



# PRIVAT E5 Alpenüberquerung von Oberstdorf nach Meran

Voller Genuss auf der schönsten Variante des Klassikers!

---

Du möchtest gerne mit Deinen Freunden oder Deiner Familie die Alpen überqueren. Gerne ermöglichen wir Dir diesen Tour zu Deinem Wunschtermin. Generationen von Bergfreunden ist der **E5 von Oberstdorf nach Meran** ein Begriff. Unzählige Nagelschuhe, Bergstiefel und Trekking-Boots haben den Weg auf Etappen kennen gelernt und Steine rund geschliffen. Vom nördlichen Alpenrand, den Allgäuer und Lechtaler Alpen, führt uns unser Weg weit hinauf in die Wildheit der Öztaler Gletscherwelt über die Grenze des Similaunpasses nach Italien ins malerische Schnalstal, der Heimat von Reinhold Messner. Unsere Tourenvariante auf den weniger frequentierten Strecken als die Hauptroute auf dem E5 vereint die Schönheit der Bergwelt mit der Gemütlichkeit in ausgesuchten Unterkünften mit einem ganz besonderen Flair auf den Spuren des E5.

---

# Anforderungen

## Kondition



Auf- und Abstiege bis zu 1.200 Höhenmeter. Gehzeit zwischen 6 und 8 Stunden (größere Pausen nach etwa 2 Stunden Gehzeit), abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe.

## Technik



Du wanderst überwiegend auf mittelschweren Bergwegen. Die Beschaffenheit der Wege kann felsig und auch verblockt sein. Abhängig von der Witterung und der Schneelage in den Bergen kann es rutschig sein. Vereinzelt gibt es Passagen, die mit Drahtseilen abgesichert sind. Für diese Touren solltest Du bereits Erfahrung im Wandern haben, trittsicher (sicheres Gehen auf unebenen, steinigen und auch unbefestigten Wegen) und schwindelfrei sein. Für sportliche Einsteiger ohne Höhenangst ist diese Tour machbar.

## Tourenbeschreibung

### Tag 1: Mittelberg - Gemstetal - Geißhornscharte - [Mindelheimer Hütte](#)

Von der Bergschule Kleinwalsertal in Hirschegg gegenüber dem Walserhaus geht es zunächst durch das schöne Gemstetal. Hier bekommen wir einen ersten Rucksacktransport mit der Materialbahn der Obergemstelhütte. Vorbei an der Gemstelhütte, weiter Richtung Geißhornscharte. Mit etwas Glück können wir hier Steinböcke beobachten. Übernachtung auf der Mindelheimer Hütte.

Höhenunterschied: bergauf 1000m | bergab 200m

Gehzeit: ca. 05:00 Std.

### Tag 2: Schrofenpass - Lechleiten - Holzgau - Boden - [Hanauer Hütte](#)

Nach dem Frühstück steigen wir in das Rappental ab. Über den Schrofenpass (kurze Pause) weiter nach Lechleiten zum Holzgauer Haus. Nach unserer Mittagspause nehmen wir von dort aus ein Taxi und fahren durch das Lechtal Richtung Hahntennjoch nach Boden. Anschließend geht es zu Fuß weiter durch das Bschlabsertal zur Hanauer Hütte. Nach ca. 45 Minuten Gehzeit kommen wir an eine Materialseilbahn die uns einen Rucksacktransport bis zur Hanauer Hütte ermöglicht. Aufstieg bis zur Hütte.

Höhenunterschied: bergauf 800m | bergab 700m

Gehzeit: ca. 05:00 Std.

### Tag 3: Dremelscharte - Steinseehütte - Alfutz - Zams - [Venetberg](#)

Aufstieg auf die östliche Dremelscharte. Abstieg vorbei am wunderschönen Steinsee 2.222 m, an dem wir eine Pause machen und anschließend weitergehen bis zur Steinseehütte. Abstieg bis zur Alfutzalm 1261m. Von dort aus nehmen wir ein Taxi bis nach Zams und fahren mit der Venetbahn auf den Venetberg, wo wir heute übernachten.

