

+ Karte ++  
GPS-Daten  
Etappen-Infos  
Insider-Tipps

+ APP  
zum Buch



# Der Meraner Höhenweg

Unterwegs auf  
Südtirols beliebtestem  
Weitwanderweg

Christjan Ladurner



**TAPPEINER.**

Christjan Ladurner

# Der Meraner Höhenweg

Unterwegs auf  
Südtirols beliebtestem  
Weitwanderweg



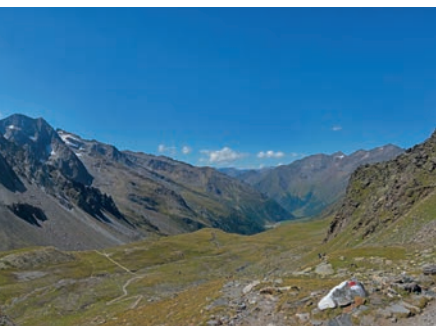
**TAPPEINER.**



# Inhalt

- Vorwort ..... 10
- Wichtige Hinweise ..... 12
- Die Entstehung des Meraner Höhenweges ..... 18
- Die 5 Etappen des Meraner Höhenweges ..... 50**
- Der Meraner Höhenweg in 6 Etappen ..... 192
- Heini-Holzer-Klettersteig ..... 196
- Der Naturpark Texelgruppe ..... 206
- Die schönsten Fotopunkte entlang  
des Meraner Höhenweges ..... 222

... im ...en Jahr bestand  
 ...n Weg ...n und Verbind  
 ...erungen ... Schwierigkeiten  
 ...windung ein ... Meraner Höhenweges b  
 ...ängerung des Meraner Höhenweges b  
 ...rg - Hochforch - Karneil. Dieses  
 ... und markiert. Der nächste Teil  
 ... d sünd dann keine weiteren Arbeit  
 ... rhanden sind. Beim östlichen Teil  
 ... konnten die Arbeiten auch begonn  
 ... ich bis Sommer abgeschlossen. Auc  
 ... ngscharte wurde ausgebessert. Au  
 ... verbreitert und markiert z.B. der  
 ... Alm.  
 ... ert wurden in Gfeis der Weg Nr.  
 ... schins wurde eine Verbindung zwis  
 ... neu markiert sowie eine Verbindu  
 ... rung Lodnerhütte - Zielspitze neu  
 ... sstellen zusammen an die 50 neue  
 ... habe von einigen Ortsstellen no  
 ... noch weitere Arb



## Die 5 Etappen des Meraner Höhenweges

<b>1. Etappe: Von Hochmuth nach Giggelberg</b>	<b>52</b>
Etappenbeschreibung .....	57
Übersicht der Etappe auf einem 3D-Panorama .....	58
Variante: Die Spronser-Seen-Runde .....	60
Die Muthöfe .....	64
Seilbahn Hochmuth in Dorf Tirol .....	66
Hans-Frieden-Weg .....	72
Hochganghaus .....	74
Nasereithütte .....	76
Der Partschinser Wasserfall .....	79
Der Vinschger Sonnenberg .....	80
Der Vinschger Wind .....	82
<b>2. Etappe: Von Giggelberg nach Katharinaberg</b>	<b>84</b>
Etappenbeschreibung .....	89
Übersicht der Etappe auf einem 3D-Panorama .....	90
Variante: Giggelberg-LodnerHütte-Katharinaberg .....	92
Lodnerhütte 2259 m .....	94
Gipfeltour: Zielspitze, 3009 m .....	96
Giggelberg oberhalb von Partschins .....	98
Die Texelbahn .....	100
Pirchhof .....	106
Die 1000-Stufen-Schlucht .....	108
Die Untersteller Seilbahn in Naturns .....	110
Plattform Unterstell .....	116
Übungs- und Familienklettersteig am Knott auf Unterstell .....	120
Linthof .....	122
Patleid .....	124
Katharinaberg .....	126
<b>3. Etappe: Von Katharinaberg zur Stettiner Hütte</b>	<b>128</b>
Etappenbeschreibung .....	135
Übersicht der Etappe auf einem 3D-Panorama .....	136
Gipfeltour: Hohe Weiße, 3278 m .....	138
Montferthof .....	141
Goldene Rose - Karthaus .....	144
Jägerrast .....	146
Rableid Alm .....	148
<b>4. Etappe: Von der Stettiner Hütte bis Matatz</b>	<b>150</b>
Etappenbeschreibung .....	155
Übersicht der Etappe auf einem 3D-Panorama .....	156
Variante: Stettiner Hütte-Lodnerhütte .....	158
Die Militärstraße übers Eisjöchl .....	160
Das idyllische Bergdorf Pfleders .....	162
Traumweg Passerschluft .....	164
MuseumPasseier .....	168
MuseumHinterPasseier .....	172
Gasthof Zeppichl · Martin's Hofladen und Hofschank .....	176
Christhof · Krusterhof .....	178
<b>5. Etappe: Von Matatz nach Hochmuth</b>	<b>180</b>
Etappenbeschreibung .....	185
Übersicht der Etappe auf einem 3D-Panorama .....	186
Berggasthaus Magdfeld · Gasthaus Brunner .....	188
Gasthof Walde · Gasthaus Talbauer .....	190



