



Skitour Hochtirool - Die Haute Route der Ostalpen

Faszinierende Hochgebirgsdurchquerung mit Osttiroler Highlights

An dieser Tourenwoche ist alles grossartig: Die Route, die Berge, ihre Namen. Denn mit dem Grossvenediger holen wir uns einen formschönen Dreitausender ins Tourenbuch. Dem Grossglockner steigen wir zwar nicht aufs Haupt, doch eindrücklich ist unsere Variante am höchsten Berg Österreichs allemal. Die Hochtirooler Haute Route, so nennt sich die von uns geplante Wegstrecke, zählt zu den abwechslungsreichsten und grosszügigsten Unternehmungen der Ostalpen. Geübte Skitourenfahrer finden hier eine grandiose Gebirgswelt mit versteckten Übergängen, abwechslungsreichen Gipfelanstiegen und superlangen Abfahrten. Die bewährte Routenwahl ermöglicht eine Hotelübernachtung. Die gemeinsame Anreise per Mietbus stärkt unser Gruppenerlebnis – die stimmige Ökobilanz stärkt die Natur!

- 1. Tag** Anreise nach Matrei in Osttirol und Aufstieg zur Essener- und Rostocker Hütte (2208m)
- 2. Tag** Aufstieg zum Grossen Geiger (3360m) und variantenreiche Abfahrt zur Johannishütte (2121m).
- 3. Tag** Anstieg zum Gross Venediger (3674m) mit langer Abfahrt nach Matrei (1512m).
- 4. Tag** Grossartige Überschreitung via Sonnblick (3088m) zur Rudolfshütte (2315m).
- 5. Tag** Abfahrt durch das Dorfertal und Anstieg zur neuen Stüdlhütte (2801m).
- 6. Tag** Aufstieg Romariswandkopf (3511m) und Abfahrt nach Kals. Heimreise am Nachmittag.

Anforderungen

Technik: Stufe 4: Ich bin routiniert auf Skitouren unterwegs und habe mein Tourenbuch bereits mit einigen anspruchsvollen Skitouren gefüllt. Auf Skitouren im Schwierigkeitsgrad ZS mit Stellen bis 40° Steilheit fühle ich mich wohl. Bei einem Sturz kann es zu langen Rutschwegen kommen. Deshalb beherrsche ich die Spitzkehre auch an ausgesetzten Stellen. Im Tiefschnee fahre ich sicher in allen Geländearten. Bei Skihochtouren dieser Stufe bringe ich Erfahrung im Umgang mit Steigeisen und Pickel mit, um steile Passagen und Gipfelanstiege zu überwinden.

Kondition: Stufe 5: Ich habe eine ausgezeichnete Kondition und investiere viel Zeit, um diese zu halten. Sehr lange Touren mit 8 Stunden Aufstieg pro Tag und bis zu 2000 Höhenmeter bereiten mir keine Probleme. Bei einem Tempo von ca. 400 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

Schlüsselstelle:

Eine sehr rassige Durchquerung für gute Skifahrer mit der nötigen Fitness. Mit bis zu 1900Hm Aufstieg und Abfahrten bis zu 2150Hm ist eine sehr gute Kondition notwendig.

Leistungen inbegriffen

- 4 Nächte im Mehrbettzimmer
- 1 Nacht im Doppelzimmer
- 5x Halbpension
- Tourente
- 10% Einkaufsgutschein bei TRANSA

Leistungen nicht inbegriffen

- Anreise zum Treffpunkt und Heimreise
- nicht erwähnte Mahlzeiten und Getränke
- Kosten für allfällige Transfers
- zusätzliche Leistungen in der Unterkunft
- Annullationskostenversicherung

Reiseprogramm

Vorgesehener Tourenablauf

1. Tag

Wir reisen gemeinsam von Sargans über Innsbruck-Kitzbühl und durch den Felbertauerntunnel zum Matreier Tauernhaus im Osttirol an. Hier parken wir unsere Fahrzeuge und fahren per Taxibus nach Ströden weiter. Durch das Maurertal steigen wir zur Essener-Rostocker Hütte (2208m) auf. Eine richtige Wohltat nach der Anreise durch weite Teile von Tirol.

Aufstieg 800Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3 Std.

