

### Mit der Bahn zum Wandern nach Mittenwald, Scharnitz und Seefeld

Wer kennt ihn nicht: den morgendlichen Stau von München in Richtung Berge, am Abend das gleiche nervenaufreibende Spiel in die andere Richtung. Dabei verfügen das Werdenfeler Land und die Olympiaregion Seefeld über exzellente Bahnverbindungen! Doch es gibt noch mehr Gründe, das Auto einfach mal stehen zu lassen.

**Zügig & unkompliziert:** Mit der Bahn können Sie in 100 Minuten ohne Umsteigen von München nach Mittenwald gelangen.

**Erholsam:** Die Bahnfahrt lässt Ihnen alle Freiheiten zum Lesen, Schauen, Dösen oder zum Schlafen. Nicht an Staus, Baustellen und Parkplatzsuche denken müssen, stattdessen sich schon bei der Anreise entspannen – das tut gut und vermeidet Stress. Und wenn Sie nach der Tour müde vom Berg zurückkommen, ist es ebenfalls wohltuend, nicht noch Auto fahren zu müssen.

**Flexibel und voller Möglichkeiten:** Nicht wieder zum geparkten Auto zurückkehren müssen, sondern zwei unterschiedliche Bahnhöfe für die Tour nutzen – das ermöglicht tolle Streckenwanderungen und Überschreitungen.

**Ein Zeichen für den Umweltschutz:** Viele reden über den Umweltschutz, aber nicht jeder lässt den Worten auch Taten folgen. Unterstützen Sie mit der umweltfreundlichen Bahnreise die Bemühungen um den Klimaschutz und die Mobilität von morgen. Machen Sie mit!

[www.alpenverein-muenchen-oberland.de/umwelt](http://www.alpenverein-muenchen-oberland.de/umwelt)

Die Anreise mit der Bahn ist günstiger, als Sie denken:

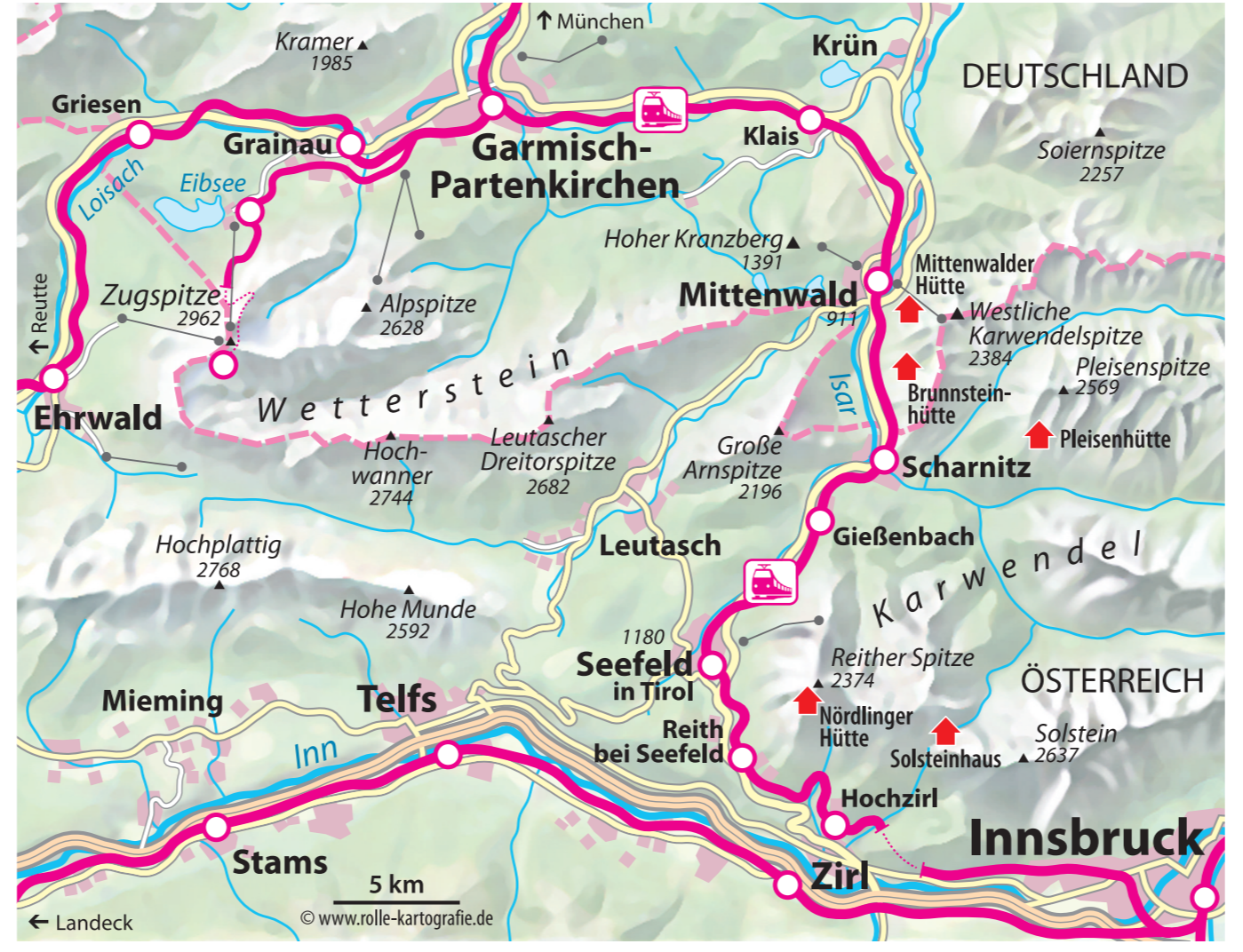
Das **bis Klais oder Mittenwald gültige Regio-Ticket Werdenfels** gilt täglich ab 0 Uhr und kostet für Einzelreisende **22 €** pro Tag und für bis zu vier Mitfahrer jeweils weitere **8 €**. Bis zu drei Kinder (6–14 Jahre) sowie generell Kinder unter 6 Jahren können kostenlos mitgenommen werden. Es gilt in den Nahverkehrszügen der DB auf ausgewählten Strecken im Werdenfeler Land, in den RVO-Bussen und weiteren regionalen Verkehrsunternehmen sowie in den Regionalzügen und S-Bahnen im Münchner S-Bahn-Bereich. Wenn Sie von außerhalb des Münchner Raums anreisen, empfiehlt sich das **Bayern-Ticket**.

