



6 MOUNTAIN BIKE TOUREN IN TIROL

Michael Wagner
Verlag

WICHTIGER HINWEIS

Die Naturschönheiten Nordtirols, einer der reizvollsten Landschaften des gesamten Alpenraums, lassen sich hervorragend auf dem Mountainbike entdecken. Nicht verschwiegen werden soll, dass in unserem wunderschönen Land leider immer noch Mountainbike-Routen existieren, die offiziell nicht freigegeben sind. Wir sind uns dieser Tatsache bewusst und haben die gesetzlichen Bedingungen zu akzeptieren. Selbstverständlich ist auch uns die Bewahrung unserer einzigartigen Landschaft ein großes Anliegen, denn nur, wenn wir behutsam mit unserer Umwelt umgehen, bleibt uns diese als Erholungsraum erhalten. Deshalb hoffen wir, im Sinne aller Beteiligten, dass eine allseits beliebte Sportart in Zukunft auch in Tirol unter vernünftigen Rahmenbedingungen ausgeübt werden kann.

Weil wir aber nicht wissen, welche Routen in Zukunft freigegeben werden, haben wir die in diesem Booklet beschriebenen Routen aufgrund ihrer theoretischen Eignung zum Befahren mit Mountainbikes ausgewählt. Im Vordergrund stehen die landschaftlichen Reize und die sportliche Herausforderung.

Deshalb weisen wir an dieser Stelle darauf hin, dass es für jeden Mountainbiker, der eine dieser Routen befahren möchte, selbstverständlich sein sollte, sich an geeigneter Stelle (bei der betreffenden Gemeinde, der Polizei, den Grundeigentümern etc.) zu erkundigen, ob das Befahren dieser Strecken rechtlich erlaubt ist.

Aufgrund der Länge einzelner Touren ist niemals auszuschließen, dass der eine oder andere Abschnitt wegen fehlender Zustimmung des Grundeigentümers nicht befahren werden darf. Sowohl solche Hindernisse als auch generelle Fahrverbote sind im Interesse jedes Einzelnen, aber auch im Interesse des Mountainbike-Sports, unbedingt zu beachten. Die Vorbereitung einer Tour muss daher auch derartige Nachforschungen umfassen.

Die einzelnen Routen und Tourenvorschläge wurden sorgfältig, nach bestem Wissen und Gewissen, zusammengestellt. Für die Richtigkeit der Angaben, besonders was die einzelnen Wegverläufe, die tatsächliche Beschaffenheit der Wege und die jeweilige rechtliche Erlaubnis zum Befahren betrifft, kann keinerlei Haftung übernommen werden. Darüber hinaus ist allgemein bekannt, dass der Mountainbike-Sport nicht unerhebliche Gefahren birgt. Das Befahren der in diesem Buch beschriebenen Routen erfolgt – wie auch sonst – stets auf eigene Gefahr und Risiken. Eine Haftung des Verlages oder der Autoren für selbst erlittene oder anderen zugefügte Schäden ist ausgeschlossen.

Selbstverständlich müssen Gefährdungen von Menschen, Tieren und der Umwelt unter allen Umständen vermieden werden. Der verantwortungsbewusste Biker fährt so, dass er ohne Gefährdung für andere auf Anforderung stehen bleiben kann und keine ökologischen Schäden verursacht. Verlag und Autoren gehen davon aus, dass Benutzer dieses Booklets durch ihr vorbildliches Verhalten zum positiven Image dieser Sportart beitragen. Bei Befolgung dieser und der allgemeinen Verkehrsregeln sollte einem genussvollen Mountainbiken nichts mehr im Wege stehen, wobei wir allen viel Spaß wünschen!

Liebe Mountainbike-Begeisterte,

in diesem Booklet findet ihr sechs Touren in Tirol, von gemütlich-entspannt bis sportlich-anspruchsvoll. Die Touren sind mit Wegbeschreibungen, Übersichtskarten, Fotos und Roadbooks detailliert dargestellt, genaue Informationen über Länge und Dauer, Schwierigkeitsgrad, Wegbeschaffenheit und Routenverlauf ermöglichen die perfekte Vorbereitung. Unter www.bikerides.at stehen alle Touren im Buch als GPS-Tracks im universellen GPX-Format zum Download bereit.

Und wer nicht genug kriegen kann: Claudia Hammerle und Willi Hofer haben in ihren Mountainbike-Guides alle Mountainbike-Klassiker in Innsbruck und Umgebung, im Tiroler Oberland und Unterland gesammelt.

Viel Spaß beim Radeln!

Euer Team vom Michael Wagner Verlag

QR-CODE

Bei jeder Tour ist im Kopf der Seite ein QR-Code zu finden, der den direkten Link zu den jeweiligen *GPS-Dateien* im universellen *GPX-Format* beinhaltet. Den QR-Code mit der eingebauten Kamera des Smartphones oder Tablets scannen und den Link zum Herunterladen der *GPX-Files* anklicken. Die gezippte Datei entpacken und anschließend die *GPX-Datei* mit der Navi-App Ihrer Wahl öffnen.

BEWIRTSCHAFTUNGSFORMEN

 **Berggasthof, Schutzhütte, Jausenstation:** Die Verpflegung reicht hier von einem Glas Buttermilch bis zum mehrgängigen Menü.