2. Tag

Ein erster Höhepunkt steht gleich zu Beginn dieser grossartigen Etappe auf dem Programm: Die Besteigung des Grossen Geigers (3360m) mit der rassigen Südabfahrt bietet einen Einstieg nach Mass. Bei entsprechenden Sichtverhältnissen gewinnen wir zudem einen guten Eindruck der gesamten Region. In der gemütlichen Johannishütte (2121m) warten Strudel und Kaffee auf uns!

Aufstieg 1160Hm, Abfahrt 1250Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3.5 Std.

3. Tag

Mit dem Gross Venediger (3674m) überschreiten wir einen der bekanntesten Skigipfel der Ostalpen. Der abwechslungsreiche Anstieg über das Innere Mullwitzkees (Kees = Gletscher) führt vorbei am Defreggerhaus zum Kulminationspunkt. Die begeisternde und lange Abfahrt ins Villgratental zum Matreier Tauernhaus (1512m) lässt die Herzen höher fliegen! Hier erwarten uns ein bequemes Hotelbett und ein leckeres Menu.

Aufstieg 1550Hm, Abfahrt 2150Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 5 Std.

4. Tag

Gut gestärkt packen wir die längste Etappe dieser Woche an. Keine Angst, der Anstieg ist sehr kurzweilig und der Blick zurück zum Grossvenediger begeisternd. Über die Amertaler Höhe (2841m) erreichen wir die Sillingscharte und fahren ein kurzes Stück ab. Über die Granatspitzscharte steigen wir zum Sonnblick (3088m) auf, bevor wir über den Sonnblickkees zur Rudolfshütte abfahren. Wer noch mag, kann sich danach noch an der Kletterwand austoben!

Aufstieg 1900Hm, Abfahrt 1100Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 6 Std.

5. Tag

Der Anstieg zur Scharte an der Granatspitze ist kurz, die Abfahrt durch das lang gestreckte Dorfertal umso ergiebiger. Danach lassen wir uns mit einem Taxibus zum Lucknerhaus hochfahren und gehen nach dem Mittagessen den Anstieg zur 1996 neu erbauten Stüdlhütte (2801m) an.

Aufstieg 1600Hm, Abfahrt 1280Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 5 Std.

6. Tag

Früh morgens brechen wir zum Romariswandkopf (3511m) auf. Der Nordwestliche kleine Bruder des Grossglockners bietet eine prächtige Skihochtour mit rassischer Abfahrt. Vorbei an den mächtigen Flanken des Glockners führt unsere Spur über die beiden Gletscher Teischnitzkees und Fruschnitzkees zum Gipfel. Ein letztes Mal geniessen wir das Gipfelpanorama in den Ostalpen, bevor wir genüsslich zum Luckner Haus abfahren. Der Taxibus bringt uns schliesslich zum Matreier Tauernhaus zurück. Mit all diesen spannenden Erlebnissen im Rucksack geht uns der Gesprächsstoff während der Fahrt nach Hause bestimmt nicht aus. Wer weiss, vielleicht schmiedest du mit deinen Tourenfreunden bereits Pläne für die nächste Haute Route?

Aufstieg 710Hm, Abfahrt 1600Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 3 Std.

Hinweis

Wir beschränken uns bei dem vorliegenden Tourenablauf auf das Kernstück der berühmten Haute Route Hochtirol. Auch bei eher ungünstigen Bedingungen können wir mit leichten Anpassungen den Routenverlauf beibehalten.

Unterkunft

Die Unterkünfte sind mit modernen SAC Hütten zu vergleichen und verfügen über fließend kaltes Wasser. Im Matreier Tauernhaus stehen uns Doppelzimmer und Duschen zur Verfügung. Die Essener-Rostocker-Hütte, Johannishütte, Rudolfshütte (Bergsteigerausbildungszentrum des OEAV) und die neue Stüdlhütte haben Duschen zur Verfügung.

Treffpunkt

Unser Bergführer erwartet dich um 08:02 Uhr in Sargans am Bahnhof. Wir rechnen damit, nach der Tour um ca. 19 Uhr wieder in Sargans einzutreffen. Fahrplanwechsel vorbehalten.

Anreise/Bahnbillet

Von Ihrem Wohnort nach Sargans und wieder zurück. Ab Sargans reisen wir gemeinsam mit einem dafür geeigneten Mietbus oder Privatfahrzeug kostengünstig und klimaoptimiert an.