Das **über Mittenwald hinaus, also bis Scharnitz, Seefeld, Reith, Hochzirl oder sogar Innsbruck gültige Regio-Ticket Werdenfels + Innsbruck** gilt täglich ab 0 Uhr und kostet für Einzelreisende **27 €** pro Tag und für bis zu vier Mitfahrer jeweils weitere **13 €**. Bis zu drei Kinder (6 bis einschl. 14 Jahre) sowie generell Kinder unter 6 Jahren können kostenlos mitgenommen werden. Eine Familie (2 Erwachsene, 3 Kinder bis einschl. 14 Jahre) bezahlt also **40 €**.

**Ihre Wege zum Ticket:**  
→ DB-Automat  
→ mit Aufpreis in allen DB-Reisezentren und direkt im Zug  
→ Das Regio-Ticket Werdenfels, das Regio-Ticket Werdenfels + Innsbruck und das Bayern-Ticket erhalten Sie zusätzlich als Handy-Ticket und im Internet.  
→ Ausführliche Informationen über alle Tarife, Konditionen und Fahrpläne unter [www.bahn.de/bayern](http://www.bahn.de/bayern)

### Hier können Sie aus- und zusteigen

Dank der vielen Haltestellen ist die Bahn das ideale Verkehrsmittel zur Anreise in die Region Mittenwald – Scharnitz – Seefeld. Mit der Bahn kommen Sie bequem an alle Ausgangspunkte der umseitig beschriebenen Touren – und abends auch wieder entspannt nach Hause.



Dieses Falblatt ist eine Gemeinschaftsproduktion der Alpenvereinssektionen München & Oberland mit der Deutschen Bahn, der Alpenwelt Karwendel, der Olympiaregion Seefeld und dem Naturpark Karwendel. Logos for DB, DAV, and other partners are included.

### Unterwegs im Gebirge

Wer im Gebirge unterwegs ist, sollte sich mit den alpinen Gefahren vertraut machen und seine Tour sorgfältig planen. Trotz aller Infrastruktur sind die Berge rund um Mittenwald, Scharnitz und Seefeld ein alpines Gebiet, in dem es zu Wetterstürzen, Steinschlag und anderen unvorhergesehenen Ereignissen kommen kann.

### Tipps für die Tourenplanung



- Informieren Sie sich vorab über die Wetterbedingungen sowie über die Öffnungs- und Betriebszeiten der Seilbahnen, Hütten, Gasthöfe und Klammwege.
- Schlafplätze für Hüttenübernachtungen sollten im Voraus beim Hüttenwirt reserviert werden.
- Feste **Bergstiefel** sind (außer bei den leichten Talwanderungen 1 und 2) ebenso Pflicht wie ein guter **Sonnen- und Kälteschutz, Verpflegung inkl. Getränke**, eine **Rucksackapotheke**, ein **Mobiltelefon** (Notruf Bergrettung: 112) und eine gute **Wanderkarte**.
- Wir empfehlen die Alpenvereinskarten im Maßstab 1:25 000; für die Touren 1, 2, 4; Blatt BY 10 „Karwendelgebirge Nordwest, Soierngruppe“, für Tour 5: 4/3 „Wetterstein Östliches Blatt“, für alle anderen: 5/1 „Karwendelgebirge Westliches Blatt“.
- Viele nützliche Ausrüstungsgegenstände – z. B. Rucksack, Höhenmesser und Teleskopstöcke – können Sie in den Münchner Alpenvereinsdienststellen ausleihen. Die Mitarbeiter in den Servicestellen unterstützen Sie gern bei allen Fragen rund um den Bergsport.
- Bitte bleiben Sie auf den offiziellen Wegen und nehmen keine Abkürzungen, lassen Sie Ihren Müll nicht am Berg (auch nicht Papiertaschentücher und Zigarettenskippen) und nehmen Sie generell Rücksicht auf Pflanzen und Tiere, aber auch auf andere Bergsportler und Erholungssuchende. Herzlichen Dank!

DB logo. **Mit der Bahn in die Berge**. 14 Wander- und Bergtouren in der Region um Mittenwald, Scharnitz und Seefeld. **Empfohlen vom Alpenverein**. **Werdenfelsbahn** logo.

### Schützenswertes Paradies zwischen Isar, Inn und Achensee: Naturpark Karwendel



Der Naturpark Karwendel umfasst beinahe das gesamte Karwendelmassiv und ist mit einer Fläche von 727 km² das größte und älteste Tiroler Schutzgebiet und der größte Naturpark Österreichs. Mit seltenen Lebensräumen wie Urwäldern und Wildflüssen beherbergt das Karwendel eine hohe Anzahl europaweit bedeutender Tier- und Pflanzenarten wie beispielsweise Steinadler, Weißrückenspecht und Frauenschuh. Seit Jahrhunderten prägen Alm-, Forst und Jagdwirtschaft das Gebiet. Die alpinistische Erschließung begann ab 1850 und bietet heute mit mehr als 50 bewirtschafteten Hütten und Almen zahlreiche Möglichkeiten für unterschiedliche Formen des Alpinismus.

