



FALKNERHOF
Bergidylle HOTEL



WANDERWEGE

UMHAUSEN - NIEDERTHAL



Ein Kurzführer durch das Wandergebiet
der Gemeinde Umhausen.

A SPAZIERGÄNGE UND LEICHTE WANDERUNGEN

(W = Wegweiser mit Nummern)

1. Stuibenfall

Der Stuibenfall ist Tirols größter Wasserfall mit 150 m Fallhöhe.

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Man wandert auf der Fahrstraße am linken Ufer des Horlachbaches talauswärts bis W-19 an der Kreuzung beim Gasthof Stuibenfall. Bis zum Gasthof Stuibenfall kann auch der Wiesenweg am rechten Ufer des Horlachbaches benützt werden. Vom Gasthof Stuibenfall geht man auf der alten Fahrstraße nach Umhausen vorbei an W-20 bis W-21 bei der alten Mühle. Hier wendet man sich nach links über die Brücke und steigt auf dem steilen, jedoch gut abgesicherten Steig ab bis nach Umhausen. Der Weg führt teilweise direkt an den Wasserfall heran und bietet im unteren Teil einen herrlichen Blick auf den gesamten Wasserfall. Ruhebänke!

Gehzeit: von Niederthai bis zum Wasserfall ca. ½ Stunde
von Niederthai bis Umhausen ca. 1 ½ Stunden

2. Platte

Sehr schöner, flacher Spazierweg am Sonnenhang mit herrlichem Blick auf den Geigenkamm und ins Ötztal.

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Man überquert die Brücke und wendet sich beim W-15 nach links. Weiter am Fahrweg zum Ortsteil Höfle bis W-24. Von hier führt der Weg nach rechts in mäßiger Steigung zum Ortsteil Bichl und weiter zum herrlichen Aussichtspunkt auf der Platte. Der Blick reicht vom Inntal bis zum Alpenhauptkamm an der italienischen Grenze. Ruhebänke!

Gehzeit: 45 Minuten

Für den Rückweg nach Niederthai wird empfohlen, bis W-24 auf gleichem Weg abzusteigen und weiter den Weg zum Gasthof Stuibenfall zu wählen. Von hier entlang der Fahrstraße zurück nach Niederthai.

3. Ötztige

Die Ötztige ist eine steile Bergwiese beim Ortsteil Höfle mit herrlichem Talblick. Besonders reizvoll sind diese Wiesen wegen ihrer Flora zur Blütezeit im Juni und Juli.

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Wie bei Punkt 2 bis W-24 im Ortsteil Höfle. Hier nimmt man den linken Weg und steigt ab bis W-22. Von hier führt ein Wiesenweg nach rechts an den steilen Berghang, auf diesem Weg weiter bis zu einer Scheune. Ruhebänke! In der Fortsetzung führt von W-23 ein Forstweg weiter bis nach Umhausen.

Gehzeit: Niederthai - Ötztige 45 Minuten
Niederthai - Umhausen ca. 2 Stunden

4. Wiesle

Das Wiesle (1.528 m) ist ein altes Einzelgehöft mit Jausenstation am Südhang des Tauferberges.

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Zunächst geht man auf der Dorfstraße zum Ortsteil Ennebach W-2 und weiter zu dem Ortsteil Überfeld und Lehen bis zum W-7. Hier wendet man sich nach links und erreicht mäßig ansteigend den Mauslessattel W-46. Ruhebänk! Auf flachem Weg weiter bis zu einer weiteren Ruhebänk mit herrlichem Blick auf den Geigenkamm. Nun führt der Weg steil hinab zum Wiesle W-45. Wer den steilen Abstieg bis ins Ötztal nicht scheut, kommt nach etwa 20 Minuten zur Nöblachkapelle bei Längenfeld W-41. Bushaltestelle!

Gehzeit: Niederthai - Wiesle 45 Minuten
Niederthai - Längenfeld 1 ½ Stunden

5. Tauferberg

Als Tauferberg wird der flache Wald Rücken westlich von Niederthai bezeichnet. Er reicht bis ins Ötztal bei Umhausen bzw. Längenfeld. Dieser Wald kann auf einer Vielzahl von Wegen durchwandert werden. Es wird abgeraten, die markierten Wege in diesem Gebiet zu verlassen.

a) Kleiner Tauferberggrundgang

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Zunächst geht man auf der Dorfstraße zum Ortsteil Ennebach W-2 und weiter zu den Ortsteilen Überfeld und Lehen bis zum W-7 auf der asphaltierten Straße weiter (vorbei an W-8 und W-9) bis W-10. Nun auf steil ansteigendem Weg empor bis zum Gasthof Siegfried (W-12). Von hier führt links ein schmaler Weg in den Wald bis zu W-13. auf breiterem Forstweg nach rechts bis um W-14. an dieser Weggabelung wählt man den linken Weg und erricht nach leichtem Anstieg den höchsten Punkt (Seebichl). Von hier hat man einen herrlichen Blick in den Talkessel von Längenfeld. Nach steilem Abstieg erreicht man nach ca. 15 Minuten den Mauslesattel. W-46 - Ruhebänke! Von hier zurück nach Niederthai.