Kosten für Anreise, Transfers und Gepäcktransport

Wir organisieren die Reise ab Sargans nach Martei in Osttirol und zurück mit einem Mietbus oder Privatfahrzeug. Die Fahrt zum Ausgangspunkt unserer Haute Route dauert ca. 4.5 Stunden / 350Km Fahrdistanz. Die Kosten für die Fahrt betragen je nach Teilnehmerzahl 200-250 Franken. Für die Taxi Transfers vor Ort muss mit ca. 50 EUR gerechnet werden.

Logistik Zusatzgepäck

Unser Fahrzeug parken wir beim Matreier Tauernhaus und können am Nachmittag des 3.Tages auf darin deponiertes Gepäck zurückgreifen. (Ersatzwäsche, Zwischenverpflegung, Steigeisen, Pickel).

Wusstest du schon, dass

die Stüdlhütte unter Bergsteigern als wahrer Gourmet-Tempel gilt? In Zahlen: Pro Saison werden hier bis zu 15.000 Knödel gedreht und 5500 Gulaschsuppen ausgeschenkt. Dazu kommen rund zwölf Kilo Brot am Tag – selbstgebacken, natürlich. Als echter Luxus gilt das berühmte, hochalpine Salat-Buffer: täglich knackig und frisch ist in einer Höhe von 2.800 Metern eine kulinarische Attraktion. Wie beim Essen steht auch bei der Inneneinrichtung die Regionalität im Vordergrund: Sie stammt ausschließlich aus unbehandelten Hölzern der Region. Architekturfans wiederum schätzen die Hütte wegen ihrer markanten Form. Die neue, 1996 eröffnete Stüdlhütte gleicht einem angeschnittenen, auf der Seite liegenden Ei. Ein Teil der Fassade glänzt mit einem Hightech-Wetterschutz, über die übrigen drei Seiten ziehen sich traditionelle Baumaterialien wie Holzschindeln. Übrigens: Namenspatron Johann Stüdl kam 1867 von Prag nach Kals und läutete für Osttirol eine neue Ära ein. Auf eigene Kosten errichtete er 1868 die Ur-Stüdlhütte, erste Schutzhütte der Ostalpen. Kals wurde zum Zentrum für die Glocknerbesteigung. Johann Stüdl hiess fortan der "Glocknerherr", 1870 ernannte man ihn zum Ehrenbürger. Durch seinen Einsatz entwickelte sich der Alpinismus in der Region. Der notwendige Neubau (1996) der Hütte stammt vom Münchner Architekt Albin Glaser und verbindet energieeffizientes Bauen mit einer exponierten Lage: Der hochalpine Stützpunkt muss gegen Windgeschwindigkeiten von bis zu 200 km/h bestehen.

Durchführung

Wir informieren dich wie folgt über die Durchführung: bei Wochenendtouren 1 Tag vor Tourenbeginn (ab 11 Uhr) und bei Mehrtagestouren 2 Tage vor Tourenbeginn (ab 17 Uhr). Wir senden dir dazu zum angegebenen Zeitpunkt einen Direktlink an deine Mailadresse. Für registrierte Benutzer sind die Last Infos zudem im Member-Bereich unter 'Bevorstehende Touren' verfügbar.

Reisen ohne Flug

Reisen mit Höhenfieber - fern vom Alltag und doch nicht allzuweit weg

Hat dich das Fernweh gepackt? Wir kennen das. Und gleichzeitig möchten wir dich motivieren, dich zu fragen, was genau die Sehnsucht in dir weckt. Muss ich in die Ferne reisen oder gibt es Alternativen in Auto-, Bus- oder Bahnreichweite? Distanz vom Alltag schaffen durch ein Erlebnis – nicht durch Flugmeilen. Höhenfieber hat sich umgeschaut und erstaunliche Reiseziele in unseren Nachbarländern entdeckt.

Für dich veranstalten wir Heimspiele der besonderen Art – rund um die schönsten Schnee- und Trekkingziele des Alpenbogens. Denn zwischen Wien und Nizza reihen sich versteckte Skitourenperlen und Trekkingtouren zu einer Kette spannender Alpinabenteuer. Persönlich von Höhenfieber geprüft und für lohnend befunden. Jedes dieser ausgewählten Alpentäler besitzt seinen eigenen Charakter. Vor unserer Haustür finden wir wahre Schätze, die wir nur heben müssen. Und zwar nachhaltig. Ohne Flugkilometer. In der Schweiz, Österreich, Frankreich und Italien.

