



# Sellrain 2014

Typ:	<b>Stützpunkt</b>	Gehzeit:	<b>34:30 Stunden</b>
Etappen:	<b>6</b>	Aufstieg:	<b>6741 Hm</b>
Länge:	<b>70.43 km</b>	Abstieg:	<b>6612 Hm</b>
Zeitraum:	<b>20.07.2014 - 25.07.2014</b>		

**Etappe 1** 20.07.2014 Sonntag

**St. Sigmund im Sellrain - Mutenkogel - Gleirschalm - St. Sigmund**

Wandern **T3** - 905 Hm Aufstieg - 903 Hm Abstieg - **06:00** Stunden Gehzeit - 7.32 km Strecke

St. Sigmund im Sellrain 1513m - Mutenkogel 2420m - Gleirschalm 1666m - St. Sigmund im Sellrain 1513m

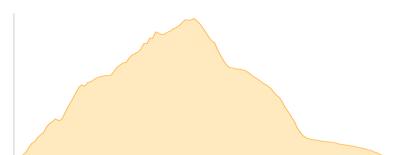


**Etappe 2** 21.07.2014 Montag

**Alpengasthof Lüsens - Westfalenhaus - Alpengasthof Lüsens**

Wandern **T2** - 687 Hm Aufstieg - 687 Hm Abstieg - **04:35** Stunden Gehzeit - 9.92 km Strecke

Alpengasthof Lüsens 1640m - Westfalenhaus 2273m - Alpengasthof Lüsens 1640m



**Etappe 3** 22.07.2014 Dienstag

**Bergheim Fotscher Hütte - Potsdamer Hütte - Kastengrat - ... - Bergheim Fotscher Hütte**

Wandern **T6** - 1490 Hm Aufstieg - 1491 Hm Abstieg - **05:50** Stunden Gehzeit - 17.65 km Strecke

Bergheim Fotscher Hütte 1465m - Potsdamer Hütte 2020m - Kastengrat Kreuz 2648m - Roter Kogel 2832m - Almind-Alm 1755m - Bergheim Fotscher Hütte 1465m



**Etappe 4** 23.07.2014 Mittwoch

**Praxmar - Freihut Überschreitung - St. Sigmund im Sellrain**

Wandern **T3** - 988 Hm Aufstieg - 1178 Hm Abstieg - **06:05** Stunden Gehzeit - 10.06 km Strecke

Praxmar 1687m - Freihut 2616m - St. Sigmund im Sellrain 1513m



**Etappe 5** 24.07.2014 Donnerstag

**Praxmar - Zischgeles Überschreitung - Praxmar**

Wandern **T4** - 1264 Hm Aufstieg - 1264 Hm Abstieg - **07:00** Stunden Gehzeit - 10.82 km Strecke

Praxmar 1687m - Zischgeles 3004m - Praxmar 1687m



**Etappe 6** 25.07.2014 Freitag

**Tanneben - Salfeins - Grieskogel - Breitschwemmkoegel - Angerbergkopf - ... - Bergheim Fotscher Hütte**

Wandern **T3** - 1407 Hm Aufstieg - 1089 Hm Abstieg - **05:00** Stunden Gehzeit - 14.66 km Strecke

Sellrain 937m - Salfeins 2000m - Grieskogel 2140m - Breitschwemmkoegel 2260m - Angerbergkopf 2399m - Schaflegerkogel 2405m - Furggesalm 1938m - Bergheim Fotscher Hütte 1465m





## Sellrain 2014

### Mögliche Unterkünfte

Gleirschalm 1666 m, AV: k.A., Dusche: k.A., mobil: +43 664 3254697, Schlafplätze: -

Alpengasthof Lüsens 1640 m, AV: k.A., Dusche: k.A., Schlafplätze: -

Westfalenhaus 2273 m, DAV, Dusche: ja, Tel: +43 664 7880875, Schlafplätze: 58

Bergheim Fotscher Hütte 1465 m, privat, Dusche: k.A., Tel: +43 664 2245572, Schlafplätze: 46

Potsdamer Hütte 2020 m, DAV, Dusche: ja, mobil: +43 720 316585, Schlafplätze: 40

Almind-Alm 1755 m, AV: k.A., Dusche: k.A., Schlafplätze: -

Furggesalm 1938 m, AV: k.A., Dusche: k.A., Schlafplätze: -

### Persönliche Anmerkungen

Leider eine sehr verregnete Woche im Juli 2014, die dennoch viel Spaß gemacht hat und einige schöne Touren zu bieten hatte.