

② Der Erdgeschichtliche

Sardona-Welterbe-Weg, Glarner Alpen



Wer diese Tour absolviert, kommt der Erdgeschichte so nahe wie nirgends sonst auf der Welt. Das gilt insbesondere für die Glarner Hauptüberschiebung am Piz Sardona. Dort wurde 250 bis 300 Mio. Jahre altes Gestein auf deutlich jüngeres Gestein geschoben. Durch die Erosion verläuft diese Überschiebungsfläche an der Erdoberfläche entlang einer 35 Kilometer langen schnurgeraden Linie, die man an einer Stelle sogar anfassen kann. – *bw* –

Schwierig Weitgehend gute Wege, die aber aufgrund der Länge gute Kondition erfordern. Vereinzelt etwas ausgesetzt.

6 Tage, Tagesetappen zwischen 5 und 9 Std.

680–1900 Hm/Tag (aufwärts; zzgl. 500–2100 Hm abwärts)

Start: Filzbach (Parken in Näfels-Mollis, 15 Min. entfernt)

Ziel: Flims (1083 m, per Bahn und Bus in 2 Std. nach Näfels-Mollis)

Route: Filzbach – Murgseehütte (1819 m, ) – Wissmilienpass – Spitzmeilenhütte (2094 m, ) – Weisstannen (1002 m, ) z.B. im Hotel Restaurant Gemse) – Säss – Sardonahütte (2151 m, ) – Foopass – Elm (1041 m, ) – Segneshütte (2100 m) – Flims

Beste Zeit: Juli bis September

③ Der Klassische

Lechtaler Höhenweg, Lechtaler Alpen



Ein Klassiker unter den Höhenwegen ist der Lechtaler Höhenweg. Mit 13 Alpenvereinshöfen verfügt der Weg über die perfekte Infrastruktur, zudem weiß er landschaftlich zu überzeugen. Die insgesamt 18 Etappen lassen sich auf viele Arten erweitern, abkürzen und variieren. Eine besonders lohnende Variante führt in sechs Etappen von St. Anton nach Imst. – *mar* –

Mittel Immer wieder seilversicherten Passagen; Schwindelfreiheit, Trittsicherheit und gute Kondition erforderlich

6 Tage, Tagesetappen zwischen 2 ½ und 8 Std.

270–1220 Hm/Tag (aufwärts; zzgl. 280–1300 Hm abwärts)

Start: Bergstation der Kapall-Bahn bei St. Anton (2330 m)

Ziel: Imst (827 m) (von hier mit dem Zug zurück nach St. Anton)

Route: Kapall – Leutkircher Hütte (2251 m, ) – Kaiserjochhaus (2310 m, ) – Ansbacher Hütte (2376 m, ) – Memminger Hütte (2242 m, ) – Württemberger Haus (2220 m, ) – Hanauer Hütte (1922 m, ) – Muttekopfhütte (1934 m, ) – Imst

Beste Zeit: Juli – September



⑥ Der Kurze

Fieberbrunner Höhenweg, Kitzbüheler Alpen



ÖSTERREICH



Nicht immer hat man Zeit, um mehrere Tage oder gar Wochen auf einem Höhenweg zu verbringen. Für solche Situationen wie geschaffen sind Höhenwege wie der Fieberbrunner Höhenweg. Mit etwas mehr als 30 Kilometern Wegstrecke lässt sich der Fieberbrunner Höhenweg von ausdauernden Wanderern auch als Tagestour bewältigen. Trotzdem ist vielleicht gerade das der Reiz dieser Wanderung. Von Fieberbrunn ausgehend führt der Höhenweg vorbei an landschaftlichen Highlights wie dem sagenhaften Wildseelodersee und bietet dabei mehrere Gipfeloptionen auf der ruhigeren Seite der Kitzbüheler Alpen. Wer die Tour nicht an einem Tag machen möchte, hat die Möglichkeit, im Wildseeloderhaus (siehe S. 36) zu übernachten und die Tour auf zwei Tagesetappen aufzuteilen.