 **Alm:** Bezüglich Verpflegung sind diese Almen unbewirtschaftet.

GEFÄHRLICHKEITSSTUFEN: G1 – G5

 Die *Gefährlichkeit* eines Weges ist maßgebend dafür, ob der Weg fahrend, schiebend oder tragend bewältigt wird. Umzusehen und nach alternativen Varianten suchen ist in Extremsituationen eine sehr kluge Entscheidung. Die *Gefährlichkeit* ist objektiv schwer zu beschreiben. Die an dieser Stelle beschriebenen *Gefährlichkeitsstufen* erleichtern die Einschätzung des Unfallrisikos. Voraussetzung für die Beschreibung der *Gefährlichkeit* ist *Schwindelfreiheit*, *hundertprozentige physische Leistungsfähigkeit* und keine zusätzlichen Störfaktoren wie *starker Wind*, *Lärm* oder *Sichtbehinderungen* wie zum Beispiel Schnee, Regen oder Staub.

G1: Absolut ungefährliches Gelände. Das Absteigen und Anhalten ist freiwillig und unabhängig von der *Gefährlichkeit*. Beispiele dafür sind gut präparierte Forststraßen mit einem maximalen Gefälle von 20 Prozent.

G2: Diese *Gefährlichkeitsstufe* beschreibt Wege in relativ homogenem Gelände mit mäßigem Gefälle. Unfreiwilliges Anhalten und Absteigen vom Bike, bei meist niedrigem Tempo, ist jederzeit möglich, sollte nicht zum Sturz führen und ist Teil der Fahrtechnik. Ein Beispiel dafür sind grobschottrige vom Regen ausgewaschene steile Forst- und Karrenwege.

G3: Diese *Gefährlichkeitsstufe* beschreibt Wege mit vorhandenem Sturzraum oder Sturzraumsicherungen, wie man sie aus Bikeparks kennt. Rechtzeitiges Abspringen vom Bike im homogenen Gelände ist vermutlich eine Situa-

tion, die bereits jeder kennt – mit Schürfwunden muss gerechnet werden. Der *Endurohelm*, die *Knieschützer* und die *Langfingerhandschuhe* schützen vor größeren Verletzungen.

G4: Bei dieser *Gefährlichkeitsstufe* beträgt die maximale Sturzhöhe zwei Meter. Bei einem Sturz sind Verletzungen nicht auszuschließen. Volle *Schutz-ausrüstung* ist empfehlenswert.

G5: Diese *Gefährlichkeitsstufe* beschreibt den *Freien Fall* über drei Meter, Sturzräume mit extremer Hangneigung, auf denen Anhalten unmöglich ist, Stürze in einen reißenden Bach oder Wege, die aufgrund von Lawinengefahr oder Steinschlag gesperrt sind. Volle *Schutz-ausrüstung* mit Integralhelm ist empfehlenswert.

FAHRTECHNISCHE SCHWIERIGKEITSSTUFEN – „HOFER-SKALA“

 Die „Hofer-Skala“ beschreibt fahrtechnisch schwierige Abschnitte in fünf Schwierigkeitsstufen – von S1 bis S5. Angewendet wird sie auf Wegabschnitten, auf denen die *Fahrtechnik* im Vergleich zur *konditionstechnischen Leistungsfähigkeit* eine übergeordnete Rolle spielt. Deshalb führen diese Abschnitte fast ausschließlich bergab. Horizontal führende Wege mit kurzen Anstiegen können auch von dieser Bewertung betroffen sein und sind sehr oft *fahrtechnisch* und konditionell gleichwertig. Steile und schmale *Karrenwege*, *Hohlwege*, *Single Trails*, aber auch Wege, die durch Unwetter stark in Mitleidenschaft gezogen wurden, sind zu erwarten. Diese Wegarten werden im folgenden Text kurz als *Trail* oder *Track* bezeichnet.



Weit aus dem Boden ragende Wurzeln – S3/G3

Die Trails führen sehr oft auf grobschottrigem losen Untergrund, auf Waldböden mit oder ohne Wurzeln, die als *Wurzelteppich* oder vereinzelt aus dem Boden ragen und Stufen bis zu einen halben Meter bilden können, auf *weichen sumpfigen Wiesenböden* oder auf großflächigen, im Boden fest verankerten *Stein- bzw. Felsplatten*. Abhängig von der Jahreszeit, der Witterung und der Pflege können auf den Trails viel *Laub* und *Gras*, viele *Tschurtschen*, kleine *Äste* und *loses Geröll* liegen. Witterungsbedingt können *umgestürzte Bäume*, im Weg liegende große *Äste*, *Muren* und *Lawinen* die fahrtechnischen Herausforderungen auf diesen Abschnitten verändern.

Die Bewertung der *Schwierigkeit* ist unabhängig von der *Gefährlichkeit* und setzt trockenen Untergrund voraus. *Nässe*, *Schnee* und *Eis* erhöhen meistens, aber nicht immer den Schwierigkeitsgrad. Zum Beispiel sind nasse Schotterstraßen in der Regel griffiger als trockene.

