhaus zurück.“ Einhelliges Nicken bei Katharina, Andreas, Stephan und Dirk besiegelt den Plan. Für nachmittags orakelt Josef Wetterbesserung.

Er behält recht. Auf dem Weg durchs Längental blinzelt die Sonne verhalten durch schneeträchtige Wolken. Die vier fassen Mut, lassen das Westfalenhaus rechts liegen und steigen weiter auf. Die Sicht wird besser und vor ihnen erhebt sich die bis 40 Grad steile Rinne, die beeindruckend zur Zischgenscharte hinaufzieht. Die Wechte ganz oben ist schnell überwunden, doch dann die Ernüchterung: Im benachbarten Gleirschtal hängt zäher Hochnebel. Nicht einmal der Abstieg zum Zischgelesferner ist zu sehen. Dazu pfeift ein strenger Wind um die vier Nasen und es dämmert schon. Ein gemütlicher Abend bei Rinaldo auf dem Westfalenhaus erscheint da nicht nur verlockend, sondern obendrein sehr vernünftig.

Der herzliche Hüttenwirt kennt die Gruppe tatsächlich noch von ihren vergangenen Besuchen. Auch Rinaldos Vater Ernesto empfängt sie wie alte Bekannte und spendiert erst einmal ein Schnapserl. Längst könnte er die Beine hochlegen, doch er genießt den aktiven Hütten-Ruhestand. Auch Arik, sein pechschwarzer, kräftiger Labrador, fühlt sich pudelwohl auf der Hütte. Er ist allgegenwärtig und lässt sich von jedem kraulen. Sein Ruf als passionierter Bergsteigerhund eilt ihm voraus. Gefallen ihm Zweibeiner, begleitet er sie bei ihren Skitouren – über Hänge und Scharten bis auf den oder die Gipfel. Um den morgigen Tag voll auszunutzen, wollen die Freunde zur Schweinfurter Hütte, am dritten Tag zur Neuen Pforzheimer Hütte und am letzten Tag über die Zischgenscharte nach Lisens zurück zum Auto.

FOTOS: BAUR, STEUERWALD

Ideales Tourengelände beim Aufstieg zur Breiten Scharte (2783 m).



Was für eine Pracht: Der Autor beim Aufstieg über den Grat zum Samerschlag.

Aufbruch ins Ungewisse zur Zischgenscharte (2930 m).

Ingrid ist die gute Fee der Neuen Pforzheimer Hütte.

