BERGSCHULE
KLEINWALSERTAL

E5 Alpenüberquerung auf eigene Faust

Ohne Guide, ganz individuell unterwegs nach Meran mit Übernachtung in gemütlichen Gasthäusern!

Du hast bereits Erfahrung auf einigen Wanderungen in den Bergen gesammelt und traust dir zu, anhand von GPS-Daten zu wandern. Dann ist unsere Alpenüberquerung auf eigene Faust die passende Tour für dich. Bei dieser individuellen Tourenvariante von Oberstdorf nach Meran bist du **ohne Bergführer unterwegs**, du bestimmst das Tempo und kannst den Tourentag selbst gestalten.

Das Tolle an dieser Variante: Du wanderst auf den Spuren des Fernwanderweges E5, erlebst die Natur hautnah und genießt dabei den **Übernachtungskomfort der Gasthäuser im Tal.** Dein Gepäck trägst du hingegen selbst. Sollte das Wetter nicht mitspielen, kannst du die Etappen alternativ auch mit dem Taxi oder den öffentlichen Verkehrsmitteln zurücklegen.

Du wanderst - wir kümmern uns um die Planung und Abwicklung deiner Selfguided Tour. Die GPS-Daten sowie weitere Toureninfos werden dir etwa zwei Monate vor Tourenstart zur Verfügung gestellt. Mach dich mit dem Umgang von GPS-Daten sowie der App von Komoot vertraut.

Bei Fragen zur Tour kannst du dich jederzeit gerne an uns wenden.

Anforderungen

Kondition

Auf- und Abstiege bis zu 1200 Höhenmetern mit einer maximalen Gehzeit von 4 bis 6 Stunden pro Tag, abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe. Größere Pausen erfolgen nach etwa 1 bis 2 Stunden Gehzeit.

Technik

Du wanderst hauptsächlich auf mittelschweren Bergwegen, die überwiegend schmal und steil sind. Die gelegentlich felsigen und exponierten Abschnitte sind gut mit Drahtseilen gesichert und erfordern hin und wieder den Einsatz der Hände. Je nach Wetterlage und Schneeverhältnissen in den Bergen kann der Untergrund rutschig sein. Für diese Touren solltest du bereits Wandererfahrung mitbringen sowie trittsicher und schwindelfrei sein.

Tourenbeschreibung

Tag 1: Anreise - Bärgunttal - Hochalppass - Hochkrumbach - Hotel Jägeralpe

Zunächst geht es mit dem Bus oder deinem Auto bis ins kleine Örtchen Baad am Ende des Kleinwalsertals. Hier startet die Tour durch das romantische Bärgunttal auf gemütlichem, leicht ansteigendem Weg. Bald wird der Weg steiler. Es geht über die Baumgrenze hinaus. Auf dem Hochalppass hast du erstmals einen traumhaften Weitblick. Es folgt der Abstieg Richtung Hochkrumbach zum ersten Ziel, dem Hotel Jägeralpe. Wer möchte, kann die Wellness-Abteilung nutzen und sich dort entspannen.

Höhenunterschied: bergauf 715m | bergab 348m

Gehzeit: ca. 04:00 Std.

Tag 2: Kaisertal - Kaiserjochhaus - Pettneu - Arlberg Boutique Hotel

Mit dem Bus oder dem Taxi fährst du zunächst bis zur Haltestelle Edelweißhaus. Hier startet dein Aufstieg bis zum Kaiserjochhaus. Nach einer wohl verdienten Rast folgt der Abstieg nach Pettneu, immer mit dem Ausblick auf die Lechtaler Alpen.

Höhenunterschied: bergauf 850m | bergab 1150m

Gehzeit: ca. 06:00 Std.

Tag 3: Zams - Venet - Wenns - Mittelberg - Haus Bergheim, Pitztal

Du startest mit einem Transfer nach Zams. Mit dem Sessellift gelangst du hinauf zur schön gelegenen Zammer Alm. Es geht über die Gogles Alm bis zur Larcheralm (1.814 m), wo du dir eine kurze Pause gönnen kannst, bevor du bis nach Wenns über den alten Almweg absteigst. Mit dem Bus erreichst du Tieflehn im Pitztal, wo sich die Unterkunft befindet.

Höhenunterschied: bergauf 150m | bergab 1300m

Gehzeit: ca. 04:30 Std.