**Das Museum Holzerhütte am Tor zum Karwendel** In der Scharnitzer „Länd“ warten ein neues Infozentrum und ein Museum mit naturnahem Außenbereich und Spielplatz auf interessierte Besucher. Im Infozentrum findet man Ansprechpartner des Tourismusverbands Olympiaregion Seefeld, außerdem bekommt man dort die kostenlosen Tickets für den Eintritt in die „Holzerhütte“. Die Blockhütte von 1913 aus dem Gletschertal wurde hier als Museum wiedererrichtet und erzählt viel über die lokale Geschichte der Holznutzung, aber auch über die Artenvielfalt im Wald. Öffnungszeiten und mehr unter: [www.karwendel.org/museum-holzerhuette](http://www.karwendel.org/museum-holzerhuette)

### Reich an Geschichte und Kultur: Mittenwald



Wer ein ganz besonderes Urlaubsziel in den bayerischen Alpen sucht, wird in der Alpenwelt Karwendel mit den Urlaubsorten Mittenwald, Krün und Wallgau fündig. Mittenwald besticht mit der Pfarrkirche St. Peter und Paul, die mit ihrem reich bemalten Turm, der eigenwilligen Kuppel und der barocken Ausstattung zu den schönsten Kirchen weit und breit zählt. Neben verbreiten die Fußgängerzone und die mit Lüftmalereien verzierten Hausfassaden viel Flair – und für eine kurze Auszeit im Grünen eignen sich diverse Parkanlagen. Riesengeige und Floß, kleine Bachläufe und Plätze, Straßencafés, romantische Läden und Blumenschmuck – da macht es Freude, den Tag im neu gestalteten Ortskern zu verbummeln. Doch der oberbayerische Geigenbau- und Luftkurort zwischen Wetterstein- und Karwendelgebirge ist auch reich an Geschichte. Knapp südlich von Mittenwald trifft Bayern auf Tirol – so wurde der Ort vor Jahrhunderten Handelstor zum Süden. Diese Blütezeit erwecken die Mittenwalder alle fünf Jahre als „Bozner Markt“ zu neuem Leben. Kulturkenner schätzen auch das Geigenbaumuseum, die echte Volksmusik und den abwechslungsreichen Musiksommer. Wer hinaus in die Natur oder hinauf auf den Berg will, findet in der wunderschönen Umgebung der Alpenwelt Karwendel ein regelrechtes Paradies für Urlauber, Wanderer und Erholungssuchende vor.



### Das Tor ins Herz des Karwendels: Scharnitz

Das Tor zur majestätischen Bergwelt des Naturparks Karwendel öffnet sich in Scharnitz, dem weit über die Grenzen bekannten Ort an der bayerisch-tirolerischen Grenze, der Wanderern, Bergsteigern, Kajakfahrern und Kletterern als Ausgangspunkt für ihre Unternehmungen dient. Bereits eine kurze Wanderung in Richtung Karwendeltal lässt erahnen, welcher Landschaftsreichtum sich in diesem Gebirge verbirgt: Karge Almen wechseln dort mit urweltlichen Tälern und schroffen Gipfeln, senkrechte Felswände ragen kontrastreich aus sanften Blumen- und Kräuterpflanzen empor, wilde Wasserläufe schießen rauschend durch



enge, tief in den Fels geschliffene Schluchten – und man selbst ist mittendrin und genießt diese überwältigende Schönheit. Auch die Isar findet hier ihren Ursprung, bevor sie in Scharnitz das Hochgebirge verlässt und sich auf den Weg in Richtung München und weiter zur Donau macht. Neben den Naturschönheiten hat Scharnitz natürlich auch Sehenswürdigkeiten zu bieten, die Einblicke in Geschichte, Kultur und Brauchtum geben – seien es die Ruinen der Porta Claudia, der einstigen Sperrfeste an der Grenze zwischen Bayern und Tirol, das Museum Holzerhütte in der Länd, die Pfarrkirche Maria Hilf oder die Birzelkapelle. Ob beim verträumten Spaziergang an der jungen Isar, bei einer rassistigen Bergtour oder beim Erkunden des Dorfs: Scharnitz ist eine Erfahrung für alle Sinne!

### Breite Angebotspalette in der Olympiaregion: Seefeld



Auf einem sonnigen, nach Süden hin geöffneten Hochplateau und umrahmt von Wetterstein, Karwendel und Mieminger Gebirge begeistert die Olympiaregion Seefeld als Urlaubs- und Wanderparadies inmitten der Tiroler Alpen. Die Ganzjahresdestination steht für die feine Art alpinen Lebensstils und präsentiert sich mit Sport-, Kultur- und Gastronomie-Angeboten für alle Geschmäcker – von rustikal bis mondän, von traditionsbewusst bis topmodern. Die Verkehrsanbindung ist für einen Ort im Gebirge hervorragend, sogar die ICE-Anreise aus Nord- und Westdeutschland über München ist ohne Umsteigen möglich. Ein echtes Naturerlebnis bieten die zahlreichen Wanderrouten auf dem Sonnenplateau. Das weit verzweigte, gut beschilderte Wegenetz ist vom Land Tirol mit dem Bergwege-Gütesiegel ausgezeichnet. Während die Gipfeltouren für Fortgeschrittene auf die höchsten Punkte der Region führen und mit einer atemberaubenden Aussicht belohnen, tauchen Familien und Senioren bei gemütlichen Wanderungen in märchenhafte Wälder ein, schlendern über Blumenwiesen oder erkunden mystische Klammern. Die Naturbadeseen der Region wie der Möserer See, wärmster Badeseer Tirols, oder der Wildsee bieten nach dem Wandern eine erfrischende Abkühlung.



