

ARMIN HERB | DANIEL SIMON

MIT
GPS-DATEN
ZUM
DOWNLOAD

DIE SCHÖNSTEN HÜTTENTOUREN FÜR MOUNTAINBIKER



ARMIN HERB | DANIEL SIMON

**DIE SCHÖNSTEN
HÜTTENTOUREN
FÜR MOUNTAINBIKER**

DEL I U S K L A S I N G V E R L A G

Wir danken: Valentina Fankhauser, Karin Michaelis, Karin Simon, Patrick Bätz, Jochen Donner, Walter Mussner und Thomas Niederreiter für die Tourenbegleitung.

Landkarten und Navigation: www.kompass.de,
www.garmin.de

Equipment: Gore Bike Wear, Vaude, Qloom, Endura, Löffler, Craft, Gonso

Bikes: Cube

Download der GPS-Daten zu den Touren

Die GPS-Daten für die Routen dieses Buches erhalten Sie über die Website des Mountainbikemagazins BIKE.

Bitte gehen Sie auf www.bike-magazin.de und geben Sie dort in das Feld für die Suche den Webcode #22859 ein. Der Download ist kostenlos.

Achtung: Mountainbiken ist wie jeder Sport mit gewissen Risiken behaftet. Bitte behalten Sie jederzeit Ihre Kondition, Ihr Fahrkönnen und den technischen Zustand Ihres Sportgerätes im Auge! Im Gebirge ist zudem maximale Vorsicht im Hinblick auf Wetterwechsel angebracht. Aber auch die Natur selbst, in der unser Sport stattfindet, ist von vielen Seiten gefährdet - bitte achten Sie stets darauf, deren Belastung in Grenzen zu halten. Hinterlassen Sie so wenig Spuren wie möglich und seien Sie um den Interessenausgleich mit Wanderern und Grundeigentümern bemüht.

3., komplett überarbeitete und ergänzte Neuauflage 2021
© Delius Klasing & Co. KG, Bielefeld

Folgende Ausgaben dieses Werkes sind verfügbar:
ISBN 978-3-667-12112-7 (Print)
ISBN 978-3-667-12344-2 (Epub)

Text und Fotos: Armin Herb und Daniel Simon
Lektorat: Klaus Bartelt, René Stein
Karten: Infochart Diehl & Grafmüller, München;
Karin Kunkel-Jarvers, München
Umschlaggestaltung: Felix Kempf, www.fx68.de
Layout: Daniel Simon
Lithografie: scanlitho.teams, Bielefeld, Mohn Media, Gütersloh
Datenkonvertierung E-Book: Bookwire - Gesellschaft zum Vertrieb digitaler Medien mbH

Alle Rechte vorbehalten! Ohne ausdrückliche Erlaubnis des Verlages darf das Werk weder komplett noch teilweise vervielfältigt oder an Dritte weitergegeben werden.

www.delius-klasing.de

Inhalt

Einleitung

1

Berghaus Heimeli

56,9 km / 2442 hm

Hochalpine Runde um die Weissfluh mit
Traumpanoramen und Stadtbesichtigung in Davos

2

Darmstädter Hütte & Konstanzer Hütte

54,8 km / 2287 hm

Steil hinauf zu den Berghäusern im Schönverwall
und im Moostal

3

Heilbronner Hütte

92,2 km / 2369 hm

Bergerlebnis in der Verwallgruppe zwischen den
Wintersportorten Ischgl und St. Anton am Arlberg

4

Reintalangerhütte & Schachenhaus

94,0 km / 3742 hm

Alle Traumspots des Wettersteingebirges auf einer
spektakulären Tour bei Garmisch-Partenkirchen

5

Hochfeldernalm

106,7 km / 2152 hm

Traumlage zwischen Wetterstein-Massiv und
Mieminger Bergen

6 Karwendelhaus & Falkenhütte

81,2 km / 2350 hm

Der Klassiker im Karwendel – von Bayern nach Tirol
und zurück vor der Kulisse grandioser Felsmassive

7 Gufferthütte

65,8 km / 1900 hm

Vom Rofan in die Blauberge und wieder zurück –
eine große Schleife um die Guffertspitze und den
Unnütz