S1: Die *Schwierigkeitsstufe* S1 beschreibt Trails, die für jeden geübten Mountainbiker bewältigbar sind. Die Trails führen auf *verfestigten Untergrund*, es sind keine engen Kurven, Spitzkehren oder hohe Stufen zu erwarten. Das maximale Gefälle bzw. die maximale Steigung beträgt 30 Prozent. Abhängig von der Kondition (siehe Konditionsstufen) sind diese Trails für Fortgeschrittene und Profis auch bergauf fahrbar.



Dieser horizontal verlaufende Trail ist in beiden Richtungen fahrbar. In der Wegbreite liegt die fahrtechnische Herausforderung – S1/G2.

S2: Die Schwierigkeitsstufe S2 beschreibt Trails mit starker Neigung bis zu 70 Prozent, engen Kurven, aber keine Spitzkehren. Der Untergrund ist wurzelig oder steinig, meist verfestigt, selten lose. Diese Schwierigkeitsstufe erfordert noch keine Trialtechniken. Bergauf sind diese Trails nur noch abschnittsweise fahrbar. Das Bike lässt sich abhängig von der Wegbreite komfortabel schieben.



Dieser steile Trail mit engen Kurven wird mit S2/G3 bewertet.

S3: Die Schwierigkeitsstufe S3 beschreibt Trails, die ohne Trialtechnik gerade noch fahrbar sind. Große Wurzeln als Wurzelteppich oder vereinzelt als Stufen, loser Schotter, große Steine oder fester Fels bilden den Untergrund. Wurzel-, Stein- bzw. Felsstufen bis zu einer Höhe von einem halben Meter, Spitzkehren, steile schmale Schräghangfahrten, trickreiche Bachüberquerungen im Wasser oder über Stege sind zu erwarten. Bergauf muss das Bike meistens getragen werden.



Dieser Abschnitt ist aufgrund des steilen, stumpfen und nicht geradlinigen Überganges mit S3/G4 zu bewerten.

S4: Die Schwierigkeitsstufe S4 beschreibt Trails, auf denen sehr oft Trialtechniken erforderlich sind, um das Absteigen vom Bike zu verhindern. Spitzkehren sind ohne seitliches Versetzen des Hinterrades nicht mehr fahrbar. Wurzel-, Stein- bzw. Felsstufen sind so hoch, dass sie ohne Anheben des Vorderrades weder bergauf noch bergab fahrbar sind.

Große Wurzeln als Wurzelteppich oder vereinzelt als Stufen, loser Schotter, große Steine oder fester Fels bilden den Untergrund.

Die Hangneigung kann so groß werden, dass nur dosiertes Bremsen von Beginn an eine unbeschleunigte Fahrt ermöglicht.

Sehr oft ist die Kombination aus schwierigem Untergrund und Trailverlauf Grund genug für eine sehr hohe Schwierigkeit. Das heißt, Trails führen am Schräghang oder durch Spitzkehren über hohe Stufen und schwierigen Untergrund. Zum Beispiel: Ein Trail mit wurzeliger Anfahrt zu einer Spitzkehre, in der sich eine 40 Zentimeter hohe Stufe befindet. Zudem blockiert nach dieser Stufe ein großer Stein die Ideallinie und muss kompliziert umfahren werden.

Bergauf muss das Bike getragen werden, Schieben ist kaum noch möglich bzw. sehr kräfteraubend und deshalb nicht sinnvoll.

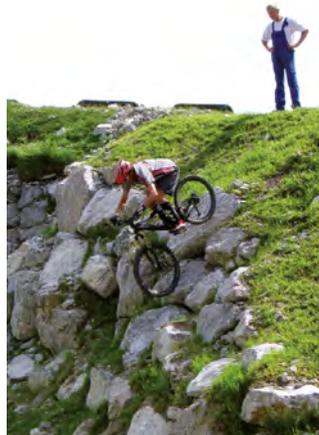


Dieser Trail führt horizontal durch verblocktes Gelände auf verfestigtem Untergrund mit viel Grip. Eine kräftezehrend dynamische Fahrweise ermöglicht eine fehlerfreie Fahrt durch dieses Geröllfeld. Wichtig dabei ist das richtige Timing beim Anheben des Vorderrades und Nachziehen des Hinterrades und beim seitlichen Versetzen des Vorder- und Hinterrades – S4/G3.

S5: Die Schwierigkeitsstufe S5 beschreibt Trails, die fast ausschließlich nur noch mit professioneller Trialtechnik zu bewältigen sind. Die Kombination aus Hangneigung, Untergrund und Trailverlauf sind sehr oft für diesen Schwierigkeitsgrad verantwortlich. Ösenartige Spitzkehren, extrem hohe Stufen, sehr schmale Schräghangfahrten, verblocktes Gelände,

schwieriger Untergrund und extremes Gefälle sind zu erwarten. Zu Fuß ist auf diesen Trails teilweise Trittsicherheit erforderlich.

Bergauf muss das Bike getragen werden, Schieben ist nicht mehr möglich.



Eine unbeschleunigte Fahrt ist aufgrund der extremen Hangneigung nicht mehr möglich. Dosiertes Bremsen entlang der Ideallinie und erst im Auslauf stark verzögern ist der Schlüssel zum Erfolg – S5/G5.