**DAV** Deutscher Alpenverein München & Oberland **Der Alpenverein – Ihr starker Partner seit über 150 Jahren**

- Mitgliedschaft lohnt sich!**
- 90 Jugend-, Familien-, Interessengruppen
- Ermäßigungen auf rund 2.000 Alpenvereinsstütten
- 22 eigene Selbstversorgerhütten
- Top-Beratung in 3 Servicestellen
- Verleih von Ausrüstung, Büchern & Karten
- 2.000 Kurse & Touren
- Ermäßigungen in DAV-Kletterhallen
- Versicherungsschutz weltweit
- Aktiv im Natur- und Umweltschutz

Infos unter [alpenverein-muenchen-oberland.de](http://alpenverein-muenchen-oberland.de)

**DAV** Deutscher Alpenverein München & Oberland **Wanderparadies Obere Isar & Leutasch**. 14 tolle Wander- und Bergtouren rund um Mittenwald – Scharnitz – Seefeld. **Bequem und umweltfreundlich mit Bahn & Bus**. **Empfohlen vom Alpenverein München & Oberland**.

Tour 1 – 4 leicht

1 Drei-Seen-Wanderung ab Klais

Wunderschöner Spaziergang zu Grubsee, Barmsee und Wagenbrüchsee

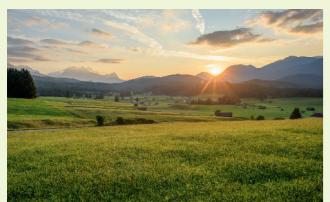
Gezeit (gesamte Runde): 2,5 Std.  
Höhendifferenz (gesamte Runde): ↑↓ 200 Hm  
Schwierigkeit: Leichte Talwanderung  
Anfahrt: Bahn bis Klais



Am Bahnhof Klais hält man sich links, biegt links in die Bahnhofstraße ein und überquert wiederum links haltend die Gleise. Unmittelbar darauf folgt man einer Straße nach rechts, unterquert die B 2 und biegt sofort wieder links ein. Nach knapp 300 m führt der Wanderweg rechts in den Wald und in Nord- bzw. Nordostrichtung zum Grubsee, den wir links herum umwandern (Badeplatz am Nordostufer). Von der Forststraße nördlich des Grubsees zweigt links ein Weg ab, der durch Wald ans Ufer des größeren Barmsees hinableitet. An diesem spaziert man ein Stück entlang, bis es auf einen Fahrweg scharf links zurückgeht. Der Weg führt dann westwärts durch schöne Wald- und Wiesenlandschaften und trifft auf das Nordufer des Wagenbrüchsees, der auch Geroldsee heißt. Bald erreicht man die Ortschaft Gerold, die man nach links durchwandert. Schließlich geht es wieder unter der B 2 hindurch und parallel zur Bahnlinie zurück nach Klais.

2 Mittenwalder Buckelwiesen

Wunderschöne Talwanderung von Klais nach Mittenwald



Gezeit (gesamte Runde): 3,5 Std.  
Höhendifferenz (gesamte Runde): ↑↓ 300 Hm  
Schwierigkeit: Leichte Wanderung auf Feld- und Waldwegen sowie Asphaltstraßen  
Anfahrt: Bahn bis Klais

Die Tour beginnt am Bahnhof Klais zunächst wie Tour 1 (genaue Beschreibung siehe dort); unter der B 2 hindurch, links an ihr entlang und rechts durch Wald zum Grubsee. Wenn man vom Grubsee in Nordostrichtung weitergeht, nähert man sich dem Dorf Barmsee und biegt bei einer Kreuzung am Waldrand rechts ab. Nach der Einmündung in die Asphaltstraße wiederum rechts kommt man zur B 2, die man ein Stück rechts versetzt unterquert. Nach links geht es nun an der B 2 entlang und dann rechts ab zur Kapelle Maria Rast. Von hier führt die Buckelwiesenerwanderung immer gen Süden, vorbei an der Goas-Alm, am Schmalsee und der Gröblalm bis nach Mittenwald – mit traumhaftem Rundblick auf Wetterstein, Karwendel und Estergebirge. Wer hungrig oder durstig wird, kann in der Goas-Alm selbstgemachte Ziegenprodukte oder in der Gröblalm den selbstgemachten Haselnusschnaps mit Windbeuteln probieren. Zurück geht's wieder mit der Bahn ab Mittenwald.

3 Karwendelschlucht-Runde

Kleiner Panorama-Spaziergang am Eingang ins Karwendel



Gezeit (gesamte Runde): 1,5–2 Std.  
Höhendifferenz (gesamte Runde): ↑↓ 160 Hm  
Schwierigkeit: Leichte, kurze Bergwanderung  
Anfahrt: Bahn bis Scharnitz

Vom Bahnhof geht es zunächst links (südwärts) an der Hauptstraße entlang bis zur Isarbrücke, hinter der wir links zum neuen Infozentrum und in Richtung Karwendeltal abbiegen. Nach knapp 2 km, kurz bevor der Karwendelbach von links einmündet, biegt man links auf einen Wanderweg ab. Dieser bietet schöne Einblicke in die Karwendelschlucht und Ausblicke ins Karwendeltal. Weiter oben mündet der Steig in die Fahrstraße, auf der wir rechts weitergehen. Nach rund 10 Min. geht es links zur idyllischen Birzkapelle ab und dahinter links hinab nach Scharnitz.