8 Rotwandhaus

66,1 km / 2248 hm

Zwischen Tegernsee und Sonwendjoch – urige Tour
durchs Bayerische und Tiroler Mangfallgebirge

9 Spitzsteinhaus

41,3 km / 1666 hm

Schwungvolles Auf und Ab in den Chiemgauer Alpen
zwischen Hochries und Spitzstein

10 Carl-von-Stahl-Haus

72,4 km / 2989 hm

Weite Schleife in den Berchtesgadener Alpen durchs
südöstliche Bayern und das Salzburger Land

11 Wildkogelhaus

83,2 km / 2734 hm

Aussichtsreiche Tour durch die Kitzbüheler Alpen von Kirchberg in Tirol bis ins Salzachtal

12 Anna-Schutzhaus & Lienzer Hütte

62,8 km / 2712 hm

Auf den Spuren des Malers Franz Defregger zwischen Lienzer Dolomiten und Hohen Tauern

13 Rifugio Fanes & Rifugio Lavarella

64,0 km / 2241 hm

Große Naturparkrunde in den Pragser Dolomiten über das einzigartige Fanes-Hochplateau

14 Rifugio Alpino Pralongià

86,4 km / 1404 hm

Durch die grandiose Kulisse von Sella, Langkofel und Marmolata

15 Tierser Alpl

53,4 km / 2328 hm

Dolomiten-Giro um den Langkofel – vom Grödnertal über die Seiseralm ins Val Duron und übers Sellajoch

16 Rifugio Passo Lusia & Capanna Cervino

64,1 km / 2119 hm

Vom Fleimstal und Fassatal zu den märchenhaften Felswänden des Pale di San Martino

17 Rifugio Croz dell' Altissimo

70,8 km / 2608 hm

Grandiose Rundtour im Trentino zwischen Brenta-Dolomiten und Monte Gazza

18 Rifugio Nino Pernici

82,5 km / 3054 hm

Totale Bergeinsamkeit in den Trentiner Bergen und Bikertrubel am legendären Passo di Tremalzo



Berghaus Heimeli in Sapün

Einleitung



Rifugio Fanes

Die Sonne verschwindet langsam hinter den Berggipfeln. Auf der Almwiese ziehen sich die Murmeltiere in ihre Höhlen zurück. Die letzten Wanderer sind längst ins Tal abgestiegen. Jetzt wird es gemütlich auf der Gufferthütte im Rofangebirge. Das ist diese Stimmung, warum viele Alpenfans so gern am Berg übernachten. In dieser Umgebung in den Tiroler Bergen entsteht die Idee zu den diesem Buch. Am Abend serviert die Hüttenwirtin Anita in der gemütlichen Stube ein gutes Viertel Rotwein und selbstgemachten Ziegenkäse von einer nahen Alm. Am Nachbartisch sitzt ein Mountainbiker aus München und

schmunzelt: „Während andere jetzt im Stau stehen, genieße ich hier das Bergpanorama und Hüttenleben.“ Schlafen im Mehrbettzimmer und Waschen in einer Gemeinschaftsdusche nehmen die Gäste der Gufferthütte für das alpine Erlebnis gern in Kauf.

Die Gufferthütte steht exemplarisch für viele Berghäuser der Alpen. Wobei die Regel gilt: Je höher die Hütte im Gebirge steht, umso kürzer ist die Saison. Ausnahmen bestätigen die Regel.

Erlebnis und Erholung

Eine Mountainbike-Tour mit Übernachtung in den Bergen ist ein willkommenes Chill-out vom Alltag. So muss man bei den einfacheren Routen, die sich hier im Buch finden, auch nicht unbedingt schon in aller Herrgottsfrüh' in die Berge stauen. Es genügt oft der Start am späten Vormittag oder am Mittag, trotzdem erreicht man in Ruhe die Hütte, wenn die meisten Tagesgäste sich schon wieder zum Aufbruch bereit machen. Und was gibt es Schöneres, als die Abendstimmung im Gebirge zu genießen und am nächsten Morgen frische Bergluft zu atmen und zur Tour aufzubrechen.

