

NationalparkRegion Hohe Tauern

Im Einklang mit unberührter Natur

Der Sommertraum der NationalparkRegion Hohe Tauern versetzt Urlauber in ein Alpenreich zwischen „König und Königin“: Umrahmt vom höchsten Berg Österreichs, dem Großglockner (3.796 m), dem Großvenediger (3.662 m) und weiteren ca. 200 Dreitausendern präsentiert sich diese Region für Wander- und Naturgenuss PUR. Die sind sehr gut markierten, verzauberten Wanderwege und die tosend-mittelsäen Umbalfälle, erfischen die Lunge. 14 Natur- und Kulturlehrwege ergänzen das Angebot der NationalparkRegion Hohe Tauern Osttirol. Selbstverständlich kommt das Aktivangebot, wie diverse Mountainbike- und Radstrecken, Klettergärten, Flitting, Canyoning oder Kajaks in der Region nicht zu kurz. Gäste erwartet ein einzigartig schönes, natürlchen Landschaft mit österreichischem Charme. Die Täler und Ortschaften der NationalparkRegion Hohe Tauern Osttirol haben sich absiebt vom Massentourismus ihren natürlichen Charakter bewahrt.

Besonderheiten der Region

- Großglockner und Großvenediger
- nahezu 200 Dreitausender
- 14 Natur und Kulturlehrwege

Sommer-Highlights der Region

- Österreich Radrundfahrt
- Wanderpöring in Prägärten
- Fest der Blasmusik
- Kaiser Kirchtag

Details & Termine unter **www.osttirol.com**



Nr. 1 - Gletscherweg Innerschölb, 2.200 m

Ausgangspunkt (E 3): Materai Tauernhaus (1.501 m)
Beschreibung: Eine einstündige Wanderung führt ins Innerschölb. Es ist auch mit Kütsche oder Taxi erreichbar. Der Gletscher-Lehweg führt uns steil ansteigend in den Salzboden zu einem Tümpel mit Wolgrasrasen, dem „Augen Gottes“. Weiter bis zum Rand des beeindruckenden Schlierenkees. Mit dem Abstieg über den Pragerhüttenweg schließt sich die Runde wieder im Innerschölb. AV-Lehweg (Taschenführer erhältlich).

Zufahrt: von Matrei i. O. auf der Felbertauernstraße bis zum Materai Tauernhaus (Nationalpark-Wanderbus)
Geheitz: Tagestour
Berghaus Außergschölb 1.700 m, neue Prager Hütte 2.796 m, Venedigerhaus Innerschölb 1.700 m

Gletscherlehweg Innerschölb, Nationalpark Hohe Tauern



Nr. 8 - Schobertreck

(G5 + I6) Die Kräfte der Natur schufen über Jahrtausende die raue Landschaft der Schobergruppe. Dieser alpine Trek führt Sie zu den schönsten Aussichtsplätzen und auf drei Dreitausendergipfel - begleitet von faszinierenden Erklärungen der Nationalparkregion über Geologie, Pflanzen- und Tierwelt. Dazu der dunkelblaue Himmel, das glasklare Wasser der Gebirgsbäche und Seen, Bergkameradschaft und gemächliche Hüttenabende - so werden Ihre Urlaubstage in den Bergen zu etwas Außergewöhnlichem. **Buchungshotline: Nationalpark Hohe Tauern, Tel. +43.4875.5161**
Wangenzisee Hütte 2.508 m, Lienzer Hütte 1.977 m, Hochschobert 2.322 m, Glorhörlitz 2.642 m, Eibelfederhütte 2.346 m, Lesachalm-Hütte 2.182 m

Nr. 3 - Großer Zünig, 2.776 m

Ausgangspunkt (E5): unterhalb des Parkplatzes Guggenberg
Beschreibung: Seine zentrale Stellung macht den Großen Zünig zum schönen Aussichtspunkt, jedoch ist seine Erstigung durch den enormen Höhenunterschied sehr anstrengend. Vom Parkplatz Guggenberg der Forststraße entlang zur Jausenstation Zünigalm (1.846 m). Auf dem Steig gelangt man zum tiefgrün schimmernden Zünigsee und wandert dann den Berggipfeln aufwärts zur Zünigscharte. Auf dem einfach begehbaren, aber ziemlich steilen Nordostgrat steigt man den Gipfel und genießt den großartigen Panoramablick in das Tauernmassiv und die Dolomiten.
Zufahrt: Matrei i. O. nach Ganzw weiter zum Parkplatz Guggenberg
Geheitz: Tageswanderung Jausenstation Zünigalm 1.846 m



Nr. 4 - Großvenediger, 3.666 m

Ausgangspunkt (C4): Hinterbach oder Parkplatz Wiesenkreuz
Beschreibung: Die Route beginnt in Hinterbach und folgt dem Almfahweg in das Dorfertal zur Johannis Hütte (2.121 m). Der Taxibüßerger dorthin verkürzt den Anstieg. Zum Defereggenhaus (2.364 m) mit Blick hinauf zum weiß schimmernden Firn der weiten Vergleichserschne. Nach dem Mulwiltzeder (3.241 m) beginnt der Gletscheranstieg. Steigen, Seil und die Begleitung eines Bergführers geben Sicherheit. Der Weg führt über das Raner Täl zum Eisgipfel des Großvenedigers (3.666 m). Ein traumhafter Rundblick über den Nationalpark Hohe Tauern und seine umgebende Bergwelt mit den Dolomiten, dem Dachsteingebirge und vielen anderen. AV-Lehweg (Taschenführer erhältlich).
Zufahrt: von Prägärten am Großvenediger nach Hinterbach (Postbushaltestelle) **Geheitz:** Aufstieg von Hinterbach 7 - 8 Std. Johannishütte 2.121 m, Defereggenhaus 2.364 m

Ausgangspunkt (G4): Parkplatz am Ende der Kaiser Glocknerstraße beim Lucknerhaus (Postbus).
Beschreibung: Dieser außergewöhnliche Lehweg bietet Fitness für den Geist. Informationen über die interessante Alpengeschichte des Großglockners und vielfältige Einblicke in die kleinen und großen Naturwunder dieses Berges. Auch die Beobachtung typischer Alpenbewohner wie Murmeltiere, Steinböcke und Steinadler ist für den aufmerksamen Wanderer hier gut möglich. Besonders für Familien zu empfehlen. **Zufahrt:** Kals a. G., Kaiser Glocknerstraße (Mautstraße). **Geheitz:** 1 Std. Alpengasthof Oberhaus 1.770 m

