BERGSCHULE
KLEINWALSERTAL

Stubaier Hochtourenwoche

Alpine Bergtour für Genießer ...

Auf dem alpinen Grenzkamm zwischen Österreich und Südtirol besteigen wir die bekanntesten und höchsten Gipfel der Region. Namen wie Feuerstein, Wilder Freiger, Wilder Pfaff und Pfaffenscheide versprechen dem anspruchsvollen Bergsteiger eine genussreiche Woche. Übernachten werden wir auf den beiden höchstgelegenen Schutzhütten der Stubaier Alpen. Sonnenauf- und untergänge werden von diesen Aussichtspunkten zu einem unvergesslichen Erlebnis.

Anforderungen

Kondition

Auf- und Abstiege bis zu 1200 Höhenmetern mit Gehzeiten zwischen 6 und 8 Stunden. Eine vorherige Akklimatisierung wird empfohlen. Die durchschnittliche Gehgeschwindigkeit beträgt ca. 300 Höhenmeter pro Stunde.

Technik

Du verfügst bereits über Hochtourenerfahrung und der Umgang mit Pickel und Steigeisen bereitet dir keine Schwierigkeiten. Steilere Firn- oder Felspassagen sowie Kletterstellen bis zum II. Schwierigkeitsgrad sind für dich problemlos zu bewältigen. Du bewegst dich sicher auf Gletschern, Schneefeldern und Geröll mit Neigungen bis zu 40 Grad und gehst routiniert am langen oder kurzen Seil aufgrund von Absturz- und Spaltengefahr.

Tourenbeschreibung

Tag 1: Ranalt - Nürnberger Hütte

Zunächst kontrollieren wir noch unsere Ausrüstung und dann kann es losgehen. Unser Aufstieg führt uns in ca. einer Stunde durch das Langtal zur Bsuechsalm, 1.572 m, wo wir die Möglichkeit haben einzukehren. Es geht mit einem etwas steileren Anstieg weiter und nach ca. 2 Std. erreichen wir unser erstes Ziel, die Nürnberger Hütte, 2.280 m.

Höhenunterschied: bergauf 950m

Gehzeit: ca. 03:00 Std.

Tag 2: Nürnberger Scharte - Roter Grat (3.099 m) - Nürnberger Hütte

Je nach Verhältnissen geht es heute mit leichtem Gepäck auf einen der umliegenden Gipfel wie Aperer Feuerstein (2967m) oder die Roter Grat Überschreitung. Leichte Kletterei (1 - 2) und eine Höhe von 3.000 m stellen sicher, dass wir für die darauffolgenden Tage bestens gewappnet sind.

Höhenunterschied: bergauf 800m | bergab 800m

Gehzeit: ca. 06:00 Std.

Tag 3: Seescharte - Wilder Freiger (3.418 m) - Becher Haus

Steil aufsteigend unter der Urfallspitze vorbei zur Seescharte 2.762 m. Weiter geht es über Steine und ein Firnfeld auf das Gamsspitzjoch 3.020 m. Ab hier werden wir über einen Felsrücken (leichte Kletterei) zum Punkt 3.222 m klettern. Den dann folgenden Aufstieg machen wir abhängig von den Verhältnissen, entweder über Gletscher, Firnflanke oder Fels auf den Wilden Freiger, 3.418 m. Unser Weg führt uns im Grenzgebiet vorbei an einer verfallenen Zollhütte hinauf auf den Gipfel. Hier genießen wir die wunderschöne Aussicht. Abstieg über den Signalgipfel und den Südgrat (Drahtseilversichert) zum einmalig gelegenen Becherhaus, 3.190 m.

Höhenunterschied: bergauf 1200m | bergab 300m

Gehzeit: ca. 06:00 Std.

Tag 4: Übeltalferner - Sonklarspitze (3.467 m) - Müller Hütte

Kurzer Abstieg über den seilversicherten Blockgrat auf den Übeltalferner. Dort seilen wir uns an und queren zur schon lange sichtbaren Müllerhütte 3.143 m. Nach einer Pause brechen wir mit leichtem Gepäck auf in Richtung Sonklarspitz, die wir nach Queren des Gletschers und Erklettern des Ostgrates (2) erreichen, 3.467 m. Auf dem gleichen Weg gehen wir zurück zur Müllerhütte.

Höhenunterschied: bergauf 500m | bergab 500m

Gehzeit: ca. 05:00 Std.

Tag 5: Ostgrat Wilder Pfaff - Pfaffenschneide - Hildesheimer Hütte

Von der Müllerhütte starten wir Richtung Ostgrat Wilder Pfaff (3.456 m). Von hier aus haben wir einen tollen Blick auf unser nächstes Etappenziel, die Pfaffenschneide, die dem Zuckerhütl in nichts nachsteht und von wo aus wir einen guten Blick auf das Zuckerhütl haben. Über Geröll steigen wir in den Pfaffensattel (3.344 m) und weiter auf die Pfaffenschneide (3.498 m). Nach einer ausgiebigen Pause mit wunderschönem Ausblick geht es hinunter zur Hildesheimer Hütte (2.899 m), wo wir das Quartier für die heutige Nacht beziehen.