## ↳ Vorwort

- Ich war 23 Jahre alt, als ich nach bestandener Bergführerprüfung aus der Berninagruppe zurückkam. Voller Ideen und bereit, die Welt der Berge zu verändern; leider ist am Anfang einer Bergführerkarriere die Arbeit eher spärlich gesät...
- In Meran hat sich damals ganz besonders der AVS-Jugendführer Reiner Wiedner um die jungen Bergführer gekümmert. Er hatte sich in seinem Schuhladen in Meran auf Bergschuhe spezialisiert und versorgte die Bergführer kostenlos damit. Zudem organisierte er Kurse und Exkursionen im Alpenverein und verdingte dazu die jungen Bergführer. So lernte ich Helmuth Ellmenreich – den Alpenschein – persönlich kennen; er war damals eine allbekannte Figur im Meraner Raum. Seine Radiosendung war auch bei den Bergführern sehr beliebt. Helmuth war ein offener, weitblickender und innovativ denkender Mensch. Sein Gedankengut ließ er in den Alpenverein einfließen und gewann damit


viele Anhänger. Oft war ich bei ihm im Geschäft in den unteren Lauben von Meran, das sich langsam in einen Bergsportladen zu verwandeln begann. Man konnte dort neben Briefmarken und Rauchwaren auch Rucksäcke, Wanderstöcke, Wanderkarten und Wanderführer erstehen.

- Ich erinnere mich noch gut an die Entstehung des Meraner Höhenweges. Nach und nach wurden die einzelnen Teilstücke eingeweiht und dem Wanderer übergeben. Unermüdlich arbeiteten Helmuth Ellmenreich und Robert Schönweger, damals Wegewart des AVS-Meran, am Projekt. Während sich Helmuth um die finanzielle Seite kümmerte und mit seiner herzlichen Art die Bergbauern entlang des Weges für sich gewann, kümmerte sich Robert um die Organisation der Arbeiten entlang des Weges, wobei er oft mit Pickel, Schaufel, Pinsel und Farbe in die Berge stieg.
- Heute verfügt der Großraum Meran über eine wunderbare Weganlage, die auf langen Strecken auch im Winter begehbar ist. Der Meraner Höhenweg wurde im Laufe der Zeit zu einem Weitwanderweg, der Touristen wie Einheimische gleichermaßen anzieht und der ohne Zweifel der Texelgruppe ein ganz besonderes Flair verleiht.
- Am meisten freue ich mich immer noch darüber, dass ich vor vielen Jahrzehnten einen in die Zukunft blickenden Alpenvereins-Chef kennenlernen durfte, der mir oft den Arm um die Schulter legte, mich mit einem Lachen begrüßte und mir seine neuesten Ideen präsentierte.

Christjan Ladurner

Anbei noch eine alte Wetterweisheit aus Südtirol:

*Wenn man lange genug wartet,  
wird das schönste Wetter.*



# Die Entstehung des Meraner Höhenweges

## ↳ Die Texelgruppe

- Ohne die Texelgruppe gäbe es keinen Meraner Höhenweg. Einen Weg in Endlosschleife um diesen Berg herumzulegen, war eine grandiose Idee. Nach einer etwas holprigen Anlaufzeit von gut und gerne einem Jahrzehnt wurde der Meraner Höhenweg zu einer nicht mehr wegzudenkenden Einrichtung. Die Symbiose Texelgruppe und Höhenweg bietet dem Wanderer und Bergsteiger fast unbegrenzte Möglichkeiten.
- Der Höhenweg kann an den verschiedensten Orten als Zustieg in die Texelgruppe genutzt werden, man kann die Berglandschaft durchqueren und trifft auf der gegenüberliegenden Seite wieder auf den Weg. Öffentliche Verkehrsmittel begünstigen den Ein- und Ausstieg in den Meraner Höhenweg. Schutzhütten, wie z. B. die Lodnerhütte oder das Hochganghaus verkürzen die Aufstiege zu den wilden Gipfeln und ermöglichen Mehrtagestouren.
- Bereits um die letzte Jahrhundertwende wurde die Texelgruppe vom Wiener Bergsteiger Dr. Guido Lammer erkundet. Dabei bestieg er die meisten Gipfel, von denen noch viele ins ewige Eis gebettet waren und fertigte eine wertvolle Abhandlung mit den dazugehörigen Skizzen an. 1974 errichtete die Sektion Meran des Südtiroler Alpenvereins in der Milchseescharte auf 2707 m und oberhalb des gleichnamigen Sees eine kleine Biwakschachtel, die den Namen Guido-Lammer-Biwak trägt.
- Damals war der AVS-Meran unter der Führung von Helmuth Ellmenreich noch in Aufbruchstimmung. Die Hubschrauberstaffel des italienischen Heeres im nahen Bozen konnte dazu überredet werden, die Einzelteile in die Scharte zu fliegen, wo man sie dann zusammenbaute. 1976 wurde von der Südtiroler Landesregierung der Naturpark Texelgruppe ins Leben gerufen, der mit 33.430 ha der größte in Südtirol ist.
- Immerhin besuchte auch der berühmte Landschaftsmaler E.T. Compton die Texelgruppe. Er übertrug die wilde Vielfalt der Landschaft mit Farbe und Pinsel auf die Leinwand und hinterließ der Nachwelt Eindrücke, die nach und nach langsam verschwinden werden.



## ↳ **Helmuth Ellmenreich, genannt der Alpenscheich**

- Helmuth Ellmenreich wurde 1920 in Niederdorf im Pustertal während des Sommerfrisch-Aufenthaltes seiner Eltern geboren und gleich darauf nach Meran „überführt“, wo er seine ersten vierzehn Lebensjahre verbrachte. Dann schickte ihn der Vater nach Leipzig, wo er die Buchhändler-Lehranstalt besuchte und am bibliografischen Institut arbeitete. Nach Abschluss der Lehre verlegte er sich nach Innsbruck, um in der Wagnerischen Universitätsbuchhandlung zu arbeiten. In Innsbruck begann er beim Alpenverein seine bergsteigerische Karriere. Er kraxelte, wanderte und tourte mit den Skiern im Karwendel, den Tuxer- und Stubai Alpen.
- Der Krieg bereitete seinen bergsteigerischen Ambitionen ein jähes Ende. 1940 wurde er zur Wehrmacht eingezogen, geriet in russische Kriegsgefangenschaft und kehrte erst im September 1945 auf abenteuerlichen Wegen zurück nach Meran. Eine Weile arbeitete er im väterlichen Betrieb und in der Druckerei Pötzelberger am Pfarrplatz in Meran; später übernahm er mit seiner Frau Helga ein Tabak- und Zeitungsgeschäft in den unteren Lauben. Er war Gründungsmitglied des AVS-Meran im Jahre 1946. 1962 wurde er als erster Vorstand gewählt; 35 Jahre lang leitete er dann die Geschicke des Alpenvereins. Neben seinem Lebenswerk – dem Meraner Höhenweg – war er auch maßgeblich an der Schaffung des Naturparks Texelgruppe beteiligt.
- Helmuth Ellmenreich war ein ausgezeichnete Fotograf der über 4200 Farblichtbilder hinterließ. Er publizierte Führer (Die Meraner Bergwelt), hatte eine eigene Radiosendung (Freude am Berg) und hielt immer wieder Lichtbildervorträge. Im Jahre 2002 verstarb er mit 82 Jahren in Meran.

## ↳ Der Alpenscheich als Vater

### SOHN FRIEDRICH ERZÄHLT

- „Am Sonntag sind wir immer zum Wandern gegangen, wie hätte es anders sein können. Die Ungeduld von uns Kindern vertrieb mein Vater mit dem rettenden Gasthaus, das gleich hinter der nächsten Bergkuppe lag! Und wenn mich heute jemand fragt, ob ich diesen oder jenen Gipfel schon bestiegen hatte, so antworte ich immer, dass dies sicher zutreffe, nur erinnern, erinnern kann ich mich nicht daran! Mein Vater war mit ganzer Seele für den Alpenverein da. Woher er die Zeit nahm? Genaugenommen steht auch hinter diesem starken, herausragenden Mann immer eine noch stärkere Frau.
- Meine Mutter Helga schmiss die Familie und unser kleines Geschäft unter den Lauben, wenn mein Vater am Weg war. Und er war oft am Weg! Das Geschäft hatte er zusammen mit meiner Mutter von der Großtante Sophie erworben und zu einer Einrichtung in Meran gemacht. Denn dort konnte man nicht nur Briefmarken und Taschen kaufen, sondern später auch noch Rucksäcke, Wanderstöcke und andere Utensilien, die Wanderer so benötigten. Das Geschäft war im Grunde genommen eine zweite AVS-Zentrale. Zu seinem Spitznamen kam mein Vater beim damals äußerst beliebten „Paarrennen“ im Ski-gebiet Meran 2000, an dem die Paare maskiert teilnahmen. Er fegte als Scheich verkleidet mit seiner Partnerin die Piste hinunter.
- Mein Vater war eine freundliche Person, die gerne lachte. Er war ein offener und unvoreingenommener Mensch. Es ist lange her, dass er das Amt des Ersten Vorsitzenden im Alpenverein Meran für 35 Jahre bekleidete. Doch schon damals suchte er auch den Kontakt zum italienischen Alpenclub. Seine Ideen könnte man rückblickend und für die damalige Zeit als bahnbrechend bezeichnen. Schon damals wollte er einen Klettersteig im Meraner Raum bauen; hinauf auf den Sulfner Knott; auch den Ifinger hatte er ins Auge gefasst. Damit die Meraner nicht so weit fahren müssten und die Touristen hier bleiben würden,