Höhenunterschied: bergauf 600m | bergab 1200m

Gehzeit: ca. 06:00 Std.

### Tag 4: Venetberg - Wenss - Mittelberg - [Braunschweiger Hütte](#)

Nach dem Frühstück starten wir von der Bergstation aus über die Goggelsalm bis zur Larcheralm, 1814m. Nach einer kurzen Pause erfolgt der Abstieg bis nach Winkel bei Wenss über den alten Almweg. Mit dem Taxi fahren wir ins Pitztal. Mittagspause in der Gletscherstube und anschließender Aufstieg zur Braunschweiger Hütte. Wieder ermöglicht uns eine Materialseilbahn einen Rucksacktransport. Die Braunschweiger Hütte liegt auf 2759m.

Höhenunterschied: bergauf 1000m | bergab 1000m

Gehzeit: ca. 07:00 Std.

**Tag 5:** Pitztaler Jöchel - Panorama - Höhenweg - Vent, z.B. [Berghotel Gstrein](#)

Abmarsch Richtung Pitztaler Jöchel 2995m, ca. 1 Std. Abstieg auf den Rettenbachferner. Nach einer kurzen Pause fahren wir mit dem Bus zum Tiefenbachferner. Vom Parkplatz weiter über den Venter Panoramaweg bis nach Vent - unterwegs machen wir Pause am Weißkarsee.

Höhenunterschied: bergauf 400m | bergab 1100m

Gehzeit: ca. 06:00 Std.

**Tag 6:** Vent - Similaun - Schnalstal - Meran, z.B. [Hotel Kolping Meran o.ä.](#)

Nach dem Frühstück marschieren wir zur Martin Busch Hütte, dort angekommen machen wir eine kurze Pause. Weiter geht es zur Similaun Hütte. Mittagessen auf 3018 m Höhe. Anschließender Abstieg in das Schnalstal. Dort erwartet uns schon ein Taxitransfer, der uns nach Meran bringt. Den Abend lassen wir gemütlich in der Wärme der mediterranen Alpenstadt ausklingen.

Höhenunterschied: bergauf 1100m | bergab 1300m

Gehzeit: ca. 07:00 Std.

**Tag 7:** Rückreise nach Hirschegg

Rücktransfer ins Kleinwalsertal - Ankunft im Kleinwalsertal ca. 14.00 Uhr

## Ausrüstung

- |   |  |
|---|--|
|  RUCKSACK MIT REGENHÜLLE 30L - 40L |  WASSERDICHTER BERGSCHUH KAT. B/C   |
|  TELESKOPSTÖCKE                   |  FUNKTIONSSOCKEN                   |
|  FUNKTIONELLE UNTERWÄSCHE        |  FUNKTIONELLE BERGHOSE KURZ       |
|  FUNKTIONELLE BERGHOSE LANG      |  LEICHTE HÜTTENHOSE               |
|  FUNKTIONSSHIRT LANGÄRMLIG       |  FUNKTIONSSHIRT KURZÄRMLIG        |
|  WÄRMENDE JACKE                  |  REGENSCHUTZ                      |
|  MÜTZE / STIRNBAND               |  GEFÜTTERTE HANDSCHUHE            |
|  SONNENSCHUTZ                    |  TRINKFLASCHE                     |
|  ENERGIERIEGEL / NÜSSE           |  REGENSCHIRM (OPTIONAL)           |
|  GAMASCHEN (OPTIONAL)            |  HÜTTENSCHUHE                     |
|  KLEINER KULTURBEUTEL            |  KLEINES HANDTUCH UND WASCHLAPPEN |
|  BADEBEKLEIDUNG                  |  HÜTTENSCHLAFSACK                 |
|  PERSONALAUSWEIS / BARGELD       |  TASCHENLAMPE                     |
|  OHROPAX (OPTIONAL)              |  BLASENPFLASTER & TAPE            |