4 Hoher Kranzberg, 1397 m

Der Familien- und Ausflugsberg über Mittenwald

Gezeit (gesamte Runde): 3,5–4 Std.  
Höhendifferenz (gesamte Runde): ↑↓ 600 Hm  
Schwierigkeit: Leichte Bergwanderung  
Anfahrt: Bahn bis Mittenwald

Die Tour beginnt mit einem Spaziergang durch die Bahnhofstraße ins Mittenwalder Ortszentrum. Vom Obermarkt (Fußgängerzone) geht es weiter westwärts durch die Stainergasse zur Laintalstraße, der man nach links folgt, bis sie in den Schluchtweg durch die Laimbachschlucht übergeht. Durch diese hinauf und zum Nordufer des Lautersees (1013 m). Nun zweigt man schräg rechts auf den markierten Wanderweg ab und wandert in moderater Steigung im Wald west- bis nordwestwärts bergauf. Bei einer Verzweigung geht es rechts weiter; bald darauf trifft man auf eine Forststraße, die man sofort wieder rechts auf einen Wanderweg verlässt. Dieser führt auf das Gipfelplateau des Kranzbergs mit dem Kranzberghaus (1391 m). Von der Bergstation der Kranzbergbahn wandert man kurz nach Norden und zweigt dann rechts auf einen Wanderweg ab. Auf diesem geht es parallel zur Bahn abwärts; bis zur St.-Anton-Hütte kann auch der Barfußpfad ausprobieren. Von der St.-Anton-Hütte spaziert man dann in der Goas-Alm selbstgemachte Ziegenprodukte oder in der Gröblalm den selbstgemachten Haselnusschnaps mit Windbeuteln probieren. Zurück geht's wieder mit der Bahn ab Mittenwald.

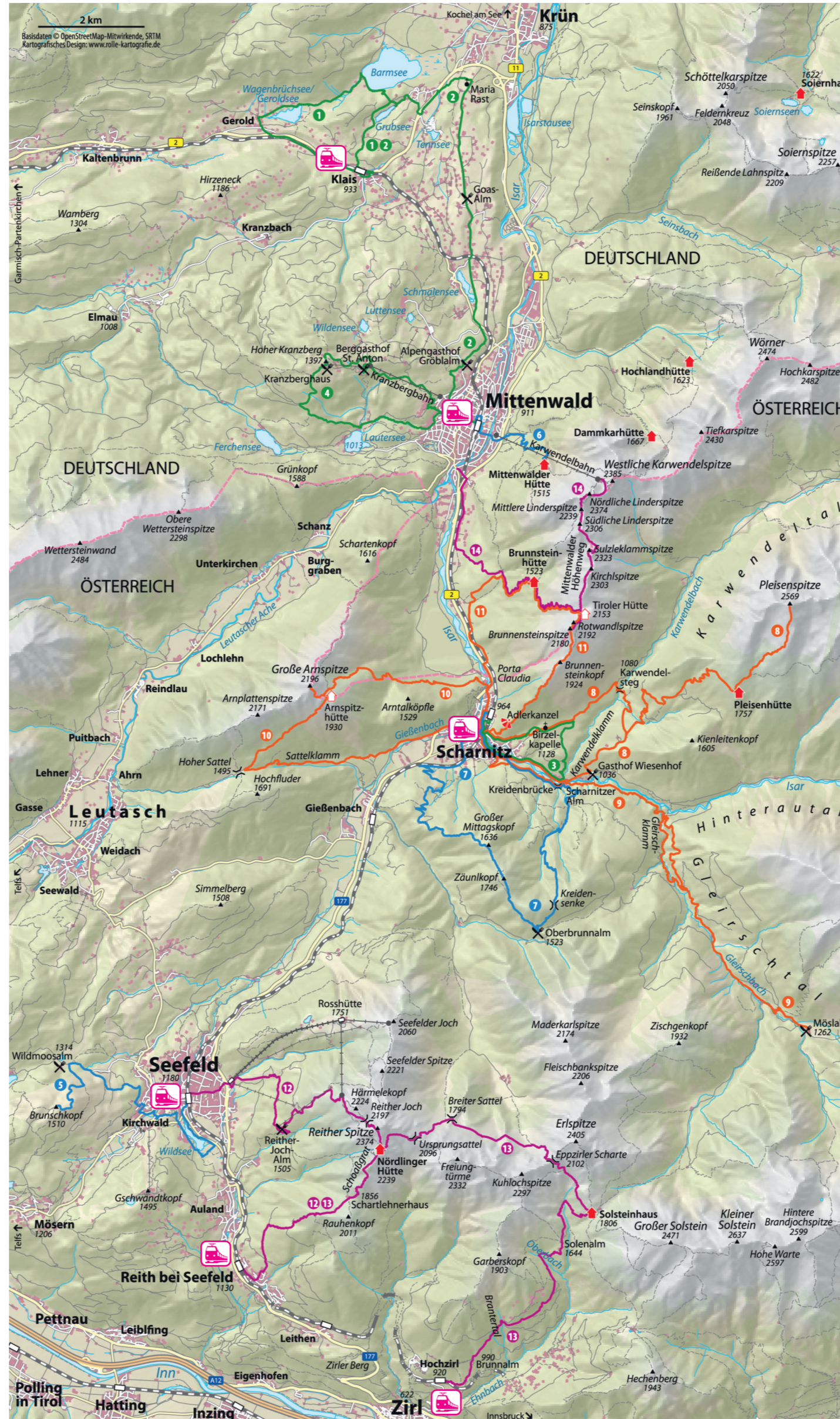


14 Tourentipps rund um Mittenwald, Scharnitz und Seefeld – bequem und umweltfreundlich mit der Bahn zu erreichen

Diese folgenden Tourentipps sind nach ihren Anforderungen in aufsteigender Reihe angeordnet – vom einfachen Spaziergang bis zur schweren alpinen Tour. Ausschlaggebend sind sowohl die Schwierigkeit des Wegs (Wegbeschaffenheit, Steilheit, Ausgesetztheit, Kletterstellen) als auch die konditionellen Anforderungen (zu überwindende Höhendifferenz, Weglänge)

Four colored boxes representing different tour difficulty levels: Tour 1-4 leicht (green), Tour 5-7 leicht bis mittelschwer (blue), Tour 8-11 mittelschwer bis schwer (orange), Tour 12-14 schwer (purple).