Nr. 5 - Umbaltal - Umbalfälle

Ausgangspunkt (G4): Parkplatz Ströden (1.403 m)
Beschreibung: Die imposanten Umbalfälle sind durch einen Waserrauschlauf entschlossen. Bei der Gabelung der Almfahwege in Ströden geht es links in das Umbaltal zu den Jausenstationen Isitzalm und Pebbalm (1.513 m). Romantiker gelangen per Kütsche zu den Jausenstationen. Nach etwa 30 min. Geheitz beginnt der mühsam begehbare Lehpfad. Wer weiter wandern will, folgt dem Steig zur Clarahöhe (2.038 m), die in knapp zwei Stunden erreichbar ist. Zufahrt: von Prägärten am Großvenediger nach Hinterbach und Ströden (Postbus). **Geheitz:** Halbtageswanderung Almgasthaus Isitzalm 1.513 m, Berggasthaus Pebbalm 1.520 m

Nr. 6 - Geschichtenweg Kaiser Dorfertal - Dorfersee

Ausgangspunkt (F4): Kals-Tauern (1.500 m), Postbushaltestelle
Beschreibung: Eine unbeschwerliche Wanderung für Familien durch die romantische Dabaklamm und die Ebenen der Dorferralm. Fünf Hörstationen erzählen in drei Sprachen über die interessante Geschichte des Tales und den Nationalpark Hohe Tauern. Spektakulär ist die schwindelerregende Aussichtswarte über der Dabaklamm. Wer zum idyllisch gelegenen Dorfersee wandert, folgt dem Weg vom Kaiser Tauernhaus (1.756 m) in Richtung Talschlus. Hierfür wäre eine kurze Wanderung einzuplanen. **Zufahrt:** von Kals auf der Str. talerwärts zum Tauern (Postbus) **Geheitz:** 3 - 4 Std. (Lehweg) Jausenstation Bergalm 1.640 m, Kaiser Tauernhaus 1.756 m



Nr. 7 - Großglocknertrcek

Das Abenteuer zum höchsten Berg Österreichs (G4)
Der Großglockner, mit 3.796 m Österreichs höchster Berg, ist eine ganz besondere Herausforderung für konditionsstarke Teilnehmer. Diese gemeinsame 2-Tage-Tour wird zu einem unvergesslichen Erlebnis inmitten der wilden, rauen und faszinierenden Landschaft des Nationalparks Hohe Tauern. Wie im früheren Zeiten übernahm den Pragerhüttenweg schließt sich die Runde wieder im Inner-schölb. AV-Lehweg (Taschenführer erhältlich).
Zufahrt: von Matrei i. O. auf der Felbertauernstraße bis zum Materai Tauernhaus (Nationalpark-Wanderbus)
Geheitz: Tagestour
Berghaus Außergschölb 1.700 m, neue Prager Hütte 2.796 m, Venedigerhaus Innerschölb 1.700 m



Nr. 8 - Schobertreck

(G5 + I6) Die Kräfte der Natur schufen über Jahrtausende die raue Landschaft der Schobergruppe. Dieser alpine Trek führt Sie zu den schönsten Aussichtsplätzen und auf drei Dreitausendergipfel - begleitet von faszinierenden Erklärungen der Nationalparkregion über Geologie, Pflanzen- und Tierwelt. Dazu der dunkelblaue Himmel, das glasklare Wasser der Gebirgsbäche und Seen, Bergkameradschaft und gemächliche Hüttenabende - so werden Ihre Urlaubstage in den Bergen zu etwas Außergewöhnlichem. **Buchungshotline: Nationalpark Hohe Tauern, Tel. +43.4875.5161**
Wangenzisee Hütte 2.508 m, Lienzer Hütte 1.977 m, Hochschobert 2.322 m, Glorhörlitz 2.642 m, Eibelfederhütte 2.346 m, Lesachalm-Hütte 2.182 m

Nr. 9 - Weg der Sinne durch die Virgner Hecklandlandschaft

Ausgangspunkt (E4): Direkt im Ort Virgen
Beschreibung: Die reizvolle Rundwanderung führt durch eine Jahrhundert alte Kulturlandschaft mit Wiesen, Hecken und Klausensteinmauern. Reich ist die Tier- und Pflanzenwelt, über die man auf Informationstafeln vieles erfährt. Kunstvoll gestaltete Heilstationen vereinfachen Ihnen auf spielerische Weise die kleinen Wunder der Natur. Dieser Lehweg ist sogar blindengerechthe gestaltet und ist durch überdimensionale sonore Holzschmetterlinge gekennzeichnet.
Zufahrt: Virgen
Geheitz: 2 ½ Std.



Nr. 10 - Glocknerspur BergeDenken

Ausgangspunkt (G4): Parkplatz am Ende der Kaiser Glocknerstraße beim Lucknerhaus (Postbus).
Beschreibung: Dieser außergewöhnliche Lehweg bietet Fitness für den Geist. Informationen über die interessante Alpengeschichte des Großglockners und vielfältige Einblicke in die kleinen und großen Naturwunder dieses Berges. Auch die Beobachtung typischer Alpenbewohner wie Murmeltiere, Steinböcke und Steinadler ist für den aufmerksamen Wanderer hier gut möglich. Besonders für Familien zu empfehlen. **Zufahrt:** Kals a. G., Kaiser Glocknerstraße (Mautstraße). **Geheitz:** 1 Std. Alpengasthof Oberhaus 1.770 m

Defereggenal

Hier bin ich Mensch, hier kann ich's sein!
Ausgangspunkt (C6): ostl. Ortseingang von St. Jakob/Einfahrtbrücke
Beschreibung: Am Wasserloch entlang der Schwarzach erläutern Schautafeln die vielseitige Wirkung des Wassers auf Landschaft und Leben. Moore, artreiche Tümpel, klare Quellen, Bäche und Gewässerfließ gibt es hier zu beobachten und zu bestaunen. Einen eigenen Führer bzw. detaillierte Beschreibung des Wassererebnisses ist in dem Informationsbüros zum Preis von EUR 5,80 erhältlich.
Zufahrt: mit Pkw oder Postbus nach St. Jakob i. D.
Geheitz: kleine Runde 1 Std., große Runde 2,5 Std.

Nr. 16 - Staller Sattel, 2.052 m

Besonderheiten der Region

- Viele Gipfelrouten über 3.000 m
- Großter zusammenhängender Zirbenwald der Ostalpen
- Jagdhausalm, die ältesten Almten Österreichs
- 4 Natur- und Kulturlpate

Sommer-Highlights der Region

- Almrosenfest in St. Jakob
- Leder, Land & Leute
- Drachenbootrennen am Oberrsee / Staller Sattel

Details & Termine unter **www.osttirol.com**



Nr. 11 - Jagdhausalmten, 2.009 m

Ausgangspunkt (B5): Parkplatz Alpengasthof Oberhaus
Beschreibung: Vom Alpengasthof Oberhaus folgt man dem Steig ca. 30 Minuten durch Zirbenwald taleinwärts. Weiter auf dem Almfahweg über die Seebachalm zur Jagd-Hausalm, dem ältesten Alm Dorf Österreichs, das von Südtiroler Bauern bewirtschaftet wird.
Zufahrt: von St. Jakob i. D. nach Erisbach, dann Mautstraße zum begleiteten die Wanderer einen Teil der Strecke.