Sport und Genuss

Die Übernachtung auf einer Berghütte ist auch die angenehme Alternative, um eine lange, anstrengende Mountainbike-Tour in zwei gemütlichere Etappen aufzuteilen. So kann man an einem schönen Fleck auch mal länger innehalten und die Natur genießen. Ambitionierte Bergfexe nutzen die Gelegenheit zu einer ausgedehnten Gebirgsrunde oder zu Bike and Hike und machen nach der Tour oder am nächsten Morgen von der Hütte noch kleine Bergwanderungen oder einen Gipfelanstieg. Apropos Genuss: Dazu zählen natürlich auch Essen und Trinken. Die

Zeiten, als auf Hütten nur Erbsensuppe und Dosenwürstchen die Speisekarte bestimmten, gehören längst der Vergangenheit an. Initiativen wie „So schmecken die Berge“ der Alpenvereine bewirken, dass das Essen auf Berghütten heute oft besser schmeckt als in vielen Gasthäusern im Tal. Kulinarische Entdeckungen sind garantiert, vor allem in Südtirol und im Trentino. Was den Schlaf im Gebirge betrifft, so finden mittlerweile selbst Empfindliche, die im Matratzenlager kein Auge zubekommen, eine gute Lösung. Viele Alpenvereinshütten und private Berghäuser bieten auch Zwei- und Drei-Bett-Zimmer an, einige wenige sogar mit Dusche und WC.

Nützliches für die Hüttenübernachtung

Damit die Hüttentour auch zum schönen Bergerlebnis wird, hilft es, einige Details zu beachten:

Rechtzeitig reservieren:

Wer übernachtet schon gern in der Gaststube oder im Hausflur. Je höher das Berghaus liegt, umso kürzer die Saison, d. h. gerade an Hochsommer-Wochenenden sind oft schon sehr früh alle Betten ausgebucht. Vor allem die raren Zwei- und Drei-Bett-Zimmer sind schnell belegt. Die meisten Häuser verlangen telefonische oder E-Mail-Reservierung. Wer es sich einteilen kann, der meidet Ferienzeiten und Wochenenden.

Das Richtige mitnehmen:

Alle Alpenvereinshütten und manche privaten Berghäuser verlangen Hüttenschlafsäcke aus Baumwolle oder Seide. Nicht alle Häuser bieten sie jedoch auch zum Kauf oder Leihen an. Wer sich die Leih-Hüttenschlappen vor Ort nicht antun möchte, muss seine eigenen mitbringen. Eine Stirnoder Taschenlampe (auch im Handy) leistet gute Dienste, falls jemand nachts raus muss.



Frühzeitig ankommen:

Einige Alpenvereinshütten haben feste Anmelde- und Abendessen-Zeiten. Wer zu spät kommt, bekommt manchmal nur noch kalte Gerichte.

Besser schlafen:

Ohrstöpsel helfen gegen den Schnarcher nebenan. Und wer auf allzu viel Alkohol und opulentes Abendessen verzichtet, verbessert seine Schlafqualität.

Tipps für Biker im Gebirge

Nur geeignete Wege benutzen:

Querfeldein ist tabu! Eignung der Wege je nach Steilheit, Beschaffenheit, Witterung und Fußgängerfrequenz beurteilen. Notfalls bitte schieben!

Rücksicht nehmen:

Wanderer und andere Biker nicht durch hohe Geschwindigkeit oder blockierende Reifen erschrecken. Fußgänger haben grundsätzlich Vorrang.

Auf schmalen Pfaden notfalls absteigen und zur Seite gehen.

Keine Spuren hinterlassen:

Bremsen mit blockierenden Reifen ist tabu wegen zu starker Erosion.

Rücksicht nehmen auf Wildtiere und Weidevieh:

Möglichst leise unterwegs sein, um Wild- und Weidetiere nicht in Panik zu versetzen. Weidegatter nach der Durchfahrt unbedingt wieder richtig schließen.