Gehzeit: 1 Stunde

b) Großer Tauferberggrundgang

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Man wandert auf der Fahrstraße am linken Ufer des Horlachbaches talauswärts bis W-19 an der Kreuzung beim Gasthof Stuibenfall. Nach ca. 1 km geht man weiter auf der asphaltierten Fahrstraße bis zur 1. Kehre (W-67). Von hier führt ein schmaler Steig zum Wiesle (Jausenstation). W-45. Nun in steilem Anstieg hinauf zum Mauslesattel W-46 und zurück nach Niederthai.

Gehzeit: 2 ½ Stunden

c) Wolfseck

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Zunächst geht man auf der Fahrstraße talauswärts vorbei an der Kirche bis zum W-3 und W-4 beim Sägewerk am Ortseingang. Bei W-4 wendet man sich nach rechts und steigt hinauf zum Ortsteil Tellerboden W-5. Weiter auf asphaltierter Straße bis zum W-10. Von hier am Fahrweg zum Gasthof Siegfried bis zur ersten Kehre W-11. Nun auf schmalen Steig nach rechts, weiters die Liftrasse des Wolfseckliftes querend, vorbei am TV-Sender bis zum Wolfseck. Auf dem gleichen Weg zurück nach Niederthai. Herrlicher Blick auf den Talkessel von Umhausen und auf den Stuibenfall.

Gehzeit: 45 Minuten

6. Niederthai - Umhausen

Für diese Wanderung bieten sich 4 Möglichkeiten an.

a) Waldweg über den Tauferberg

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Wie beim kleinen Tauferberggrundgang 5a) bis W-14. Hier wählt man den rechten Weg und erreicht steil absteigend nach 15 Minuten nun W-67 an der Fahrstraße nach Umhausen. Von hier führt der Weg teilweise steil fallend und mehrmals die Fahrstraße überquerend nach Umhausen.

Gehzeit: 2 Stunden

b) Alte Fahrstraße

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Wie bei der Wanderung zum Stuibenfall (Punkt 1) bis Wegweiser 21. Von hier entlang der alten Fahrstraße bis nach Umhausen. Kein Autoverkehr!

Gehzeit: 1 ½ Stunden

c) Weg entlang des Stuibenfalls

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Man wählt den Weg, der unter Punkt 1 beschrieben wurde. Vom Stuibenfall steigt man ab bis zur Jausenstation Stuiböbele. Von hier auf flachem Wiesenweg bis zum Dorf Umhausen.

Gehzeit: 1 ½ Stunden

d) Forstweg über die Ötzige

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Vorerst geht man den Weg zur Ötzige, der unter Punkt 3 beschrieben wurde. Vom W-23 führt der Weg weiter an den Waldrand. Hier mündet er in den zum Wandern ideal angelegten Forstweg nach Umhausen ein. Während der gesamten Wanderung hat man einen herrlichen Blick ins Ötztal. Auch im Winter gut begehbar!

Gehzeit: von Niederthai - Umhausen 2 Stunden

7. Niederthai - Längenfeld

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Man geht den unter Punkt 4 beschriebenen Weg zum Wiesle und steigt auf steilem Weg ab bis zur Nöblachkapelle W-41, an der Ötztaler Landstraße.

Gehzeit: 1 ½ Stunden

8. Grastalfeld

1.750 m, Höhenunterschied 250 m

Bergwiese an der Mündung des Grastales.

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Von W-1 beim Verkehrsbüro wandert man am Weg entlang des Baches ca. 15 m taleinwärts bis zu einer Scheune. Hier wendet man

sich bei W-31 nach rechts und steigt den steilen Weg empor zum Ennebacher Egg W-32. Bis hier kann man auch auf dem Wiesenweg vom Ortsteil Ennebach W-2 gehen. Nun führt der Weg durch Wald und Lichtungen bis in die Bergwiese des Grastalfeldes. Ruhebänke! Wer noch weiter in das Horlachtal wandern will, kann bei W-34 geradeaus weitergehen und erreicht nach ca. 15 Minuten W-51 am Talweg neben dem Bach. Von hier braucht man bis zu den Larstighöfen W-52 nur noch wenige Minuten.

Gehzeit: ½ Stunde bis ins Grastalfeld
1 Stunde zu den Larstighöfen

9. Bergmahderweg

Bergwiese am Sonnenhang oberhalb von Niederthai.