## Details im Überblick

### LEISTUNGEN

Bergführer  
3 x Ü / HP Hütte (Lager, wenn möglich MBZ)  
3 x Ü/HP Hotel oder Gasthof im DZ oder MBZ  
3 x Rucksacktransport (wenn möglich)  
Seilbahnfahrten  
Transfers  
leichter Rückenbeutel für die Hüttenanstiege mit Rucksacktransport  
kostenfreier Parkplatz - Zuweisung bei Tourenstart  
Rücktransfer

### MINDESTTEILNEHMERZAHL

1 Personen  
max. 11

### SONDERLEISTUNGEN

Gepäcktransport (max. 10 kg) nach Meran für Abschlussabend oder Anschlussurlaub.  
Das Gepäck steht am Nachmittag bei Ankunft in Meran zur Verfügung

### ZAHLUNGSINFO

Anzahlung 100,- p.P. bei Buchung  
Restzahlung 14 Tage vor Tourenstart

### ZUSATZKOSTEN

Zwischenmahlzeiten, Jause  
Getränke  
Reiseversicherung (opt.)  
NEU 1 x Rucksacktransport zur Martin-Busch-Hütte 6.-EUR

### DAUER

7 Tage zum individuellen Termin

### TREFFPUNKT

10:00 Uhr Bergschule Kleinwalsertal, Walsersstraße 262, Hirschegg

### RÜCKKEHR

Rückkehr am letzten Tag ca. 14 Uhr

### PREISBEISPIEL

Die angegebenen Preise sind Preisbeispiele und können abhängig von der Anfrage, Saisonszeit, Sonderwünschen u.a. abweichen.

---

## Preise und Termine



**EUR 1265.00 pro Person bei 8  
Teilnehmern**



**EUR 1340.00 pro Person bei 7  
Teilnehmern**



**EUR 1420.00 pro Person bei 6  
Teilnehmern**



**EUR 1510.00 pro Person bei 5  
Teilnehmern**

---

## Allgemeine Informationen

### **Kartenmaterial - optional, zur Information vor der Tour:**

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

### **Unterbringung**

Wir bitten um Verständnis, dass individuelle Reservierungswünsche nicht berücksichtigt werden können. In der Hütte sind wir im Matratzenlager untergebracht. Wenn die Möglichkeit besteht, reservieren wir Plätze im Mehrbettzimmer. Dies können wir aber nicht garantieren. Auf allen Hütten gibt es Waschräume, einige Hütten bieten auch eine Duschkmöglichkeit. Im Gasthof oder Hotel wohnen wir in Doppel- oder Mehrbettzimmern mit Dusche, vereinzelt gibt es Etageduschen. Einzelreisende werden gleichgeschlechtlich untergebracht.

### **Verpflegung:**

In den Unterkünften werden wir reichhaltig (Halbpension) verköstigt. Es ist auch vegetarische Verpflegung möglich (bitte bei Buchung, spätestens zwei Wochen vor Tourenstart angeben). Unterwegs haben wir 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. An den folgenden Wandertagen informiert dich dein Guide.

### **Zusatzkosten:**

Nach persönlichem Bedarf ca. € 30.- pro Tag für Getränke, Rucksackproviant, etc.

### **Anreise:**

**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.**

### **PKW:**

Mit dem Auto von Kempten (Allgäu) auf der B 19 bis Oberstdorf - Kreisverkehr rechts Richtung Kleinwalsertal B 12 - Straßenverlauf folgend bis Hirschegg/gegenüber dem Walserhaus/Tourismusamt.

**Ein kostenfreier Parkplatz wird Dir am ersten Tourentag vor Start nach Anmeldung im Büro zugewiesen.**

### **Bahn und Bus:**

Bahnverbindungen nach Oberstdorf mit Anschluss an das öffentliche Busnetz Linie 1 nach Hirschegg Haltestelle Walserhaus.

### **Flughäfen:**

Der nächstgelegene Flughafen liegt in Memmingen, dann Friedrichshafen und München. Von allen bestehen gute Bahnverbindungen nach Oberstdorf.

