

Chiemgautrekking – der Kampenwand entgegen

Zu Fuß vom idyllischen Vorgebirgsland in die Chiemgauer Alpen

Die Kampenwand gewinnt, wenn man sich ihr von der Ferne nähert, an Format.

Sie ist das letzte steinerne Aufbäumen der Alpen, bevor sich alles in sanftem Grün verliert.

ab München	bis Bad Endorf ca. 1¼ Std.
Bus & Bahn	Bahn über Rosenheim nach Bad Endorf
Talort	Bad Endorf, 522 m
Schwierigkeit*	Talwanderung, Bergwanderung mittelschwer
Kondition	mittel
Anforderung	Durchhaltevermögen für eine verhältnismäßig lange Strecke im hügeligen Vorland; etwas alpine Erfahrung an der Kampenwand
Ausrüstung	kompl. Bergwanderausrüstung
Dauer	2 Tage
Strecke	ca. 45 km
Höhendifferenz	↗ ca. 1200 Hm, ↘ 1100 Hm

Ausgangspunkt: Bad Endorf, 522 m

Stützpunkt: Übernachtung auf der Fraueninsel z.B. im Gasthof „Zur Linde“ mit köstlichen Chiemsee-Fischgerichten (www.inselhotel-zurlinde.de); auf der Kampenwand entweder in der Selbstversorgerhütte der Sektion München (www.kampenwandhütte.de) oder auf der Sonnenalm (www.kampenwand.de)

Karte/Führer: UK 50-54, „Chiemsee – Chiemgauer Alpen“ 1:50 000; Chwaszcza, Heimattrekking – Bayerns Berge für Quergeher (www.heimattrekking.de)

Weg: Natürlich ist die Kampenwand alles andere als ein Geheimtipp. Und doch verdient sie mehr Beachtung, als ihr allgemein zukommt – z. B. bei einer langsamen und kulturbewussten Annäherung („Heimattrekking“) aus dem Alpenvorland. Nicht nur hin zum romantischen Bergparkplatz und im Stau wieder heim, sondern sich einmal wirklich bewusst und in Ruhe den Dingen widmen. Auf dem weiten Weg zur Kampenwand beginnt man in Bad Endorf und wandert am Langbürgener See vorbei gen Chiemsee. Ideal ist es, am späten Nachmittag Gstaad zu erreichen, denn dann verlassen die meisten Tagesgäste die Insel. Wir hingegen setzen über, holen uns bei der Fischerei Lex noch eine Fischsemmel und genießen die ersten ruhigen Blicke auf das Ostufer des Chiemsees. In der „Linde“ wird es langsam ruhiger, man kann die Zimmer beziehen und jetzt in aller Ruhe den Sonnenuntergang auf der Fraueninsel genießen. Die Kampenwand ist noch weit entfernt.

Mit dem Boot fährt man anderntags nach Prien, wandert



am Bahnweg ins Dorf und weiter zur Kirche von Urschalling – ein wahres Kleinod! Mit der Chiemgaubahn geht es weiter bis Vachendorf, dann zu Fuß Richtung Wildenwart und auf dem Prialtalweg, der Prien folgend, gen Aschau. Für den Anstieg zur Kampenwand ist der Reitweg unterhalb der Seilbahn zu empfehlen, und an der Gorialm beim Pauli wird die Pause zur Pflicht. Ein letzter steiler Anstieg führt hoch zur Sonnenalm. Von hier aus geht's auf dem „Normalweg“ zum Gipfelanstieg. Oben in den Kaisersälen benötigt man an zwei, drei Stellen vielleicht auch einmal die Hände zur Unterstützung, am Gipfel sollte man schwindelfrei sein. Bei guter Sicht reicht der Blick in direkter Luftlinie über 150 km vom Großglockner bis zum Flughafen im Erdinger Moos. Ein schöner Abschluss ist es, noch für eine Nacht hier oben zu bleiben, abends den Blick gen Kaiser streifen lassen und morgens noch einmal den Sonnenaufgang genießen. Der Weg zurück? Entweder wählt man den direkten Abstieg nach Hohenaschau oder den ruhigen, wenig begangenen Steig unter den Mehlbeerwänden zur Hofbauernalm und über die Dalsen zum Talort Hainbach. Der Bus bringt einen zurück nach Hohenaschau, bzw. je nach Wochentag auch bis Rosenheim.



Text & Foto: Joachim Chwaszcza