TRIENDLSÄGE



1

ANFAHRT – A12 Richtung *Arlberg*, Ausfahrt *Zirl-Ost*, anschließend der Beschilderung Richtung *Scharnitz* und *Seefeld* bis zum *Wildsee* folgen



PARKMÖGLICHKEIT – beim *Wildsee*

17,7
km

START – beim Bahnhof, der Straße Richtung Norden entlang und nach 100 m beim Bahnübergang links abbiegen, anschließend geradeaus weiter und nach 600 m der Rechtskurve Richtung *Mittenwald* folgen

01:40

TOURENBESCHREIBUNG – 17,7 km und 248 Hm sind auf dieser Rundtour von *Seefeld* über den *Ghf. Triendlsäge*, *Gießenbach* und das *Play Castle* auf Asphalt und gut präpariertem Forstweg, abwechselnd bergauf und bergab ohne nennenswerte Schwierigkeiten zu bewältigen.

248
Hm



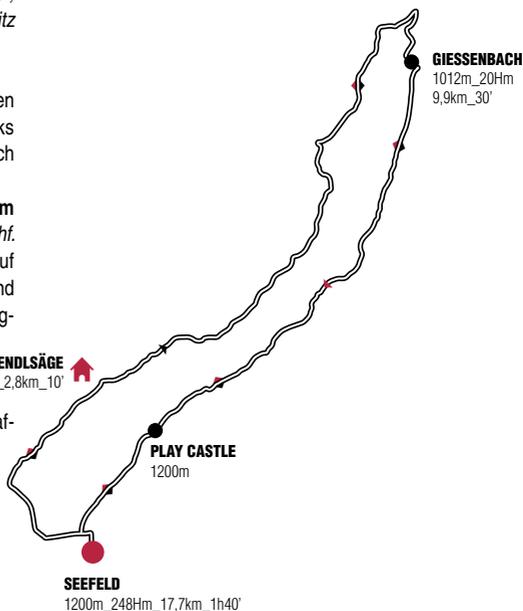
KARTEN – ÖK: 1:25000 117 |

F&B: 1:50000 322

m
1200

INFOS – *Ghf. Triendlsäge*: ganzjährig bewirtschafteter Gasthof

1012
m



Der *Hirnweg* entlang der Bahn verbindet *Seefeld* (1200 m) mit *Gießenbach* (1012 m).

EPPZIRLER ALM



ANFAHRT – Innsbruck – Gießenbach 25 km: A12 Richtung Arlberg, Ausfahrt Zirl-Ost, anschließend der Beschilderung Richtung Scharnitz nach Gießenbach folgen

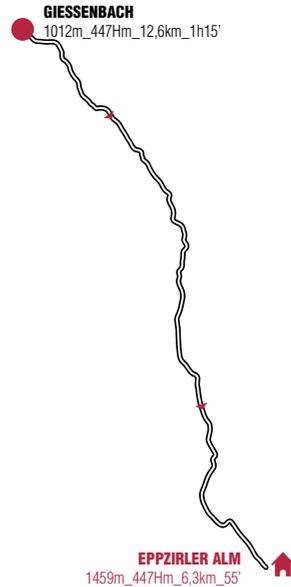
PARKMÖGLICHKEIT – beim Bahnhof Gießenbach

START – beim Bahnhof Gießenbach, dem Gießenbach entlang ins Gießenbachtal und der dortigen Beschilderung zur Eppzirler Alm folgen

TOURENBESCHREIBUNG – 6,3 km und 447 Hm sind von Gießenbach bis zur Eppzirler Alm auf gut präpariertem Forstweg permanent bergauf zurückzulegen. Der Rückweg ist derselbe. Insgesamt sind 12,6 km und 447 Hm ohne nennenswerte Schwierigkeiten zu bewältigen.

KARTEN – ÖK: 1:25000 117 | F&B: 1:50000 323

INFOS – Eppzirler Alm: im Sommer bewirtschaftete Almhütte



Die Eppzirler Alm (1459 m).

HINTERHORNALM



3

ANFAHRT – Innsbruck – Fritzens 16 km: A12 Richtung *Kufstein*, Ausfahrt *Wattens*, anschließend der Landesstraße entlang über die Innbrücke zum Bahnhof *Wattens/Fritzens*



PARKMÖGLICHKEIT – in der Nähe vom Bahnhof *Wattens/Fritzens*

29,7
km

START – beim Bahnhof *Wattens/Fritzens* auf der Nordseite dem Radweg Richtung Osten folgen und am Ende des Radweges links bergauf in die Landesstraße nach *Fritzens* einbiegen

03:00

TOURENBESCHREIBUNG – 19,2 km und 1122 Hm sind von *Fritzens* über *Maria Schnee*, die *Ganalm* und *Walderalm* bis zur *Hinterhornalm* auf Asphalt, Single Track und gut präpariertem Forstweg ohne nennenswerte Schwierigkeiten zurückzulegen. Großteils führt die Tour bis zur *Walderalm* permanent bergauf – es

