



# Seven Summits of Saalbach Hinterglemm

Kategorie: **Wandern**

Gehzeit: **10:00 Stunden**

Schwierigkeit: **T4**

Aufstieg: **1456 Hm**

Länge: **23.82 km**

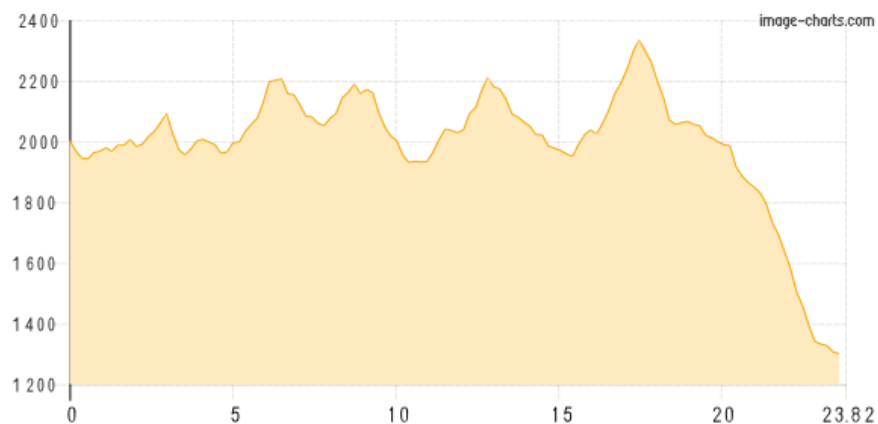
Abstieg: **2167 Hm**

noch nicht geplant

POIs in der Route:

1. Schattberg X-Press 2000 m
2. Stemmerkogel 2123 m
3. Seetörl 1964 m
4. Hochkogel 2249 m
5. Hochsaalbachkogel 2212 m
6. Medalscharte 2058 m
7. Bärensteigkopf 2225 m
8. Sommertor 1939 m
9. Rabenkopf 2074 m
10. Manlitzkogel 2247 m
11. Mittagkogel [Pinzgau] 2092 m
12. Murnauer Scharte 1959 m
13. Geißstein 2363 m
14. Schusterscharte 1985 m
15. Lindlingalm 1370 m

Höhenprofil





# Seven Summits of Saalbach Hinterglemm

## Informationen

Über Stemmerkogel (2123 m) und Hochkogel (2249m) führt die beschilderte Route zum wohl technisch anspruchsvollsten Aufstieg auf den Hochsaalbachkogel (2212 m) - hier ist Trittsicherheit entlang des schmalen Kammes gefordert. Weiter geht es über Bärensteigkogel (2225 m), Manlitz- (2247 m) und Mittagkogel (2092 m) zum finalen Höhepunkt und höchsten Berg des Glemmtals, dem Geißstein mit 2.363 m. Kraftreserven sollten auch für den schwierigen und steilen Abstieg über das Birgl in den Talschluss (Lindlingalm) eingeplant werden.

## Beschreibung

Über Stemmerkogel (2123 m) und Hochkogel (2249m) führt die beschilderte Route zum wohl technisch anspruchsvollsten Aufstieg auf den Hochsaalbachkogel (2212 m) - hier ist Trittsicherheit entlang des schmalen Kammes gefordert. Weiter geht es über Bärensteigkogel (2225 m), Manlitz- (2247 m) und Mittagkogel (2092 m) zum finalen Höhepunkt und höchsten Berg des Glemmtals, dem Geißstein mit 2.363 m. Kraftreserven sollten auch für den schwierigen und steilen Abstieg über das Birgl in den Talschluss (Lindlingalm) eingeplant werden.

## Persönliche Anmerkungen

Entlang dieser Route befinden sich keine bewirtschafteten Hütten und das setzt eine gute Vorbereitung voraus: nur mit perfekter Ausrüstung, genug Proviant und Wasser im Rucksack und einer Tourenplanung hinsichtlich Wetter und vorzeitigen Abstiegsmöglichkeiten (z.B. vom Sommertor nach Hinterglemm oder nach dem Rabenkopf über die Ellmaualm zur Zwölferkogel Mittelstation) sollte man diese Tour in Angriff nehmen. Ein Notunterstand befindet sich zwischen Sommertor und Manlitzkogel auf ca.2050m.