Die Glockner-Runde: In 7 Tagen rund um den höchsten Berg Österreichs. Erholung und großartiges Naturerlebnis findet man entlang dieser Route, deren einzelne Etappen mit etwas Ausdauer, Kondition und Trittsicherheit problemlos zu meistern sind. Besorgen Sie sich den Folder „Glocknerrunde“ zur Tourplanung. Dann finden Sie auch Buchungsgenote und wertvolle Wandertipps zu dieser grandios Bergwanderoute im Nationalpark Hohe Tauern.
Buchungshotline: +43.4875.5161

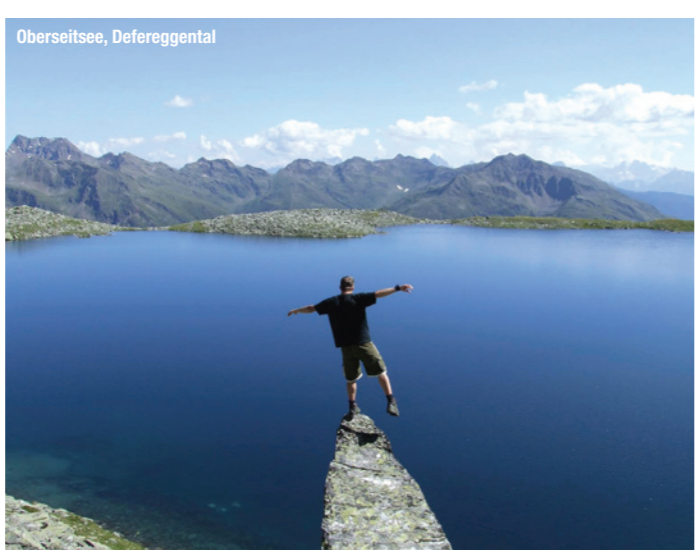


Nr. 12 - Großer Leppleskofl, 2.811 m

Ausgangspunkt (D6): Bergstation Mooserberg (2.368 m)
Beschreibung: Von der Bergstation Mooserberg/Jausenstation Mooseralm führt ein Steig zur Ochsenalpe. Weiter über den Kammerkassl zum Großen Leppleskofl.
Zufahrt: von St. Jakob zum Parkplatz der Brunnalm-Bergbahn
Geheitz: 2 Std. Aufstieg
Brunnalm 1.818 m, Jausenstation Brunnalmstüberl 2.054 m, Panoramastüberl Mooseralm 2.368 m

Nr. 13 - Oberseitzsee - Seespitze, 3.021 m

Ausgangspunkt (C6): Weller Trogach (1.735 m)
Beschreibung: Von Trogach aus auf dem Forstweg bis Gasserkofel, weiter über Wiesenhänge bis zur Seespitzhütte (2.327 m). Den markierten Steig zum grandiosen Oberseitzsee (2.576 m), der sich nach dem Gletscherzugang im weiten Kartog befindet. Westlich an See vorbei führt ein steiler Steig mit einer gesicherten Passsage auf den Gipfel der Seespitze, dem markantesten Aussichtspunkt am Panargenberg.
Zufahrt: von St. Jakob i. D. mit dem Auto bis zur Jausenstation Jägeralpe. **Geheitz:** Tageswanderung Seespitzhütte 2.327 m



Nr. 14 - Pfannhorn, 2.819 m

Ausgangspunkt (C6): Kapelle Maria Hilf, St. Jakob
Beschreibung: Aufstieg zur Lappachalm, von der Alm rechts über einen Steig durch den Wald zum Hirschbühl und weiter absteigend in eine ausgedehnte Mulde. Nun über den Steig die Almweisen hinauf und dann links zu einer ausgeprägten Senke. Über die Grashänge zwischen zwei markanten Felsen ansteigend zur Gipfelkarle und zum Gipfel. **Zufahrt:** St. Jakob, Erisbach, Alpengasthof Oberhaus (Mautstraße). **Geheitz:** ca. 1 Std. Alpengasthof Oberhaus 1.770 m



Nr. 15 - Wassereerlebnisweg St. Jakob i. D., 1.380 m

Ausgangspunkt (C6): ostl. Ortseingang von St. Jakob/Einfahrtbrücke
Beschreibung: Am Wasserloch entlang der Schwarzach erläutern Schautafeln die vielseitige Wirkung des Wassers auf Landschaft und Leben. Moore, artreiche Tümpel, klare Quellen, Bäche und Gewässerfließ gibt es hier zu beobachten und zu bestaunen. Einen eigenen Führer bzw. detaillierte Beschreibung des Wassererebnisses ist in dem Informationsbüros zum Preis von EUR 5,80 erhältlich.
Zufahrt: mit Pkw oder Postbus nach St. Jakob i. D.
Geheitz: kleine Runde 1 Std., große Runde 2,5 Std.

Nr. 16 - Staller Sattel, 2.052 m

Ausgangspunkt (B5): Staller Sattel
Beschreibung: Wanderungen in der Gegend um den Oberrsee sind ideal für Familien. Steinzeitliches Jagdmaterial und ein Einbaum, die im See und der Umgebung gefunden wurden, zeugen von frühesten Besiedlungen. In der Oberrseehütte wird für Ihr liebliches Wohl gesorgt. Der Staller Sattel ermöglicht auch die Überfahrt ins südtirolische Antholzertal.
Zufahrt: mit Pkw oder Postbus von St. Jakob i. D. - Oberrsee **Geheitz:** ca. 1 Std. Oberrseehütte 2.020 m



Nr. 11 - Lasöringtrcek

Ausgangspunkt (F5): St. Jakob
Beschreibung: Wanderung über Knappengruben zur Neuen Reichenberghütte - Übernachtung - über Prägerner Tört zur Lasöringhütte - Übernachtung über Donnerstein, Spiekboden zum Wasserkreuz und mit dem Taxine Virgenal - Rücktransfer nach St. Jakob i.D. Herrliche Panoramablicke auf die 3000-er der Venediger, Glockner-, Schober- und Rieserfernergruppe | Tagesestappen von 6 - 8 Stunden Neue Reichenberghütte 2.586 m, Lasöringhütte 2.350 m, Zapfenhütte 2.350 m, Welterkreuzhütte 2.106 m
Buchungshotline: +43.4875.5161



