

Die gemütliche Pfeishütte
(1922 m) erreicht man am
dritten Tag des Höhenwegs.



Wildnis frei Haus



Sechs Tage lang führt der Karwendel-Höhenweg von Hütte zu Hütte: durch eine der einsamsten Bergregionen Österreichs.

TEXT: UTA DE MONTE | FOTOS: CHRISTOPH JORDA

Der Nächste bitte ... High Heels bitte rechts auf die Aussichtsplattform, die nach zwanzig Metern erreicht ist, Wandertiefel links abbiegen und dem rot-weiß markierten Weg folgen. An der Bergstation der Hafelekar-Bahn auf rund 2200 Meter trennt sich der Tagestourist vom passionierten Outdoorsportler: Die meisten, die sie von Innsbruck City auf den Berg gebracht hat, traben mit euphorischen »Ohhhs« und »Ahhhs« zur gut 2200 Meter hohen Hafelekarspitze (2234 m) gleich bei der Station. Wer dagegen die Stille sucht und eigene Wege gehen will, steigt hier mitten in den Karwendel-Höhenweg ein - und hat nun die Wahl, der gezackten Nordkette des Gebirges drei Tage nach Westen zu folgen, Richtung Reith, oder drei Tage in die andere Richtung nach Scharnitz.

Noch schöner ist es nur, den Weg komplett zu gehen: Sechs Etappen und fünf Hüttenübernachtungen lang in wilder Bergkulisse, mit rund 3900 Höhenmetern im Aufstieg. Die Idee zum Karwendel-Höhenweg entstand vor vielen Jahren bei den Hüttenpächtern oben auf der Nordkette. Anno 2017 ging der Weg fertig beschilbert an den Wanderstart. Ein starkes Jahr reichte, ihn weit über die Grenzen Tirols hinaus bekannt zu machen. Aus gutem Grund: Er führt durch das Herz des Naturparks Karwendel, eine der einsamsten Bergregionen Österreichs. Die meisten wandern ihn von West nach Ost, also von Reith bei Seefeld nach Scharnitz. Das strengt zwar etwas mehr an am ersten Tag, dafür erreicht man so schneller die felsigen Lagen, die dem Karwendel seinen ungezähmten Charakter verleihen. Der Weg als Ganzes - so viel vorneweg - ist geübten Wanderern ein Hochgenuss. Und wer nebenbei die große Herausforderung sucht, den locken bei einem Blick über den Wegesrand zahlreiche Gipfel. Von jeder Hütte aus kann man das Karwendel in all seinen Facetten erleben und ein Füllhorn an Alpinerlebnissen sammeln.

Dass ich für Extratouren nicht genug Zeit eingepackt habe, bereue ich schon am ersten Wandertag. Beim Aufstieg von Reith zur Nörd-



1|



2|

1| Der Höhenweg schlängelt sich unterhalb der Gipfel entlang. 2| Spinat, Tomate, Speck – das Thema »Knödeltrio« interpretiert jeder Hüttenkoch anders. 3| Die dritte Etappe des Höhenweges hat 1300 Höhenmeter, aber man merkt sie erst abends. Unterwegs lenken die Blicke ab.

linger Hütte (2239 m) tauche ich schnell in die charakteristischen Gegensätze dieser Alpenregion ein, die mich aufs Äußerste fasziniert: Saftig grüne Almwiesen grenzen fast unmittelbar an die kargen, rissigen Felsmassive. Nur wenige Schritte liegen zwischen dem dichten Latschenbewuchs und den hellen, tief zerfurchten Kalkwänden, die sich teils mehrere hundert Meter steil nach oben recken. Die sanft geschwungenen Wanderwege an den Hängen entlang, oft schon aus kilometerweiter Entfernung zu sehen, stehen im Kontrast zu den spitzen Zacken, mit denen die Berge den Himmel kitzeln.

Die zweite Etappe des Höhenweges bringt mich über den Ursprungsattel und die Eppzirler Scharte zum Solsteinhaus (1805 m). Auch hier wieder Gegensätze: Wandere ich auf der Nordseite der Nordkette, schweift mein Blick hinüber zu den Zweitausendern der nächsten Bergkette des Karwendels, auf der Südseite öffnet sich mir ein weitläufiger Blick ins Inntal. Das gastliche Solsteinhaus bietet 85 Schlafplätze. Von der Flying-Fox-Anlage bis zur Kletterwand an der Hausfassade finden sich hier Angebote für jeden.

