

# WIR MACHEN IHRE FREIZEIT ZUM ERLEBNIS

BERGWANDERN · HOCHTOUREN · KLETTERSTEIGE · KLETTERN · KURSE · SKITOUREN · SCHNEESCHUH-TOUREN



**Reisedauer:** 6 Tage  
**Kategorie:** Bergwanderung  
**Anforderung:** Technik: **Leicht** - Kondition: **Mittel**

## Meraner Höhenweg

### Südliche Kontraste zwischen Palmen und Firn

Vor etwa 30 Jahren wurde der Meraner Höhenweg, der die Texelgruppe in einer großen Schleife umrundet, eröffnet. Fast die gesamte Route liegt im Naturpark Texelgruppe, einer geschützten Kulturlandschaft nördlich von Meran. Weitgehend unberührt umfasst diese Region viele verschiedene Landschaftsformen. Vom vergletscherten Hochgebirge herab zu den Almböden mit den bewirtschafteten Almen, zu den Hangterrassen, auf denen in luftiger Höhe die ganzjährig bewohnten Berghöfe stehen und immer wieder zur Rast einladen, bis hinab in das südliche Gefilde rund um Meran, wo Reben und Palmen gedeihen. Bei einem Höhenunterschied von über 2.000 Metern erleben wir die verschiedensten Vegetationsstufen der Südalpen, und nicht selten kann man - neben dem Nutzvieh der Bauern, den vielen Vögeln und bunten Schmetterlingen – Steinböcke, Gämsen, Steinadler, Rotwild und Murmeltiere beobachten.

#### Region:

Texelgruppe (Italien)

#### 1. Tag, Sonntag

Treffpunkt 12 Uhr, an der Talstation der Seilbahn Hochmuth in Dorf Tirol (630 m). Auffahrt mit der Seilbahn zur Hochmuth (1.361 m). Gemütliche Wanderung vorbei an Talbauerhof (1.209 m) und Longfallhof (1.075 m) nach Gfeis im Walde (1.310 m). Hier öffnet sich ein herrliches Panorama. Übernachtung im Berggasthof Brunner.

**Gehzeit ca. 3 Stunden, Aufstieg 250 m, Abstieg 500 m, Länge ca. 8 km**

**Wegekategorie** ●●●●●●

#### 2. Tag, Montag

Über Gandhof (1.009 m) und Magdfeld (1.147 m) führt uns der Weg nach Matatz (1.100 m). Übernachtung im Berggasthof Valtelehof.

**Gehzeit ca. 4 Stunden, Aufstieg 400 m, Abstieg 400 m, Länge ca. 11 km**

**Wegekategorie** ●●●●●●

### 3. Tag, Dienstag

Eine lange Tagesetappe bringt uns über Christl (1.132 m) und Ulfas (1.369 m) zum Bergkristall (1.566 m). Hier führt der Fuxensteg über den Pfeldererbach, der uns bis Pfelders (1.676 m) begleitet. Nun ist es nicht mehr weit zum Gasthof Zeppichl, unserem heutigen Übernachtungsziel.

**Gehzeit ca. 7 Stunden, Aufstieg 650 m, Abstieg 200 m, Länge ca. 21 km**

**Wegekategorie** ●●●●●●

### 4. Tag, Mittwoch

Der vierte Tag bringt uns ins Hochgebirge. Wir steigen über den Alpinsteig zur Stettiner Hütte (2.875 m) und weiter zum Eisjöchl. Hier bietet sich ein überraschender Blick nach Westen zu den Gipfeln der Ortlergruppe. Das Eisjöchl ist mit 2.908 m der höchste Punkt dieser Woche. Wenn wir flott absteigen, erreichen wir in 2 Stunden den Eishof (2.071 m), unser heutiges Etappenziel.

**Gehzeit ca. 7 Stunden, Aufstieg 1.250 m, Abstieg 900 m, Länge ca. 16,5 km**

**Wegekategorie** ●●●●●●

### 5. Tag, Donnerstag

Leicht bergab führt der Weg über Vorderkaser (1.693 m) nach Montfert (1.471 m). Beim "Sellboden" biegt der Weg nach Süden ab und gelangt oberhalb des Dorfes Katharinaberg zum Unterperflhof. Nun geht es der Terrasse des Fuchsberges folgend von Hof zu Hof nach Patleid und weiter zum Pirchhof (1.445 m), unserer heutigen Unterkunft.

**Gehzeit ca. 7 Stunden, Aufstieg 350 m, Abstieg 800 m, Länge ca. 20 km**

**Wegekategorie** ●●●●●●

### 6. Tag, Freitag

Der heutige Tag führt uns wieder in Richtung Ausgangspunkt. In der Talsohle erblicken wir schon die Etsch, mit den Ortschaften Naturns, Partschins und Algund. Der Weg schlängelt sich von Hof zu Hof auf einer fast gleichbleibenden Höhe vorbei an Hochforch (1.555 m) und Giggelberg (1.565 m) zur Nassreith Hütte (1.523 m). Nach dem Aufstieg zum Hochgang Haus (1.839 m) geht es wieder bergab zur Leiteralp (1.522 m). Über den Hans-Friedens-Weg (seilgesichert), der uns eine herrliche Aussicht bietet, gelangen wir wieder nach Hochmuth (1.361 m). Talfahrt mit der Seilbahn nach Dorf Tirol (630 m). Ankunft ca. 18 Uhr. Rückreise oder individueller Verlängerungsaufenthalt im Vinschgau.