*Mutter Helga und Vater Helmuth mit den Kindern  
Wolfgang und Friedrich in Passeier, 1964*

anstatt in die Dolomiten zu reisen. Die Idee wurde erst viele Jahrzehnte später vom Tourismus- und Alpenverein Schenna am Ifinger umgesetzt.

- Der Meraner Höhenweg war seine und Robert Schönwegers „Erfindung“. Robert war damals Wegewart beim AVS-Meran. Zehn Jahre seiner Zeit als Alpenvereinschef widmete er der Umsetzung des Höhenweges. Heute ist der Weg eine bedeutende Einrichtung für den lokalen Tourismus. Oben am Berg möchte ihn keiner mehr missen, weder die Gasthöfe noch die Bahnen... Mein Vater hatte einen guten Draht zu den Bergbauern. Er war ein einfacher Mensch ohne Allüren und mit einem herzlichen Lachen. Doch während der Planung und die ersten Jahre am Höhenweg hatte er nichts zu lachen mit den derben Gesellen oben am Steilhang. Die wollten keinen Weg und auch keine Touristen. Bis die ersten eintrafen und nach Verpflegung und Getränken verlangten; auch übernachteten wollten sie auf den Höfen. Bezahlt haben sie dafür mit der schönen, harten D-Mark, die wir Südtiroler so liebten.

Später haben dann einige Bauern meinen Vater gebeten, den Weg ein klein wenig zu verlegen; etwas näher vorbei am Gehöft, das wäre gut ...

- So war er, mein alter Mann. Ein Mann aus dem Volk, den man angreifen konnte. Der Alpenscheich eben, der Pläne machte, sie umsetzte und gut delegieren konnte. Mit einem herzlichen Lachen auf dem Gesicht. Vielleicht haben ihn deswegen so viele Menschen in guter Erinnerung; nicht wegen dem Höhenweg, sondern weil er der Alpenscheich war.“

## ↳ **Der Alpenscheich und Robert Schönweger**

- Was wäre ein Oberkommandant ohne eine graue Eminenz? Helmuth Ellmenreich führte damals ohne Zweifel das Oberkommando über den Alpenverein Meran. Sein Strom endloser Ideen riss nie ab. In einer Zeit, in der die Geldmittel des AVS recht dürftig waren und sehr viele, wenn nicht die meisten Projekte alleine durch Freiwilligenarbeit verwirklicht werden konnten, war es die Aufgabe von Robert, der damals Wegewart und Dritter Vorsitzender des AVS-Meran war, die „Dinge“ in geregelte Bahnen zu leiten. Projekte mussten zuerst aufs Papier und dann in die Berge gebracht werden, das immer weitläufiger werdende Wegenetz musste markiert und gewartet werden. „Der Alpenscheich war eine Ideenmaschine, oft musste ich ganz sanft auf die Bremse treten, damit wir nicht komplett in der Ideenflut untergingen“, erzählt mir Robert.
- Ich erinnere mich noch gut daran, wie ich Robert Schönweger das erste Mal begegnete. Damals war ich Anwärter bei der Bergrettung Meran. Robert, selbst Bergretter, war ein anerkannter, konditionsstarker Westalpen-Bergsteiger. Die Westalpen schienen für mich damals in unerreichbarer Ferne, die Berge so hoch wie der Mt. Everest. Immer wieder fuhr Robert dorthin, um die vielen 4000er über die verschiedensten Routen zu besteigen. Von seinen Unterschenkeln, die einem Handball glichen, war ich mehr als beeindruckt. Ich verglich sie mit