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Beim Verkehrsbüro geht man über die Brücke zu W-15. Durch den Ortsteil Sennhof geht man durch auf dem Weg zum Ortsteil Höfle. Auf diesem bis W-17 (beim Sonnehof). Hier wendet man sich nach rechts und erreicht nach etwa 45 Minuten auf gutem Wanderweg die Bermahder W-50 (= Bergwiesen), 1.760 m. Ruhebänke! Von hier führt der Weg weiter zum Larstighof W-52.

Gehzeit: Niederthai - Bergmahder 45 Minuten
Niederthai - Larstighof über Bergmahder 1 Stunde

10. Rundweg Grastalfeld - Larstighof - Bergmahder - Niederthai

Es wird empfohlen, diesen sehr beliebten Wanderweg in dieser Reihenfolge zu begehen: Beschreibung dazu siehe unter Punkt 8, 9, 11! Ruhebänke an mehreren Stellen, Jausenstation im Larstighof.

Gehzeit: 2 - 2 ½ Stunden

11. Niederthai - Larstighof

1.770 m, Höhenunterschied 230 m

Für diese Wanderung bieten sich 3 Möglichkeiten an:

- a) über das Grastalfeld (siehe Beschreibung Punkt 8)
- b) über die Bergmahder (siehe Beschreibung Punkt 9)
- c) Talweg (Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1)

Von W-1 beim Tourismusbüro wandert man am Weg neben dem Bach taleinwärts. Man überwindet die 230 Höhenmeter bis zum Larstighof auf leicht ansteigendem Weg. Jausenstation beim Larstighof (W-52)!

Gehzeit: 1 Stunde

12. Niederthai - Schweinfurter Hütte (Gubener Hütte)

2.028 m, Höhenunterschied 500 m

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Zunächst wählt man einen der drei Wege zum Larstighof, die unter Punkt 11 genau beschrieben wurden. Vom W-52 beim Larstighof führt der leicht ansteigende Weg weiter talaufwärts, vorbei an den Almhütten der Kleinhorlachalm W-56 und Großhorlachalm zur Schweinfurter Hütte (W-57).

Gehzeit: 2 Stunden

13. Niederthai - Finstertaler Alm

2.147 m, Höhenunterschied 600 m

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Wie unter Punkt 12 beschrieben, wandert man durch das Hairlactal bis zur Kleinhorlachalm W-56. Hier nicht auf dem Weg zur Schweinfurter Hütte folgend, sondern nach links abbiegend, steigt man auf schmale Weg hinauf zur Finstertaler Alm W-60. Für den Abstieg wird der Alpenvereinsweg Nr. 145 zur Schweinfurter Hütte empfohlen.

Gehzeit: 2 - 2½ Stunden

14. Grastal - Grastalsee

2.534 m, Höhenunterschied 1.000 m

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Von W-1 beim Verkehrsbüro wandert man am Weg entlang des Baches ca. 150 m taleinwärts bis zu einer Scheune. Hier wendet man sich bei W-31 nach rechts und steigt den steilen Weg empor zum Ennebacher Egg W-32. Bis hier kann man auch auf dem Wiesweg vom Ortsteil Ennebach W-2 gehen. Nun folgt man den Weg zum Grastalfeld bis W-33. Hier zweigt der Weg ins Grastal ab und führt steil hinauf in das Hochtal zu W-35. Wer lieber auf einem flacheren Forstweg wandert, geht bis ins Grastalfeld (siehe Beschreibung Punkt 8) und zweigt bei W-34 im Grastalfeld nach rechts ins Grastal ab. Nach Überwinden des halbstündigen Anstieges führt der Weg in mäßiger Steigung durch das Hochtal hinauf zum Grastalsee. Besonders reizvoll ist diese Tour zur Zeit der Alpenrosenblüte im Juli!

Gehzeit: 2 ½ Stunden

15. Larstigtal

2.300 m - Ende der Markierung, Höhenunterschied 750 m

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Man nimmt einen der drei Wege bis zum Larstighof (siehe Beschreibung Punkt 11). Vom Larstighof wandert man noch ca. 100 m auf dem Talweg weiter bis W-53. Hier wendet man sich nach rechts und steigt durch den Hochwald steil hinauf ins Larstigtal. Nach Erreichen der Waldgrenze im vorderen Larstigtal genießt man den herrlichen Blick auf den Larstiggletscher und den Strahlkogel im Talschluss. Im hintersten Larstigtal endet der markierte Weg auf ca. 2300 m.

Gehzeit: 2 ½ Stunden

16. Zwieselbachtal - Zwieselbachjoch

2.870 m, Höhenunterschied 1.330 m

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Zuerst auf dem Weg bis zur Schweinfurter Hütte (siehe Beschreibung Punkt 12) bis W-57 (ca. 2 Stunden). Von hier nimmt man den AV-Weg Nr. 142 in das Zwieselbachtal bis zum Zwieselbachjoch, 2.870 m.

