



# ALPEN Innsbruck – Wandern zwischen Stadt und Berg

Alpines Bergprogramm rund um Tirols Landeshauptstadt



Der Blick auf Olperer und Fußstein

## Inhalt

---

Programmübersicht, Termine und Preise	2
Unsere Leistungen	3
Schwierigkeitsbewertung	4
Voraussetzung und Vorbereitung	4
Ein typischer Wandertag rund um Innsbruck	4
Ausführliches Detailprogramm	5
Ausrüstungsliste	7
Visum, Buchung und Zahlungsmodalitäten	8

## Höhepunkte der Reise

---

- Erleben Sie die einzigartige Bergwelt rund um Innsbruck, „Hauptstadt der Alpen“.
- Sie nächtigen in einem Hotel oder einer Pension in und um Innsbruck und können während 6 abwechslungsreichen Bergtouren rund um die Landeshauptstadt den Kontrast zwischen urbanem Leben und der alpinen Landschaft genießen.
- Jeden Tag bieten wir Ihnen eine außergewöhnliche Wanderung in einer der unterscheidlichen Bergketten um Innsbruck.
- Sei es das Karwendel und die Nordkette, die Tuxer Alpen oder das Stubai: Sie entdecken mit uns die vielfältige Tiroler Bergwelt in 6 abwechslungsreichen Bergtouren und Wanderungen.
- Kleingruppe mit Führung und Betreuung durch unsere Tiroler Bergwanderführer.



TAG	PROGRAMM
1	Willkommen in Innsbruck
2	Obernberg - Wanderung über den Lichtsee zur Rötenspitz
3	Wilde Wasser Weg Stubai - Sulzenauer und Nürnberger Hütte
4	Im Karwendel vom Hafelekar nach Scharnitz
5	Lizumer Reib'n Rundtour in den Tuxer Alpen
6	Auf die Gehrenspitze - Einsame Wanderung im Wetterstein
7	Serles - Der „Altar Tirols“ in den Stubaier Alpen



## Fixtermine und Preise

TERMIN	PREIS
03.07. – 09.07.2021	€ 390,-
24.07. – 30.07.2021	€ 390,-
14.08. – 20.08.2021	€ 390,-
11.09. – 17.09.2021	€ 390,-

**Wochenprogramm: € 390,-**

**Einzelne Tour: € 70,-**

*Individuelle Termine für private Gruppen auf Anfrage!*

## Wissenswertes

- Beste Reisezeit: Juni bis Oktober
- Gruppengröße: garantierte Durchführung der Reise von 4 bis maximal 10 Teilnehmern
- Reiseleitung durch österreichischen Bergwanderführer
- 6 Tageswanderungen bzw. Bergtouren
- Reizvolle Kombination aus urban und alpin

### ? Fragen oder Spezialwünsche?

Zusätzliche Termine und individuelle Termin für private Gruppen auf Anfrage. Bitte melden Sie sich telefonisch (+43 (0)512 284561) oder per email (info@clearskies.at) - unsere Reisespezialisten werden Ihnen weiterhelfen!

### ! Bitte beachten!

Die Touren können als Wochenprogramm oder einzeln gebucht werden.

### Nachhaltig Reisen mit CLEARSKIES

CLEARSKIES kompensiert die CO<sub>2</sub>-Emissionen dieser Reise inklusive der internationalen Flüge.



### Reiseleitung

- Reiseleitung durch ortskundigen Tiroler Bergwanderführer

### Transporte und Transfers

- Alle Transporte mit Minibus
- Alle Bergbahn- und Taxifahrten laut Programm
- Abfahrt mit der Sommerrodelbahn in Mieders



## Im Preis nicht enthaltene Kosten

- An- und Abreise nach Innsbruck, evtl. Parkgebühr
- Übernachtungen in Innsbruck
- Mittagessen (Jause) und Abendessen
- Getränke
- Persönliche Ausgaben
- Trinkgelder

### CO<sub>2</sub> - Kompensation

- CLEARSKIES kompensiert die anfallenden CO<sub>2</sub>-Emissionen dieser Reise inklusive der internationalen Flüge.



Blick auf den Großvenediger



### ALPINTECHNISCH: mittel bis anspruchsvoll



Teilweise alpines Gelände, Trittsicherheit erforderlich. Unsere Touren verlaufen größtenteils auf breiten und guten Wanderwegen ohne alpine Schwierigkeiten. Vereinzelt Passagen verlaufen auf schmalen Wegen, in ausgesetztem oder schottrigem Gelände und erfordern Trittsicherheit und Schwindelfreiheit.