### **Zimmervermittlung bei vorzeitiger Anreise:**

Kleinwalsertal Tourismus, Tel.: 43-5517-5114-0, [www.kleinwalsertal.com](http://www.kleinwalsertal.com)

Kleinwalsertal Aktuell, [www.kleinwalsertal-aktuell.com](http://www.kleinwalsertal-aktuell.com)

Gerne senden wir dir bei Bedarf eine Zimmerliste mit einer kleinen Auswahl an Pensionen und Hotels zu.

### **Wichtiger Hinweis:**







Während der Tour kann es aufgrund von witterungsbedingten Einflüssen oder regionalen Veränderungen zu Abweichungen oder Anpassungen des ausgeschriebenen Tourenverlaufs kommen. Der geplante Tourenverlauf kann deshalb nicht im Detail garantiert werden.

---

# Reiseversicherung

Besonders empfehlen können wir den "GuteFahrt-Schutz". Dieser enthält einen Mehrwert an Leistungen und ist preislich vergleichbar mit dem Reiserücktrittskosten-Basisschutz.

Folgende Leistungen sind enthalten:

-  Reiserücktritt-Versicherung
-  Reiseabbruch-Versicherung
-  Umbuchungsgebühren-Schutz
-  Reisegepäck-Versicherung
-  Reise-Assistance
-  Reise-Krankenversicherung inkl. Kranken-Rücktransport (optional)

Bei einer Reisedauer von bis zu 10 Tagen gilt hier ein Prämienpreis ab EUR 38,- pro Person.

<https://bergschule.at/wir/services/reiseversicherung>

Im Zuge der verbindlichen Buchung empfehlen wir den Abschluss einer Reiserücktrittsversicherung, z.B. bei der Allianz, die Sie über unsere Homepage buchen können: <http://www.bergschule.at/reiseversicherung.html>. 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 800 Höhenmeter, Gehzeiten pro Tag zwischen 4 und 6 Stunden (größere Pausen nach etwa 1 bis 2 Stunden Gehzeit), abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe.



Auf- und Abstiege bis zu 1.200 Höhenmeter. Gehzeit zwischen 6 und 8 Stunden (größere Pausen nach etwa 2 Stunden Gehzeit), abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe.



Auf- und Abstiege bis zu 1.400 Höhenmeter (und mehr) , Gehzeit zwischen 8 und 10 Stunden, abhängig von der Witterung, der Wegbeschaffenheit und der Kondition der Gruppe.

## Technik



Du wanderst auf einfachen Bergwegen. Diese sind überwiegend schmal und zum Teil auch steil. Je nach Witterung kann es aber 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 Einsteiger ist diese Tour geeignet.



Du wanderst überwiegend auf mittelschweren Bergwegen. Die Beschaffenheit der Wege kann felsig und auch verblockt sein. Abhängig von der Witterung und der Schneelage in den Bergen kann es rutschig sein. Vereinzelt gibt es ausgesetzte Passagen, die mit Drahtseilen abgesichert sind. Für diese Touren solltest Du bereits Erfahrung im Wandern haben, trittsicher und schwindelfrei sein. Für sportliche Einsteiger ohne Höhenangst ist diese Tour machbar.



Du wanderst streckenweise auf schweren, alpinen Bergwegen. Ausgesetzte Passagen, die zum Teil mit Drahtseilen abgesichert sind, bereiten Dir keine Probleme. Du hast Erfahrung im alpinen Bergsteigen und bist auch in schrofigem und verblocktem Gelände, auf Geröllfelder und größeren Schneefeldern trittsicher und schwindelfrei. Witterungsbedingt können die Anforderungen auch noch anspruchsvoller sein.

---

## 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 oder einzelne Etappen mit dem Taxi zurücklegen. Hierdurch entstandene Zusatzkosten müssen von jedem Gast selbst getragen werden. 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.