Gehzeit: 5 Stunden

17. Berge

1.982 m, Höhenunterschied 450 m

Für den Anstieg zum Berge bieten sich zwei Ausgangspunkte an:

a) Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Man geht über die Brücke zum W-15 und weiter auf dem Weg zum Ortsteil Höfle bis W-16 oder 17. Hier nach rechts ein Stück auf dem Bergmahdweg bis W-18. Nun steigt man den Weg links am steilen Berghang in mehreren Kehren hinauf bis man die freie Bergwiese (W-28) erreicht hat.

Gehzeit: 1 Stunde

b) Ausgangspunkt: Orsteil Höfle W-24

Von hier ein Stück auf dem Weg zum Ortsteil Bichl bis W-25. Nun zweigt man nach rechts ab und folgt dem schmalen Weg am steilen Berghang hinauf bis zum Berge (W-27).

Gehzeit: 1 Stunde

18. Hemrachalm

Untere Hemrachalm 2.000 m, Höhenunterschied 500 m

Obere Hemrachalm 2.100 m, Höhenunterschied 600 m

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Man folgt der Dorfstraße durch die Ortsteile Ennebach W-2, Überfeld und Lehen bis W-7. Von hier nach links bis zum Mauslesattel W-46. Hier führt links der Pfad am steilen Berghang durch Jungwald und Gestrüch hinauf zur Unteren Hemrachalm auf 2.000 m (W-47). Wer nach dem steilen Anstieg die Wanderung noch fortsetzen will, kann auf etwas flacherem Weg zur Oberen Hemrachalm 100 m höher steigen. Herrlicher Aussichtspunkt!

Gehzeit: 1 ½ bis 2 Stunden

19. Höhenweg von Niederthai nach Gries

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Man folgt der Dorfstraße durch die Ortsteile Ennebach W-2, Überfeld und Lehen bis W-7. Von hier nach links auf dem Weg zum Wiesle. Bei W-46 am Mauslesattel nimmt man den Weg hinauf zur Hemrachalm (W-47). Hier hat man bereits den höchsten Punkt dieser Wanderung erreicht, 2.000 m. Bei W-69 auf der Hemrachalm nimmt man den rechts abzweigenden Weg mit der Beschilderung „Gries“. Vorerst steigt man den Fußweg hinab bis man einen flachen Waldweg erreicht und folgt diesem bis zur Straße nach Gries im Sulzthal. Von hier kann man entweder nach Gries im Sulzthal aufsteigen oder nach Längenfeld absteigen.

Gehzeit: 3 ½ bis 4 Stunden

B BERGTOUREN UND ÜBERGÄNGE

20. Narrenkogel

2.309 m, Höhenunterschied 770 m

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Anfangs auf steilem Weg bis zum Bergle (siehe Beschreibung Punkt 17). Vorbei an einer Jagdhütte wandert man über die freie Bergwiese bis W-29. Hier wendet man sich nach rechts und wandert auf steilem Pfad durch den Hochwald bis an die Waldgrenze. Nun am Berg Rücken empord zum Gipfel. Gipfelkreuz am S- und N-Gipfel.

Gehzeit: 2 Stunden

21. Poschachkogel

2.574 m, Höhenunterschied 1.000 m von Niederthai

Es wird empfohlen, den Poschachkogel in Verbindung mit dem Narrenkogel zu besteigen (siehe bei Narrenkogel Punkt 20).

Vom Gipfel des Narrenkogels wandert man über den flachen Berg Rücken (Jöchel) nach Osten bis zu einer verfallenden Berghütte. Von hier führt der Weg durch Weiden und Geröllhalden empord zum Gipfel des Poschachkogels W-64. Der Abstieg nach Niederthai kann entweder auf der Aufstiegsroute angetreten werden oder über den sehr steilen Berghang in die Bergmahder. Bei dieser Variante steigt man zuerst hinab in die Mulde südöstlich des Gipfels zu W-63. Von dort weiter am steilen Pfad durch Latschenfelder und Bergwiesen bis zum Bergmahderweg (W-50). Dieser Weg ist sehr steil und ist für den Aufstiege nicht zu empfehlen. Am Bergmahderweg zurück nach Niederthai.

Gehzeit: Niederthai - Poschachkogel - Narrenkogel 3 - 3 1/2 Stunden

22. Peistakogel

2.644 m, Höhenunterschied 600 m ab Schweinfurter Hütte, 1.100 m ab Niederthai

a) Ausgangspunkt: Schweinfurter Hütte (2.028 m)
(Beschreibung Punkt 12)

Bei W-57 geht man zunächst auf dem Weg zur Finstertaler Alm (AV-Weg Nr. 145). Hier wendet man sich bei W-60 nach links und gelangt auf markiertem Pfad in mäßiger Steigung ins „Wannenkar“. Ab W-61 weist rote Punktmarkierung den Weg über Geröllhalden zum Gipfel des Peistakogels.