### KONDITIONELL: mittel bis anspruchsvoll



Aufstiege bis maximal 1200 Höhenmetern pro Tag, meist weniger. Abstiege bis maximal 1500 Höhenmeter pro Tag, meist weniger. Die Gehzeiten betragen bis zu maximal sieben Stunden pro Tag. Eine gute Kondition ist erforderlich und wird vorausgesetzt.



## Voraussetzung und Vorbereitung

Diese Tour ist ideal für Bergwanderer, die im Alpenraum gewöhnt sind, Tagestouren mit 1000 bis 1200 Höhenmetern zu gehen. Sie betreiben regelmäßig (Ausdauer-)Sport und unternehmen öfters Bergwandertouren mit normalem Tagesgepäck.



Am Lichtsee im Obernbergtal

## Ein typischer Wandertag rund um Innsbruck

Bei einem gemütlichen Frühstück stimmen Sie sich auf den Tag ein. Nach dem Frühstück werden Sie mit dem Taxi abgeholt. Gut ausgeruht brechen wir dann zu unserer Tagestour auf. Es geht vorbei an idyllischen Wiesen, am Horizont leuchten die zerklüfteten Berge und weißen Gletscher herunter.

Gegen Mittag, auf einem Pass oder einem Gipfel – je nach Tagesprogramm – nehmen wir uns Zeit für eine kleine Mittagspause. Eine mitgebrachte Jause schmeckt am Berg besonders gut! Am Nachmittag wandern wir weitere 2 bis 3 Stunden, bis wir bei unserem Ausgangsort einlangen. Je nach Tagesprogramm bleibt dort Zeit für eine gemütliche Kaffee- und Kuchenjause, bevor wir nach Innsbruck in die gemütlichen Unterkünfte zurückkehren.

Am Abend bleibt Zeit für eine individuelle Gestaltung. Je nach Interesse bietet Innsbruck ein umfangreiches Angebot an Freizeitaktivitäten, Kulturveranstaltungen und an kulinarischen Highlights.



Blick Richtung Obernberger Tribulaun



**Tag 1: Willkommen in Innsbruck**

Individuelle Anreise nach Innsbruck. Am besten mit der Bahn. Sie quartieren sich in Ihrer Unterkunft ein und bei einem gemütlichen Treffen besprechen wir die nächsten Tage.

**Tag 2: Obernberg - Wanderung über den Lichtsee zur Rötenspitz**

Wir starten unsere Bergwoche mit einer schönen Tour in den Brennerbergen an der Grenze zu Italien. Nach einer Fahrt durch das Wipptal erreichen wir den Ausgangspunkt unserer Tour. Von hier wandern wir durch lichten Lärchenwald und schöne Almwiesen zum Lichtsee. Der See liegt in einer weiten Mulde östlich vom Trunajoch auf 2100 Metern Seehöhe. Herrliche Ausblicke nach Süden zu den Brenner Bergen, zu den Tribulaunen und besonders zum Olperer erwarten uns. Der Gipfel der Rötenspitz liegt nur 300 Höhenmeter oberhalb des traumhaften Sees.

Der Abstieg erfolgt über die Kastenbergalm nach Obernberg.

↑	HÖHENMETER AUFSTIEG	1050 m
↓	HÖHENMETER ABSTIEG	1100 m
🕒	GEHZEIT	ca. 5 Std

**Tag 3: Wilde Wasser Weg im Stubai - Bergtour über die Sulzenauer zur Nürnberger Hütte**

Heute fahren wir ins schöne Stubaital. Wir starten unsere Tour beim imposanten Grawa-Wasserfall und folgen dem spektakulären „Wilde-Wasser-Weg“ – erst steil zum schönen Hochtal Sulzenegg und anschließend gemächlicher zur Sulzenauer Hütte. Von hier steigen wir an mehreren Muränenseen vorbei zum Niederl, einem schartenartigen Übergang zur Nürnbergerhütte.

Langer, alpiner Abstieg über die Nürnbergerhütte bis ins Stubaital und Rückfahrt nach Innsbruck.

↑	HÖHENMETER AUFSTIEG	1100 m
↓	HÖHENMETER ABSTIEG	1260 m
🕒	GEHZEIT	7 Std

**Tag 4: Im Karwendel vom Hafelekar nach Scharnitz**

Der wohl imposanteste Stadtrundgang erwartet uns heute. Das Stadtgebiet von Innsbruck erstreckt sich über die Nordkette hinaus bis nach Scharnitz.