Arik scheint spitz bekommen zu haben, dass Katharina, Andreas, Stephan und Dirk etwas Größeres vorhaben. Am nächsten Tag folgt er ihnen nur bis vor die Türe. Hätte er geahnt, was ihm entgeht, wäre er sicher mitgekommen. Eine Stunde nach Aufbruch wandern sie über den Wolken. Strahlend blauer Himmel überspannt unverspurten Neuschnee. Der Bergwetterdienst hat wieder auf das falsche Pferd gesetzt. Während Innsbruck im Schneetreiben liegt, bräunt die Sonne Brillenabdrücke in zufriedene Gesichter. Die vier Freunde zeichnen Zickzack-Spuren in den Schnee auf ihrem Weg zum Winnebachjoch. Wie jeder Übergang hält es jenen schönen Moment bereit: den ersten Blick in ein neues Tal. Und was ist das für ein Anblick. Kupierte Hänge führen mit idealer Neigung ins Winnebachkar. Menschenleer liegt der riesige Gebirgskessel vor ihnen. Die Winnebachseehütte hat noch nicht geöffnet. Vier kleine bunte Punkte sind allein in einer gigantisch großen Winterlandschaft. Dafür lieben sie das Skitourengehen. Wie Kinder jubeln und jauchzen sie, als die Ski durch den Pulverschnee stauben! Hochgefühle mal vier – als Telemarkschwünge in den Hang gemalt. Rinaldos Brotzeitpackerl lassen sie sich im Grund des Kessels schmecken. Am Letschhorn vorbei spurt Andreas zum Zwieselbachjoch hinauf. Die Dreitausender Strahlkogel, Breiter Grieskogel und Larstigspitze lassen sie heute links liegen – der Tag ist schon so ausgefüllt genug. Auch die Abfahrt ins Zwieselbachtal ist ein unverspurter Leckerbissen. Genuss pur – bis sie den Talgrund erreichen. Dann heißt es schieben, bis die Arme lang sind. Wer gewachst hat, ist im Vorteil. Zu jeder Mehrtagestour gehört wohl unweigerlich eines dieser lang gezogenen Täler. Als sich die Sonne hinter dem Horizont verabschiedet, begrüßt sie Andreas Jeitner in der Schweinfurter Hütte. Bis vor drei Jahren war der Bergführer noch Wirt der Kaunergrathütte im Pitztal. Dann wechselte er hierher. „Wir wollten schon immer eine Hütte mit Winterbetrieb und das macht uns richtig Spaß“, sagt Andreas. „Das Publikum ist hier ein ganz anderes als bei den hohen Bergen im Pitztal. Ins Sellrain kommen mehr die Genuss-Tourer als die Bergsteiger“, fügt er hinzu. Hier können auch Anfänger erste Gehversuche im hochalpinen Gelände wagen. Daneben gibt es eine Vielzahl von Dreitausendern: „Zwieselbacher Roßkogel und Breiter Grieskogel sind relativ anspruchsvolle Sachen und von der Kraspesspitze nach Haggen runter ist es eine ganz schöne Abfahrt“, weiß der Bergführer. Kaum ein anderes Hochgebirge liegt näher an Bayern. „Ganz gut gefällt uns auch die Anbindung des Gebiets“, sagt Andreas und weiter: „Der Trend geht immer mehr zu Mehrtagestouren und dafür ist das Sellrain mit seinen einfachen Übergängen zwischen den Hütten einfach ideal.“ Im Sommer gehen schon sehr viele Wanderer die Sellrain-Runde, im Winter sind es noch nicht viele. Zum Glück, denn die Einsamkeit haben die vier heute wirklich genossen.

Schönes Schutzhaus: die Neue Pforzheimer Hütte.

Zum Jubeln: die letzten Meter zum Samerschlag (2831 m).

FOTOS: BAUR, STEUERWALD (3)

Zum Abendessen gibt’s die Spezialität des Hauses: Tiroler Knödelplatte auf einem fein verzierten Teller. Mehr muss man dazu gar nicht sagen. Der Genießer schweigt. Nach einer flotten Runde Mensch-ärgere-dich-nicht geht es schnell ins Traumland – Stoff, um es zu füllen, haben die Freunde tagsüber mehr als genug gesammelt.

Der neue Tag beginnt wie er prognostiziert war: sonnig! Das Spuren durchs Schneeloch, einen Seitenarm des Zwieselbachtals, läuft wie am Schnürchen. Grandios, wie im engen Tal allmählich die langen Schatten dem Glitzern der frischen Schneekristalle weichen. Das Tal weitet sich. An der Breiten Scharte angekommen, weitet sich ebenfalls der Blick. Da muss einem einfach das Herz aufgehen. Unzählige Tourenmöglichkeiten gipfeln über dem Gleirschtal: Sonnenwand, Gleirscher Fernerkogel, Winnebacher Weißkogel, Schöntalspitze und Zischgeles – um nur die Dreitausender zu nennen. Knotenpunkt des lichten Netzes aus Auf- und Abstiegsspuren ist die Neue Pforzheimer Hütte. Auch sie liegt schon im Blickfeld. Zum Greifen nah. Lange grübeln Stephan und Andreas, ob sie die direkte Abfahrt in die Samerschläge wagen sollen. In einer halben Stunde könnten sie an der Hüttenterrasse abschnallen. Traumhaft schön ist der Hang sowieso. Bei seiner kritischen Steilheit wollen sie aber nichts riskieren. Sie entschließen sich für die sichere Variante. Die Ski auf dem Buckel steigen sie in leichter Gratkletterei zum Samerschlag hinauf. Dahinter führen flachere Hänge zur Hütte hinab. Der Gipfel ist nicht geographischer Höhepunkt der Tour, aber ihr Mittelpunkt. Die vier sind zufrieden, dass ihr Plan bisher aufgegangen ist. Dort drüben sehen sie die Zischgenscharte – letzte Hürde zum Abschluss ihrer Sellrain-Runde. Sie schmieden neue Pläne und

> »Der Trend geht zu Mehrtagestouren und dafür ist das Sellrain ideal.«

ANZEIGE

lachen über gute gemeinsame Erlebnisse. Dieses hier wird dazu gehören. Unterdessen wächst die Vorfreude auf Ingrids Gastfreundschaft und die letzten Hänge des Tages. Spät ist es geworden. Die Nordost-Hänge liegen schon im Schatten. „Jupiduuu“ geht es jubelnd über Abfahrten mit grandioser Aussicht. Die umliegenden Gipfel und die Hüttenterrasse fangen letzte Sonnenstrahlen ein.