**Gehzeit ca. 8 Stunden, Aufstieg 1.000 m, Abstieg 800 m, Länge ca. 18 km**

**Wegekategorie** ●●●●●●

---

### Voraussetzungen:

Gute körperliche Verfassung, Bergerfahrung von Vorteil, durchschnittliche Kondition, Trittsicherheit und Ausdauer für Tagesetappen bis zu 8 Stunden.

### Unterbringung:

Gasthöfe (Mehrbettzimmer), Almhütten (Gemeinschaftslager)

### Leistungen:

Bergführer, 5x Halbpension, 2x Seilbahnfahrt

### Zusatzkosten:

Nach persönlichem Bedarf ca. € 30.- pro Tag für Getränke, Rucksackproviant, etc.

### Teilnehmer:

6 - 12 Personen



## OASE-Packliste:

### Rucksack ca. 35 l Volumen, Gesamtgewicht ca. 8 kg

\* Wir empfehlen Markenkleidung und Ausrüstung unserer Partner

#### Das trage ich bereits am Körper

- Funktionelle Unterwäsche und Funktionssocken
- Funktionelle Wanderhose (Patagonia)\*
- Funktionsshirt (Icebreaker Merinowolle)\*
- Funktionelle Jacke oder Weste (Patagonia)\*
- Knöchelhohe Wanderschuhe mit guter Profilssole (Meindl)\*

	Gewicht ca. (in Gramm)	habe ich eingepackt	mein Gewicht
<b>Das ist unverzichtbar</b>			
• Rucksack (Deuter)*, mit Regenhülle	1730	<input type="checkbox"/>	_____
• Wechselshirt kurz (Icebreaker Merinowolle)*	160	<input type="checkbox"/>	_____
• Wechselshirt lang (Icebreaker Merinowolle)*	220	<input type="checkbox"/>	_____
• 2 Unterhosen kurz	140	<input type="checkbox"/>	_____
• 1 Paar Funktionssocken	60	<input type="checkbox"/>	_____
• Wasser- und winddichte Jake (Patagonia)*, evtl. Gore-Tex (kein Poncho)	690	<input type="checkbox"/>	_____
• Wasser- und winddichte Hose (Patagonia)*, evtl. Gore-Tex	310	<input type="checkbox"/>	_____
• Mütze oder Stirnband	40	<input type="checkbox"/>	_____
• Dünne Handschuhe	80	<input type="checkbox"/>	_____
• Kurze funktionelle Hose	210	<input type="checkbox"/>	_____
• Sonnencreme LSF 30 und Lippenchutz	70	<input type="checkbox"/>	_____
• Cap oder Buff* (*gibt's vom OASE AlpinCenter als Begrüßungsgeschenk)	40	<input type="checkbox"/>	_____
• Sonnenbrille	30	<input type="checkbox"/>	_____
• Trinkflasche oder Trinkblase (1 Liter)	180	<input type="checkbox"/>	_____
• 1 Liter Flüssigkeit	1000	<input type="checkbox"/>	_____
• Elektrolyt-/Magnesium Tabletten (Röhrchen)	150	<input type="checkbox"/>	_____
• Nüsse / Trockenobst / Müsliriegel (Seeberger)*	210	<input type="checkbox"/>	_____
• Persönliche Medikamente, Aspirin und Blasenpflaster	220	<input type="checkbox"/>	_____
• Kleine Taschenlampe / Stirnlampe	80	<input type="checkbox"/>	_____
• Ausweise, Bargeld, EC-Karte, Auslandsversicherung in wasserdichtem Beutel mit ziploc-Verschluss	40	<input type="checkbox"/>	_____
• Hüttenschlafsack	250	<input type="checkbox"/>	_____
• Waschbeutel mit Wasch-Set (Proben verwenden) und Oropax	220	<input type="checkbox"/>	_____
• Kleines Microfaser-Handtuch ca. 30x60 cm	60	<input type="checkbox"/>	_____
<b>Das ist empfehlenswert</b>			
• Teleskopstöcke (Leki)*	520	<input type="checkbox"/>	_____
• Messer (Victorinox)*	60	<input type="checkbox"/>	_____
• Leichte Hose	320	<input type="checkbox"/>	_____
• T-Shirt für die Hütte	170	<input type="checkbox"/>	_____
• Leichte Turnschuhe oder Badeschlappen für die Hütte	200	<input type="checkbox"/>	_____
• Plastikbeutel für Abfall und/oder Dreckwäsche	20	<input type="checkbox"/>	_____
• Fotoapparat	250	<input type="checkbox"/>	_____
<b>Gesamtgewicht (inkl. Rucksack):</b>	<b>7730</b>		_____

**Unser Tipp für Regenwetter: Nehmen Sie einen Bergschirm (Göbel)\* mit und kleiden Sie ihren Rucksack innen mit einem Müllbeutel aus.**