Das verbindet unsere handverlesenen Reisen:

- Kurze Distanzen, langer Genuss. Ohne grossen Anlauf direkt ins Bergvergnügen.
- Kleine Gruppen, grosses Erlebnis. Begegnungen zum Mitnehmen.
- Lokale Vielfalt. Mit viel Insiderwissen vom Höhenfieber-Bergführer.
- Reisen mit gutem Gewissen und vernünftiger Ökobilanz – mit gemeinsamer Anreise ohne Flugzeug, dafür gern mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder Kleinbus. Das schont das Klima und wir sind flexibel.
- Ein Prozent von unserem Umsatz fliesst in Klimaschutzprojekte von myclimate und in die Sensibilisierung der Bevölkerung durch POW Protect Our Winters.

Ausrüstung

Bekleidung

- Gore Tex Jacke
- Skitouren- oder Skihose
- Soft Shell oder Fleecejacke
- Dünne, winddichte Fingerhandschuhe
- Warme Finger- oder Fausthandschuhe
- Mütze, ev. Stirnband oder Buff
- Funktionelle Socken (1 Ersatzpaar)
- Funktionelle Unterwäsche kurz/lang

Diverses

- Rucksack mit Hüftgurt (30-40l)
- Sonnen- und Lippencreme, Sonnenhut
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Taschenmesser
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- SAC/DAV-Ausweis, wenn vorhanden
- Identitätskarte/Personalausweis
- Bargeld in Euro
- Ev. Fotoapparat, Feldstecher
- Sportbrille und Skibrille
- Etwas Bargeld für Getränke
- Heftpflaster und Compeed

Technische Ausrüstung

- Tourenskis, Felle, Harscheisen
- Skitourenschuhe
- Steigeisen mit Antistoll
- Pickel (Ideallänge: Von Hand bis Schuhrand)
- Lawinenverschüttetensuchgerät (LVS): Digitales 3-Antennengerät
- Lawinenschaufel und Sonde
- Ski- oder Teleskopstöcke (grosse Teller)
- Klettergurt mit 2 HMS Karabinern, Bandschlinge 120 cm
- Skihelm: wir empfehlen einen Helm

Verpflegung

- Zwischenverpflegung: Diese wird zwischen Frühstück und Abendessen gegessen. Gut geeignet sind Dörrobst, Schokolade, Nüsse, Käse, Vollkornbrot und Energieriegel. Damit der Rucksack nicht zu schwer wird, sollte nicht zu viel Essen mitgenommen werden. Auf den meisten Hütten kann zusätzliche Zwischenverpflegung gekauft werden.
- Halbpension: Bei dieser Tour ist Halbpension (Abendessen/Frühstück) inklusive.
- Tourentee: Der Tourentee wird von der Unterkunft jeweils am Morgen bereitgestellt und ist im Preis inbegriffen.

Übernachtung in Hütte/n

- Ohrenpfropfen
- Toilettenartikel im Kleinformat, ev. Erfrischungstücher
- Innenschlafsack aus Seide oder Baumwolle (aus Hygienegründen)
- Es stehen Hüttenfinken zur Verfügung
- Die Hütten verfügen teilweise über fliessend kaltes Wasser zur Körperpflege

Packtipps

- Light macht Freude! Der Rucksack sollte nicht mehr als 8-9 Kg wiegen.

Mietmaterial

Folgende Ausrüstung kannst du direkt bei der Anmeldung bestellen. Nachträglich ist dies bis 10 Tage vor Tourenbeginn telefonisch oder via Webformular möglich: [hoehenfieber.ch/mietmaterial](https://www.hoehenfieber.ch/mietmaterial)

- LVS, CHF 55.00
- Schaufel, CHF 15.00
- Sonde, CHF 15.00
- Pickel, CHF 35.00
- Steigeisen, CHF 50.00
- Klettergurt (mit 2 HMS Karabinern, Bandschlinge 120 cm), CHF 35.00

Kontakt

Hast du noch Fragen? Wir beraten dich gerne!

Telefon: +41 32 361 18 18

E-Mail: info@hoehenfieber.ch

Homepage: <https://www.hoehenfieber.ch/>

Büro-Öffnungszeiten

Montag bis Freitag

09:00–12:00 Uhr

13:30–17:00 Uhr

Programm- und Preisänderungen vorbehalten.

Allgemeine Geschäftsbedingungen: <https://www.hoehenfieber.ch/AGB>

Druckdatum: 14.03.2025 05:45:15