Gehzeit: von der Schweinfurter Hütte 2 Stunden

b) Der Peistakogel kann für ausdauernde Wanderer auch in Verbindung mit dem Narrenkogel und Poschachkogel bestiegen werden.

Gehzeit: Schweinfurter Hütte - Peistakogel - Poschachkogel - Narrenkogel - Niederthai 4 Stunden

23. Gruesse und Gruejoch

2.747 m, Höhenunterschied 1.200 m von Niederthai, 700 m von der Schweinfurter Hütte

Für diese Überschreitung wird die Schweinfurter Hütte als Ausgangspunkt empfohlen (siehe Beschreibung Punkt 12.).

Von W-57 führt der Pfad (AV-Weg Nr. 145) zunächst nach Nordwest durch einen Zirbelwald zur Finstertaler Alm bis W-60. Hier biegt die Route nach Westen ins Wannenkar ab. Man wendet sich bei W-61 auf schmalen Schafsteig nach links und steigt direkt hinauf zum Gruejoch. Dieses ist als tiefster Einschnitt im steil abfallenden Westgrad des Peistakogels schon lange vorher zu erkennen. Die Gehzeit bis zum Gruejoch beträgt etwa 2 Stunden von der Schweinfurter Hütte.

Vom Gruejoch zunächst steil abfallend zum Gruesee, an diesem rechts vorbei und nochmals auf steilem Steig über Schrofen weiter hinab in die Mulde zwischen Gruesee und Poschachkogel. Der steil abfallende Südhang des Poschachkogels wird unterhalb der Schrofene gequert, bis man den flachen Bergrücken des „Joches“ erreicht. Auf diesem sanft abfallend nach Westen zum Narrenkogel W-30. Von hier über das Bergle W-29 und W-28 nach Niederthai. Dieser Übergang kann auch in umgekehrter Reihenfolge gemacht werden, wird jedoch wegen der langen Steilanstiege nicht empfohlen. Nur für geübte Geher mit Bergerfahrung und guter Ausrüstung!

Gehzeit: ca. 5-6 Stunden

24. Brand

2.283 m, Höhenunterschied 750 m

Ausgangspunkt: Tourismusbüro W-1

Vom Verkehrsbüro wandert man am Weg entlang des Baches ca. 150 m taleinwärts bis zu einer Scheune. Hier wendet man sich bei W-31 nach rechts und steigt den steilen Weg empor zum Ennebacher Egg W-32. Bis hierher kann man auch auf den Wiesenweg vom Ortsteil Ennebach (W-2) gehen. Bei der Ruhebänk am Egg steigt man am Waldrand über die steile Bergnase empor, weiter auf steilem Waldpfad bis zum Brand, 2.283 m. Vom Brand kann man weglos, jedoch ungefährlich in das vordere Grastal absteigen. Für Geübte!

Gehzeit: 2 Stunden



25. Hemerkogel

2.759 m, Höhenunterschied 1.220 m

Es bieten sich für diesen Niederthaier Hausberg zwei Anstiegsmöglichkeiten:

a) Über die Hemrachalm

Vorerst bis zur Hemrachalm (siehe Beschreibung Punkt 18) bis W-72. Von hier auf steilem Pfad oberhalb der Waldgrenze über Weidenhänge am Westabhang des Hemerkogels empor zum Gipfel. Gipfelkreuz mit Gipfelbuch!

Gehzeit: von Niederthai 3 1/2 Stunden

b) Über den Grastalsee

Bis zum Grastalsee (siehe Beschreibung Punkt 14). Bei W-37 biegt die Route nach rechts ab. Über einen steilen Weidehang empor und weiter über mächtige Steinblöcke zur niedersten Stelle am Grat W-38. Von hier taleinwärts unterhalb der Schrofene an der Westseite am Grat entlang bis zum Hemerkogel W-39. Der Aufstieg durch das Grastal ist etwas länger, aber der Variante über die Hemrachalm vorzuziehen. Es wird empfohlen, über die Hemrachalm abzusteigen!

Gehzeit: 5 Stunden

26. Kreuzjoch

2.640 m, Höhenunterschied 1.100 m

Übergang von Larstigtal in das Grastal.

Zuerst wie bei Nr. 15 beschrieben bis in das hinterste Larstigtal bis W-54. Hier wendet man sich nach rechts und steigt in mehreren Kehren den steilen Berghang hinauf zum Kreuzjoch, 2.640 m (Murmeltiere zu beobachten!). Für den Abstieg bietet sich entweder die Aufstiegsroute oder die etwas schlechter zu begehende Route ins Grastal an. Diese führt zunächst über steile Schutthänge sehr

steil hinab bis man W-36 im Grastal erreicht. Nur für Geübte zu empfehlen! Durch das Grastal zurück nach Niederthai.