Beschwingt starte ich am dritten Tag in das längste und anspruchsvollste Teilstück: nördlich des Großen Solsteins (2541 m) vorbei Richtung Hafelekar und links auf den Goetheweg, um zur Pfeishütte zu gelangen, ein Abschnitt, der ganz nebenbei als höchstgelegenes Goethe-Denkmal der Welt gilt. Begleitete mich unter 2000 Meter noch das Bimmeln der Kuhglocken, hüpfen nun, im felsigen

Terrain, die Gämsen munter über die steinig Scharren. Sogar drei Steinböcke zeigen sich ganz unvermittelt in aller Gelassenheit: Keine 50 Meter Luftlinie von mir entfernt trotten die stattlichen Exemplare über den Geröllhang und lassen sich durch nichts aus der Ruhe bringen. Ab der Mühlkarscharte wechselt der Weg auf die Nordseite der Nordkette und beschert mir weitreichende Blicke ins Innere des Karwendelgebirges. Ich tauche ein in das Gefühl von unendlicher Freiheit auf schmalen Pfaden; in eine Wildnis, die nur einen Steinwurf vom Rest der Welt entfernt ist.

Nach einem letzten, von dichten Latschen gesäumten Wegstück erreiche ich die gemütliche Hütte, schlüpfe aus den Wanderstiefeln und lasse mich entzückt in den Liegestuhl auf der Sonnenterrasse fallen. Neben mir blühen üppige Margeriten im Topf, die Abendsonne winkt mir zu, bevor sie sich hinter der Rumer Spitze (2454 m) verabschiedet. Der Tag war lang und ging ziemlich in die Oberschenkel: Auf knapp 17 Kilometern führte mich der Weg über 1300 Höhenmeter bergauf. Er war dabei oft schmal und teilweise ausgesetzt; wer hier mit kompaktem Gepäck und Wanderstöcken unterwegs ist, hat klare Vorteile in Sachen Gleichgewicht.