Sie finden alle Tourentipps auch im Internet unter [alpenverein-muenchen-oberland.de/bergundbahn](http://alpenverein-muenchen-oberland.de/bergundbahn) – weitere Tourentipps und touristische Informationen siehe [alpenwelt-karwendel.de](http://alpenwelt-karwendel.de), [seefeld.com](http://seefeld.com) und [karwendel.org](http://karwendel.org)



Tour 8 – 11 mittelschwer bis schwer

8 Pleisenspitze, 2569 m

Hinauf ins felsige Hochgebirge

Gezeit (hin und zurück): 8,5 Std.  
Höhendifferenz (hin und zurück): ↑↓ 1700 Hm  
Schwierigkeit: Mittelschwere, lange Tour, die in hochalpine Bereiche führt und dabei technisch keine besonderen Schwierigkeiten aufweist. Gute Kondition erforderlich.  
Anfahrt: Bahn bis Scharnitz

Vom Bahnhof aus spaziert man links (südwärts) an der Straße entlang und vor der Isarbrücke links über die Bahngleise. Dahinter geht es links anstehend weiter zu einem Steig; nun nicht links hinauf zur Brunnensteinspitze, sondern rechts weiter auf dem Plattsteig zur Pürzkapelle (auch: Birzelkapelle, 1128 m). Von dort auf der Fahrstraße geradeaus ins Karwendeltal, bis rechts ein Steig zum Karwendelsteig, einer Brücke über die Karwendelschlucht, abzweigt. Anschließend weiter auf der Forststraße, bis spitz nach links zurück der Fahrweg zur Pleisenspitze abzweigt. Auf ca. 1200 m kann man über einen Steig abkürzen, um auf ca. 1380 m wieder in die nun schmalere Forststraße einzumünden. Zuletzt in Kehren zur herrlich gelegenen, privat bewirtschafteten Pleisenspitze (1757 m) mit Einkehr- und Übernachtungsmöglichkeit (Tel. +43 664 9158792); bis hierher ca. 2,5 Std. Der Steig zur Pleisenspitze führt steil durch Latschenfelder hinauf in die weite, felsige Pleisenflanke. Ist nach dem mühsamen Aufstieg der Gipfel (2569 m) erreicht, wird man mit einer grandiosen Aussicht belohnt. Im Abstieg biegt man dann nicht mehr rechts zum Karwendelsteig ab, sondern steigt links zum Wiesenhof ab und geht auf der Straße zurück nach Scharnitz.

10 Große Arnspitze, 2196 m

Der freistehende Felsberg über Scharnitz



Gezeit (gesamte Runde): 6–7 Std.  
Höhendifferenz (gesamte Runde): ↑↓ 1250 Hm  
Schwierigkeit: Mittelschwere bis schwere Tour, teils steil und felsig. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich  
Anfahrt: Bahn bis Scharnitz

Vom Bahnhof Scharnitz aus geht es rechts (nordwärts) in Richtung Porta Claudia und auf der Brücke über die Isar. Dahinter wie beschilbert auf einem Forstweg weiter, der in einen Steig übergeht. Dieser führt durch die Nordflanke des Arntalkopfs und dann in Kehren durch Latschenfelder steil zur unbewirtschafteten Arnspitzhütte hinauf. Von dort steigt man auf einem Steig zum Gipfel der Großen Arnspitze mit ihrer wunderschönen Rundumsicht. Wer im Abstieg eine andere Route bevorzugt, kann wieder zur Arnspitzhütte und dann rechts (südwestwärts) auf anspruchsvollem Steig zum Hohen Sattel gehen. Vom Hohen Sattel folgt man links dem Nordalpenweg entlang der Sattelkamm hinunter auf die Forststraße, die am Ufer des Gießenbachs zurück nach Scharnitz führt.

9 Durch die Gleirschklamm zur Möslalm, 1262 m

Impressionen von der unbändigen Kraft des Wassers

Gezeit (hin und zurück): 5–6 Std.  
Höhendifferenz (hin und zurück): ↑↓ 500 Hm  
Schwierigkeit: Mittelschwere bis schwere Klawmwanderung mit ausgesetzten und gesicherten Passagen, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit unbedingt erforderlich  
Anfahrt: Bahn bis Scharnitz

Vom Bahnhof Scharnitz geht man links (südwärts) an der Straße entlang, über die Isarbrücke und vor der Kirche links ab. Man folgt der Hinterautalstraße vorbei am Wanderparkplatz bis zum Haus Alpenfrieden. Dort biegt man rechts auf den Isarsteig ab. Am Ende des Isarsteigs gelangt man auf den Naderweg und wandert vorbei an der Scharnitzer Alm bis zur Gleirschklamm. Durch die wilde Klamm führt ein schmaler Steig, welcher nur für Trittsichere und geübte Wanderer geeignet ist. Der Pfad führt durch die Klamm bis zur Isartal-Forststraße und weiter zur Gleirschtal-Forststraße. Von dort geht es noch gut 4 km taleinwärts zur bewirtschafteten Möslalm. Wer nicht auf derselben Route nach Scharnitz zurückkehren will, kann auch auf der Forststraße (und dann z. B. wieder auf dem Naderweg) taleinwärts wandern.