Tag 4: Braunschweiger Hütte - Pitztaler Jöchl - Sölden Gletscher - Vent - Berghotel Gasthof Gstrein

Der Bus bringt dich von Tieflehn nach Mittelberg. Von hier aus geht es zu Fuß an der Gletscherstube vorbei, bevor der Aufstieg zur Braunschweiger Hütte startet. Auf dem gleichmäßig ansteigenden Weg erreichst du nach zahlreichen Kehren auf 2.759 m die Hütte. Hier kannst du dich bei einer ausgiebigen Rast stärken, bevor du dich auf den Weg Richtung Pitztaler Jöchl (2.995 m) oder über das Rettenbachjoch (2.990 m) machst. Hier lädt dich der Blick in die Ötztaler Berge zum Verweilen ein. Bis zur Gletscherbahn-Talstation ist es nicht mehr weit. Mit einem Transfer geht es hinunter nach Vent.

Höhenunterschied: bergauf 1300m | bergab 400m

Gehzeit: ca. 07:00 Std.

Tag 5: Martin-Busch-Hütte - Similaun Hütte - Meran, City Hotel Meran o.ä.

Nach dem Frühstück geht es auf einem gemütlichen, leicht ansteigenden Weg zur Martin-Busch-Hütte. Hier gönnst du dir eine Pause, bevor du zur Similaunhütte auf 3.018 m weiterwanderst. Am höchsten Punkt des heutigen Tages angekommen kannst du nochmal Kraft für den Abstieg in das Schnalstal tanken. Nach einer gemütlichen Einkehr am Vernagtstausee bringt dich der Bus nach Meran. Nach dem Check-In im Hotel kannst du die Tour gemütlich in der Wärme der mediterranen Alpenstadt in einem Restaurant deiner Wahl ausklingen lassen. (Das Abendessen ist nicht in der Pauschale inkludiert.)

Höhenunterschied: bergauf 1180m | bergab 1350m

Gehzeit: ca. 07:00 Std.

Tag 6: Individuelle Heimreise

Nach dem Frühstück kannst du deine selbstorganisierte Rückfahrt antreten. Für die individuelle Heimreise empfehlen wir das Busunternehmen Prenner. Wenn du noch länger in Meran oder der Umgebung verweilen möchtest, kümmere dich am besten rechtzeitig um deine Übernachtung.

Gehzeit: ca. 00:00 Std.

Die **Ausrüstungsliste zum Ausdrucken** gibt es hier. In der Liste findest du zahlreiche nützliche Hinweise und Erklärungen sowie Links zu Ausrüstungsgegenständen.

Ausrüstung

- Rucksack mit Regenhülle 30L - 40L
- Teleskop- oder Faltstöcke
- Funktionelle Unterwäsche
- Funktionelle Berghose lang
- Funktionsshirt langärmlig
- Wärmende Jacke
- Mütze/Stirnband
- Sonnenschutz
- Energieriegel/Nüsse
- Gamaschen (optional)
- kleiner Kulturbeutel
- Ausweis/Bargeld
- Powerbank (optional)
- Ohropax (optional)
- Wasserdichter Bergschuh KAT. B/C
- Funktionssocken
- Funktionelle Berghose kurz
- leichte Hüttenhose
- Funktionsshirt kurzärmlig
- Regenjacke & Regenhose
- leicht gefütterte Handschuhe
- Trinkflasche
- Regenschirm (optional)
- Hüttenschuhe
- Badebekleidung
- Smartphone mit GPS-Funktion & Ladekabel
- Taschenlampe
- Blasenpflaster & Tape

Weitere Wander-Inspiration gefällig?

Dies ist nur eine von vielen spannenden Möglichkeiten, die Alpen zu erleben. Entdecke hier all unsere Angebote zur Alpenüberquerung.