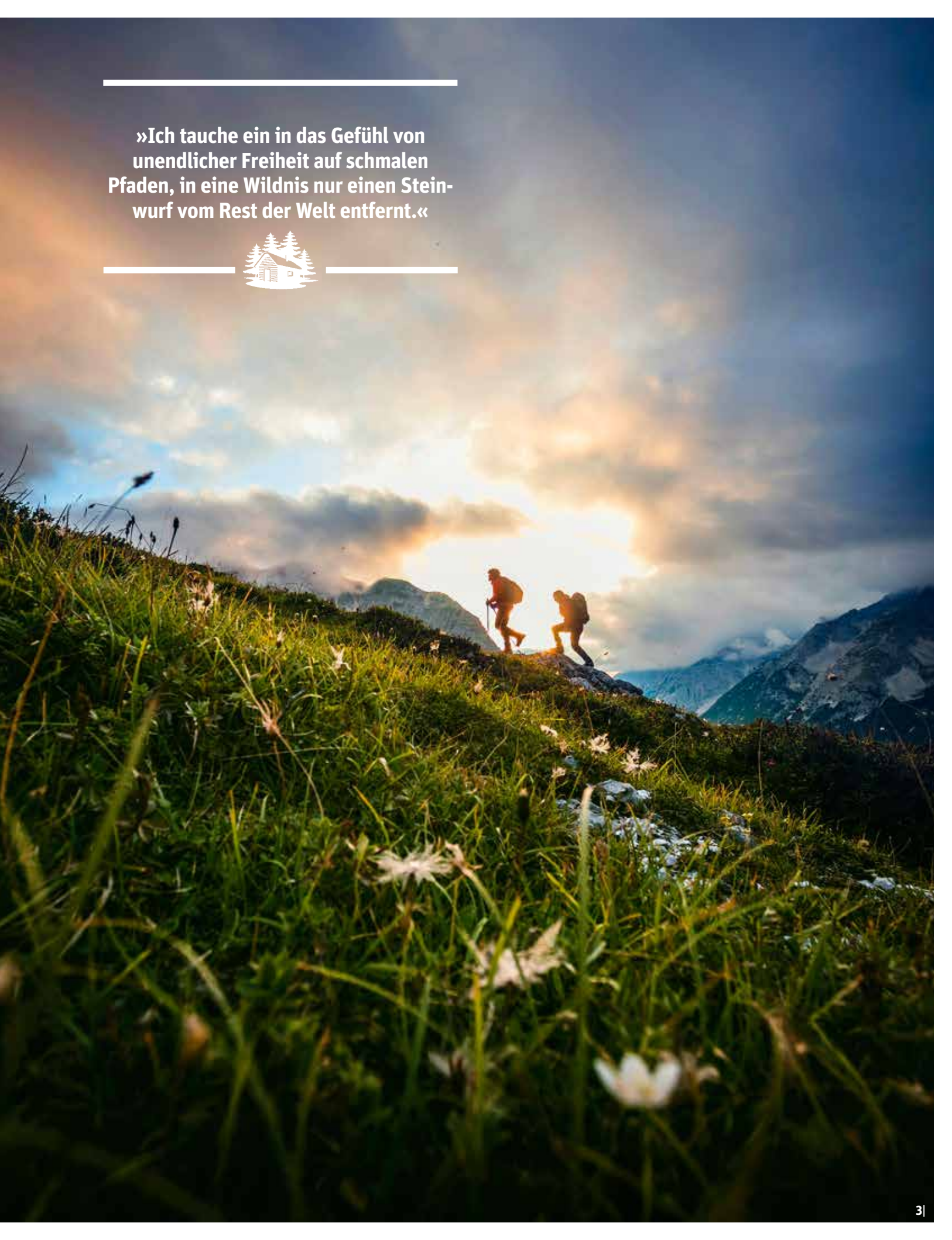
Ein gemeinsamer Traum geht in Erfüllung

Kaum die Daunenjacke übergezogen, heißt mich Hüttenwart Michl (43) mit einer Infotafel zum Abendessen willkommen. Mir läuft das Wasser im Mund zusammen - vor allem, weil mir bewusst wird, dass ich die Frittaten-Suppe, den Gemüsewok und ein feines Mehlspeisen-Dessert bereits in den nächsten Minuten serviert bekommen werde. Es gibt am Abend jeweils nur ein Menü, jeder Gast darf aber die Anzahl der Gänge selbst wählen und zusammenstellen. Dabei legt Hüttenwirtin Vroni (35) Wert auf regionale Küche, mit einem kreativen Touch Individualität. »Wenn im Karwendel Jagdsaison ist«, so verrät die sportliche Küchenchefin mit einem Augenzwinkern, »bestellen sogar Vegetarier ein frisches Gamsgulasch.«

Auf ihrem Schoß turnt die vierzehn Monate alte Flora umher. Der Wonneproppen lebt seit jeher auf der Hütte, ihre Eltern haben die Pacht 2012 übernommen. »Schöna komma doch goa nimma leb, oder?« Die wachen Augen eines stolzen Michl-Vaters strahlen mich an. Die Frage war natürlich rhetorisch. Der ehemalige Techniker aus Tirol und die studierte Kommunikationswissenschaftlerin vom Tegernsee haben sich auf einer Skiführer-Ausbildung kennengelernt und schnell gemerkt: Sie haben den gleichen Traum - nämlich in und mit der Natur zu leben. Mit viel Fleiß, großem Elan und mutigen Ideen bewirtschaften sie und ihr siebenköpfiges Team die Pfeishütte samt 80 Schlafplätzen und bis zu 250 Tagesgästen. Von Yoga-Sessions über Fotografie-Workshops bis hin zu Familienwochen mit Kinderbetreuung finden hier die Gäste alles, was das Herz begehrt. »Wir wollen auf die authentische Schönheit der Natur aufmerksam machen. Das heißt auch, die Berge in Stille und im Augenblick zu genießen.« So wurde der fehlende Handynetze-Empfang auf der Hütte, den Michl anfangs noch bedauerte, in seinen Augen zum überzeugenden Argument für einen Aufenthalt: Die Bilder sollen kein Eindruck auf Knopfdruck werden, sondern dauerhaft im Herzen ihrer Gäste gespeichert bleiben.

Auf der Strecke zur alpinen Bettelwurfhütte (2077 m), weiter zum urigen Hallerangerhaus (1768 m) und vor allem beim flachen Abstieg nach Scharnitz nähere ich mich in großen Schritten wieder der Zivilisation. Biker strampeln an mir vorbei, auch Familien finden hier leichten Eingang ins Karwendel. In meinem Kopf klingen Vronis Worte nach: »Viele Wanderer kehren immer wieder ins Karwendel zurück, weil sie merken, dass es hier auf kleinem Raum so unglaublich viel zu entdecken gibt.« Wohl wahr, denke ich, und schicke in Gedanken ein freudiges »Auf Wiedersehen« in die versammelte Mannschaft der Kalkgipfel. ◀

»Ich tauche ein in das Gefühl von
unendlicher Freiheit auf schmalen
Pfaden, in eine Wildnis nur einen Stein-
wurf vom Rest der Welt entfernt.«





Auch Schafe müssen auf dem Karwendel-Höhenweg mal eine Rast einlegen.