## ↘ **Kleine Geschichte der Materialeilbahnen entlang des Höhenweges**

- Heute sind die Berge Südtirols durch moderne Seilbahnen erschlossen, die den Wanderer in kürzester Zeit mühelos nach oben bringen. Zudem hat so gut wie jeder Bergbauernhof im Land seine eigene Zufahrtsstraße. Lange schon hat man vergessen, wie früher die Gegebenheiten oben am Steilhang waren. Obwohl der Bergbauer damals ein Selbstversorger war, musste doch alles Mögliche an Material den Berg hinauf- und hinuntertransportiert werden. Bevor Drähte und Stahlseile gespannt wurden, kam so gut wie alles auf dem Rücken der Bauern den Berg hinauf und auch wieder herunter. Der Wald war damals eine wertvolle Einnahmequelle für den Bergbauern, der auch Brennholz hinunter ins Tal verkaufte.
- Schon gegen Ende des 19. Jahrhunderts wurden am Vinschger Sonnenberg die ersten Drähte gespannt. Die sogenannten Schussdrähte haben eine lange Tradition und kommen auch heute noch im hinteren

Passeiertal zum Einsatz. Heu und auch Holz wurde mit einem einfachen Haken in einen gespannten Draht eingehängt und sauste ungebremst talwärts. Die einfachen Eisendrähte mussten oft mühevoll den Berg hinaufgetragen werden und wurden gerade beim „Holzdrahteln“ (so wurde das Einbringen des Holzes mittels Draht und Haken genannt) immer wieder verlegt und neu gespannt. Später kamen dann einfache Feldbahnen mit Gegengewicht zum Einsatz. So transportierte man Heu und Mist, aber auch andere Dinge über längere Strecken, wobei als Gegengewicht zumeist Wasser verwendet wurde.

- Schon um 1920 kam auf dem Hof Pardell im Vinschgau so eine Bahn zum Einsatz. In den späten 1950er Jahren begann dann langsam das Zeitalter der Material-Seilbahnen. Der Bauer vereinte dabei oft in einer Person die Position des Planers, Erbauers und Wartungstechnikers. Viele, etwas unheimlich anmutende Materialbahnen entstanden, Benzinmotoren kamen zum Einsatz, Bau- und Wartungsvorschriften gab es keine. Die Stützen wurden aus Lärchenholz, das man oben am



# Die 5 Etappen des Meraner Höhenweges

1

2

3

4

5

- 1. Etappe:** Von Hochmuth nach Giggelberg
- 2. Etappe:** Von Giggelberg nach Katharinaberg
- 3. Etappe:** Von Katharinaberg zur Stettiner Hütte
- 4. Etappe:** Von der Stettiner Hütte nach Matatz
- 5. Etappe:** Von Matatz nach Hochmuth



*Blick von der Hochmuth auf die Zielspitze  
und ins Vinschgau*

1

1. Etappe:  
Von Hochmuth  
nach Giggelberg





## 1. Etappe

# Von Hochmuth nach Giggelberg

- Hochmut oder Hochmuth? Über die richtige Schreibweise lässt sich streiten; was aber ganz sicher stimmt, die Hochmuth ist ein empfehlenswerter Ausgangspunkt für den Meraner Höhenweg. Losgehen soll es im Uhrzeigersinn.
- Die Seilbahn auf die Hochmuth macht es den Bahnen im Meraner Raum vor. Pünktlich um halb acht Uhr ruckelt die erste Kabine nach oben.
- Die Bergstation der Hochmutherbahn liegt neben dem „Hochmuther“, dem höchstgelegenen der Muthöfe. Die Wiesen sind so steil, dass sie sogar einem gestandenen Alpinisten Angst einflößen könnten. Hier braucht man Steigeisen, Pickel und Seil zum Mähen oder man ist dort oben aufgewachsen.
- Noch Anfang der 60er Jahre des letzten Jahrhunderts besuchten die Kinder der Muthöfe die Zwergschule, die bei den unteren Muthöfen gelegen war. Die Seilbahn kam erst viel später, die Touristen auch und heute ist der Hochmuther über eine Forststraße erreichbar.
- Morgens herrscht noch Ruhe am Berg. Langsam und bedächtig beginnt die Sonne eines der schönsten Panoramen im Land zu beleuchten. Zwischen den Gehöften hindurch schlängelt sich der Weg nach oben, die Gebäude kleben am Hang und dazwischen spannen sich die Seile der Materialbahnen. Ohne Materialbahn geht hier oben fast nichts. Zudem muss man sich gut verstehen mit dem Nachbarn auf so engem Raum...
- Ein kurzer Anstieg nur, der Duft des frisch gemähten Heus und die Stille sind meine einzigen Begleiter. Die anderen Passagiere der ersten Gondel steigen Richtung Mutspitze auf.