Gehzeit: Niederthai - Kreuzjoch 4 Stunden

ÜBERGÄNGE zu anderen Schutzhütten von Niederthai aus

Für alle Übergänge zu anderen Schutzhütten und anderen Talorten wird die Schweinfurter Hütte als Ausgangspunkt empfohlen. Der Weg zur Schweinfurter Hütte ist unter Punkt 12 beschrieben.

27. Nach Kühtai über die Finstertaler Scharte

2.777 m, Höhenunterschied 750 m, ab Hütte 1.250 m ab Niederthai

Von der Schweinfurter Hütte (W-57) führt der AV-Weg Nr. 146 über den Steilanstieg nordöstlich der Hütte in das Weite Kar bis W-59. Hier folgt man dem linken Weg, der mäßig steigend über Weiderrücken und Geröllhalden zur Finstertaler Scharte führt (Gehzeit von der Hütte 2 1/2 Stunden). Von der Finstertaler Scharte aus ist der westlich liegende Schartenkopf (2.855 m) leicht zu besteigen. Von hier hat man einen umfassenden Blick auf den großen Stausee im Finstertal.

Der Abstieg nach Kühtai führt anfangs über Geröllhalden und durch Schrofen hinab zum Finstertaler See. Man wandert auf der rechten Seite entlang des Sees bis zur Stauwand und von dort entweder auf asphaltierter Straße bzw. am etwas steileren Fußsteig hinab nach Kühtai. Rückfahrt nach Niederthai mit Bus. Es wird empfohlen, diese Tour von Kühtai aus nach Niederthai zu unternehmen - geringerer Aufstieg!

Gehzeit: Schweinfurter Hütte - Kühtai 4 Stunden
Niederthai - Kühtai 6 Stunden

28. Zur Neuen Bielefelder Hütte

2.112 m über das Hochreichjoch

Von der Schweinfurter Hütte (W-57) geht man zunächst auf dem Weg zur Finstertaler Alm (AV-Weg Nr. 145). Bei W-60 führt rechts der Alpenvereinsweg Nr. 102A weiter über Grashänge und Geröllhalden hinauf zum kleinen Rest des Steinkarferners. Weiter am rechten Rand der Mulde und zuletzt in kurzen Kehren über brüchiges Geröll zur Scharte (2.912 m). Von hier hat man nur mehr 100 m über schrofiges Gelände zum Gipfel des Hochreichkopfes (3.010 m) zu überwinden. Gipfelkreuz und Gipfelbuch! Der Weg von der Hochreichscharte zur Neuen Bielefelder Hütte führt in seinem ersten Teil bis zur Niederreichscharte durch felsiges Gelände. An einigen Stellen sind Drahtseile zur Sicherung verankert. Von der Neuen Bielefelder Hütte besteht die Möglichkeit, mit dem Sessellift nach Ötz zu fahren. Letzte Talfahrt um 16.00 Uhr. Bei schlechten Verhältnissen abzuraten!

Gehzeit: Schweinfurter Hütte - Bielefelder Hütte 6 Stunden

29. Zur Neuen Pforzheimer Hütte

(Witzenmannhaus 2.310 m, über das Gleierschjöchl 2.750 m)

Von der Schweinfurter Hütte geht man auf dem AV-Weg Nr. 142 ca. 1 km in das Zwieselbachtal. Dann zweigt bei W-58 links der AV-Weg Nr. 102A ab. Er führt am Berghang hinauf in ein mäßig ansteigendes Hochkar. An einer großen Steinpyramide zweigt man im rechten Winkel nach links ab und steigt in kurzen Kehren zum Jöchl hinauf. Über steile Hänge führt der Weg hinab zur Pforzheimer Hütte. Für den weiteren Abstieg von der Pforzheimer Hütte nach St. Sigmund im Sellraintal benötigt man 2 Stunden. Busverbindung für die Rückfahrt nach Niederthai.

Gehzeit: Schweinfurter Hütte - Pforzheimer Hütte 4 Stunden
bis St. Sigmund 6 Stunden

30. Zur Winnebachseehütte

2.362m bzw. Westfalenhaus 2.273 m über das Zwieselbachjoch

Von der Schweinfurter Hütte geht man auf dem AV-Weg Nr. 142 in das Zwieselbachtal. In gut 3 Stunden erreicht man das Zwieselbachjoch (2.870 m) im Talabschluss. Auf der Südseite steigt man hinab ins Winnebachkar und erreicht in etwa 1 1/2 Stunden die Winnebachseehütte. Von hier ist der Abstieg nach Gries ins Sulztal in etwa 1 1/2 Stunden zu schaffen.

Gehzeit: Schweinfurter Hütte - Winnebachseehütte 4 1/2 - 5 Stunden

Zum Westfalenhaus wählt man vorerst den gleichen Weg bis kurz vor der Winnebachseehütte. Hier wendet man sich nach links und steigt hinauf aufs Winnebachjoch. Von hier ca. 500 Höhenmeter zum Westfalenhaus absteigen.