„Ihr habt's da oben am Gipfel ja lustig gehabt“, empfängt sie Ingrid auf der Neuen Pforzheimer Hütte. Vier sonnenverwöhnte Gesichter blicken wie Fragezeichen drein – immerhin sind sie eine gute halbe Stunde vom Samerschlag abgefahren … „Bei so einem Traumwetter hören wir fast jedes Wort von euch Skitourengehern – besonders wenn sie so viel Spaß haben wie ihr …“, fügt die Hüttenwirtin schmunzelnd hinzu.

Katharina, Andreas, Stephan und Dirk sind beeindruckt – von der Akustik des alpinen Amphitheaters, von den vergangenen drei Tourentagen und den selbst gemachten Krapfen auf der Anrichte. Die gibt's zum Nachmittags-Kaffee.

Dabei kreisen die Finger abermals auf der Landkarte. Der Lawinenlagebericht für morgen passt, Ingrid hat gerade mit dem Chef des Lawinenkomitees telefoniert. Die Wetterprognose ist für die erste Tageshälfte gerade gut genug, um über die Zischgenscharte ins Lisenstal zu kommen. Besser aber auch nicht. Der Hüttenabend in Ingrids schöner, alter Holzstube wird gediegen: Griesknödel in feiner Suppe aus edlen Porzellanschüsseln, Kotelett an Bohnen mit Kartoffeln und zum Nachtisch gibt es Kirschstrudel mit leckerem Espresso bei Kerzenschein. Der Strudel ist heiratsverdächtig. Denn in Österreich gilt: Hochzeit darf erst feiern, wer Strudelteig dünn genug auswellt, dass die Zeitung darunter lesbar wird. Martin, der Strudelbäcker, ist definitiv reif für die Ehe – der Strudel war perfekt. Der letzte Blick hinaus vor dem Schlafengehen macht den Freunden Sorge, von Westen ziehen dicke Wolken heran.

Das „Sauwetter“ ist vor der Hütte angekommen. Ihre Runde werden sie wohl nicht abschließen können. Stattdessen wartet eine lange Busfahrt durchs Sellrain zurück zum Auto. Die vier lassen sich Zeit fürs Frühstück. Talab- und Busfahrt können sie auch am späten Vormittag absolvieren. Die Felle sind unten im Rucksack verstaut, die Bindungen auf Abfahrtsmodus gestellt. Stephan macht die Tür

ALPIN TIPP

Express-Variante

Wem die Tour zu kurz ist und zu lang dauert, dem sei der Orient-Express/Sellrain-Express empfohlen, der üblicherweise in weniger als 24 Stunden begangen wird: Gries im Sulztal – Winnebachseehütte – Roßkarscharte – Schöntalspitze – Roter Kogel – Potsdamer Hütte – Kemater Tal – Axamer Lizum.

ALPIN INFO

Super Sellrain-Sause

Hochalpine Genuss-Skitouren liegen für Bayern kaum irgendwo näher als im schneeverwöhnten Sellrain. Wer leichtere Touren als im Pitz- und Ötztal sucht, wird hier fündig. Das engmaschige Touren- und Hüttennetz ist dabei wie gemacht für mehrtägige Durchquerungen.

INFO
Regionsbüro Kühtai – Sellraintal, A-6182 Gries im Sellrain, Tel. +43 5236 224, **www.sellraintal.at**

ANREISE
Aus dem Inntal über Oetz oder Kematen ins Sellraintal.