11 Rotwandspitze, 2192 m, und Brunnensteinspitze, 2180 m

Stammer Steilaufstieg auf schmalen Pfad



Gezeit (gesamte Runde): 7–8 Std.  
Höhendifferenz (gesamte Runde): ↑↓ 1250 Hm  
Schwierigkeit: Mittelschwere bis schwere, lange und steile Tour  
Anfahrt: Bahn bis Scharnitz

Vom Bahnhof aus spaziert man links (in Richtung Süden) an der Bundesstraße entlang und vor der Isarbrücke links über die Bahngleise. Dahinter geht es links anstehend weiter zu einem Steig, der über einen Kamm und durch den Wald zur Adlerkanzel führt. Von dort aus zieht der nicht immer einfach zu findende Weg entlang des Pürzgrats steil zum Brunnensteinkopf (1924 m) hinauf. Weiter geht es über felsiges, der Sonne ausgesetztes Gratelände auf den Doppelgipfel von Brunnensteinspitze (2180 m) und Rotwandspitze (2192 m). Für den Rückweg wandert man weiter zur Tiroler Hütte (2153 m, unbewirtschaftet) und von dort westwärts zur bewirtschafteten Brunnensteinhütte (1523 m; Tel. +49 8823 326951, [www.brunnensteinhutte.de](http://www.brunnensteinhutte.de)) hinab. Nun nimmt man den Steig bis zur Talstation der Materialseilbahn und geht auf einem Fahrweg und entlang der B 2 zurück nach Scharnitz.

Tour 5 – 7 leicht bis mittelschwer

5 Wildsee und Brunschkopf, 1510 m

Wanderung zum Aussichtsbalkon über Seefeld



Gezeit (hin und zurück): 4 Std.  
Höhendifferenz (hin und zurück): ↑↓ 370 Hm  
Schwierigkeit: Leichte bis mittelschwere Bergwanderung  
Anfahrt: Bahn bis Seefeld

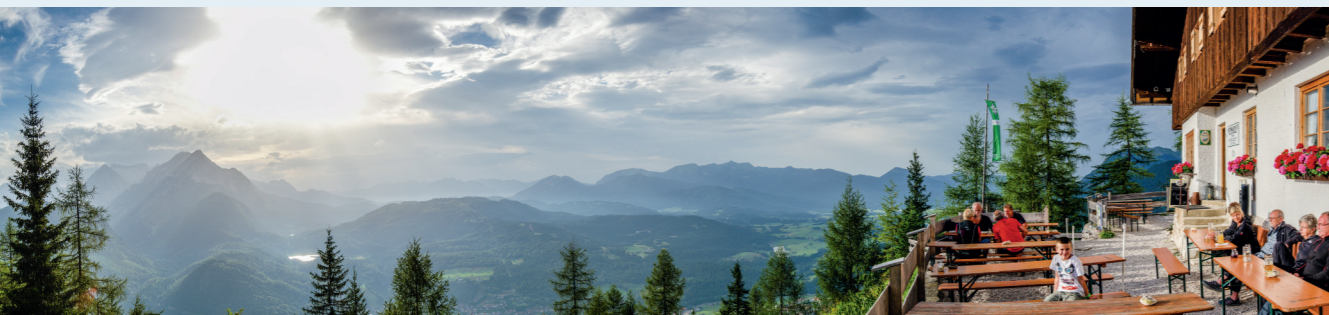
Vom Bahnhof Seefeld überquert man den Bahnhofplatz südwärts und geht vorbei an der Südtiroler Stube in die Reitherspitzestraße. Beim Hotel Bergland (links) geht es geradeaus weiter bis zum Hotel Seespitzzeit (rechts). Gleich nach dem Hotel beginnt rechts der Wanderweg, auf dem man um den Seefelder Wildsee herumspaziert; anschließend geht es auf der Seepromenade am westlichen Seeufer weiter bis zum Landhaus Seerose (links). Hier überquert man die Straße und nimmt die Stufen hoch bis zum Pfarrhügel. Man folgt diesem Weg und hält sich links, oben nimmt man den Weg in Richtung Seekirchl. Beim Seekirchl links der Straße entlang, bis diese dann rechts in den Ortsteil Kirchwald zweigt. Hier auf dem Hörmannweg (Nr. 2) in Richtung Wildmoosalm. Kurz vor der Alm links (Nr. 63) ab und nach ca. 15 Minuten nach rechts auf den Brunschkopf mit Panoramaweg und Aussichtsplattform. Der Abstieg erfolgt auf demselben Weg.

6 Mittenwalder Hütte, 1515 m

Aussichtreiche Einkehr hoch über Mittenwald

Gezeit (hin und zurück): 3,5 Std.  
Höhendifferenz (hin und zurück): ↑↓ 600 Hm  
Schwierigkeit: Leichte bis mittelschwere Bergwanderung  
Anfahrt: Bahn bis Mittenwald

Am Vorplatz des Bahnhofs Mittenwald wendet man sich nach rechts, überquert auf der Dammkarstraße rechts die Gleise und geht abwärts rechts den Mühlenweg



7 Zäunkopf, 1746 m

Ein Aussichtsgipfel und eine Alm zur Einkehr

Gezeit (gesamte Runde): 5 Std.  
Höhendifferenz (gesamte Runde): ↑↓ 900 Hm  
Schwierigkeit: Mittelschwere Bergwanderung  
Anfahrt: Bahn bis Scharnitz

Vom Bahnhof Scharnitz aus folgt man der Straße links bis zur Tankstelle am südwestlichen Ortsrand. Vor der Tankstelle links hinein, über die Gleise, dann rechts ab und zum Mühlbergparkplatz (ehemaliger Skilift). Noch ein Stück weiter zweigt eine Forststraße links hinauf ab, der man bis auf 1330 m Höhe folgt. Ab dort führt ein schmaler Wanderweg durch Latschen weiter und durch Wald zum Großen Mittagskopf. Kurz vor dessen Gipfel dreht der Weg nach Südosten ab und führt auf den Zäunkopf mit traumhaftem Blick zu den umliegenden Karwendelbergen. Beim südseitigen Abstieg lohnt es sich, in der Oberbrunnalm einzukehren. Von dort geht es nordostwärts zur Kreidensenke hinauf und dann hinunter zur Kreidenbrücke und nach Scharnitz.