Streckenführung:

Aus unterschiedlichen Gründen werden immer wieder Routen kurzfristig gesperrt. Bitte beachten Sie daher Streckensperrungen und -umleitungen! Eine Haftung für etwaige Schäden, die sich aus dem Befahren der vorgestellten Routen ergeben, können Verlag und Autoren nicht übernehmen.

Wichtig:

Mountainbiken ist wie jeder Sport mit gewissen Risiken behaftet. Bitte behalten Sie jederzeit Ihre Kondition, Ihr Fahrkönnen und den technischen Zustand Ihres Sportgerätes im Auge! So setzen die in diesem Buch beschriebenen Touren auch ein gewisses Grund-Level an Fahrtechnik, Erfahrung und Ausdauer voraus. Im Gebirge ist zudem maximale Vorsicht im Hinblick auf Wetterwechsel angebracht.

Faszination der Berge

Die alpine Natur steht beim Mountainbiken immer im Fokus. So bestimmte sie auch die Auswahl unserer 18 Hüttentouren. Das Schöne daran: Egal, ob in Graubünden, Oberbayern, Tirol, Südtirol oder im Trentino, überall sehen die Berge anders aus und üben immer wieder eine neue Faszination aus. Überall überkommt einen schnell diese alpine Faszination, und sei die Tour noch so kraftraubend. Genauso abwechslungsreich wie das Gebirge gestalten sich die Routen. Und selbst jede Hütte, jedes Berghaus hat etwas Besonderes, Eigenes, sei es eine spannende Geschichte, besonders nettes Personal, eine urgemütliche Stube oder sogar alles zusammen.

Viel Spaß und ein grandioses Bergerlebnis wünschen Armin Herb und Daniel Simon



Wetterstein-Gebirge



Rotwandhaus

Packliste für Zwei-Tages-Touren

Ausrüstung:

- großer Bike-Rucksack inklusive Regenhaube mit 26 bis 30 Litern Fassungsvermögen
- Trinkflaschen oder Trinksystem
- Mini-Tool, Flickzeug, Taschenmesser und Ersatzschlauch (ggf. Ersatz-Akku für E-MTB)
- Erste-Hilfe-Set
- Mini-Waschset
- kleines Handtuch
- Energieriegel als Notnahrung
- Stirnlampe, da auf vielen Hütten nach 22 Uhr nur noch Notlicht
- Ohrstöpsel („Einer schnarcht immer!“)
- Bargeld, da viele Hütten keine Kartenzahlung akzeptieren.
- Landkarte und/oder Navigationsgerät
- Sonnencreme

Kleidung:

- Fahrradhelm
- Bike-Handschuhe (je nach Höhenlage auch mit Langfinger)
- bruchsichere Sport-Sonnenbrille
- Armlinge und Beinlinge
- Regenjacke und Regenhose, ggf. Überschuhe
- Radtrikot zum Wechseln
- Socken zum Wechseln
- Funktionsunterhemd zum Wechseln
- Windweste
- Buff und/oder Unterhelmmütze
- Isolations- oder Fleecejacke
- dünne Funktionshose und Hemd für die Hütte, am besten mit langen Ärmeln und Beinen (ggf. auch als Schlafanzug)

1

Berghaus Heimeli

Hochalpine Runde von Klosters rund um die Weissfluh

Schwierigkeitsgrad: mittel

Höhendifferenz: 2442 hm

Zeit MTB: 7:52 Std.

Zeit E-MTB: 5:54 Std.

Länge: 56,9 km



Auffahrt von Davos mit Blick auf Jakobshorn und Scaletta Gletscher



Abfahrt vom Strelapass

Graubünden mit höchsten Gefühlen. Die hochalpine Runde führt vom noblen und gemütlichen Klosters zur höchst gelegenen Stadt Europas und durch alte Walserdörfer um das Weissfluh-Massiv.

Die Saison ist kurz in den Schweizer Hochalpen. Jeder Wettersturz kann bereits im August das Aus für Touren jenseits der 2000 Höhenmeter-Marke bedeuten. Nicht nur aus Sicherheitsgründen, auch wegen der atemberaubenden Panoramen wollen wir diese Traumtour nur bei bestem Wetter starten. Bereits zweimal mussten wir daher unsere geplante Übernachtung im Berghaus Heimeli stornieren. Der durchwachsene Sommer neigt sich schon dem Ende zu, als sich endlich ein kurzes Zeitfenster mit stabilem Hoch auftut.