HÜTTEN
Westfalenhaus, 2273 m, DAV, Tel. +43 664 7880875, geöffnet Anfang Februar bis Anfang Mai, Tel. +43 664 7880875, **www.westfalenhaus.at**
Schweinfurter Hütte, 2034 m, DAV, geöffnet Mitte Februar bis Ende April, Tel. +43 5255 50029 (Hütte), Tel. +43 5413 86251 (Tal), **www.dav-schweinfurt.de**
Neue Pforzheimer Hütte, 2308 m, DAV, geöffnet Mitte Februar bis Mitte April, Tel. +43 5236 521 (Hütte), +43 664 2501301 (Tal), **www.alpenverein-pforzheim.de**

BERGFÜHRER
Follow-Me, **www.follow-me.at**
Thomas Haider, **www.bergwandern-tirol.at**

LITERATUR
Jan Piepenstock: Skiführer Stubaier Alpen, Panico Alpinverlag, 2012; Rudolf und Siegrun Weiß: Sellrain – Kühtai, 50 Skitouren, Bergverlag Rother, 2011.

KARTEN
AV-Karte, 1: 25 000, Blatt 31/2, Stubaier Alpen, Sellrain.

AUSRÜSTUNG
Skitourenausrüstung.

Auf dem Weg zum Samerschlag heißt es Ski abschnallen und Panorama genießen.

FOTO: STEUERWALD

Das Ideal eines jeden Skitourengehers: Spuren in den unberührten Schnee ziehen.

FOTOS: BAUR, STEUERWALD

auf. Eisiger Wind schlägt ihm ins Gesicht. Das Schneetreiben macht blind. Wenig schwungvoll bringen sie den ersten Hang hinter sich. Im Grund des Gleirschtals wirft Stephan einen letzten Blick zurück: Sonne! Kaum sichtbar lugt sie durch die Wolken. Ungemein kraftvoll ist die Wirkung. „Die Lawinenlage passt – wenn nur die Sicht besser wär", hatte Ingrid zum Abschied gesagt. Die Sicht ist besser … Felle raus, Bindung auf – einen Versuch ist es wert. „Zum Zischgelesferner hoch folgt nicht den Steinmandln, sondern geht auf den Felsen der Seitenmoräne", hatte Ingrid ihnen geraten. Der Wind fegt über die Moräne, rüttelt an den Rucksäcken. Im Hochkessel unter dem Ferner legt er sich kurz. Stephan ist vorausgeeilt. Er will eine Spur in die steile Flanke zur Zischgenscharte legen, noch ist die Sicht gerade gut genug. Katharina, Andreas und Dirk folgen der Spur, im Schneegestöber können sie Stephan kaum noch erkennen. Dann bleibt er stehen, reißt die Arme hoch und hüpft vor Freude. Als auch die restlichen drei in der Zischgenscharte ankommen, fallen sie sich in die Arme. Hier schließt sich der Kreis: Vor drei Tagen standen sie schon einmal hier oben. Und so endet die Geschichte fast wie sie begann: im dichten Schneetreiben im Sellrain – wäre da nicht das Strahlen in vier sonnensatten Gesichtern.

ALPIN TOUR

Sellrain-Sause

Skitour, mittel

Viertagestour:
Tag 1: 2 Std., 670 Hm
Tag 2: 6 Std., 1000 Hm
Tag 3: 4 Std., 870 Hm
Tag 4: 5 Std., 810 Hm

3350 Hm

Ideale Genuss-Skirunde für ein verlängertes Wochenende.

BESTE ZEIT Februar – April.
TALORT Gries i. Sellrain, 1187 m.
AUSGANGSPUNKT Lisens, 1634 m.
ROUTE
Tag 1: Lisens – Westfalenhaus
Lisens (1634 m) – Fernerboden (1716 m) – Längentalalm – Westfalenhaus (2273 m).
Tag 2: Westfalenhaus – Schweinfurter Hütte
Westfalenhaus – Winnebachjoch (2788 m) – Winnebachkar (2461 m) – Zwieselbachjoch (2870 m) – Schweinfurter Hütte (2034 m).
Tag 3: Schweinfurter Hütte – Neue Pforzheimer Hütte
Schweinfurter Hütte – Breite Scharte (2788 m) – Samerschlag (2831 m) – Neue Pforzheimer Hütte.
Tag 4: Neue Pforzheimer Hütte – Lisens
Neue Pforzheimer Hütte – Hinteres Gleirschtal (2220 m) – Zischgelesferner – Zischgenscharte (2930 m) – Hohe Gruben – Westfalenhaus (2273 m) – Längentalalm – Lisens (1634 m).