Details im Überblick

LEISTUNGEN
4 x Ü/HP im Hotel/Gasthof (DZ oder MBZ)
1 x Ü/F im Hotel (DZ oder MBZ)
GPS-Daten
Kostenloser Zugang zur Komoot App
Detailinfos zu Transfers
Hotline (Bürozeiten)

MINDESTTEILNEHMERZAHL
1 Personen
max. 6

ZAHLUNGSINFO
Anzahlung 100,00 € p.P. bei Buchung
Restzahlung bis 14 Tage vor Tourenstart

ZUSATZKOSTEN
Getränke, Zwischenmahlzeiten & Rucksackproviant: Bargeld ca. 45,00 € p. P./p. T. nach pers. Bedarf
1 x Abendessen
Seilbahnfahrt
Transfers
Rücktransfer
Reiseversicherung
Parkgebühren
Einzelzimmer (nach Verfügbarkeit - gegen Aufpreis)

DAUER
6 Tage von Montag - Samstag (weitere Termine auf Anfrage möglich)

TREFFPUNKT
Wanderparkplatz Baad (Baad 1, 6993 Mittelberg)

RÜCKKEHR
Ankunft in Meran am letzten Tourentag ca. 18:00 Uhr

PARKEN
kostenpflichtiger Parkplatz in Baad/Kleinwalsertal oder alternativ in Oberstdorf

Preise und Termine

795,00 € pro Person

S115-27-1	28.06.2027 - 03.07.2027	S115-27-5	26.07.2027 - 31.07.2027
S115-27-2	05.07.2027 - 10.07.2027	S115-27-6	09.08.2027 - 14.08.2027
S115-27-3	12.07.2027 - 17.07.2027	S115-27-7	23.08.2027 - 28.08.2027
S115-27-4	19.07.2027 - 24.07.2027		

Unterbringung & Verpflegung

Unterbringung
Du bist in Pensionen oder in Hotels untergebracht. In der Regel sind es Doppelzimmer. Seid ihr in Kleingruppen unterwegs, sind auch Dreibettzimmer oder Appartements mit zwei Schlafzimmern und einem gemeinsamen Badezimmer möglich. Einzelzimmer können nur auf Anfrage bei Verfügbarkeit und meist sehr kurzfristig vergeben werden. Hierfür fällt ein entsprechender Aufpreis an. Leider können wir nicht immer für jedes Einzelzimmer ein eigenes Bad garantieren.

Verpflegung
In den Unterkünften wirst du reichhaltig (Halbpension) verpflegt. Es ist auch vegetarische Verpflegung möglich (bitte bei Buchung angeben, kurzfristige Änderungen können nicht berücksichtigt werden). Unterwegs hast du oftmals einladende Einkehrmöglichkeiten oder du kannst dir am Morgen ein Lunchpaket (kostenpflichtig) zusammenstellen lassen. Deshalb reicht es aus, wenn du für den Tourenstart genügend zu trinken und einen kleinen Snack (Energieriegel) für zwischendurch mitnimmst.

Zimmervermittlung bei vorzeitiger Anreise

Wenn du vor oder nach deiner Tour eine Übernachtungsmöglichkeit im Kleinwalsertal suchst, dann könntest du hier fündig werden.
Alternativ hilft dir **Kleinwalsertal Tourismus** gerne weiter. Sie können gezielt auf deine Wünsche eingehen und direkt die Verfügbarkeiten überprüfen.
Tel: 0043 5517 51140
info@kleinwalsertal.com
www.kleinwalsertal.com

weitere Infos

Wichtiger Hinweis:
Während der Tour kann es aufgrund von witterungsbedingten Einflüssen oder regionalen Veränderungen zu notwendigen Abweichungen oder Anpassungen des ausgeschriebenen Tourenverlaufs kommen. Der geplante Tourenverlauf kann deshalb nicht im Detail garantiert werden. Die Alternativen an Schlechtwettertagen teilen wir dir mit den genauen Informationen und den GPS-Daten etwa zwei Monate vor Tourenstart mit.
Gerne kannst du dich bei jeglichen Fragen zur Tour jederzeit an uns wenden.

Hinweis für Menschen mit eingeschränkter Mobilität
Dieses Programm ist für Menschen mit eingeschränkter Mobilität nicht geeignet.

Einreise und Visum
Für die Einreise nach Italien benötigst du einen gültigen Personalausweis oder Reisepass. Für die Einreise aus der EU gibt es keine Visapflicht. Weitere Infos findest du beim Auswärtigen Amt.

Guter Rat ist nicht teuer!