- Der Hans-Frieden-Weg verläuft recht luftig entlang des Südhanges der Mutspitze. Der Weg ist breit, einige ausgesetzte Stellen sind mit Ketten gesichert; trotzdem ist hier Vorsicht angebracht! Mit einem grandiosen Blick auf das Etschtal und weit hinein in den Vinschgau geht es mühelos zur Leiteralp. Danach führt ein gepflasterter Weg, der immer wieder über schöne Steinstufen verläuft, durch den kühlen Wald bis zu einem Bach. Über eine Brücke, die dem Planer wohl an einem schlechten Tag aus der Feder aufs Papier gerutscht ist, wird der „Erste Gröben“, eine Verlängerung des Töll-Grabens überquert. Der Weg verschwindet wieder im Wald und das Metallmonster ist vergessen.
- Die nächste Station ist das Hochganghaus, das früher einmal an den Alpenverein verpachtet war und heute von den Eigentümern privat geführt wird. Die alte und die neue Hütte stehen eng nebeneinander. Der Weg führt nun in stetem Auf und Ab, vorbei an der Goidner Alm, und weiter durch den Wald zur Lichtung der Hohen Wiege bis zur Tablander Alm, wo man einkehren kann. Der Neubau aus Lärche ist wie geschaffen für diesen grandiosen Platz, der vom 3000 m hohen Tschigat überragt wird. Genau genommen ist der Berg 2998 m hoch, aber er gilt als Dreitausender und eine 2 m Lüge ist verzeihlich!
- Weiter geht es dann abwärts zur Nasereithütte, die im Jahre 2014 neu errichtet wurde. Bleibt nicht mehr viel zu tun; der relativ gemütliche Aufstieg über einen wunderbaren Weg, über den nun Scharen von Menschen nach unten strömen, endet am Giggelberg, dem Tagesziel.

## ETAPPENBESCHREIBUNG

Vom Hochmuther (1400 m) – vor dem Abmarsch eines der schönsten Panoramen Südtirols bewundern – auf dem Weg Nr. 24 über den Hans-Frieden-Weg zur Leiteraln (1522 m). Zeit für eine kurze Rast, um dann bis zum Hochganghaus (1839 m) weiterzuwandern. Ab Hochgang nimmt der Meraner Höhenweg schon (das erste Mal) alpinere Züge an. Der Weg wird zum Steig, nennt sich AVS-Jugendweg und führt vorbei an der Tablander Alm (1788 m) hinunter zur Nasereithütte (1523 m). Der Zielbach, der inmitten der Texelgruppe entspringt, wird hier überquert und durch den Rammwald geht es weiter aufwärts zum Berggasthof Giggelberg (1565 m).

→| 13,5 km

▲ ca. 970 Hm

▲↓ ca. 750 Hm

🕒 5½–6 Std.