### Antworten auf häufig gestellten Fragen!

\* Nach dem Motto „Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlechte Kleidung“ lassen wir uns mit unserer **regentauglichen Ausrüstung** auch von Regen oder Schnee die Freude am Wandern nicht verderben. Sollte auch Sicherheitsgründen die Tour / Etappe nicht wie geplant stattfinden können, wird der Guide eine Alternative finden.

\* Die **beste Zeit** für eine Alpenüberquerung ist zwischen Mitte Juni und Ende September. Zu Beginn und am Ende der Saison müssen wir unter Umständen mit Schneefeldern rechnen. In den Bergen ist grundsätzlich auch in den Sommermonaten **jederzeit auch mal Schneefall** möglich.

\* Eine Wochentour in den Bergen ist für viele Wanderer **eine große Herausforderung**. Wir sind auf **guten Bergwegen** unterwegs. Oftmals sind die Wege steil oder auch felsig, manchmal erdig und auch rutschig. Wenn Du bereits Erfahrung im Wandern hast und entsprechende Ausdauer mitbringst, **trittsicher** (sicheres Gehen auf unebenen, steinigem und auch unbefestigten Wegen) und weitestgehend schwindelfrei bist, wirst Du auf der Alpenüberquerung genussvoll unterwegs sein. Warst Du bislang noch nicht mehrtägig in den Bergen unterwegs, empfehlen wir Dir als **Vorbereitung eine unserer dreitägigen Touren** zum Reinschnuppern und Kennenlernen.

\* Solltest Du tatsächlich eine **Tour abbrechen** müssen und dadurch Zusatzkosten entstehen (Taxitransfer, zusätzlich Hotelübernachtung u.ä.), werden diese Kosten nicht von der Bergschule erstattet (siehe AGB der Bergschule Kleinwalsertal). Deshalb empfehlen wir ausdrücklich eine **Reiseversicherung**, die auch den Abbruch einer Tour abdeckt.

\* In der **Ausrüstungsliste** findest Du alles was Du für Deine Alpenüberquerung benötigst. Besonderes

Augenmerk solltest du auf Deine Bergschuhe verwenden. **Der Schaft der Schuhe muss über die Knöchel gehen, die Kategorie B/C** ist empfehlenswert. Ein bequemer Bergschuh ist nicht unbedingt für die Alpenüberquerung geeignet. Wichtig sind ein gutes Profil, die Stabilität und der Zustand des Schuhs. Bei alten Schuhen kommt es häufig vor, dass sich die Sohle ablöst. Deshalb lohnt sich besonders bei den Schuhen die Investition in ein neues Paar.

\* Wir sind in den **Hütten im Lager oder in Mehrbettzimmern**, im **Hotel** bzw. **im Gasthof** im **Doppel- oder auch Mehrbettzimmer** untergebracht. Wir bitten um Verständnis, dass individuelle Reservierungswünsche nicht berücksichtigt werden können.

\* In den Unterkünften werden wir **reichhaltig (Halbpension) verköstigt**. Es ist auch vegetarische Verpflegung möglich (bitte bei Buchung angeben). Unterwegs haben wir oftmals einladende **Einkehrmöglichkeiten** oder wir können uns ein **Lunchpaket** (kostenpflichtig) zusammenstellen lassen. Deshalb reicht es aus, wenn Du für den Tourenstart genügend zu Trinken und einen kleinen Snack für zwischendurch mitnimmst. An den folgenden Wandertagen informiert Dich dann der Guide.

\* Bei **Unverträglichkeiten** oder **besonderen Diäten** wird es bei den Hüttentouren schwierig. Vegane Kost, Gluten- oder Laktoseintoleranz ist bei Unterbringung im Hotel oder im Gasthaus in der Regel kein Problem. Auf den Hütten hingegen ist eine Sonderverpflegung nur bedingt möglich. Dafür musst Du selber vorsorgen. Du kannst bei einer mehrtägigen Tour oftmals aber im Tal einkaufen.



# DEIN PERSÖNLICHER 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 Traumtraum 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