Der Morgen in Klosters ist trotzdem bitterkalt. Die Sonne hat den Weg über die Bergspitzen noch nicht gefunden. Bereits die ersten steilen Höhenmeter durch den Zugwald hinauf zum idyllischen Schwarzsee bringen uns aber schnell auf Betriebstemperatur. Hier öffnen sich zum ersten Mal die Blicke auf die mächtigen Berge der Bündner Alpen. Bis Wolfgang geht es noch ein Stück auf Asphalt bergauf. Dann folgt ein kurzer Trail durch den Wald, bevor man bequem entlang des Davoser Sees bis Davos rollt. Der berühmte Luftkurort ist sommers wie winters ganz auf gehobenen Tourismus ausgerichtet. Wir fahren an edlen Boutiquen, teuren Juwelieren und vornehmen Hotels vorbei. Die höchste Stadt Europas beherbergt auch das sehr sehenswerte Kirchner Museum. Ausgestellt sind die Werke des Expressionisten Ernst-Ludwig Kirchner, der von 1917 bis zu seinem Tod 1938 in Davos lebte. Wir gönnen

uns einen kleinen Stadtbummel, denn ab Davos geht es über 700 anstrengende Höhenmeter am Stück bis unterhalb des Schiahorns bergauf. Fast flach beginnt dann die aussichtsreiche Fahrt auf dem Panoramaweg. Er macht seinem Namen alle Ehre. Tief unter uns liegen nun Davos und der gleichnamige See. Hier sieht man wegen des Höhenunterschieds direkt den Lohn der Kurbelei. Die Aussicht reicht auch weit nach Süden über den Scaletta-Gletscher auf die Gipfel der Sesvenna-Gruppe und der Livigno-Alpen. Während der Fahrt richten wir aber den Blick besser auf die Strecke, denn der Weg ist kunstvoll in den Steilhang geschlagen. An ein paar ausgesetzten Passagen ist schieben die vernünftigeren Variante. Ein letzter kurzer Anstieg für heute und der höchste Punkt unserer Tour ist erreicht. Eine Pause im Bergrestaurant auf dem 2350 Meter hohen Strelapass ist nicht notwendig, denn es ist nicht mehr weit bis zu unserem Tagesziel, dem Heimeli. Zuerst kämpfen wir uns noch einen extrem steilen Pfad vom Pass hinunter. Hier sitzen nur noch absolute Cracks im Sattel. Nach ca. 20-minütiger Plackerei passieren wir eine kleine Bachbrücke, und nun zieht sich ein Genusstrail entlang des kleinen Hauptertällibachs talauswärts.





Durannapass



Schwarzsee

Bevor wir unser Zimmer im Berghaus Heimeli beziehen, bekommen wir erst mal ein kühles Radler auf der wunderschönen großen Sonnenterrasse serviert. Die kleine Wirtsstube ist gut gefüllt, aber nicht alle Gäste übernachten hier. Ein Ehepaar macht sich nach dem Essen um zehn Uhr abends mit Stirnlampen auf den Weg zu Fuß hinunter nach Langwies. Hier hoch fahren nur der Wirt und eine Handvoll Bewohner von Sapün mit dem Auto. Wir merken erst am nächsten Tag bei unserer morgendlichen Abfahrt über Sapün Dörfji nach Langwies, wie lange das Paar im Dunkeln unterwegs gewesen sein muss. Und das mit zwei Flaschen Wein im Blut.

Über das Berghaus Heimeli (1831 m)

Das bereits 1707 erbaute Walserhaus bewirbt schon seit über 100 Jahren Gäste. Die Speisekarte ist überraschend modern. Bündner Spezialitäten, die ausschließlich mit regionalen Produkten gekocht werden, erfreuen Bikers Gaumen. Auch die hervorragende Weinkarte sucht am Berg ihresgleichen. 2014 wurde das Berghaus mit dem Preis „Best of Swiss Gastro“ in der Kategorie „Outdoor“ ausgezeichnet. Auf der großen Terrasse genießt man die warme Nachmittagssonne, bevor man es sich zum Abendessen in der gemütlichen Wirtstube bequem macht. Die Decken sind niedrig, und die steile Stiege zu den Zimmern lässt die müden Beine noch mal zittern.