1122
Hm



m
1522

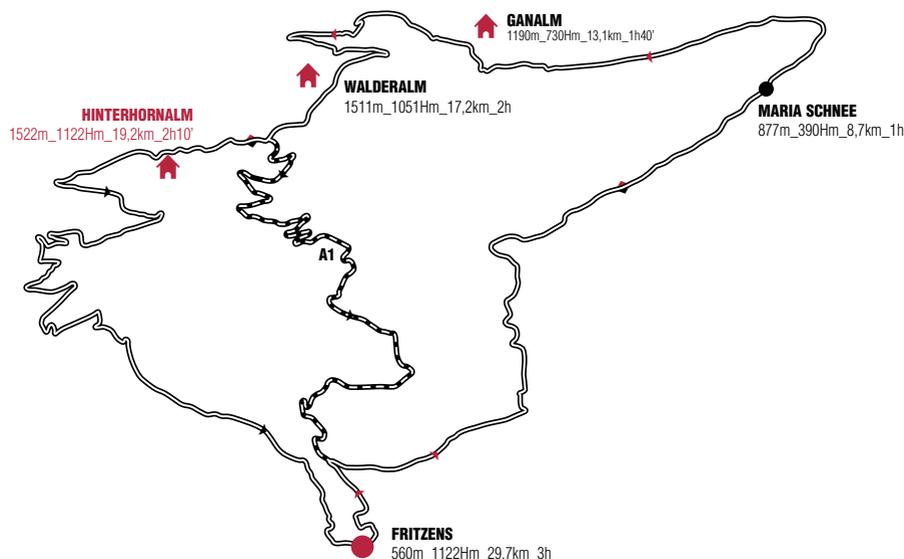
560
m

sind nur wenige kurze Abfahrten und Flachpassagen zu erwarten. Von der *Walderalm* geht es bis zur *Hinterhornalm* ohne längere Auffahrten abwechselnd bergauf und bergab. Der Rückweg führt ab der *Hinterhornalm* auf Asphalt und Forstweg permanent bergab bis *Fritzens*. Insgesamt sind auf dieser Rundtour **29,7 km** und **1122 Hm** ohne nennenswerte Schwierigkeiten zu bewältigen.

Variante Alternativroute A1 – Zwischen der *Walderalm* und der *Hinterhornalm* führt ein sehr steiler Karrenweg vom *Larchberg* bergab bis nach *St. Michael*. Anschließend folgt man der beschriebenen Hauptroute zurück zum Bahnhof *Wattens/Fritzens*.

KARTEN – ÖK: 1:25000 118 / 119 | F&B: 1:50000 241 / 323

INFOS – *Ganalm*, *Walderalm*: im Sommer bewirtschaftete Almhütten; *Hinterhornalm*: im Sommer bewirtschafteter Ghf.



Die *Ganalm* (1190 m).



Die Walderalm (1511 m).

LEHNBERGHAUS



3

ANFAHRT – Innsbruck – Mötz 38 km: A12 Richtung Bregenz, Ausfahrt Mötz, weiter auf der Bundesstraße Richtung Reutte, dann links nach Mötz abbiegen und der Straße bis zur Pfarrkirche folgen



PARKMÖGLICHKEIT – Parkplatz in der Nähe der Pfarrkirche Maria Schnee in Mötz

25,6 km

02:10

START – bei der Dorfkirche, von der Pfarrkirche in Richtung der Volksschule, dort der Straße leicht bergauf folgen, anschließend rechts in den Forstweg einbiegen und der Beschilderung nach Obsteig folgen

900 Hm



TOURENBESCHREIBUNG –

12,5 km und 900 Hm sind von Mötz über Finsterfiecht und Ghf. Arzkasten bis zum Lehnberghaus auf Asphalt und Forststraßen großteils bergauf ohne nennenswerte Schwierigkeiten zurückzulegen. Der Rückweg über die Schlossbachklamm führt abgesehen von einem 600 m langen Single Track auf Forst- und Asphaltstraßen permanent bergab. Der Single Track ist für jeden Biker leicht zu bewältigen. Insgesamt sind auf dieser Rundtour 25,6 km und 900 Hm zu bewältigen.

Tourverbindungen: 002 Simmeringalm, 012 Haiminger Alm, 014 Marienbergjoch

KARTEN – ÖK: 1:25000 116 | F&B: 1:50000 252

INFOS – Ghf. Arzkasten: ganzjährig bewirtschafteter Ghf;



Am Mieminger Plateau nach Arzkasten (1151 m).

Foto: © Tirol-Werbung / Oliver Soulas

DARMSTÄDTER HÜTTE



ANFAHRT – Innsbruck - St. Anton 93 km: A12 und S16 Richtung *Bregenz* bis 200 m vor den *Arlberg-Straßentunnel*, Ausfahrt *St. Anton*, anschließend der Beschilderung nach *St. Anton* bis zum Kreisverkehr folgen, dort die Ausfahrt Richtung *Arlbergpass* nehmen, nach 300 m links auf den P10 *Alte Rendlbahn* abbiegen

PARKMÖGLICHKEIT – Parkplatz bei der *Talstation Rendlbahn* in *St. Anton*

START – bei der *Talstation Rendlbahn*, nach der Unterführung der Bundesstraße der Beschilderung zur *Darmstädter Hütte* folgen

TOURENBESCHREIBUNG – 12,2 km und 1100 Hm sind von *St. Anton* Richtung *Tritschalm* über die *Kartellhütte* bis zur *Darmstädter Hütte* auf Forstweg und Karrenweg großteils bergauf zurückzulegen. Die Tour verläuft auf den ersten 300 Hm abschnittsweise extrem steil bergauf. *Der lose, grobsteinige, teilweise extrem steile Karrenweg von der Kartellhütte bis zur Darmstädter Hütte wird nur sehr geübten Bikern empfohlen.* Der Rückweg ist derselbe. Insgesamt sind auf dieser Tour 24,4 km und 1100 Hm zu bewältigen.