Nr. 18 - Knappentreck

Ausgangspunkt (B5): Handelshaus St. Jakob
Beschreibung: Eine Reise ist die Vergangenhait mit Pferden zu den Bergbauschauplätzen im Defereggenal. 1. Tag: Tour zur Neuen Reichenberghütte mit Besichtigung der Kriepengruben im Trograinertal. 2. Tag: Besteigung der Gieselswand (2.912 m). Weiter über die Rote Lenke - Kleinbachboden - Kleinbach Almten - Umbalfälle. Rückfahrt mit dem Bus nach St. Jakob. **Geheitz:** 12 Std. Neue Reichenberger Hütte 2.586 m. **Buchungshotline: +43.4875.5161**

Nr. 19 - Natur-Kulturweg „Leben am Steilhäng“

Ausgangspunkt (C6): Parkplatz in Bruggen
Beschreibung: Zunächst leicht bergauf zur Holzer Mühle. Nach einem Steilstück begegnet man taleauswärts am sonnseitigen Berghang typischen Beispielen des früheren Bergbauernlebens in extremer Lage. Am Frodtbach wird heute noch die „Holzer Mühle“ betrieben. Flachs wurde verarbeitet und die Kommühlen wurden an den Bächen betrieben. In dieser Abgeschiedenheit mussten sich die Menschen über den langen Winter selbst versorgen. Schautafeln informieren über bislang Unbekanntes. Der Weg kann auch in umgekehrter Richtung begangen werden. Beispielsweise vom Dorfzentrum St. Wei über Gassen nach Bruggen.
Höhenunterschied: ca. 250 m, **Zufahrt:** Bruggen. **Geheitz:** ca. 3 - 4 Std. (Rundwanderweg über Zotten)

Nr. 20 - Natur-Kulturweg Oberhauser Zirbenwald

Ausgangspunkt (B5): Alpengasthof Oberhaus
Beschreibung: Der größte zusammenhängende Zirbenbestand der Ostalpen und die von jahrhundertelanger Arbeit der Bergbauern geprägte Almlandschaft bieten die reizvolle Kulisse für den Natur- und Kulturweg Oberhauser Zirbenwald. Neun Schautafeln informieren über die reichhaltige Flora und Fauna, sowie das Almbien. Den Besucher erwarten interessante Infos über das „Leben im Gebirgsbuch“, die „Vegetation der Lawinengassen“, die „Traditionelle Almwirtschaft“, die „Vogelwelt des Lärchen- und Zirbenwäldes“ und vieles mehr. **Zufahrt:** St. Jakob, Erisbach, Alpengasthof Oberhaus (Mautstraße). **Geheitz:** ca. 1 Std. Alpengasthof Oberhaus 1.770 m

Nr. 21 - Golzentipp, 2.317 m

Ausgangspunkt (F5): Pflegergutchauss Schloss Anras
Beschreibung: Zwischen dem alten Bauernhäusern dem Weg entlang, links halten bis zur Kreuzung Lourdeskapelle, weiter den unteren Waldweg zur Wallfahrtskirche St. Antonius. Dort in westlicher Richtung bis zum Mühlbach. Ein Steig führt weiter über den Mühlbach Richtung Goll, der Waldgrenze entlang bis Kollreid und zurück nach Anras. **Zufahrt:** Pustertaler Höhenstraße, Anras, Parkplatz Schloss Anras. **Geheitz:** 45 min.



Hochpostertal

Die Ferienregion Hochpostertal liegt eingebettet zwischen dem Lienzer und den Südtiroler Dolomiten. Und in deren Vorgärten führen sich vor allem Familien rund um wohl. Gäste begaben sich auf eine Reise in die Vergangenheit und beschrten den Karnischen Höhenweg, der einst als Schmugglersteig zwischen Österreich und Italien diente und zugleich Frontlinie im 1. Weltkrieg war. Gemütliche Wanderungen zu den am höchsten bewirtschafteten Almten Österreichs im Vilgratental, die Pustertaler Höhenstraße mit imposanten Ausblicken und Ausflugszielen und die grenzüberschreitenden Touren nach Südtirol machen Lust auf die Almten und Wege hier im Osttiroler Hochpostertal. Nach einem Wandertag verwöhnen viele ausgezeichnete Restaurants die Gäste mit Köstlichkeiten aus der heimischen Küche.

Besonderheiten der Region

- Karnischer Höhenweg, der ehemalige Schmugglersteig
- Grenzüberschreitende Touren nach Südtirol
- Aigner Badl - letztes Tiroler Bauernbad

Sommer-Highlights der Region

- Musikfestival im Osttiroler Hochpostertal
- TT Wanderpöring in Oberallt
- Details & Termine unter **www.osttirol.com**



Nr. 21 - Golzentipp, 2.317 m

Ausgangspunkt (F5): Bergstation Sesselbahn Golzentipp (2.070 m)
Beschreibung: Von der Bergstation führt der Weg links am Frieders- rücken und entlang der Skiatalfahrt hinauf zur Bergstation Glampitz zum kreislernden Jocheise. Im Anschluss daran knapp oberhalb des alten Heuhüttenensembles „Kultschuppen“ vorbei auf den aussichtsreichen und leicht erstiegbaren Hausberg der Tillaacher, den Golzentipp.
Zufahrt: Lesachtal - Oberallt - Parkplatz Sesselbahn Golzentipp
Geheitz: ca. 1 Std. ab Bergstation Sesselbahn Panoramas-Restaurant Conny Alm 2.050 m



Nr. 22 - Rund um den Thurmtaler, 2.407 m

Ausgangspunkt (D8): Bergstation Thurmtal / Thurmtaler Rast
Beschreibung: Von der Bergstation Thurmtal über Weg 10b zur Außenhochalm. Weiter auf Weg 10 zum Bergkamm. Rechts der Gipfel, links der Asatt Sattel. Von dort über Weg 4 hinunter zur Hinteren Hochalm mit auf Vilgrater Seite. Auf Weg 10b über die Hofel Alm wieder zur Thurmtaler Rast, zum Bergrestaurant Gaden und der Bergstation Thurmtal zurück. **Zufahrt:** Sillan Parkplatz - Seilbahn Thurmtal o. Außenberglerhütte 2.586 m. **Geheitz:** ca. 5 Std.