Gehzeit: Schweinfurter Hütte - Westfalenhaus 6 Stunden

BERGTOUREN

Die folgenden Bergtouren sollten nur Bergfreunde mit Alpinerfahrung, Ausdauer, Trittsicherheit und guter Ausrüstung unternehmen. Markierungen zum Teil vorhanden, Umgang und Orientierungsvermögen mit der Wanderkarte sind erforderlich!

31. Hohe Wasserfälle

3.003 m, Höhenunterschied 1.000 m ab Schweinfurter Hütte

Von der Schweinfurter Hütte zuerst zur Finstertaler Alm W-60. Hier nach links abzweigen und hinauf ins Wannenkar bis W-61. Im weiten Bogen nach rechts ins lange Wannenkar bis zur markanten Moräne. Von hier direkt zu dem breiten Schuttkegel im Kar. Auf ihm steigt man hoch und dann durch die linke der beiden Rinnen zum Gipfel. Gipfelbuch!

Gehzeit: von der Schweinfurter Hütte 3 Stunden

32. Hochreichkopf

3.008 m, Höhenunterschied 1.000 m ab Schweinfurter Hütte

Von der Schweinfurter Hütte zur Hochreichscharte (Beschreibung Punkt 28). Von hier stets am flankenartigen Rücken, teilweise über plattige Schorfen und Geröll zum Gipfel.

Gehzeit: von der Schweinfurter Hütte 3 Stunden
von Niederthai 5 Stunden

33. Kraspesspitze

2.954 m, Höhenunterschied 1.000 m ab Schweinfurter Hütte

a) Von der Schweinfurter Hütte auf dem Weg zum Finstertaler Joch AV-Weg Nr. 146 bis W-59 im Weiten Kar (Beschreibung Punkt 27). Hier bei einer großen Steinplatte nach rechts abzweigen. Über Blockhalten und mehreren Steilstufen hinauf zum Joch rechts des Gipfels. Dann über den plattigen Grat zum Gipfel. Umfassender Blick aller Sellrainger Berge. Der Blick reicht im Osten bis Innsbruck.

Gehzeit: von der Schweinfurter Hütte 3 Stunden

b) Der Gipfel der Kraspesspitze kann auch auf einem Steig vom Finstertaler Joch bestiegen werden. Zuerst ein Stück in Richtung Schweinfurter Hütte absteigen, dann unterhalb der Felsen zu dem nach Süden herabziehenden Felssporn. Links davon in wenigen steilen Kehren auf ihn empor und rechts über ihn in eine Blockhalte und empor zum Gipfel.

Gehzeit: vom Finstertaler Joch 1 Stunde

34. Zwieselbacher Rosskogel

3.060 m, Höhenunterschied 1.000 m ab Schweinfurter Hütte

Von der Hütte bis zur Zwieselbacher Alm. Von hier nach links auf einem Viehtriebspfad über steile Hänge bis zum Beginn des Fisdaskars in etwa 2.400 m Höhe. Dann am nördlichen Gratrücken entlang im flachen Bogen bis zu einem begrünten Geröllhang im hintersten Kar. Diesen Hang steigt man empor und geht im oberen Teil nach rechts in die Rinne, die zur Rosskogelscharte hinaufführt. Von hier nur mehr wenige Schritte zum Gipfel mit Kreuz und Gipfelbuch (Markierung nur teilweise vorhanden).

Gehzeit: von der Schweinfurter Hütte 3 Stunden

C SCHWIERIGE BERGTOUREN

Es wird empfohlen, diese Touren nur mit Bergführer zu unternehmen. Gletschererfahrung, gute Kondition und Kenntnisse im Umgang mit dem Seil sind dringend erforderlich!

35. Breiter Griebkogel

3.287 m, Höhenunterschied 1.750 m

Von Niederthai aus bieten sich 3 Anstiegsmöglichkeiten:

- a) über das Grastal und den Grastaler Gletscher
- b) über das Larstigtal und den Larstiggletscher
- c) über die Schweinfurter Hütte - Zwieselbachtal

Gehzeit: 5-6 Stunden

36. Strahlkogel

3.288 m, Höhenunterschied 1.750 m

Höchster Berg der Gemeinde Umhausen. Sehr eindrucksvolle Gipfelgestalt mit schlanker Felspitze und steil abstürzenden Felsflanken, die mit Quarzbändern durchsetzt sind. Der Anstieg ist ebenfalls aus dem Grastal, Larstigtal und Zwieselbachtal möglich.

Gehzeit: 5-6 Stunden

37. Hörndle

2.985 m, Höhenunterschied 1.450 m

Markanter Felsgipfel mit scharfen Felsgraten im Talabschluss des Grastales. Der Anstieg erfolgt durch das Grastal bis zum Grastalsee. Nun auf die Salchenscharte (2.776 m), dann nach rechts und am Felsgrat zum Gipfel. Der Abstieg kann über die Südflanke nach Längenfeld gemacht werden.