Wir fahren mit der Hungerbung- und Seegrubenbahn direkt von der Stadt hinauf zum Hafelekar auf 2300 m. Von hier geht es auf dem Goetheweg entlang der steil ins Inntal abfallenden Hänge der Nordkette bis zum Gleirschjöch. Von dort steigen wir in einer schottrigen Rinne nach Norden ab. Wir tauchen ein in das wilde Karwendel mit seinen zerklüfteten Kalkbergen. Durch das Gleirschtal folgen wir dem Pfad bis zur Möslalm, wo wir uns stärken können. Von hier wandern wir durch die wilde Klamm entlang des Gleirschbachs auf Wegen und Stegen bis nach Scharnitz.

↑	HÖHENMETER AUFSTIEG	80 m
↓	HÖHENMETER ABSTIEG	1500 m
🕒	GEHZEIT	6 Std

**Tag 5: Lizumer Reib'n Rundtour in den Tuxer Alpen**

Heute steht eine Wanderung in den Tuxer Alpen auf dem Programm. Mit dem Taxi gelangen wir über das Wattental und das Lager Walchen zur schön gelegenen Lizumer Hütte. Hier starten wir unsere Bergtour zunächst taleinwärts über schöne Almböden und später in Kehren ansteigend über die sogenannte Geiermulde zum Junsjoch (2484 m). Über einen Rücken und das aussichtsreiche Geierjoch erreichen wir in wenigen Kehren den beliebten Skiberg Geier (2857 m). Ihn ziert eine Geier-Figur aus Alu.

Der Lizumer Reckner ragt etwas nördlich in unmittelbarer Nähe vor uns auf. Wir steigen in eine Scharte ab und folgen dem Weg bis zum Fuß des Gipfels. Der Gipfel wäre über eine leichte Kletterei zu erreichen.

Wir setzen unsere aussichtsreiche Rundtour über die Sonnenspitze und das Klammjoch zur Lizumer Hütte fort.

↑	HÖHENMETER AUFSTIEG	1000 m
↓	HÖHENMETER ABSTIEG	1000 m
🕒	GEHZEIT	6 Std



### Tag 6: Gipfeltour auf die Gehrenspitze - Einsame Wanderung im Wetterstein

Das Wettersteingebirge liegt zwischen dem Karwendel und der Zugspitze. Die Gehrenspitze ist ein Parade-Aussichtsberg und zählt zu den schönsten Wanderungen im Leutaschtal.

Der alleinstehende Gipfel der Gehrenspitze (2367 m) thront stolz über der gesamten Leutasch und bietet einen atemberaubenden Rundblick. Anfänglich führt uns der kleine Steig durch dichten Wald hinauf zum Puitegg. Hier öffnet sich der Wald in eine wunderschöne Almlandschaft. Wir wandern über weite Almwiesen, vorbei an einzelnen knorrigen Bäumen und Felsblöcken. Links über uns ragt die steile, felsige Nordwand unseres Gipfels empor, wir steigen hinauf zum Scharnitzjoch (2048 m, ca. 2h). Vom Joch folgen wir dem Weg nach Südosten über die unbewirtschaftete Erinnerungshütte zum Gipfel (ca 1h). Dieser Wegabschnitt über steile Wiesen und durch felsiges Gelände ist schmal und steinig. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit sind erforderlich. Nach der Gipfelrast kehren wir zum Joch zurück und steigen dann durch das Scharnitztal zur Wettersteinhütte ab. Nach einer Pause auf der Hütte wandern wir am wurzigen Steig durch den Gutwald nach Leutasch zurück.

↑	HÖHENMETER AUFSTIEG	1200 m
↓	HÖHENMETER ABSTIEG	1200 m
🕒	GEHZEIT	ca. 6 Std

### Tag 7: Gipfelwanderung Serles - Der „Altar Tirols“ in den Stubaier Alpen

Zum krönenden Abschluss unserer Wanderwoche besteigen wir die sagenumwobene Serles, den „Altar Tirols“ in den Stubaier Alpen.

Fahrt von Innsbruck durch das Wipptal nach Mauterthaler und auf schmaler Mautstraße bis zum Kloster Maria Waldrast, das für seine heilende Wasserquelle über die Tiroler Grenzen hinaus bekannt ist.

Auf kleinem Pfad steigen wir zu Beginn durch lichten Fichten- und Lärchenwald. Nach dem Passieren eines Latschengürtels erreichen wir hochalpine Wiesen und ein schönes Muldengelände, das wir bis zum Sattel durchwandern.

Die letzten 400 Höhenmeter bis zum großen Gipfelkreuz steigen wir durch karges Schottergelände in großartigem alpinem Ambiente. Trotz unschwierigem Gelände ist Trittsicherheit geboten. Das weite Gipfelpanorama über die Stubaier Alpen bis zum Karwendel sucht seinesgleichen, nicht umsonst nennt man die Serles auch den „Altar Tirols“.