GPS-Track unter
www.bit.ly/gps-0215

Fast schon meditativ: Der Aufstieg zur Breiten Scharte verläuft in wundervoll kupiertem Gelände.

Zum Reinlegen schön

Einfach drin bleiben in den Bergen. Gönnen Sie sich eine kleine Auszeit mit einem tollen Tourenwochenende auf einer Hütte: dreimal zum Reinlegen schöne Vorschläge.

Genuss ohne Reue: die Neue Pforzheimer Hütte.

1 Unverfälscht

Unverfälscht, stadtnah und doch so fern“ ist das Sellrain für Ingrid Penz, Hüttenwirtin der Neuen Pforzheimer Hütte. Genau das macht für viele auch Ingrids Hütte aus. Nah genug für einen spontanen Wochenendausflug liegt sie doch außerhalb des Einzugsbereichs der typischen Tagestourer.

Das Tourengebiet um die Hütte ist mit allein sechs Dreitausendern vielfältig genug, um eine Woche aufzufüllen. Wer von der Schöntalspitze zurückkommt, kann beim Nachmittagskaffee auf der Südterrasse seine Schwünge bewundern. Trotz einiger Modernisierungen ist die 90-jährige Hütte weitgehend unverfälscht geblieben. Die wunderschöne alte Holzstube wird so richtig gemütlich, wenn Ingrid abends die Lampen ausschaltet und die Kerzen anzündet. Die urigen Zimmer tun ihr Übriges, um die Neue Pforzheimer Hütte zur heimeligen Wochenendresidenz zu machen.

Ab dem kommenden Sommer kommt ein Stück Nepal ins Sellrain: Um auf Ingrids Entwicklungshilfe-Projekt aufmerksam zu machen, wird es eine original nepalesische Lodge an der Hütte geben. Neben vielen Tiroler Leckereien gibt es Feines aus Nepal wie Dal Bhat und Momos. So nah und doch so fern …

ALPIN HÜTTENCHECK

Neue Pforzheimer Hütte, 2308 m, DAV

KONTAKT Ingrid Penz, Tel. +43 5236 521, **www.alpenverein-pforzheim.de**

GEÖFFNET Mitte Februar – Mitte April.

SCHLAFEN 28 Betten, 40 Lager.

ESSEN Tiroler Kost, Mehlspeisen und nepalesische Küche wie Dal Bhat und Momos.

KOMFORT Nepalesische Lodge (ab Sommer), Zirbenzimmer, heiße Duschen.

TOUREN FÜRS WOCHENENDE
Schöntalspitze (3008 m)
Gleirscher Fernerkogel (3189 m)
Zwieselbacher Roßkogel (3082 m)

Tourenbeschreibung ab Seite 38

FOTOS: BAUR, RITSCHEL, STEUERWALD

2 Erhaben

Klasse statt Masse: das Westfalenhaus

Leicht erhaben liegt das Westfalenhaus über dem Längental, dessen Flanken von zahlreichen Dreitausendern gesäumt werden. Das Hüttengebiet bietet Klasse statt Masse: Die eigentlichen vier Skitouren, die von der Hütte aus begangen werden, sind allesamt Paradetouren auf Gipfel oberhalb der 3000 Meter. Die Möglichkeiten variieren vom leichteren Längentaler Weißenkogel über mittelschwere Touren auf Winnebacher Weißkogel und Hohen Seeblaskogel bis hin zur anspruchsvollen Besteigung der Schöntalspitze. Rinaldo und sein Vater Ernesto betreiben das Westfalenhaus mit Leib und Seele. Die autarke Energieversorgung der Hütte mit Wasserkraft ist ebenso eine Spezialität wie die hervorragenden italienischen Gerichte.

ALPIN HÜTTENCHECK

Westfalenhaus 2273 m, DAV

KONTAKT Rinaldo de Biasio Tel. +43 664 7880875, **www.westfalenhaus.at**

GEÖFFNET Anfang Februar – Anfang Mai.

SCHLAFEN 21 Betten, 37 Lager

ESSEN Täglich frische Salate, Tiroler Schmankerl.

