



# Inntaler Höhenweg West-Ost

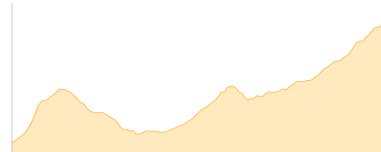
Typ:	<b>Strecke</b>	Gehzeit:	<b>38:25 Stunden</b>
Etappen:	<b>6</b>	Aufstieg:	<b>5263 Hm</b>
Länge:	<b>72.11 km</b>	Abstieg:	<b>5361 Hm</b>
Zeitraum:	<b>02.08.2015 - 07.08.2015</b>		

## Etappe 1 02.08.2015 Sonntag

### Patscherkofelhaus - Glungezer Hütte

Wandern **T2** - 964 Hm Aufstieg - 321 Hm Abstieg - **04:45** Stunden Gehzeit - 6.77 km Strecke

Patscherkofelhaus 1970m - Patscherkofel 2246m - Boschebenhütte 2088m - Viggarspitze 2306m - Glungezerhütte 2610m

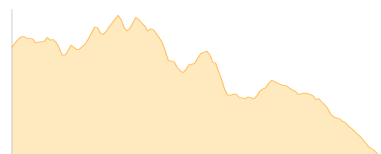


## Etappe 2 03.08.2015 Montag

### Glungezerhütte - Lizumer Hütte

Wandern **T4** - 735 Hm Aufstieg - 1328 Hm Abstieg - **08:15** Stunden Gehzeit - 13.16 km Strecke

Glungezerhütte 2610m - Glungezer 2677m - Gamslahner 2681m - Kreuzjöchl 2575m - Kreuzspitze [Tuxer] 2746m - Rosenjoch 2796m - Grünbergspitze 2790m - Grafmartspitze 2720m - Naviser Jöchl 2465m - Naviser Sonnenspitze 2619m - Mölsjoch 2334m - Schoberspitze 2448m - Klammjoch 2359m - Lizumer Hütte 2019m

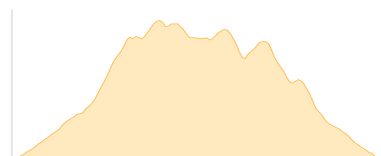


## Etappe 3 04.08.2015 Dienstag

### Lizumer Hütte - Geierjoch - Pluderling - Geier - Lizumer Reckner - ... - Lizumer Hütte

Wandern **T4** - 1084 Hm Aufstieg - 1084 Hm Abstieg - **06:05** Stunden Gehzeit - 12.74 km Strecke

Lizumer Hütte 2019m - Geierjoch 2738m - Pluderling 2778m - Geier 2857m - Lizumer Reckner 2886m - Lizumer Sonnenspitze 2831m - Tarntaler Köpfe 2757m - Klammspitzen 2504m - Lizumer Hütte 2019m

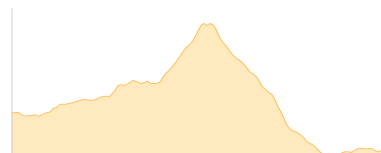


## Etappe 4 05.08.2015 Mittwoch

### Lizumer Hütte - Hippoldspitze - Weidener Hütte

Wandern **T2** - 430 Hm Aufstieg - 650 Hm Abstieg - **05:40** Stunden Gehzeit - 9.35 km Strecke

Lizumer Hütte 2019m - Grafennsjoch 2456m - Hippoldspitze 2642m - Weidener Hütte 1799m

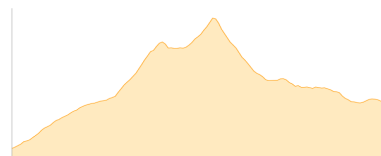


## Etappe 5 06.08.2015 Donnerstag

### Weidener Hütte - Rastkogel - Rastkogelhütte

Wandern **T3** - 960 Hm Aufstieg - 645 Hm Abstieg - **05:40** Stunden Gehzeit - 11.4 km Strecke