Höhenunterschied: bergauf 400m | bergab 650m

Gehzeit: ca. 07:30 Std.

Tag 6: Jochdohle - Gondel zurück ins Stubaital - Bus zum Parkplatz

Von der Hildesheimer Hütte geht es heute nur noch über die Jochdohle. Mit der Gondel fahren wir zurück ins Tal und mit dem Bus zum Ausgangspunkt am Parkplatz.

Höhenunterschied: bergauf 300m

Gehzeit: ca. 01:00 Std.

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

Sei dabei! Auf Instagram und Facebook. Wir sind das ganze Jahr in den Bergen unterwegs und teilen unsere Bergmomente. #willkommendraußen #visitbergschuleat

---

Ausrüstung

- Rucksack mit Regenhülle 30L - 40L
- Steigeisen* (Schuhgröße bitte mitteilen)
- Biwaksack
- Sitzgurt*
- Pickel*
- Funktionelle Unterwäsche
- leichte Hüttenhose
- Funktionsshirt kurzärmlig
- Regenschutz
- leicht gefütterte Handschuhe
- Trinkflasche
- Gamaschen (optional)
- kleiner Kulturbeutel
- Hüttenschlafsack (ohne Metallanteile)
- Stirnlampe
- Ohropax (optional)
- Steigeisenfester Bergschuh
- Teleskop- oder Faltstöcke
- Steinschlaghelm*
- Sicherheitskarabiner*
- Funktionssocken
- Funktionelle Berghose lang
- Funktionsshirt langärmlig
- Wärmende Jacke
- Mütze/Stirnband
- Sonnenschutz
- Energieriegel/Nüsse
- Hüttenschuhe
- kleines Handtuch und Waschlappen
- Ausweis/Bargeld
- Powerbank (optional)
- Blasenpflaster & Tape

Die mit einem *Stern gekennzeichneten Ausrüstungsgegenstände werden von der Bergschule für die Dauer der Tour kostenfrei zur Verfügung gestellt. Gerne kannst du deine eigene Ausrüstung mitbringen.

Details im Überblick

LEISTUNGEN
Staatlich geprüfter Bergführer
Technische Ausrüstung (leihweise)
Reservierung der Unterkünfte

MINDESTTEILNEHMERZAHL
4 Personen
max. 5

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

ZUSATZKOSTEN
5 x Ü/HP Hütte (ca. 70,00 € pro Nacht)
Getränke, Zwischenmahlzeiten & Rucksackproviant: Bargeld ca. 45,00 € p. P./p. T. nach pers. Bedarf
Seilbahnfahrt
Transfers
Individuelle Trinkgelder
Reiseversicherung
Parkgebühren

DAUER
6 Tage von Sonntag - Freitag

TREFFPUNKT
13:00 Uhr Parkplatz Nürnberger Hütte in Ranalt

RÜCKKEHR
Rückkehr am letzten Tag ca. 13:00 Uhr

PARKEN
kostenpflichtiger Parkplatz Nürnberger Hütte in Ranalt

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

Preise und Termine

995,00 € pro Person

S84-26-1	28.06.2026 - 03.07.2026	S84-26-3	09.08.2026 - 14.08.2026
S84-26-2	19.07.2026 - 24.07.2026		

Allgemeine Informationen

Kartenmaterial - optional, zur Information vor der Tour:
AV Karte Nr. 31/1

Unterbringung
In den Hütten sind wir im Matratzenlager oder in Mehrbettzimmern untergebracht. Auf allen Hütten gibt es Waschräume, einige Hütten bieten auch eine Duschmöglichkeit.
Wir bitten um Verständnis, dass individuelle Reservierungswünsche nicht berücksichtigt werden können.

Anreise

PKW:
Anreise über Innsbruck (Tirol). Auf der Brennerautobahn (Mautpflicht) in Richtung Süden, Brenner - Ausfahrt Stubaital. Auf der Bundesstrasse Tal einwärts bis zur Ortschaft Ranalt.
Parken:
Kurz nach der Ortschaft Ranalt kommt der kostenpflichtige Parkplatz Nürnberger Hütte

Bahn und Bus:
Gute Zugverbindung bis nach Innsbruck. Von dort mit dem Bus ins Stubaital. Haltestelle Parkplatz Nürnberger Hütte

Bei vorzeitiger Anreise o. Verlängerung

Tourismusbüro Neustift
Tel.0043/5226-2228
https://www.stubai.at/unterkuenfte/

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

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 1000 Höhenmetern mit Gehzeiten zwischen 5 und 7 Stunden. Eine vorherige Akklimatisierung wird empfohlen. Die durchschnittliche Gehgeschwindigkeit beträgt ca. 250 Höhenmeter pro Stunde.

Auf- und Abstiege bis zu 1200 Höhenmetern mit Gehzeiten zwischen 6 und 8 Stunden. Eine vorherige Akklimatisierung wird empfohlen. Die durchschnittliche Gehgeschwindigkeit beträgt ca. 300 Höhenmeter pro Stunde.