Aus Erfahrung wissen wir, dass eine Wochentour in den Bergen für viele Wanderer eine große Herausforderung ist. In den letzten Jahren hat die Nachfrage, vor allem bei den Alpenüberquerungen, enorm zugenommen. Leider müssen unsere Bergführer immer wieder feststellen, dass nicht jeder ausreichend vorbereitet ist und die Anforderungen einer solchen Tour unterschätzt werden. Bedauerlicherweise müssen einige Wanderer die Tour dann abbrechen. Wenn du bislang noch nicht mehrtägig in den Bergen unterwegs warst, empfehlen wir dir als Vorbereitung eine unserer dreitägigen Touren zum Reinschnuppern. Eine vorherige Akklimatisation ist bei jeder Tour sinnvoll. Gerade diese Tour auf eigene Faust setzt Erfahrung in den Bergen und die Nutzung von GPS-Daten voraus.

Kartenmaterial

Kompass Karten: Lechtaler Alpen/Hornbachkette Nr. 24; Ötztaler Alpen/Ötztal-Pitztal Nr. 43, 1:50.000 oder mit

gängigen Karten-Apps wie Outdooractive, Alpenvereinaktiv oder PeakFinder

Anfahrt & Parken

Der Treffpunkt zu deiner Tour ist mit den öffentlichen Verkehrsmitteln innerhalb des Kleinwalsertals gut und einfach zu erreichen. Wenn du bereits am Vortag anreist und eine Unterkunft im Kleinwalsertal beziehst, kannst du von dort aus bequem mit dem Bus zum Treffpunkt kommen. Bitte plane genügend Zeit ein, um rechtzeitig zum Treffpunkt zu kommen.

PKW
Mit dem Auto von Kempten (Allgäu) auf der B 19 bis Oberstdorf - Kreisverkehr rechts Richtung Kleinwalsertal auf der B 12 - Straßenverlauf bis ins Talende nach Baad folgen.
Parken:
kostenpflichtiger Parkplatz in Baad/Kleinwalsertal oder alternativ in Oberstdorf

Bahn und Bus
Es bestehen gute Bahnverbindungen nach Oberstdorf mit Anschluss an das öffentliche Busnetz der Linie 1 nach Baad - Haltestelle Baad.

Mitfahrzentrale
Eine gemeinsame Anreise ist nicht nur ein Beitrag zum Umweltschutz, sondern auch äußerst unterhaltsam. Nutze unseren Service unter folgendem Link: Mitfahrzentrale

---

Reiseversicherung

Im Zuge der verbindlichen Buchung empfehlen wir den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung, z.B. bei der Allianz, die Sie über unsere Homepage buchen können: https://bergschule.at/services/reiseversicherung. Diese Versicherung ist für alle unsere Kunden buchbar. Leistungsstörungen die durch das Wetter, Ausfall von Bahnen oder anderen Einflüssen verursacht werden, und auf die der Veranstalter keinen Einfluss hat sind nicht regresspflichtig. Ebenfalls empfehlen wir jedem Teilnehmer eine Haftpflicht-, Unfall- sowie Auslandskrankenversicherung.

Anforderungen

Kondition

Auf- und Abstiege bis zu 800 Höhenmetern mit einer maximalen Gehzeit von 3 bis 5 Stunden pro Tag, abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe. Größere Pausen erfolgen nach etwa 1 bis 2 Stunden Gehzeit.

Auf- und Abstiege bis zu 1200 Höhenmetern mit einer maximalen Gehzeit von 4 bis 6 Stunden pro Tag, abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe. Größere Pausen erfolgen nach etwa 1 bis 2 Stunden Gehzeit.

Auf- und Abstiege bis zu 1400 Höhenmetern mit einer maximalen Gehzeit von 7 bis 9 Stunden pro Tag, abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe. Größere Pausen erfolgen nach etwa 1 bis 2 Stunden Gehzeit. Bei Touren in Höhenlagen über 3.000 m wird eine vorherige Akklimatisierung empfohlen.

Auf- und Abstiege von mehr als 1400 Höhenmetern mit einer maximalen Gehzeit von 10 Stunden pro Tag, abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe. Bei Touren in Höhenlagen über 3.000 m ist eine vorherige Akklimatisierung empfehlenswert.

Technik

Du wanderst auf einfachen Bergwegen. Diese sind überwiegend schmal und zum Teil auch steil. Je nach Witterung kann es auch mal rutschig sein. Du musst nicht unbedingt Bergerfahrung haben und auch nicht schwindelfrei sein. Trittsicherheit hingegen setzen wir bei allen Wanderungen in den Bergen voraus. Für sportliche Einsteiger ist diese Tour geeignet.