Z i e l t a g

TSCHIGAT  
2998

SATTELSPITZE  
2428

Milchsee

Schutzhütte Nasereit  
1523

Tablander Alm  
1788

24

AVS-Jugendweg

24  
Goidner Alm

Sch  
183

HOHE WIEGE  
1809

Tabland

Partschinser Wasserfall

Giggelberg  
1565

Texelbahn

Partschins  
626

P

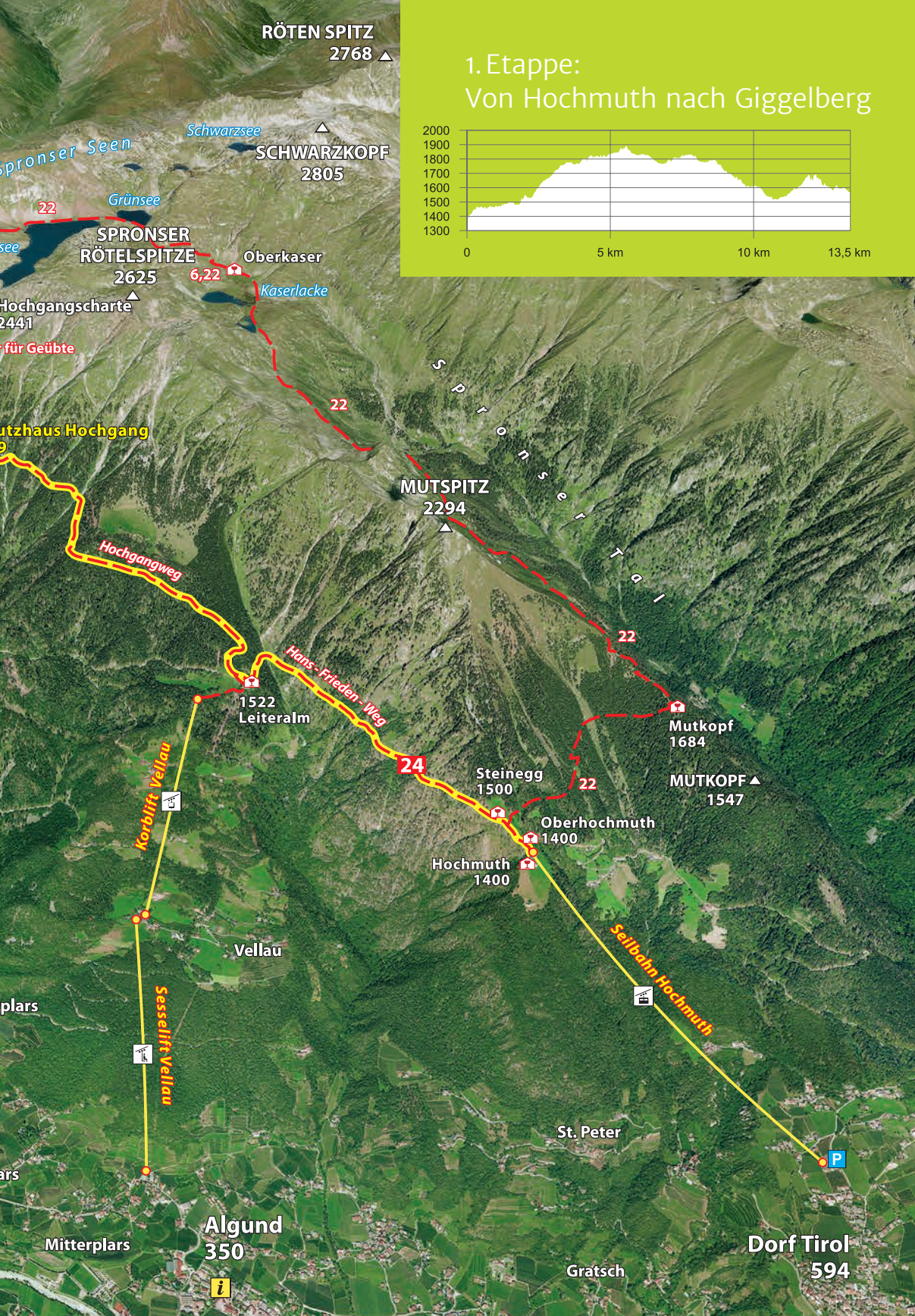
Ober

Rabland

Töll

PI

reality maps

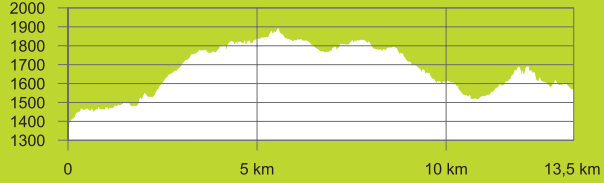


RÖTEN SPITZ  
2768 ▲

SCHWARZKOPF  
2805 ▲

SPRONSER  
RÖTELSPITZE  
2625

# 1. Etappe: Von Hochmuth nach Giggelberg



MUTSPITZ  
2294 ▲

Mutkopf  
1684  
MUTKOPF ▲  
1547

Hochmuth  
1400

Steinegg  
1500

Vellau

St. Peter

Algund  
350

Dorf Tirol  
594

Mitterplars

Gratsch





Leiteralp

# Der Meraner Höhenweg in 6 Etappen

Wer am Anfang lieber etwas kürzere Tagesetappen machen möchte, der kann den Meraner Höhenweg auch in sechs Tagen erwandern.

## ↘ 1. Teilstrecke: Hochmuth bis Giggelberg

Auffahrt mit der Seilbahn von Dorf Tirol

Routenverlauf: **Hans-Frieden-Weg zur Leiteralp-Hochganghaus-Tablander Alm-Nasereit-Giggelberg**

Weglänge: **13,5 km**

Höhenmeter im Aufstieg: **ca. 970 m**

Höhenmeter im Abstieg: **ca. 750 m**

Gehzeit ohne Rastpausen: **5½–6 Std.**

## ↘ 2. Teilstrecke: Giggelberg bis Katharinaberg

Routenverlauf: **Hochforch-Pirch-Grub-Galmein-Innerforch-Lint-Innerunterstell-Kopfron-Katharinaberg**

Weglänge: **15,4 km**

Höhenmeter im Aufstieg: **ca. 700 m**

Höhenmeter im Abstieg: **ca. 1000 m**

Gehzeit ohne Rastpausen: **5–5½ Std.**



Mitterkaser



Pfelders

### ↘ 3. Teilstrecke: Katharinaberg bis Rableid Alm

Routenverlauf: **Katharinaberg–Montfert–Vorderkaser–Mitterkaser–Rableid**

Weglänge: **11,2 km**

Höhenmeter im Aufstieg: **ca. 970 m**

Höhenmeter im Abstieg: **ca. 200 m**

Gehzeit ohne Rastpausen: **4<sup>1</sup>/<sub>2</sub>–5<sup>1</sup>/<sub>2</sub> Std.**