Tour 12 – 14 schwer

12 Reither Spitze, 2374 m

Anspruchsvolle Bergtour in felsige Höhen

Gezeit (hin und zurück): 7 Std.  
Höhendifferenz (hin und zurück): ↑↓ 1250 Hm  
Schwierigkeit: Schwer; Schwindelfreiheit und Trittsicherheit erforderlich, Wege teilweise ausgesetzt und drahtseilversichert, eine Leiter muss überwinden werden  
Anfahrt: Bahn bis Seefeld

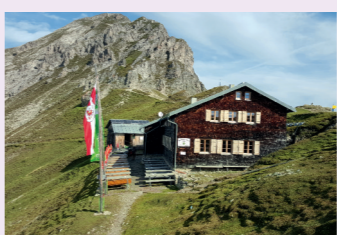


Vom Bahnhof Seefeld spaziert man durch die Andreas-Hofer-Straße in ca. 15 Minuten zur Talstation der Bergbahnen Rosshütte. Von dort nimmt man den Wanderweg bis zur Reither Jochalm und steigt weiter auf bis zur Bergstation Härmelekopf. Nun folgt man der Beschilderung „Reither Spitze“ und gelangt übers Reither Joch auf den Gipfel der Reither Spitze, den zweithöchsten Gipfel der Erlspitzgruppe. Der Abstieg erfolgt zunächst in Südrichtung zur bewirtschafteten Nördlinger Hütte und weiter über den Schoaßgrat und das Scharlehnerhaus zum Bahnhof nach Reith.

13 Über die Nördlinger Hütte zum Solsteinhaus und nach Hochzirl

Lange Bergtour durch die Erlspitzgruppe

Gezeit (gesamte Tour): 9 Std., aufteilbar auf zwei Tage  
Höhendifferenz (gesamte Tour): ↑ 1550 m ↓ 1750 Hm  
Schwierigkeit: Schwer; Schwindelfreiheit und Trittsicherheit erforderlich  
Anfahrt: Bahn bis Reith



Vom Bahnhof in Reith bei Seefeld geht es zwischen den Häusern hinauf zum Waldrand, auf einem Traktorweg weiter und dann auf einem Serpentinsteig rechts hinauf. Auf rund 1500 m gelangt man auf eine Forststraße, der man kurz taleinwärts folgt. Nach gut 250 m zweigt rechts erneut der Steig ab. Durch viele Kehren steigt man hinauf zum Scharlehnerhaus (1856 m) und über den Latschenrücken des Schoaßgrats nach insgesamt 3 Std. zur Nördlinger Hütte (2239 m; Tel. +43 664 9142262, [www.noerdlingerhuette.at](http://www.noerdlingerhuette.at)). Wer hier übernachtet, kann noch in 30 Min. auf die Reither Spitze (2374 m) steigen (felsig, ausgesetzt, Seilversicherungen). Die weitere Route führt ostwärts steil hinunter zum Ursprungssattel (2096 m). Vom Sattel geht man dann nicht zu den Freijungtürmen weiter, sondern steigt nordostwärts zum Breiten Sattel (1794 m) ab. Nun quert man das weitläufige

14 Mittenwalder Höhenweg

Der berühmte Klettersteig am westlichen Rand des Karwendelgebirges

Gezeit (ab Seilbahn-Bergstation): 6–8 Std.  
Höhendifferenz (ab Seilbahn-Bergstation): ↑ 530 m ↓ 1860 Hm  
Schwierigkeit: Alpinen Klettersteig (Schwierigkeit A/B) mit ausgesetzten Passagen, darunter auch senkrechte Leitern. Bergerfahrung, Schwindelfreiheit, Trittsicherheit und Klettersteigausrüstung erforderlich  
Ausrüstung: Zusätzlich zur normalen Bergausrüstung auch Klettersteigset und Helm  
Anfahrt: Bahn bis Mittenwald

Am Vorplatz des Bahnhofs Mittenwald wendet man sich nach rechts, überquert auf der Dammkarstraße rechts die Gleise und geht abwärts rechts den Mühlenweg hinab, woraufhin man links in den Weidenweg einbiegt, die Isar überquert und den Hang zur Talstation der Karwendelbahn ([www.karwendelbahn.de](http://www.karwendelbahn.de)) erklimmt. Es folgt die Auffahrt mit der Bahn. Von der Bergstation geht man wie beschilbert zum Mittenwalder Höhenweg/Klettersteig. Dieser führt in Südrichtung über die Nördliche (2374 m), die Mittlere (2239 m) und die Südliche Linderspitze (2306 m) zur Sulzleklammspitze (2323 m) und schließlich noch über die Kirchspitze (2303 m) hinweg, wobei nicht die komplette Strecke als Klettersteig besichert ist. Erst danach wird das Gelände lieblicher, und Grasmatten laden zur Rast ein. Besonders Gipfelhungerige können an der kleinen Tiroler Hütte vorbei auch noch die Rotwand- und die Brunnensteinspitze besteigen (oder auch von dort nach Scharnitz absteigen; diese Route ist bei Tour 11 im Aufstieg beschrieben). Schließlich folgt der Abstieg: Zuerst steigt man in Serpentinchen durch Latschenfelder zur Brunnensteinhütte ab (Tel. +49 8823 326951, [www.brunnensteinhutte.de](http://www.brunnensteinhutte.de)), dann weiter über die Sulzleklamm hinab ins Tal. Unten geht es zunächst nordwärts parallel zur Bahnlinie auf Mittenwald zu, dann nach links unter B 2 und Bahnlinie hindurch in den Ort und zum Bahnhof.