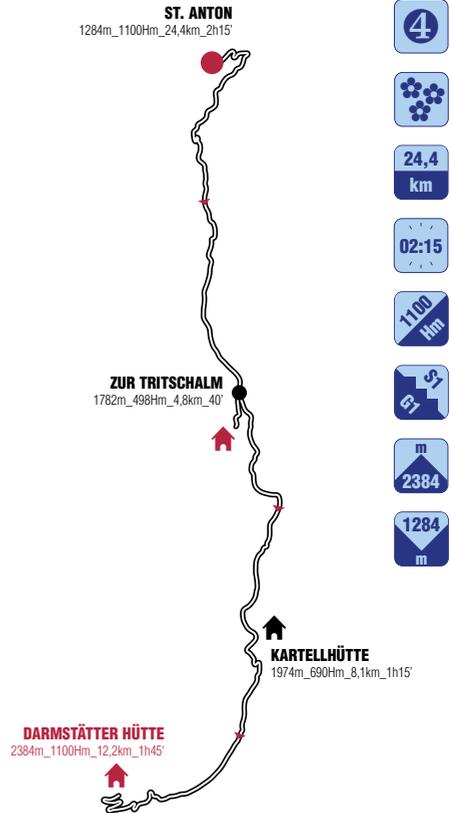
Variante: Bei Kilometer 4,8 rechts abbiegen zur bewirtschafteten *Tritschalm*.

Tourverbindungen: 069 *Rendlalm*, 072 *Verwall*, 071 *Konstanzer Hütte*

KARTEN – ÖK: 1:25000 145 | F&B: 1:50000 372

INFOS – *Tritschalm*: im Sommer bewirtschaftete Almhütte;

Kartelhütte: unbewirtschaftete Almhütte. *Darmstädter Hütte*: Anfang Juli bis Ende September bewirtschaftete AV-Hütte



Die *Darmstädter Hütte* (2384 m).

Foto: © TVB-St. Anton am Arlberg / Patrick Bätz

KARWENDELHAUS



5

ANFAHRT – Innsbruck – Achenkirch 54 km: A12 Richtung München, Ausfahrt Achensee, anschließend der Beschilderung Richtung Achensee nach Achenkirch folgen



PARKMÖGLICHKEIT – in der Nähe vom Resort Achensee auf der rechten Straßenseite

148,8 km

START – bei der Einfahrt zum Resort Achensee, auf der gegenüberliegenden Straßenseite, dem Forstweg leicht bergab folgen bis zur Asphaltstraße und in diese rechts einbiegen, am Ende der Ortsdurchfahrt Achenkirch der Bundesstraße oder dem Radweg Richtung Deutschland folgen

13:30

3107 Hm

TOURENBESCHREIBUNG – 148,8 km und 3107 Hm sind auf dieser zweitägigen Rundtour von Achenkirch über das Krinner-Kofler-Haus, Scharnitz, das Karwendelhaus, die Falkenhütte und die Plumsjochhütte abwechselnd auf Asphalt, gut präpariertem Forstweg, Karrenweg und Single Track bergauf und bergab zurückzulegen.



1848 m

1. TAG: Von Achenkirch führt die Asphaltstraße bis zum Ghf. Hagen leicht bergab. Vom Ghf. Hagen sind abwechselnd Asphaltstraßen und gut präparierte Forstwege, mit leichten Anstiegen, über den Ghf. Post bis zur Kaiserhütte zu erwarten. Nach der Kaiserhütte bei Kilometer 41,6 führt ein gut präparierter Forstweg 3,6 km permanent bergauf. Anschließend wieder bergab bis zum Fermerbach. Ab dem Fermerbach sind erneut 3,7 km auf gut präparierter Forstweg durchgehend bergauf bis zum Krinner-Kofler-Haus zu bewältigen. Vom Krinner-Kofler-Haus

782 m

führen abwechselnd Forstwege und Asphaltstraßen großteils bergab und flach, mit seichten Anstiegen, bis nach Scharnitz. Insgesamt sind **72,8 km** und **1050 Hm** von Achenkirch bis Scharnitz zu bewältigen.