### ↘ 4. Teilstrecke: Rableid Alm bis Pfelders

Routenverlauf: **Eishof–Eisjöchl–Stettiner Hütte–Lazins–Zepplich–Pfelders**

Weglänge: **19 km**

Höhenmeter im Aufstieg: **ca. 900 m**

Höhenmeter im Abstieg: **ca. 1300 m**

Gehzeit ohne Rastpausen: **6<sup>1</sup>/<sub>2</sub>–7<sup>1</sup>/<sub>2</sub> Std.**

Richtung Ulfas



Milchkannen beim  
Sonnenbaden

## ↘ 5. Teilstrecke: Pfelders bis Matatz

Routenverlauf: **Innerhütt–Ulfas–Christl–Matatz**

Weglänge: **17,8 km**

Höhenmeter im Aufstieg: **ca. 500 m**

Höhenmeter im Abstieg: **ca. 1050 m**

Gehzeit ohne Rastpausen: **6–7 Std.**

## ↘ 6. Teilstrecke: Matatz bis Hochmuth

Routenverlauf: **Magdfeld–Vernuer–Gfeis–Longfall–Talbauer–Hochmuth (oder der bis nach Longfall und Abstieg nach Dorf Tirol)**

Weglänge: **18,5 km**

Höhenmeter im Aufstieg: **ca. 1300 m**

Höhenmeter im Abstieg: **ca. 1000 m**

Gehzeit ohne Rastpausen: **7–8 Std.**

### **Hinweis**

Alle Angaben in diesem Führer wurden vom Autor sorgfältig recherchiert. Sollten Sie bei Ihren Touren dennoch Unstimmigkeiten bemerken, nimmt der Verlag Ihre Hinweise gerne entgegen ([buchverlag@athesia.it](mailto:buchverlag@athesia.it)). Die Benutzung dieses Führers erfolgt auf eigenes Risiko. Eine Haftung für etwaige Unfälle und Schäden wird weder vom Autor noch vom Verlag übernommen.

Das Werk, einschließlich aller seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

### **Bildnachweis**

Athesia-Tappeiner Verlag, Christjan Ladurner, Amt für Naturparke, Anton Egger, Friedrich Ellmenreich, Renato Grassi, Josef Hackhofer, Panthermedia, Tourismusverein Dorf Tirol/Klaus Peterlin, Robert Schönweger sowie Bilder aus dem Privatbesitz der Inserenten.



2017

Alle Rechte vorbehalten

© by Athesia AG, Bozen

Design & Layout: Athesia-Tappeiner Verlag

Druck: Athesia Druck, Bozen

ISBN 978-88-7073-878-0

[www.athesiabuch.it](http://www.athesiabuch.it)

[buchverlag@athesia.it](mailto:buchverlag@athesia.it)

**TAPPEINER.**

 **designed + produced**  
IN SÜDTIROL

- In diesem Buch über den Meraner Höhenweg werden einerseits die **Geschichte** und die **Entstehung** des Weges anhand von historischen Bildern und vielen Hintergrundinformationen beleuchtet und andererseits die **5 Etappen** des Weges **detailliert beschrieben** und bebildert. Zusätzlich werden der Verlauf jeder Etappe auf einem **3D-Panorama** eingezeichnet, die Einkehr- und Übernachtungsmöglichkeiten aufgezeigt, Varianten- und Gipfelziele entlang des Weges dargestellt sowie Besonderheiten am Wegesrand – wie z.B. die 1000-Stufen-Schlucht – aufgeführt und bebildert.
- Der **Naturpark Texelgruppe** wird mit seiner Geologie, Flora und Fauna beschrieben und bebildert und es werden die **schönsten Fotopunkte** entlang des Meraner Höhenweges ausgemessen, lokalisiert und fotografisch festgehalten.
- Selbstverständlich dürfen Ausrüstungs- und Verpflegungstipps, Infos zu den öffentlichen Verkehrsmitteln und Seilbahnen sowie Anleitungen zur Sicherheit am Meraner Höhenweg nicht fehlen.
- Eine **zusätzliche Karte** zum Entnehmen mit topografischem und 3D-Ausschnitten erleichtert die Orientierung am Höhenweg und kann direkt in den Rucksack!
- **GPS-Daten** der Etappen und Varianten sowie eine eigene **APP** zum Meraner Höhenweg vervollständigen das Paket.



**+APP**  
ZUM BUCH

[www.athesiabuch.it](http://www.athesiabuch.it)

ISBN 978-88-7073-878-0



9 788870 738780