KOMFORT Warme Duschen, sehr moderne Sanitäranlagen.

TOUREN FÜRS WOCHENENDE
Hoher Seeblaskogel (3235 m)
Längentaler Weißenkogel (3217 m)
Winnebacher Weißkogel (3182 m)

Tourenbeschreibung ab Seite 38

3 Hingebungsvoll

Bergführer Andreas Jeitner und seine junge Familie betreiben die Schweinfurter Hütte mit viel Erfahrung und wahrlich viel Hingabe. Von familientauglichen Unternehmungen wie Schlittenfahren über Schneeschuhwandern bis hin zu durchaus anspruchsvollen Skitourengipfeln ist hier für Jung und Alt wie Groß und Klein einfach alles geboten. Elf Skitouren in der Umgebung bieten die Qual der Wahl für Wochenendtourer. Also viel Potenzial für Wiederholungstaten. Trotz kurzem Hüttenaufstieg sind Sorgen vor einer überfüllten Hütte unbegründet und man kann die Gastfreundschaft der Jeitners in vollen Zügen genießen.

Nix wie hin: Schweinfurter Hüttenzauber.

ALPIN HÜTTENCHECK

Schweinfurter Hütte 2034 m, DAV

KONTAKT Carmen und Andreas Jeitner, Tel. +43 5255 50029, **dav-schweinfurt.de**

GEÖFFNET Mai – April.

SCHLAFEN 16 Betten, 36 Lager.

ESSEN Tiroler Kost: Knödelteller, Kaiserschmarrn.

KOMFORT Warme Duschen, Trockenraum, Rucksacktransport.

TOUREN FÜRS WOCHENENDE
Breiter Grieskogel (3287 m)
Kraspesspitze (2954 m)
Zwieselbacher Roßkogel (3082 m)

Tourenbeschreibung ab Seite 38

Tagestouren

1 Lampsenspitze, 2876 m

Skitour, leicht
5 Std.
1190 Hm

Genuss pur! Zu recht einer der beliebtesten Klassiker im Sellrain: sonnenverwöhnt, einfach und bei vernünftiger Routenwahl kaum lawinengefährdet.
BESTE ZEIT Januar bis Mai.
TALORT Gries i. Sellrain, 1187 m.
AUSGANGSPUNKT Praxmar, 1695 m.
ROUTE Entlang der Piste bergauf. Über Wiesenhänge und durch Wald zum Schönbichl. Richtung Westen weiter entweder direkt zum Satteljoch oder unterhalb des Satteljochs rechts halten zum Rücken. Skidepot. Auf Rücken zum Gipfel. **Abfahrt** entlang des Aufstiegs oder über Koglalm.

ALPIN Tourenkarte 1

2 Roter Kogel, 2834 m

Skitour, mittel
5 Std.
1240 Hm

Beliebt wie er ist, wird der Rote Kogel viel von Osten begangen. Das macht den Westen besonders reizvoll: weniger Spuren in optimal geneigtem und abwechslungsreichem Gelände.
BESTE ZEIT Januar bis April.
TALORT Gries i. Sellrain, 1187 m.
AUSGANGSPUNKT Erster Parkplatz östlich der Melach am See (südlich des Abzweigs nach Lisens), 1594 m.
ROUTE Richtung Osten zur Aflinger Alm (1816 m). Bald steiler durch Schrofen zu Hängen unter „Auf Sömen". Dort Richtung Südosten in ein weites Kar, das man nach rechts oben auf den Grat verlässt. Auf diesem zum Gipfel. **Abfahrt** entlang des Aufstiegs.

ALPIN Tourenkarte 2

3 Lisenser Fernerkogel, 3298 m

Skitour, schwer
7 – 8 Std.
1665 Hm

Traumtour auf einen gewaltigen Gipfel, bei dem der schweißtreibende Aufstieg mit einer rassigen Abfahrt belohnt wird.
BESTE ZEIT Februar bis Mai.
TALORT Gries i. Sellrain, 1187 m.
AUSGANGSPUNKT Großer Parkplatz beim Gasthof Lisens, 1634 m.
ROUTE An der Loipe zum Talschluss. Steil zum Lisenser Ferner hinauf. Leicht ansteigend bis 3000 m, scharf rechts über Steilstufe auf Rotgratferner. Skidepot in Scharte. Auf Grat zum Gipfel. **Abfahrt** entlang des Aufstieg oder bei sicheren Verhältnissen über Rotgratferner.