– mar –

 **Mittel** Legt man sie als Tagestour an, ist eine gute Ausdauer erforderlich.

 **10 Std.**, mit Übernachtung im Wildseeloderhaus lässt sich die Tour auch auf zwei Etappen mit 4 bzw. 6 Std. Gehzeit aufteilen

 **1530 Hm** (aufwärts und abwärts gesamt; 1. Tag: 1210 Hm aufwärts und 150 Hm abwärts; 2. Tag: 320 Hm aufwärts und 1380 Hm)

Start und Ziel: Fieberbrunn (790 m)

Route: Fieberbrunn – Rettenwand – Lucht – Streuböden Alm – Wildalpgatterl – Kühweital – Wildalp – Wildseeloderhaus (1854 m, ) – Seeneder (1933 m) – Niedermahdstein (1899 m) – Gebrakapelle – Gebrajoch – Gaisberg – Lengfilzenalm – Schlinachalm – Grundalm – Pletzergraben – Fieberbrunn

Beste Zeit: Juni bis September



7 Der Friedliche

Karnischer Höhenweg West, Karnische Alpen

ÖSTERREICH



FRIAUL-JULISCH VENETIEN



»Via della pace« und »Friedensweg« sind die Beinamen des Karnischen Höhenwegs. Der Hintergrund ist klar: Der Weg an der österreichisch-italienischen Grenze folgt der einstigen Dolomitenfront am Karnischen Hauptkamm, an der sich im Ersten Weltkrieg die Armeen von Österreich-Ungarn und Italien bekämpften. Spuren dieser Vergangenheit finden sich auch heute noch: Immer wieder kommt man entlang der Wegstrecke an verfallenen Stellungen, Stollen oder einem Soldatenfriedhof vorbei. Eingrahmt wird der Weg durch die prächtige Bergkulisse der Karnischen Alpen mit Blicken auf die Felstürme der Sextener Dolomiten. Der Höhenweg gliedert sich in zwei Teilabschnitte: die ersten sechs Etappen führen durch alpines Gelände von Sillian bis zum Bergsteigerdorf Mauthen. Der zweite Abschnitt bietet sanfte Alm- und Hügellandschaften am Weg bis nach Thörl-Maglern. Beide Wege lassen sich in elf Tagesetappen am Stück in Angriff nehmen. Wer sich für den Westteil des Weges entscheidet, beendet die Tour in der Regel am Plöckenpass. Es lohnt sich aber, noch die Etappe zum Zollnersee mitzunehmen und nach einer Nacht in der Zollnersee Hütte nach Weidenburg in Kötschach-Mauthen abzustei- gen. – mar –

 **Mittel** Der alpine, westliche Teil des Höhenwegs ist gut markiert und ausgebaut, erfordert aber Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und Ausdauer.

 **8 Tage**, Tagesetappen zwischen 3 und 9 Std.

 **200–1450 Hm/Tag** (aufwärts; zzgl. zwischen 0 und 1080 Hm abwärts)

Start: Sillian (1080 m)

Ziel: Weidenburg (Gde. Kötschach-Mauthen, 705 m) (von dort in ca. 20 min nach St. Daniel und per Bus via Kötschach-Mauthen und St. Lorenzen nach Sillian)

Route: Sillian - Leckfeldalm - Sillianer Hütte - Obstansersee-Hütte (2300 m, ) - Filmoor-Standschützenhütte (2350 m, ) - Oberer Stuckensee - Porzehütte (1942 m, ) - Tiliacher Joch (2250 m) - Winkler Joch (2235 m) - Hochweißsteinhaus (1868 m, ) - Obere Wolayer Alm - Wolayerseehütte (1960 m,) - Obere Valentinalm - Gasthof Unt. Valentinalm (1221 m,) - Gh. Plöckenhaus - Grünsee - Zollnersee Hütte (1750 m,) - Weidenburg

Beste Zeit: Ende Juni bis Ende September