Abstieg auf gleichem Weg bis nach Maria Waldrast, wo wir nach der eindrucksvollen Tour einkehren können. Nach einer gemütlichen Rast wandern wir durch den lichten Lärchenwald nach Koppeneck, der Bergstation von Mieders. Von dort geht es mit der Sommerrodelbahn rasant ins Stubaital.

↑	HÖHENMETER AUFSTIEG	1200 m
↓	HÖHENMETER ABSTIEG	1250 m
🕒	GEHZEIT	6-7 Std

## Gepäck

- Tagesrucksack (Vol. 30 - 40 Liter)  
z.B. Gregory Z40 oder Gregory Jade 40 (mit integrierter Regenhülle)
- Wanderstöcke (teleskopisch) - wenn man möchte und gewohnt ist, damit zu gehen.

## Schuhe

- Bergschuhe mit fester Profilsohle (knöchelhoch)
- Freizeitschuhe für den Stadtaufenthalt

## Bekleidung

- Regen- und windfeste Jacke (Goretex)
- Regenschutz: Rucksackhülle, Regenponcho oder Überhose
- Warme Bekleidung (z.B. Fleecejacke oder -pullover), leichter PrimaLoft Anorak
- Zweckmäßige Wander- und Bergkleidung (lang- und kurz-ärmelige T-Shirts, Hemd/Bluse, lange Wanderhose ev. zum Abzippen, 2 Paar Bergsocken etc.)
- Evtl. Thermo-Unterwäsche
- Mütze, Handschuhe
- Halstuch oder Schlauchtuch („Buff“)
- Freizeitkleidung für den Aufenthalt in Innsbruck

### ! Hinweis

Ihr Rucksack sollte nicht mehr als 8-10 kg wiegen!  
Verzichten Sie daher bitte auf zu viel doppelte Kleidung!



Amber 44 L

**Rucksack-Testaktion auf unseren Alpentouren mit**

  
**GREGORY**  
eu.gregorypacks.com

Alle Rucksäcke können über  
Clearskies bestellt werden!

## Persönliche Hygiene/Medikamente

- Persönliche Medikamente und kleines erste Hilfe-Paket
- Blasenpflaster
- Kulturbeutel
- Evtl. Handdesinfektionsgel
- Mund- und Nasenschutz (Maske)

## Sonstiges

- Sonnenschutz (z.B. LSF +30)
- Sonnenbrille, Sonnenhut/Schildkappe
- Alpenvereins-Ausweis
- Personalausweis und Bargeld
- Taschenmesser
- Fotoapparat (Speicherkarte, Ersatzakku)
- Ladegerät für Fotoapparat bzw. Mobiltelefon
- Evtl. Höhenmesser, Kompass  
z.B. CASIO ProTrek PRG-650 (Solarbetrieb, Weltzeit usw.)
- 1-2 Trinkflaschen oder Trinkbeutel (mind. Vol. 1 Liter)
- Müsliriegel, Nüsse oder ähnliches als Kraftfutter
- Proviant für Pausen unterwegs (Brot, Wurst, Käse)



**CLEARSKIES empfiehlt  
Höhenmesser-Uhren von**

  
www.protrek.eu



**CLEARSKIES empfiehlt  
Trekkingbekleidung von**

  
www.sherpaadventuregear.com

### Buchung der Reise

Für eine Buchung dieser Reise bitten wir Sie, das entsprechende Formular auf unserer Webseite auszufüllen. Gerne können Sie auch in unserem Büro anrufen...

Nach Eingang Ihrer Buchung erhalten Sie so rasch wie möglich eine entsprechende Buchungsbestätigung sowie die Rechnung über die Anzahlung der Reise (20%).

Diese Anzahlung ist umgehend zu begleichen.

Ebenso wird eine eventuelle **Reiseversicherung**, die Sie über CLEARSKIES abschließen, sofort in Rechnung gestellt.

Die Restzahlung der Reise ist innerhalb von 20 Tagen vor Abreise fällig. Wir senden Ihnen rechtzeitig eine entsprechende Rechnung sowie alle wichtigen letzten Infos vor Ihrer Abreise zu.

### Bezahlung

**Spesenfreie Banküberweisung:** Sie erhalten mit der Rechnung unsere Kontodaten und können die Zahlung spesenfrei durchführen.

Kunden aus der **Schweiz** können unsere CHF-Kontoverbindung in der BTV Staad (Schweiz) spesenfrei nutzen.



In den Tuxer Alpen