Du wanderst hauptsächlich auf mittelschweren Bergwegen, die überwiegend schmal und steil sind. Die gelegentlich felsigen und exponierten Abschnitte sind gut mit Drahtseilen gesichert und erfordern hin und wieder den Einsatz der Hände. Je nach Wetterlage und Schneeverhältnissen in den Bergen kann der Untergrund rutschig sein. Für diese Touren solltest du bereits Wandererfahrung mitbringen sowie trittsicher und schwindelfrei sein.

Diese Routen sind überwiegend anspruchsvoll mit einer Tendenz zu schweren Bergwegen. Die steilen und schmalen Wege führen teilweise durch wegloses, mit Steinblöcken versehenes Gelände. Ausgesetzte Passagen, die stellenweise mit Drahtseilen gesichert sind, sollten dir keine Probleme bereiten. Je nach Wetterlage und Schneeverhältnissen in den Bergen kann es sehr anspruchsvoll werden. Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und Bergwandererfahrung sind hier unbedingt erforderlich.

Du wanderst überwiegend auf schweren, alpinen Bergwegen. Ausgesetzte Passagen, die teilweise mit Drahtseilen abgesichert sind, häufen sich. Du hast Erfahrung im alpinen Bergsteigen und bist auch in schrofigem und verblocktem Gelände, auf Geröllfeldern und größeren Schneefeldern trittsicher und schwindelfrei. Witterungsbedingt können die Anforderungen noch anspruchsvoller sein.

TRAININGSPLAN

EMPFOHLENE VORBEREITUNG FÜR DEINE TOUREN MIT DER BERGSCHULE KLEINWALSERTAL!

Mit der richtigen Vorbereitung kannst du die Touren mit der Bergschule Kleinwalsertal in vollen Zügen genießen. Stell Dir einfach Deine Traumtour vor, dann kommt die Motivation von ganz alleine. Als kleinen Anreiz haben wir Dir hier einen Trainingsplan ausgearbeitet. Mit diesen Ausdauereinheiten und Technikübungen kannst Du Dich auf Dein Abenteuer in den Bergen vorbereiten. **Wir empfehlen schon einige Tage vor Tourenstart anzureisen um sich an die Höhe zu gewöhnen.**

Wandern Klettersteig

Mindestens 3 unterschiedliche Wahleinheiten pro Woche, ideal über mehrere Monate.

AUSDAUER:

30 Minuten Treppensteigen, Stepper oder Crosstrainer

60 Minuten Walken, Joggen oder Radfahren in der Natur

TRITTSICHERHEIT UND GLEICHGEWICHT:

10 Minuten Zehenspitzenlaufen

10 Minuten Ballenstand an einer Treppenkante (einbeinig, beidbeinig)

10 Minuten Balance Ball (einbeinig, beidbeinig)

Balancieren auf der Bordsteinkante

Von Stein zu Stein springen (Fliese zu Fliese, Tempelhüpfen)

Klettern Hochtouren

Mindestens 3 unterschiedliche Wahleinheiten pro Woche, ideal über mehrere Monate.

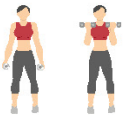
AUSDAUER:

45 Minuten Treppensteigen, Stepper oder Crosstrainer

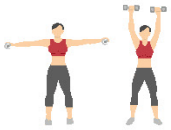
90 Minuten Walken, Joggen oder Radfahren in der Natur

ARMKRAFT: Mit Kurzhantel oder Wasserflasche (0,5 bis 1 kg).

30x Armbeugen



30x über Kopf stemmen und seitlich anheben



5x Liegestütz (Steigerung pro Einheit bis 20)

5x Liegestütz rücklings (Steigerung pro Einheit bis 20)

1 Minute Unterarmstütz

Bergschule kleinwalsertal GmbH
Walserstr. 262
D-87568 / A-6992 Hirschegg

ATU-Nr.: 72922206
Steuer Nr.: 97 148 / 6519
Firmenbuchnummer: FN 484534A

Telefon +43 5517 30245
info@bergschule.at
www.bergschule.at

Konto Inh: Bergschule Kleinwalsertal GmbH
Walser Raiffeisen Bank
IBAN: AT67 3743 4000 0243 5410 | BIC: RANJAT2B