Nr. 23 - Große Kinigat, 2.689 m

Ausgangspunkt (E9): Kartitsch / Lusser Säge - Erschbaumertal
Beschreibung: Durch das Erbsbaumtal den Forstweg entlang bis zum Talschlus. In Kehren den Steig links aufwärts zur Ischare. Auf Weg 403, zwischen Kinigat und Liköfelwand, zum Hinterstall. Abstiegsgöglichkeit zur Fimoor-Standschützenhütte. Weiter zum Fimoorstall und über das Geckfeld südlich der Königswald bis 400 m in westl. Richtung. Rechts abweigend, sehr steil durch die Schotteralm zum Felsen, wo eine versicherte Passage mit ca. 100 m Länge zum Gipfelkarle und rechts weiter zum Europakreuz auf den Gipfel, der die höchste Erhebung des Karnischen Kammes ist. **Zufahrt:** Kartitsch - Ortstal Erschbaum - rechts Lusser Säge **Geheitz:** ca. 5 Std. Fimoor-Standschützenhütte 2.350 m

Nr. 24 - Degenhorn, 2.946 m

Ausgangspunkt (B5): Winkeltal - Volkzeiner Hütte (1.886 m)
Beschreibung: Von der Volkzeinerhütte über die in einer Talstufe obereisen Heimkaralm, vorbei am Wasserfall in den unteren und oberen Schrentenbachböden. Bei der Abzweigung Ochsenklee zum stillen Degenhornsee und wieder links über das Kleine Degenhorn und einen schmalen Grat zum Gipfel (Tiroler Jubiläumslösung). Abstieg über Oberstalleralm nach Innervilgraten möglich. Mittelschwer/schwer.
Zufahrt: Über Außerbillgraten-Winkeltal bis zur Volkzeiner Hütte **Geheitz:** ca. 3 ½ Std. Volkzeinerhütte 1.886 m



Nr. 25 - Grenzlandwanderweg

Ausgangspunkt (E8): Sport- und Freizeitzentrum Kartitsch
Beschreibung: Auf bequemen Forstwegen und ohne Benützung von befahrenen Straßen verbindet der Grenzlandwanderweg die drei Orte des Tiroler Gail-/Lesachtals: Kartitsch, Ober- und Unterillach. Der Weg führt in Richtung Erschbaumertal, Rauenbach, Laten, Mühlboden und immer südlich der Gail weiter bis Unterillach. Als Erweiterung kann der Weg auch ab Heinfels/Rainbad über Hohlbruck, Kartitsch (weiter wie oben) begangen werden. Rückweg mit Postbus möglich. **Zufahrt:** Tiroler Gailtal - Kartitsch - Sportzentrum. **Geheitz:** 4 - 5 Std.

Nr. 26 - Mühlenweg - Kollreid, Anras

Ausgangspunkt (F9): Pflegergutchauss Schloss Anras
Beschreibung: Zwischen dem alten Bauernhäusern dem Weg entlang, links halten bis zur Kreuzung Lourdeskapelle, weiter den unteren Waldweg zur Wallfahrtskirche St. Antonius. Dort in westlicher Richtung bis zum Mühlbach. Ein Steig führt weiter über den Mühlbach Richtung Goll, der Waldgrenze entlang bis Kollreid und zurück nach Anras. **Zufahrt:** Pustertaler Höhenstraße, Anras, Parkplatz Schloss Anras. **Geheitz:** 45 min.



Nr. 27 - Karnischer Höhenweg - „Weg des Friedens“

(D8) Der Karnische Höhenweg folgt dem in westöstlicher Richtung verlaufenden, 110 km langen Karnischen Hauptkamm mit einer Gesamtweilänge von 155 km. In 6 bis 9 Tagesetappen (Geheitzten zwischen 3,5 und 9 Std.) ist der KH-W 403 zu bewältigen (ideal für Wanderguppen und Familien mit Kinderen) sowie auf den ausschersichtigen und leicht erstiegbaren Hausberg der Tillaacher, den Golzentipp.
Zufahrt: Lesachtal - Oberallt - Parkplatz Sesselbahn Golzentipp
Geheitz: ca. 1 Std. ab Bergstation Sesselbahn Panoramas-Restaurant Conny Alm 2.050 m



Nr. 28 - Gailtaler Höhenweg, Nr. 229

Infos: Infobüro Hochpostertal, Tel. +43.50.212.300
(E8) Im Süden der Lienzer Dolomiten und im Westfügel der Gailtaler Alpen führt der Gailtaler Höhenweg durch eindrucksvolle Naturidylkschaften. Begrenzt im Norden durch das Pustertal und im Süden durch das Tiroler Gailtal und Lesachtal, gilt der Gailtaler Höhenweg als sanftes Gegenstück zum Weg des Friedens am Karnischen Kamm.

Nr. 29 - Schmugglersteig, 2.349 m

Ausgangspunkt (C7): Parkplatz Kalkstein
Beschreibung: Historisches Schmuggeln von Vilgraten ins Oesies, die Schmuggler und die Zöllner stehen hier im Vordergrund. Die Route verläuft folgendermaßen: Kalkstein (1.640 m) - Rosstal - Kalksteiner Joch (2.349 m) - über das Tscharniettal zur Tscharnietalm (1.976 m) - St. Magdalens im Gesertal. **Zufahrt:** Vilgratental - Kalkstein **Geheitz:** 4 ½ Std. Gasthaus Kalkstein 1.639 m

Nr. 30 - Über die Jöcher: Vilgraten - Giesertal „Bewirtschaftung einst und heute“ 2.539 m

Ausgangspunkt (C6): Innervilgraten, Unterstalleralm
Beschreibung: Das bäuerliche Brauchtum mit Almten, Bergmahd, Huzehen, Vieh, Sennerinnen und Hirten wird hier bildlich dargestellt. Und auch schmuggeln: Ins Oesies wurde vor allem Vieh geschmuggelt, wobei es nur Einzelpar gab, die dies professionell machten. Meist wurde es von den Bauern wie seit jher üblich, einfach über die alten Besitzgrenzen getragen. Dies war ein lukratives Geschäft für die Vilgrater, da es im Gesertal viel teurer verkauft werden konnte. Von der Unterstalleralm über Schwarzwies zur Gieser Lenke, über das Pfötzl zur Pissalm und weiter nach St. Magdalena im Gesertal. **Zufahrt:** Vilgratental - Maxer - Unterstalleralm **Geheitz:** 6 Std. Jausenstation Unterstalleralm 1.673 m



Lienzer Dolomiten

Sie beherrschen Osttirol im Süden: die Lienzer Dolomiten. Ein Paradies für alle, die den wilden Fels lieben. Ein Muss für jeden, der die Erlebnisgründe zum Klettern - die gescherten Klettersteige - sucht. Denn die schönsten Touren der Alpen sind hier zu finden: der Panorama-Klettersteig über sechs Dolomitenriegel, die Gallenkreuzsteig mit tosendem Wasser oder der Laserklettersteig mit imposanten Ausblicken. Wandertafeln werden von den Nationalpark-Rangern bei geführten Touren begleitet. Tipp: die Schoberrunde mit gemächlichen Hütten. Oder mit den Lienzer Bergbahnen auf die Sonnenterrassen am Zettersfeld und am Hochstain. Lienz selbst besticht mit lauchgrünen Pfälzen, mediterranem Flair, Schloss Bruck, Agriturismo - der einzigen Römerstadt - Trois - und über 2000 Sommerstunden jährlich.