ALPIN Tourenkarte 3

4 Schöntalspitze, 3008 m

Skitour, schwer
6 Std.
1370 Hm

Gaudi für Fortgeschrittene: Bequemer Hüttenzustieg, Spitzkehrentraining in der sehr steilen Rinne zur Zischgenscharte, Gratkletterei und Abfahrtsgenuss.
BESTE ZEIT Februar bis Mai.
TALORT Gries i. Sellrain, 1187 m.
AUSGANGSPUNKT Großer Parkplatz beim Gasthof Lisens, 1634 m.
ROUTE Entlang der Loipe (Süden) und nach einer Steilstufe durchs Längental zum Westfalenhaus. Nach Norden steil in die Hohe Grube und durch sehr steile Rinne zur Zischgenscharte. Über Südwestgrat (I) zum Gipfel. **Abfahrt** entlang des Aufstiegs oder übers Schöntal nach Lisens.

ALPIN Tourenkarte 4

5 Zwieselbacher Roßkogel, 3082 m

Skitour, mittel
6 – 7 Std.
1440 Hm

Einer der beliebtesten Skitourenklassiker im Sellraintal mit Dreitausender als Gipfelziel. Die Nordhänge versprechen auch im Spätwinter Abfahrtsfreude.
BESTE ZEIT Januar bis April.
TALORT Gries i. Sellrain, 1187 m.
AUSGANGSPUNKT Parkplatz beim Forellenhof in Haggen, 1650 m.
ROUTE Flach entlang des Kraspesbaches zur ersten, oft pickelharten Steilstufe. Überquerung Kraspesbach. Links ins Kar unterm Muggenbichl und im Rechtsbogen zur zweiten Steilstufe queren. Gestuft dann steil auf den Kraspesferner. Über Nordgrat zum Gipfel. **Abfahrt** entlang des Aufstiegs.

ALPIN Tourenkarte 5

6 Längentaler Weißenkogel, 3217 m

Skitour, leicht
7 Std.
1590 Hm

Pflichtprogramm für jeden Genuss-Tourengeher. Die weitläufigen Hänge sind sehr beliebt, unter der Woche geht es ruhiger zu. Lange Tagestour für Konditionsstarke, alternativ mit Hüttenübernachtung.
BESTE ZEIT Februar bis Mai.
TALORT Gries i. Sellrain, 1187 m.
AUSGANGSPUNKT Großer Parkplatz beim Gasthof Lisens, 1634 m.
ROUTE Vom Parkplatz Lisens (1634 m) der Loipe entlang Richtung Süden und ins Längental bis unterhalb des Westfalenhauses. Nun nach Süden durchs Längental und über den Längentalferner zum Gipfel. **Abfahrt** entlang des Aufstiegs.

ALPIN Tourenkarte 6

7 Breiter Grieskogel, 3287 m

Skitour, mittel
8 Std.
1750 Hm

Lange Skitour, bei der sich eine Übernachtung auf der Schweinfurter Hütte anbietet. Meist flacher, aber landschaftlich reizvoller Anstieg mit zwei top Abfahrtsvarianten direkt ins Tal.
BESTE ZEIT Februar bis Mai.
TALORT Niederthai im Horlachtal, 1540 m.
AUSGANGSPUNKT Parkplatz am Ortsende Niederthai, 1540 m.
ROUTE Von Niederthai zur Schweinfurter Hütte und flach durch das Zwieselbachtal zum Zwieselbachjoch. Jenseits mit einem großen „S" über den Gletscher zum Gipfel. **Abfahrt** entlang des Aufstiegs oder durch das Larstig- oder Grasstalltal.

ALPIN Tourenkarte 7

8 Kraspesspitze, 2953 m

Skitour, schwer
6 Std.
1350 Hm

Landschaftlich abwechslungsreiche Tour für sichere Verhältnisse mit rassigen Anstiegen auf einen aussichtsreichen Gipfel.
BESTE ZEIT Februar bis Mai.
TALORT Gries i. Sellrain, 1187 m.
AUSGANGSPUNKT Parkplatz beim Gasthof Forellenhof in Haggen, 1650 m.
ROUTE Entlang des Kraspesbaches zur ersten Steilstufe. Überquerung Kraspesbach. Links ins Kar unterm Muggenbichl und im Rechtsbogen steil zur zweiten Steilstufe. Bald rechts hinab zum Kraspessee. Durch lawinengefährdeten Nordhang unter den Gipfel. Links zu ihm hinauf. **Abfahrt** entlang des Aufstiegs.