MEINE TIPPS



UTA DE MONTE
REISEAUTORIN

GESCHMACKVOLL

Die »Bäckerei« ist ein Haus der Begegnung in den Gassen von Innsbruck. Bei Ausstellungen, Konzerten und Events schnuppert man an der hippen und dynamischen Kulturszene der Stadt. diebaeckerei.at

ERFRISCHEND

Nach der Höhenwanderung lädt die Sillschlucht zum Baden und Erfrischen ein: ein geheimes Naturjuwel direkt hinter der Skisprunganlage in Innsbruck.

KONTRASTREICH

Gehört zu Innsbruck wie der Eiffelturm zu Paris: Das Goldene Dachl ist ein Touristenmagnet, aber dennoch sehenswert. Während der spätgotische Prunkerker in der Altstadt glitzert, baut sich im Hintergrund die imposante Nordkette auf – ein sehenswerter Kontrast.

PLANEN

Hinkommen

Da der Karwendel-Höhenweg kein Rundweg ist, bietet sich eine Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln an, zum Beispiel über Innsbruck. Von dort fahren regelmäßige Busse und Bahnen nach Reith und Seefeld für die Wanderung von West nach Ost – oder nach Scharnitz für die Wanderung von Ost nach West. [Öbb.at](http://oeb.at). Mit dem Auto auf der A 95 Richtung Innsbruck, dann die B 2 Richtung Seefeld.

Hochkommen

Am Bahnhof in Reith bei Seefeld startet die erste Etappe des Karwendel-Höhenwegs: zur Nördlinger Hütte. Wer direkt auf dem Grat einsteigen will, nimmt die Bergbahn Rosshütte ab Seefeld oder die Nordkettenbahnen ab Innsbruck.

Beste Zeit

Im Juli/August sind die Hütten sehr voll, dafür ist das Wetter meist warm und trocken. Wer es etwas gemütlicher haben möchte, geht ab Mitte Mai oder bis Mitte Oktober, außerhalb der Sommerferien.

Surfen

Unter karwendel-hoehenweg.at erhält man einen sehr guten Überblick über die Etappen des Weges.

Orientieren

Kompass-Karte Karwendelgebirge, 1:50 000, 9,99 Euro, wahlweise die Kombination aus Alpenvereinskarte Karwendelgebirge West, Blatt 5/1, 1:25 000 und AV-Karte Karwendelgebirge Mitte, Blatt 5/2, 1:25 000, je 9,80 Euro.

UNTERKUNFT

Wegweisend

Der Karwendel-Höhenweg passiert insgesamt 5 Hütten, nach denen die Etappen aufgeteilt sind. Reservierungen in der Hauptsaison Juli/August sind dringend empfohlen, ebenso an den Wochenenden der Nebensaison. Die Hütten sind je nach Höhenlage von Mitte Mai (spätestens Mitte Juni) bis Mitte Oktober offen. Teilweise DZ möglich, ab 17 EUR. Eine Übersicht bietet die Themenseite karwendel-hoehenweg.at/huetten/

Schön urig

Wer vor dem Start zur Tour in Reith bei Seefeld übernachten will, findet im Gasthof Hirschen ein Haus mit langer Tradition und familiärer At-

mosphäre. Es bietet komfortable und klassische Zimmer mit viel Holz und einem Blick ins Grüne. Mit Sonnenterrasse. DZ ab 65 EUR. gasthof-hirschen.com

Gemütlich mondän

Das Weisse Rössl ist ein kleines, ruhig gelegenes Hotel im Zentrum von Innsbruck. Die gepflegten und hellen Zimmer sind ideal zum Entspannen nach der Tour, in der traditionellen Gaststube genießt man regionale Küche. DZ zwischen 50 und 80 Euro pro Person. roessler.at

ESSEN

Hochgenuss

Das urige Lärchenstüberl verwöhnt seine Gäste mit schmackhaften Tiroler Gerichten – und das über den Dächern von Seefeld auf 1200 Meter Höhe, umringt vom Karwendelgebirge. Offen Dienstag bis Sonntag von 11 bis 14 Uhr und 18 bis 22:30 Uhr. marcati.at