Besonderheiten der Region

- Unzählige Klettermöglichkeiten
- Sommergarantie bei herrlichen Wanderungen am Zettersfeld
- Tristachersee
- Dolomitenrundrundfahrt und Dolomitenmann

Sommer-Highlights der Region

- Ochs Straßenfest und Osttiroler Festival
- Altstadtfest Lienz
- Details & Termine unter **www.osttirol.com**





Karawitzalm mit Liesersee, Lieser Dolomiten

Osttirol
Bergeldorado am Südbalkan der Alpen

Ein Wanderparadies der Extraklasse erhebt sich zwischen den mächtigen Felsen der Hohen Tauern und den malerischen Gipfeln der Lienzer Dolomiten. Wanderbare Hütten, bewirtschaftete Almen, der Nationalpark Hohe Tauern mit seinen Rangern und herzliche Gastgeber erwarten Liebhaber von Ursprünglichkeit und einer breiten Palette an Freizeitaktivitäten.

Hoch oben auf den Bergen verheißt die letzten weißen Schneefelder Abenteuer zwischen Großglockner und Großvenediger. Die höchsten Berge der Alpenrepublik und insgesamt 241 Dreitausender bilden hier in Osttirol das Dach Österreichs. Das Wegenetz ist gut ausgebaut, die Bergbahnen transportieren Gäste bequem hinauf zu den Panoramaplätzen und Ausgangspunkten für ausgedehnte Wanderungen. Bergdörfer wie Kals am Großglockner oder Prageralm am Großvenediger haben sich den Charme der Alpinregionen erhalten. Bergsteiger kommen hier voll auf ihre Rechnung.

Das Zentrum des Bezirks ist die Dolomitenstadt Lienz mit ihrer schmackhaften Altstadt, dem Café am Hauptplatz nahe der Liebburg und den modischen Boutiquen, die zum Flanieren und Shoppen einladen. Geführte Mountainbike-Touren gehören ebenso dazu wie die neuen Klettersteige, die die „Einstiegsdroge“ zum Bergerlebnis sind. Der längste Klettersteig der Alpen - der Panoramaklettersteig - führt entlang der Dolomitenzacken.

Der Karnische Höhenweg, das Villgratental mit seinen Almen und seiner Unberührtheit und die Pustertaler Höhenstraße rundum das Angebot in Osttirol speziell für Familien wunderbar ab. Das Familien- und Hochpustertal hat betreute Programme für Kinder entwickelt und lockt in den Wichtelpark mit der längsten Seilrutsche Österreichs oder Goldwaschen am Fluss. Wo seit Jahrhunderten Südtiroler Bauern ihr Vieh über den Stalpersattel treiben und aus Fels gemauerte Hütten stehen, da liegen die Jagdwälder, die ältesten bewirtschafteten Almen Österreichs. Das Defereggental lockt im Frühsommer mit der Almrosenblüte. Weithin leuchten die roten Flecken den Wanderern entgegen. In diese wildromantische Gegend bieten die Nationalpark-Ranger geführte Wanderungen mit Wildtierbeobachtung an.

- Wichtige Informationen**
- Bergbahnen in Osttirol
Großglockner Resort Kals Mauterl
 9971 Mauterl, Tel. +43.4875.6067
 9981 Kals a.Gr. Tel. +43.4876.8233
 www.gg-resort.at
- Lienz Bergbahnen Zettlerfeld und Hochstein**
 9900 Lienz, Tel. +43.4852.63975
 www.lienz-bergbahnen.at
- Bergbahnen St. Jakob**
 9983 St. Jakob i. Def., Tel. +43.4873.5274
 www.bergbahnen-stjakob.at
- Obertallicher Bergbahnen**
 9942 Obertallich, Tel. +43.4847.5300
 www.obertallicher-bergbahnen.com
- Hochpustertaler Bergbahnen**
 9920 Sillian, Tel. +43.4842.6880 oder 6011
 www.hochpustertal-akt.at
- Mautstraßen in Osttirol**
Kaiser Glocknerstraße, Tel. +43.4876.8354
Straße zur Dolomitenstraße, Tel. +43.4852.63223
Straße aufs Zettlerfeld über Thurn, Tel. +43.664.5035988
Barmner über Bannberg, Tel. +43.4855.8320
Patsch-Oberhaus, Tel. +43.4873.6320 (Gemeinde St. Jakob)
- Alpin Notruf** Alpines Notsignal
 Ruf: in 1 min. 6 gleiche Zeichen
 Antwort: in 1 min. 3 gleiche Zeichen in gleichen Abständen