Gehzeit: 5 Stunden von Niederthai

38. Larstigspitze

3.172 m, Höhenunterschied 1.635 m

Ein scharf aufragender hornförmiger Gipfel mit allseits scharfen Graten im hintersten Larstigtal. Die Besteigung erfolgt vom Zwieselbachjoch oder Larstijoch.

Gehzeit: von Niederthai durch das Larstigtal 5-6 Stunden

WAS JEDER BERGWANDERER WISSEN MUSS

① Eine gute Ausrüstung ist unerlässlich. Wählen Sie stets die Bekleidung, die schlechtem Wetter entspricht: feste, hohe Bergschuhe mit Gummiprofilsohle, niemals Halb- oder Turnschuhe. Weiters ein guter Wollpullover, ein leichter, winddichter (Perlon-)Anorak und eine Kopfbedeckung, die vor der starken Sonneneinstrahlung und bei Regen schützt.

② Hinterlassen Sie in Ihrem Quartier stets genaue Angaben über Ihre Tourenziele.

③ Unternehmen Sie größere Bergtouren nie allein, selbst dann nicht, wenn sie harmlos erscheinen. Auch der erfahrene Bergsteiger kann im Hochgebirge durch Wetterumschlag, Absturz, Verletzungen oder Unwohlsein in Gefahr geraten. Mit einem Begleiter ist meist Hilfeleistung und Rettung möglich.

④ Es schadet Ihrer Gesundheit, wenn Sie sich schon in den ersten Urlaubstagen Bergwanderungen zumuten, denen Sie körperlich noch nicht gewachsen sind. Beginnen Sie mit leichten Spaziergängen und steigern Sie sich allmählich bis zur anstrengenderen Bergtour. Wenn Sie in die Berge rennen, berauben Sie sich des Naturerlebnisses. Wenn Sie langsam und gleichmäßig steigen, kommen Sie am raschesten vorwärts. In den Bergen ist meist der kürzeste Weg nicht der beste - bleiben Sie auf den markierten Wegen!

⑤ Besondere Vorsicht ist beim Begehen steiler, nasser Grashänge und sommerlicher Schneefelder geboten. Rutschen Sie nie in Schneerinnen ab! Prüfen Sie Brückengeländer, Seite, Tritte und Klammern, bevor Sie sich ihnen anvertrauen. Kinder an ausgesetzten

Stellen ans Seil nehmen! Keine Steine abtreten! Meiden Sie bei Gewitter Gipfel und Grate, stellen Sie sich nicht unter einzeln stehende hohe Bäume.

⑥ Rasten Sie „spurlos“, werfen Sie keine Abfälle weg!

⑦ Schließen Sie hinter sich die Gatter der Weidezäune, sonst verläuft sich das Vieh.

⑧ Erhalten und schützen Sie unsere Alpenpflanzen, damit auch jene, die nach Ihnen kommen, sich an ihrer Pracht erfreuen können!

⑨ **Alpines Notsignal:** Wenden Sie den SOS-Ruf der Bergsteiger nur dann an, wenn Sie sich wirklich in Gefahr befinden! Das Signal besteht aus sichtbaren oder hörbaren Zeichen, je nach Sicht, Witterung und Örtlichkeit. Man schreit oder pfeift sechsmal in der Minute in regelmäßigen Abständen, wartet eine Minuten und wiederholt das Signal. Oder man schwenkt ein Tuch, gibt Blinkzeichen mit einer Lampe. Die Antwort - drei regelmäßige Zeichen binnen einer Minute - soll dem Verirrten oder Verunglückten zeigen, dass seine Rufe oder Zeichen verstanden worden sind.

⑩ **Wie man Erste Hilfe leistet:** Bergkrankheit, durch mangelnden Sauerstoff ausgelöst, äußert sich durch Atemnot, Kopfschmerzen, Brechreiz und Erschöpfung. Dagegen hilft Ruhe, viele Getränke (kein Alkohol!), Abstieg nach erster Besserung. Gegen schwere Erschöpfung hilft leichtverdauliche Nahrung wie Schokolade und Traubenzucker. Gegen Hitzeschlag hilft nur schnelles Abkühlen (kein Alkohol!). Blutende, verletzte Glieder senkrecht in die Höhe halten und Druckverband auflegen. Keine Wunde berühren oder mit Wasser auswaschen. Ein kleines, steril verpacktes Verbandspäckchen sollte jeder Bergwanderer im Rucksack haben!



FALKNERHOF
Bergidylle HOTEL



2007 © www.linden.at

HOTEL FALKNERHOF

Steffi und Peter Falkner • 6441 Niederthai 76 • Österreich

Telefon: +43 5255 / 55 88 • Fax: +43 5255 / 55 88-47

E-Mail: info@falknerhof.com

www.falknerhof.com