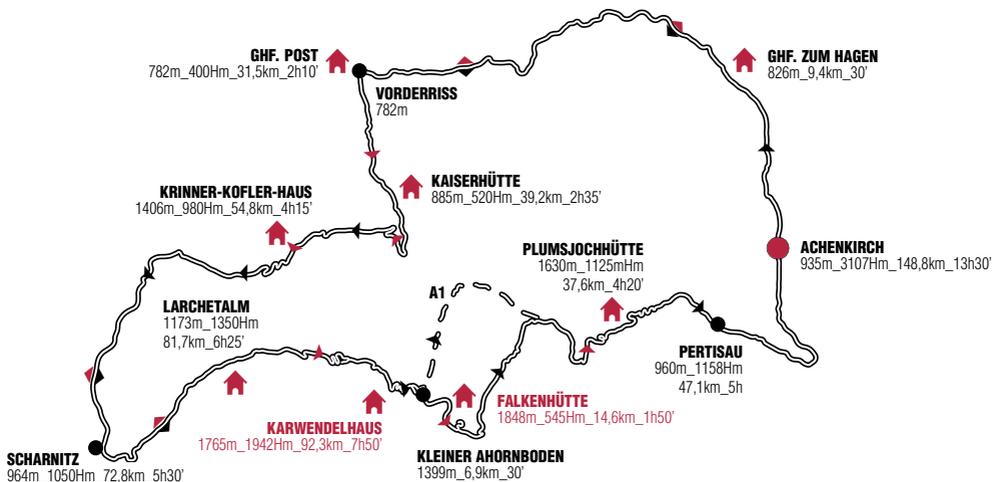
Übernachtungsmöglichkeiten sind entlang dem Tourenverlauf nach telefonischer Reservierung möglich bei: **Risserhof:** Telefon (++43) (0) 5213 | 5240; **Pension Arnsnitz:** Telefon (++43) (0) 5213 | 5365; **Gästeheim Helga:** Telefon (++43) (0) 5213 | 5344 Wer lieber auf der Alm übernachtet, fährt weiter auf gut präpariertem Forstweg zur **Larchetalalm**. Bis zur **Larchetalalm** sind insgesamt **81,7 km** und **1350 Hm** von Achenkirch ohne nennenswerte Schwierigkeiten zurückzulegen. **Larchetalalm:** Telefon (++43) (0) 664 | 97 59 311; Übernachtungsmöglichkeit in Zimmern mit Dusche. Achtung! Begrenzte Bettenkapazität. Wer lieber im Hochgebirge übernachtet fährt auf gut präpariertem Forstweg bis zum **Karwendelhaus**. Von Achenkirch bis zum **Karwendelhaus** sind insgesamt **92,3 km** und **1942 Hm**, ohne nennenswerte, Schwierigkeiten zu bewältigen. **Karwendelhaus:** Telefon (++43) (0) 5213 | 5623; Übernachtungsmöglichkeit im Zimmer oder Matratzenlager.

KARTENMATERIAL – ÖK: 1:200000 47 | 11 | 48 | 11 |

F&B: 1:50000 321 | 323

INFOS – Ghf. zum Hagen, Ghf. Post: ganzjährig bewirtschaftete Ghf.; **Krinner-Kofler-Hütte, Larchetalalm:** im Sommer bewirtschaftete Almhöfen; **Karwendelhaus:** im Sommer bewirtschaftete AV-Hütte

2. TAG: Vom Karwendelhaus auf einem Forstweg 600 m bergauf bis zum Sattel. Dort beginnt ein grobschottriger Karrenweg, der



permanent bergab bis zum *Kleinen Ahornboden* führt. Vom *Kleinen Ahornboden* weiter auf dem Karrenweg bergab bis Kilometer 26,4 und dort dem Karrenweg nur noch bergauf über die *Ladizalm* bis zur *Falkenhütte* folgen. Von der *Falkenhütte* über den *Lalidersalm Niederleger* ins *Engtal* ist mit grobschottrigem Karrenweg und einem 1,6 km langem Single Track zu rechnen. Der Single Track beginnt nach der *Falkenhütte* und ist für Trialbiker großteils befahrbar. Biker ohne Trialerfahrung müssen für diesen Abschnitt einen zusätzlichen Fußmarsch von 20 Minuten einplanen. Im *Engtal* fährt man taleinwärts auf der Asphaltstraße leicht bergauf bis zur Abzweigung *Plumsjochhütte* bei Kilometer 49,1. Von dort führt ein gut präparierter Forstweg bergauf. Die Abfahrt von der *Plumsjochhütte* bis zum *Ghf. Gernalm* weist grobschottrigen Untergrund auf und ist durchgehend extrem steil. Der grobschottrige, lose Karrenweg ist als technisch sehr anspruchsvoll einzustufen und erfordert Trialerfahrung. Biker

ohne Trialkenntnisse müssen für diesen Abschnitt einen zusätzlichen Fußmarsch von 15 Minuten einplanen. Der restliche Rückweg vom *Ghf. Gernalm* verläuft großteils auf einem asphaltierten Radwanderweg rund um den *Achensee* bis nach *Achenkirch*.

Variante A1: Wer sich die Auffahrt zur *Falkenhütte* ersparen will, fährt bei Kilometer 26,4 (*Kleiner Ahornboden*) geradeaus bergab ins *Risstal* und dort taleinwärts leicht bergauf weiter bis zur Abzweigung *Plumsjochhütte* bei Kilometer 49,1.

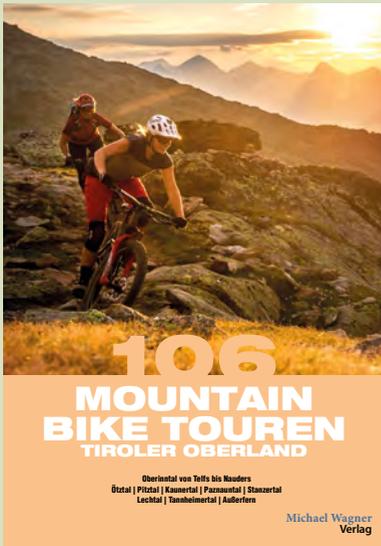
Tourverbindungen: 041 *Rotwandhütte*, 046 *Blaubergalm*, 044 *Gufferthütte*, 038 *Lamsenjochhütte*, 036 *Bärenbadalm*, 037 *Weisenbachsattel*, 034 *Feilkopf*, 043 *Kögljoch*, 042 *Gröbner Hals*, 032 *Schleimssattel*, *Pfeishütte*, *Lafatscher Joch*, *Solsteinhaus*

INFOS – Ladizalm, Lalidersalm Niederleger: unbewirtschaftete Almhöfen; **Falkenhütte, Plumsjochhütte:** im Sommer bewirtschaftete AV-Hütten; **Ghf. Gernalm, Pletzachalm:** im Sommer bewirtschaftete Ghf.