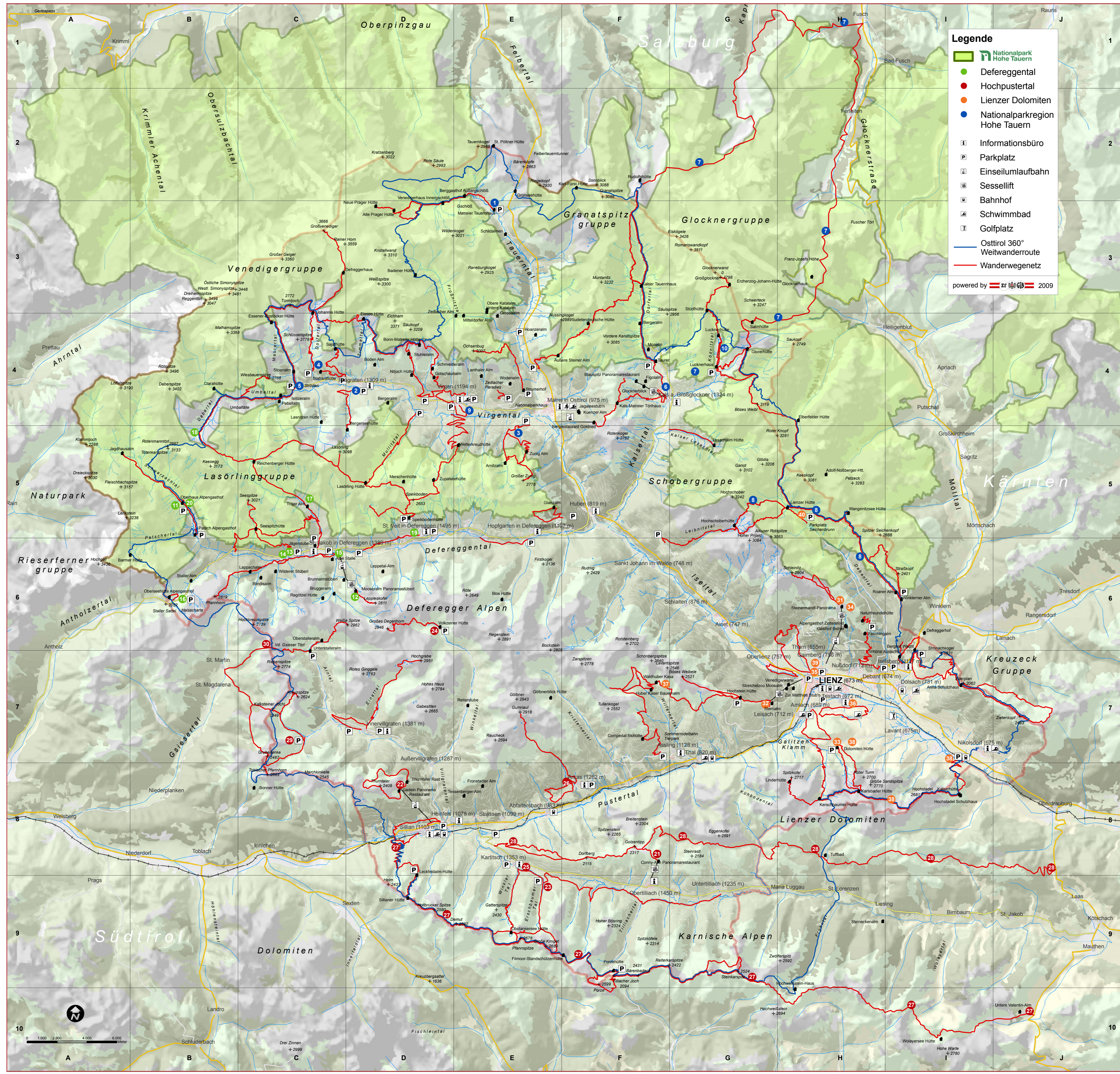
Wetter und Lawinen Alpenverein Wetter Telefondienste
 Gesamtes Alpenwetter +43.900.91.1566-80
 Regionales Alpenwetter +43.900.91.1566-81
 Ostalpenwetter +43.900.91.1566-82
 Alpenverein +43.512.291600
 Lawinenwandr Dienst +43.512.1588

Wanderkarten
 Qualitativ sehr gute flächendeckende Kartenblätter der „Österreich Karte“ erhalten Sie beim Bundesamt für Eich- und Vermessungswesen. Weitere Wanderkarten von „Freitag & Bernd“ und „Kompass“ können Sie direkt im Internet bestellen unter: www.freitag-bernd.at oder www.kompass.at. Auch der Nationalpark Hohe Tauern bietet eigene Regions-Wanderkarten an. Gebirgskarten des Österr. Alpenvereins sind unter www.alpenverein.at erhältlich.



Majlische Rast auf den Deferegger Almen

WANDERKARTE OSTTIROL FÜR WANDERER, BERGSTEIGER, TRECKINGABENTEURER & FAMILIEN



Nationalpark Hohe Tauern
Hinein in die Natur

Fraus aus dem Alltag und sich auf das Wesentliche besinnen. Ruhe, Erholung und die Unberührtheit der Natur erfahren. Wichte Urlandschaft und bergläuterliche Kulturlandschaft. Das sind die beiden Gesichter des Nationalparks Hohe Tauern. Es handelt sich um das größte international anerkannte Schutzgebiet der Alpen und eines der letzten wirklichen Wildnisgebiete in Mitteleuropa.

Gletscher, Felswände, Erlebniswälder und einzigartige Almdlandschaften laden ein, um gemeinsam mit den Nationalpark-Rangern unvergessliche Stunden in dieser faszinierenden Region zu verbringen.

Wildtierbeobachtungen, Naturewatch, mehrtägige Trekkingtouren in der Venediger-, Glockner- und Schobergruppe, lassen die Tage im Nationalpark zum Abenteuer werden.

Doch nicht nur das atemberaubende Große, sondern ebenso das reizvoll Kleine verbindet den Nationalpark zu einem Ganzen. Die Fichte aus dem Balken, Lärche und Zirbe aus der eisblauen Taiga, Bergwiesen erwarten im schillernden Blütenmeer. Die Ranger sind Experten für einen erlebnisreichen Tag im Nationalpark. Top - das Nationalpark-Haus in Matrei als Einstieg in die faszinierende Naturwelt Osttirols.

Nationalpark Hohe Tauern Osttirol
Kirchplatz 2, 9971 Matrei i. O., Austria
Tel. +43.4875.5161, info@hohe-tauern.at, www.hohetauern.at

Nationalpark - Sommerangebote 2009
Absetts von Stress und Hektik inmitten der Natur mit den Nationalpark-Rangern. Sie geben ihr Wissen über die Gebirgsnatur und die Kulturlandschaft als Wegbegleiter gerne weiter und führen Sie zu den interessantesten Plätzen. Der Gang in die Natur wird somit zum besonderen Wandererlebnis. Das Sommerprogramm 2009 und der Pölder Nationalpark-Wanderbus 2009 mit Filmpfad kann kostenlos angefordert werden und liegt in allen Infostellen und Tourismusbüros auf.

Nationalpark Wanderkarte
Egal zu welcher Jahreszeit Sie in den Nationalpark Hohe Tauern Osttirol reisen, zahlreiche Sportangebote sowie diverse Ausflugsmöglichkeiten erwarten Sie hier. Mit dieser Karte finden Sie den richtigen Weg.

Naturerlebnis Sommer 2009

Osttiroler Mundart

Für all jene, die in der Osttiroler Bergwelt unterwegs sind und beobachten, mit Einheimischen zu kommunizieren, der Austausch aber Fragen aufwirft, empfehlen wir www.mundart-osttirol.net.

Eine grandiose Topographie stellen die unterschiedlichsten Naturräume dar, aber auch die Basis für eigene kulturelle Entwicklungen in den Tälern und im Lienzer Talboden. Die hohen Gebirgskette grenzen die Regionen mehr oder weniger streng voneinander ab und so variieren von Tal zu Tal, innerhalb weniger Kilometer, Dialekt Begriffe und Bezeichnungen - eine große sprachliche Diversität ist hier zu finden.

Was im Villgraten die „Göre“ ist, heißt in der Gegend um Matrei „Frischung“ und in Raun Nussdorf/Dobant „Happ“, gemeint ist immer das Defereggental. Auch die geographischen Bezeichnungen wechseln innerhalb weniger Kilometer, „echts wassers“ kennt man aus Matrei und „entan Bache“ aus Villgraten, wobei die Übersetzung ins Hochdeutsche hier schon schwerer fällt: „Echts wassers“ bedeutet nämlich nicht nur „auf der anderen Seite des Baches“, sondern umfasst all jene Fraktionen, die jenseits der Isel liegen. Die Vielfalt der Dialekte zu erhalten, hat sich der Nationalpark Hohe Tauern mit dieser Website zum Ziel gesetzt.