Auf- und Abstiege bis zu 1400 Höhenmetern mit Gehzeiten zwischen 8 und 10 Stunden. Eine vorherige Akklimatisierung wird empfohlen. Die durchschnittliche Gehgeschwindigkeit beträgt ca. 350 Höhenmeter pro Stunde.

Technik

Ideal für Einsteiger ohne Hochtourenerfahrung, die alpine Bergtouren mit Kletterpassagen im I. Schwierigkeitsgrad sicher meistern. Es erwartet dich leichtes Gelände wie Geröll, Blockgrate und einfache Firnhänge. Aufgrund der Spaltensturzgefahr wird auf flachen Geltschern am langen Seil gegangen. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit sind erforderlich.

Du verfügst bereits über Hochtourenerfahrung und der Umgang mit Pickel und Steigeisen bereitet dir keine Schwierigkeiten. Steilere Firn- oder Felspassagen sowie Kletterstellen bis zum II. Schwierigkeitsgrad sind für dich problemlos zu bewältigen. Du bewegst dich sicher auf Gletschern, Schneefeldern und Geröll mit Neigungen bis zu 40 Grad und gehst routiniert am langen oder kurzen Seil aufgrund von Absturz- und Spaltengefahr.

Du verfügst über sehr gute Hochtourenerfahrung. Der Umgang mit Steigeisen und Pickel sowie die Frontalzackentechnik sind dir bekannt. Du meisterst längere, exponierte Kletterstellen im III. Schwierigkeitsgrad oder darüber und steile Firn- und Eishänge mit Neigungen über 40 Grad. Wiederholte Sicherungen sowie gelegentliche Standplatzsicherungen sind erforderlich. Viele Spalten und kleinere Bergschründe erhöhen die Andorderungen. Diese Touren setzen ausgezeichnete Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und umfassende Erfahrung im alpinen Gelände voraus.

Guter Rat ist nicht teuer!

Antworten auf häufig gestellte Fragen!

* Wir empfehlen eine vorherige **Akklimatisation**.

* 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 nehmen. Sollte die Tour/Etappe aus Sicherheitsgründen nicht wie geplant stattfinden können, wird der Guide eine Alternative finden.

* Die **beste Zeit** für eine Hochtour ist zwischen Ende Juni und Anfang August (je nach Region und Tour unterschiedlich). Zu Beginn und am Ende der Saison müssen wir unter Umständen auch neben den Gletschern mit Schneefeldern rechnen. In den Bergen ist grundsätzlich auch in den Sommermonaten **jederzeit Schneefall** möglich.

*Bevor du eine Hochtour machst, empfehlen wir dringend unseren **Hochtourenkurs für Einsteiger** oder

eine unserer **leichteren Hochtouren** zum Reinschnuppern. Dabei wirst du praxisnah auf deine erste Hochtour vorbereitet. Leider müssen unsere Guides immer wieder feststellen, dass sich manch einer zu viel zumutet und zu wenig Grundkenntnisse vorhanden sind.

* Solltest du tatsächlich eine **Tour abbrechen** müssen und dir dadurch Zusatzkosten entstehen (Taxitransfer, zusätzliche Hotelübernachtung, o.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 Tour benötigst. Besonderes Augenmerk solltest du auf deine Bergschuhe verwenden. Der **Schaft der Schuhe** muss **über die Knöchel gehen** und sollte die **Kategorie C** aufweisen. Da ihr auf eurer Tour Steigeisen benötigt, sollte der Schuh mindestens **bedingt Steigeisenfest** sein. Wichtig sind zudem ein gutes Profil, die Stabilität und der Zustand des Schuhs. Ein bequemer Bergschuh ist nicht unbedingt für eine Hochtour geeignet. 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)** verpflegt. Es ist auch vegetarische Verpflegung möglich (bitte bei Buchung angeben). Unterwegs gibt es oftmals einladende **Einkehrmöglichkeiten** oder du kannst dir 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 dein Guide.

* **Unverträglichkeiten** oder **besondere Diäten** (z. B. vegane Kost, Gluten- oder Laktoseintoleranz) sind bei Unterbringung im Hotel oder im Gasthaus in der Regel kein Problem. Auf den Hütten hingegen ist eine Sonderverpflegung nur bedingt möglich. Dafür solltest du eigenständig vorsorgen.

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.

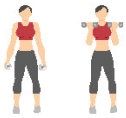
AUSDAUER:

45 Minuten Treppensteigen, Stepper oder Crosstrainer

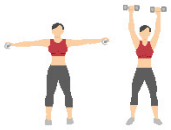
90 Minuten Walken, Joggen oder Radfahren in der Natur

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

BERGSCHULE KLEINWALSERTAL GMBH
WALSERSTR. 262
D-87568 / A-6992 HIRSCHEGG

ATU-NR.: 72922206
STEUER NR.: 97 148 / 6519
FIRMENBUCHNUMMER: FN 484534A

TEL.: +43 5517 30245
INFO@BERGSCHULE.AT
WWW.BERGSCHULE.AT

WALSER RAIFFEISEN BANK
IBAN: AT67 3743 4000 0243 5410
BIC: RANJAT2B