Der *Ahornboden* (1120 m) im *Risstal*, kurz vor dem Abzweig bergauf zur *Plumsjochhütte* (1630 m).
Foto: © TVB-Silberregion Karwendel

Die Touren in diesem Booklet und viele mehr findet ihr in den Mountainbike-Guides von Willi Hofer und Claudia Hammerle:



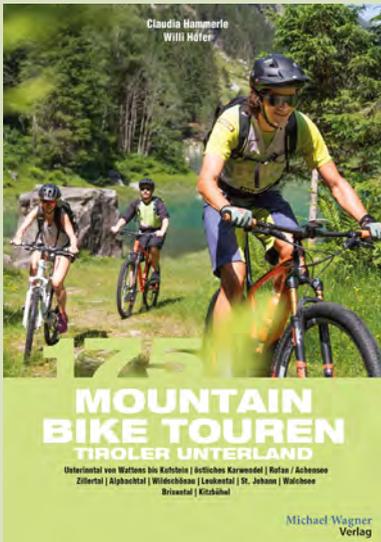
Willi Hofer, Claudia Hammerle

106 Mountainbiketouren Tiroler Oberland
Oberinntal von Telfs bis Nauders | Ötztal | Pitztal |
Kaunertal | Paznauntal | Stanzertal | Lechtal |
Tannheimertal | Außerfern

106 Touren | 103.000 Höhenmeter |
2.600 Kilometer Mountainbikewege

160 Seiten
ISBN 978-3-7107-6776-0

Mehr dazu



Willi Hofer, Claudia Hammerle

175 Mountainbiketouren Tiroler Unterland
Unterinntal von Wattens bis Kufstein | östliches
Karwendel | Rofan – Achensee | Zillertal | Alpbachtal |
Wildschönau | St. Johann | Walchsee | Kitzbühel

175 Touren | 180.000 Höhenmeter |
5.000 Kilometer Mountainbikewege

240 Seiten
ISBN 978-3-7107-6777-7

Mehr dazu



Claudia Hammerle, Willi Hofer

107 Mountainbiketouren Innsbruck und Umgebung

Innsbruck | Mittelgebirge | Wipptal | Stubaital | Sellraintal | Oberinntal | Wetterstein | Karwendel | Unterinntal

Mountainbike-Klassiker in der Umgebung von Innsbruck mit allen Seitentälern.

184 Seiten

ISBN 978-3-7107-6724-1

Mehr dazu

Impressum:

Dieses Booklet ist ein Auszug aus den Büchern „107 Mountainbiketouren Innsbruck und Umgebung“, „175 Mountainbiketouren Tiroler Unterland“ und „106 Mountainbiketouren Tiroler Oberland“ von Claudia Hammerle und Willi Hofer.

Das Booklet ist ausschließlich für den Privatgebrauch bestimmt. Die Inhalte dürfen ohne Zustimmung des Michael Wagner Verlags nicht vervielfältigt, weitergegeben oder zum Download angeboten werden.

© 2022 by Michael Wagner Verlag in der Universitätsverlag Wagner Ges.m.b.H., Erlenstraße 10, A-6020 Innsbruck

Umschlag- und Buchgestaltung sowie grafische Umsetzung: W. Hofer, C. Hammerle

Grafische Umsetzung des Booklets: Maria Strobl, www.gestro.at

Coverbild: eberhard grossgasteiger bei Unsplash

www.michael-wagner-verlag.at

Alle Rechte vorbehalten.

Da ist für alle etwas dabei: Touren, Höhenmeter und Mountainbikewege in ganz Tirol

Claudia Hammerle und Willi Hofer bieten für jeden Geschmack das Richtige, von der kurzen Feierabend-Tour bis zu tagesfüllenden oder mehrtägigen Ausflügen auf dem Mountainbike oder Marathons und Allmountain-Touren für Mountainbike-Profis. Die Touren sind mit Wegbeschreibungen, Übersichtskarten und Fotos detailliert dargestellt, genaue Informationen über Länge und Dauer, Schwierigkeitsgrad, Wegbeschaffenheit und Routenverlauf ermöglichen die perfekte Vorbereitung. Als Navigationshilfen für unterwegs stehen detaillierte Karten zu jeder Tour mit farbigem Routenverlauf und Roadbook zum Ausdrucken aus dem Internet und zum Herunterladen auf das Handy online bereit. Bei jeder Tour ist ein QR-Code zu finden, der das Herunterladen der GPS-Tracks im universellen GPX-Format ermöglicht.

Jetzt mehr erfahren!



Die Autoren, Claudia Hammerle und Willi Hofer, sind Mountainbike-Experten. Ihre reiche Erfahrung und viele Insider-Tipps garantieren höchsten Mountainbike-Genuss.
www.bikerides.at