Adresse: Berggasthaus Heimeli, CH-7057 Sapün, Tel. 0041-81/3742161, <https://heimeli.swiss>

Geöffnet: täglich geöffnet



Übernachtung: vier Doppelzimmer, ein Familien-Zimmer, eine Ferienwohnung und bis zu 17 Bett-Lager im neuen Teil und unterm Dach. Die Zimmer sind einfach, aber liebevoll ausgestattet. Einen Hüttenschlafsack braucht man nicht. Reservierung geht nur online.



Panoramaweg - Tiefblicke auf Davosersee und Davos

Das Traumwetter vom Vortag ist einem dichten Nebel gewichen, der uns leider den ganzen Tag begleitet. Ab Langwies beginnt die lange, aber nie sehr steile Steigung zuerst auf Asphalt, später auf Schotter ins FONDEI. Das zehn Kilometer lange Hochtal wird seit Jahrhunderten landwirtschaftlich genutzt. Eine kurze Episode als Skigebiet endete mangels geeigneter Zufahrt von Langwies 1967 mit der Pleite der Liftbetreiber. In den 1990er-Jahren wurde versucht, das Skigebiet zu reaktivieren und sogar mit benachbarten Gebieten zu verbinden. Die Interessensgemeinschaft „Für das FONDEI“ widersetzte sich – auch wegen der unter Schutz stehenden Moore – diesen Plänen, und 2001 gab das Schweizer Verwaltungsgericht den Naturschützern recht. Gut für uns. So können wir das landschaftliche Kleinod während der Auffahrt ungetrübt genießen. Eine Bündner Gerstensuppe im Berggasthaus Strassberg stärkt für die letzten Höhenmeter zum Durannapass. An einem der letzten Höfe – einer Sennerei – liegt in einem kleinen Holzkasten sehr leckerer Alpkäse zum Verkauf. Man bedient sich selbst. Ein kleines Plätzchen im Rucksack wird sich trotz Zwei-Tages-Gepäck noch finden lassen. Die letzten Meter bergauf führen über einen ausgetretenen Wiesenpfad. Am Pass lohnt ein kurzer Abstecher zum kleinen Grünsee (er ist wirklich grün), bevor man, anfangs über einen spaßigen Wiesentrail, die lange Abfahrt hinunter ins Prättigau unter die Räder nimmt.

Fast schon im Tal wartet noch eine letzte Steigung. Die 250 Höhenmeter zum Berghaus Schifer sind schnell bewältigt. Eine Rast braucht man nun nicht mehr, aber einen Kaffee mit einem Stück Kuchen verträgt der Bikerwagen immer. Kann man hier auf der Terrasse doch schön das Erlebte besprechen, bevor man bergab auf breiter Forstautobahn zurück nach Klosters saust.

Walersiedlungen Sapün Dörfji und Strassberg

Im Schanfigg oberhalb Arosas gibt es noch historische Walersiedlungen. Ein Rundgang durch die beiden auf der Tour liegenden Dörfer Sapün und Strassberg lohnt. Die klassischen Walserhäuser wurden mit Vierkantbalken aus Lärchenholz gebaut und mit Moos abgedichtet. Das helle unbehandelte Holz verfärbt sich in der Sonne dunkelbraun bis schwarz. In Sapün sind heute ganzjährig nur noch vier Familien angesiedelt. Strassberg, das nie an die Elektrizität angeschlossen wurde, ist seit Anfang des 20. Jahrhunderts nur noch im Sommer bewohnt. Allein das Skihaus Cassanna oberhalb Strassbergs ist auch im Winter bewirtschaftet.



Strassberg

Info **Tag 1:** 24,6 km – 1366 hm – MTB: 3:55 Std.
E-MTB: 2:56 Std.