Hüttentouren

9 Schöntalspitze, 3008 m

Skitour, mittel
5 Std.
900 Hm

ROUTE Von der Neuen Pforzheimer Hütte ins Gleirschtal, zum Zischgelesferner und zur Zischgenscharte. Über Blockgrat zum Gipfel.

10 Gleirscher Fernerkogel, 3189 m

Skitour, mittel
5 ½ Std.
900 Hm

ROUTE Von der Neuen Pforzheimer Hütte ins Gleirschtals auf den Gleirschferner. Rechts halten, durch Engstelle auf Gipfel.

11 Zwieselbacher Roßkogel, 3082 m

Skitour, mittel
4 Std.
800 Hm

ROUTE Von der Neuen Pforzheimer Hütte nach Nordosten queren, dann links über die Rotgrube und den Kraspesferner zum Gipfel.

12 Hoher Seeblaskogel, 3235 m

Skitour, mittel
5 Std.
960 Hm

ROUTE Vom Westfalenhaus im Längental zum Grüne-Tatzenferner, Skidepot am Grat und zum Gipfel.

13 Längentaler Weißenkogel, 3217 m

Skitour, mittel
5 Std.
1150 Hm

ROUTE Vom Westfalenhaus etwa 100 Hm ins Längental hinab und nach Süden durch das Tal zum Längentalferner und zum Gipfel.

14 Winnebacher Weißkogel, 3182 m

Skitour, mittel
4 ½ Std.
900 Hm

ROUTE Vom Westfalenhaus durchs Ochsenkar zum Winnebachjoch. Rechts über Weißkogelferner zum Grat. Über steilen Hang zum Gipfel.

15 Breiter Grieskogel, 3287 m

Skitour, mittel
7 Std.
1260 Hm

ROUTE Von der Schweinfurter Hütte nach Süden durchs Zwieselbachtal und ins Zwieselbachjoch. Jenseits am Gletscher auf den Nordostgrat und zum Gipfel.

16 Kraspesspitze, 2954 m

Skitour, mittel
5 Std.
900 Hm

ROUTE Von der Schweinfurter Hütte talwärts bis vor die Brücke über den Weitkarbach. Steil auf die Zwieselbachalm. Im rechten Kar in die Scharte und links zum Gipfel.

17 Zwieselbacher Roßkogel, 3082 m

Skitour, schwer
5 Std.
1050 Hm

ROUTE Von der Schweinfurter Hütte ins Zwieselbachtal und links hinauf ins Fidaskar. Weiter zum Hochplateau aufsteigen. Depot und weiter zum Gipfel.

Sonniger Aufstieg zum Zwieselbachjoch (2870 m).

Sellrain-Skitouren auf einen Blick

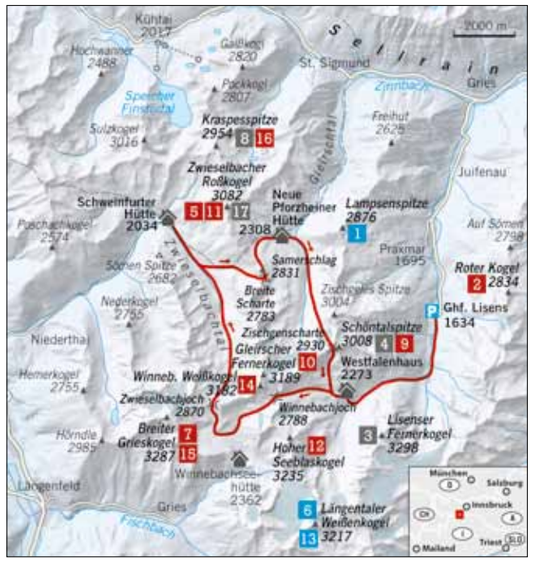


FOTO: STEUERWALD