Sinnesfreude

Am Ende der Hüttentour wartet in Scharnitz das Gasthaus Wiesenhof. Gastfreundschaft und Herzlichkeit gepaart mit regionalen Köstlichkeiten machen den Besuch zu einem Genuss für alle Sinne. gasthof-wiesenhof.at

Frischkost

Die Genuss-Alm auf der Hangseite zwischen Innsbruck und dem Hafelekar auf der dritten Etappe des Weges serviert Produkte aus eigener Landwirtschaft: von Frühling bis Ende November, Montag Ruhetag. Im Netz auf arzleralm.at



EISIGER GENUSS An einer Kugel »Tomaselli« kommt in Innsbruck keiner vorbei: Die Gelateria mit drei Standorten ist bekannt für ihr exzellentes Neapolitaner-Eis. Von der Filiale in der Hofgasse sind es nur wenige Meter zum sehenswerten Hofgarten.



outdoor-magazin.com/karwendel Das Karwendel bietet eine Fülle weiterer Wandertouren. Die schönsten haben wir Ihnen als Tourenkarten zum Nachwandern bereitgestellt, zu finden unter dem Link oben oder über den QR-Code.



KARWENDEL-HÖHENWEG

1 NÖRDLINGER HÜTTE

6,5 km, 3 Std., 1150 Hm ↗, 30 Hm ↘, mittel

Die erste Etappe des Höhenweges führt von Reith bei Seefeld auf die Nördlinger Hütte. In Reith der Straße Richtung Norden folgen, dann auf den Panoramaweg, bis es in engen Serpentinaufstiegen zum Scharthlechnerhaus (1856 m) geht. Über den Latschenrücken des »Schoaßgrates« zur Nördlinger Hütte (2239 m).

2 ZUM SOLSTEINHAUS

6,7 km, 4 Std., 350 Hm ↗, 800 Hm ↘, schwer

Am zweiten Tag taucht man ein in die alpine Welt des Karwendel. Am Breiten Sattel (1794 m) nach rechts abzweigen und das große Geröllfeld des Kuhljochs zur Eppzirler Scharte (2102 m) durchqueren. Wieder auf der Südseite der Gipfel angelangt, geht es rund 200 Höhenmeter bergab zum Solsteinhaus.

3 ZUR PFEISHÜTTE

16,5 km, 8 Std., 1300 Hm ↗, 1190 Hm ↘, schwer

Die dritte und längste Etappe des Höhenweges führt über den Gipfelstürmerweg und den Goetheweg – ein atemberaubender Abschnitt durchs wilde und schroffe Herz des Bergmassivs. Wer sich die 400 Hm vom Restaurant Seegrube auf das Hafelekarhaus sparen möchte, steigt in die Hafelekar-

bahn. An der Bergstation folgt die Route dem »Goetheweg«: auf die Nordseite der Nordkette, über die Mandlscharte (2314 m) und hinab zur Pfeishütte.

4 BETTELWURFHÜTTE

8,9 km, 4,5 Std., 430 Hm ↗, 600 Hm ↘, mittel

Von der Pfeishütte aus auf der Via Alpina in östlicher Richtung durch die Latschen und Almweiden der Pfiß zum Stempeljoch aufsteigen (2215 m). Ab hier führt der Steig steil über Schotter hinab. Im Frühsommer kann hier noch Altschnee liegen, Stöcke sind empfehlenswert.

5 HALLERANGERHAUS

5,8 km, 3 Std., 600 Hm ↗, 300 Hm ↘, mittel

Von der Bettelwurfhütte wieder zurück zum Lafatscher Joch (2081 m). Der folgende Abschnitt ist auch ein Teil des Weitwanderweges »Adlerweg«. Zwischen Lafatscher, Roßkopf und Speckkar Spitze hindurch wandert man meist bergab bis zum Hallerangerhaus.

6 NACH SCHARNITZ

19,3 km, 5 Std., 80 Hm ↗, 870 Hm ↘, mittel

Über die Kohleralm, vorbei am Lafatscher Niederleger, folgt man dem Fahrweg hinab ins Hinterautal. Wem der Weg zu Fuß zu lang ist, leiht sich auf dem Hallerangerhaus kostenpflichtig ein Rad.



NEU ROLLING TRANSPORTER

ENTWICKELT FÜR ABENTEUER.

ospreyeurope.de