Warnhinweis für Männer:
Nennen Sie Nie Ihre Frau eine „borschte Weibische“, es handelt sich um eine Bezeichnung für „Frau mit Dornbarb“.

SCHUTZHÜTTEN & ALMEN

Alpe Stalls 1.714 m (Karte C 6)
 Anna Schutzhütte 1.932 m (Karte I 7)
 Amitzalm, 1.848 m (Karte E 5)
 Außere Steiner Alm 1.914m (Karte E 4)
 Berggasthof Außerschloß 1.700 m (Karte E 2)
 Barmner Hütte 2.610 m (Karte A 6)
 Barmner Kals 1.640 m (Karte F 4)
 Bergeralm Virgen 1.845 m (Karte D 4)
 Bleuspitze Panoramarestaurant 2.305 m (Karte F 4)
 Blumensalm 1.896 m (Karte C 3)
 Bloß Hütte 1.800 m (Karte G 4)
 Boden Alm 1.960 m (Karte D 4)
 Born-Matreier Hütte 2.745 m (Karte D 4)
 Brunnenalm 1.618 m (Karte C 6)
 Brunnenalmstüberl 2.054 m (Karte C 6)
 Claraalm 2.038 m (Karte B 4)
 Conny-Alm Panoramastüberl 2.070 m (Karte F 8)
 Defereggerhaus 2.964 m (Karte C 3)
 Dolomiten Hütte 1.620 m (Karte H 7)
 Eissee Hütte 2.521 m (Karte D 4)
 Forzhütte 1.942 m (Karte C 9)
 Erzherrzog-Johann-Hütte (Karte D 3)
 Essener-Rostocker Hütte 2.208 m (Karte C 4)
 Faschnigalm 1.850 m (Karte H 6)
 Figolalm 1.777 m (Karte F 4)
 Filmoor-Standschützenhütte 2.360 m (Karte F 9)
 Gadöll Panorama-Restaurant 2.100 m (Karte D 8)
 Galmshütte 2.538 m (Karte C 4)
 Glocknerblick 1.950 m (Karte E 4)
 Glorshütte 2.642 m (Karte G 4)
 Göblenblick Hütte 1.824 m (Karte E 7)
 Bergrestaurant Goldried 2.150 m (Karte F 4)
 Gotthausalm 1.945 m (Karte D 4)
 Hochschoberhütte 2.322 m (Karte G 5)
 Hoheckalm 1.149 m (Karte I 8)
 Hochstein Hütte 2.025 m (Karte G 7)
 Hochweißalm Haus 1.858 m (Karte H 10)
 Huber Kaser Bauernalm 2.000 m (Karte F 7)
 Innerer Steiner Alm (Karte F 4)
 Venedigerhaus Innerschloß 1.700 m (Karte D 3)
 Isilzöram 1.513 m (Karte C 4)
 Jagdschloßalm (Karte F 4)
 Jägerstube 1.735 m (Karte C 6)
 Johanns Hütte 2.121 m (Karte C 3)
 Kaiserhütte 1.790 m (Karte I 8)
 Kaiser Tauernalm 1.755 m (Karte F 3)
 Kals-Matreier Torhaus 2.207 m (Karte F 4)
 Karlsbader Hütte 2.260 m (Karte H 8)
 Kerschbaumer Alm 1.902 m (Karte H 8)
 Kuenzer Alm (Karte F 4)
 Lahntaler Alm 1.746 m (Karte E 4)
 Laszlmalm 1.900 m (Karte C 4)
 Lasöring Hütte 2.350 m (Karte D 5)
 Lockfeldalm Hütte 1.900 m (Karte D 8)
 Lappetal Alm 1.930 m (Karte D 6)
 Lieschalm Hütte 1.828 m (Karte E 5)
 Lienz Hütte 1.977 m (Karte H 5)

Luckenhaus 1.920 m (Karte G 4)
 Lucknerhütte 2.241 m (Karte G 4)
 Mareschenhütte 2.200 m (Karte D 5)
 Mooseralm Panoramastüberl 2.350 m (Karte D 6)
 Naturfreundehütte 1.950 m (Karte H 6)
 Nilgöhl Hütte 1.990 m (Karte D 4)
 Oberhaus 2.038 m (Karte B 5)
 Oberseehütte Alpengasthof 2.020 m (Karte B 6)
 Obstanserssee Hütte 2.304 m (Karte E 9)
 Patsch Alpengasthof 1.675 m (Karte B 5)
 Peßalm 1.520 m (Karte C 4)
 Porzhütte 1.942 m (Karte C 9)
 Neue Prager Hütte (Karte D 3)
 Neue Prager Hütte 2.750 m (Karte D 3)
 Ragnitz Hütte 2.115 m (Karte C 6)
 Reichenberger Hütte 2.586 m (Karte C 5)
 Raiterstube 1.500 m (Karte E 7)
 Sagahütte 2.600 m (Karte C 4)
 Salmshütte 2.538 m (Karte C 4)
 Schmiedleralm 2.100 m (Karte D 4)
 Seespitzhütte 2.327 m (Karte C 5)
 Sillneralm 2.447 m (Karte D 5)
 Spieschloßalm 2.050 m (Karte D 5)
 St. Pöltnner Hütte 2.481 m (Karte E 2)
 Stabsalmhütte 1.800 m (Karte G 5)
 Steineckenalm 1.149 m (Karte I 8)
 Steinmann Panorama 2.216 m (Karte H 6)
 Störan Alm 1.450 m (Karte C 4)
 Strumhof 1.451 m (Karte E 3)
 Stühleralm 2.802 m (Karte G 3)
 Stuhleralm 2.300 m (Karte D 4)
 Süddeutsche Hütte 2.660 m (Karte F 4)
 Tessenberger Alm 1.950 m (Karte E 9)
 Thurntaler Past 2.000 m (Karte D 8)
 Untere Valenlin Alm 1.220 m (Karte J 10)
 Untersteralm 1.573 m (Karte C 7)
 Venedigerwarte 1.014 m (Karte H 7)
 Volkzeiner Hütte 1.886 m (Karte D 6)
 Walchhuber Kasa 2.002 m (Karte F 7)
 Wangenitzsee Hütte 2.508 m (Karte H 5)
 Wetterkreuzhütte 2.100 m (Karte E 5)
 Zupalseehütte 2.350 m (Karte E 5)
 Wilderer Stüberl 1.714 m (Karte C 6)
 Wodenalm (Karte E 4)
 Wolyserssee Hütte 1.950 m (Karte I 10)
 Zung Alm 1.846 m (Karte E 5)
 Zur Matthias Stub'n 1.000 m (Karte H 7)