Weidener Hütte 1799m - Nafingalm 1970m - Halslspitze 2574m - Narpensjoch 2530m - Rastkogel 2762m - Sidanjoch 2127m - Rastkogelhütte 2124m

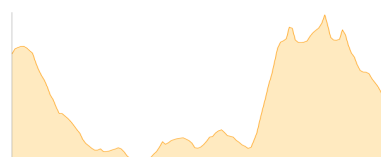


## Etappe 6 07.08.2015 Freitag

### Rastkogelhütte - Kellerjochhütte - Bergstation Kellerjochbahn

Wandern **T2** - 1090 Hm Aufstieg - 1333 Hm Abstieg - **08:00** Stunden Gehzeit - 18.69 km Strecke

Rastkogelhütte 2124m - Sidanjoch 2127m - Pfundsalm Mittelleger 1832m - Lamarkalm Niederleger 1613m - Maschentalm Hochleger 1717m - Gamssteinhütte 1675m - Kuhmesser 2264m - Kellerjochhütte 2237m - Kellerjoch: Kreuzjoch 2344m - Kellerjochhütte 2237m - Bergstation Kellerjochbahn 1853m





# Inntaler Höhenweg West-Ost

## Mögliche Unterkünfte

Patscherkofelhaus 1970 m, ÖAV, Dusche: k.A., Tel: +43 512 377196, mobil: +43 664 1340960, Schlafplätze: 30

Boschebenhütte 2088 m, AV: k.A., Dusche: k.A., Schlafplätze: -

Glungezerhütte 2610 m, ÖAV, Dusche: ja, Tel: +43 5223 78018, mobil: +43 664 4705522, Schlafplätze: 40

Lizumer Hütte 2019 m, ÖAV, Dusche: ja, Tel: +43 5224 52111, mobil: +43 664 647 5353, Schlafplätze: 85

Weidener Hütte 1799 m, DAV, Dusche: ja, Tel: +43 664 88109940, mobil: +43 5224 22525, Schlafplätze: 56

Nafingalm 1970 m, AV: k.A., Dusche: k.A., Schlafplätze: -

Rastkogelhütte 2124 m, DAV, Dusche: ja, Tel: +43 664 920 75 23, mobil: +43 680 2257124, Schlafplätze: 80

Pfundsalm Mittelleger 1832 m, AV: k.A., Dusche: k.A., Schlafplätze: -

Lamarkalm Niederleger 1613 m, AV: k.A., Dusche: k.A., Schlafplätze: -

Gamssteinhütte 1675 m, AV: k.A., Dusche: k.A., Schlafplätze: -

Kellerjochhütte 2237 m, ÖAV, Dusche: k.A., mobil: +43 664 2202612, Schlafplätze: 30

## Persönliche Anmerkungen

Rückweg:

Da die Kellerjochbahn (8 Euro pro Person für eine Talfahrt, 2er Sessel) im Sommer nur bis Grafenast fährt muss man den restlichen Weg mit dem Bus fahren. Der Bus fährt 1-2 stündlich vom Hotel Frieden. Die Haltestelle liegt ein paar Gehminuten unterhalb der Mittelstation an der Straße.

Abfahrtszeiten sind 14:20 und 16:20. Kosten pro Person 1,45 Euro.

Der Bus fährt zum Bahnhof Vomperbach, von wo aus man in 24 Minuten mit der S-Bahn am Bahnhof in Innsbruck ist. Kosten pro Person 5,30 Euro, Zug fährt halbstündlich.

Dort geht man 5 Minuten zur Haltestelle Sillpark und von dort mit der Linie J zurück zur Patscherkofelbahn. Kosten 2,70 Euro pro Person, alle 20 Minuten.

Literatur:

Bruckmann, Hüttentreks: Die 55 schönsten Mehrtages-Wanderungen von Hütte zu Hütte in den Ostalpen, 4. Ausgabe 2009, ISBN 978-3-7654-4472-2  
Tour 32, Seite 166-169, Durch die Tuxer Voralpen