



ALPEN Hohe Tauern – Hüttenwanderung am Lasörling Höhenweg

Einsames Alpen-Trekking im Virgental in Osttirol



Inhalt

Programmübersicht, Termine und Preise	2
Unsere Leistungen	3
Schwierigkeitsbewertung	4
Voraussetzung und Vorbereitung	4
Komfort-Bewertung	4
Ein typischer Wandertag in den Hohen Tauern	5
Ausführliches Detailprogramm	6
Ausrüstungsliste	7
Visum, Buchung und Zahlungsmodalitäten	8

Höhepunkte der Reise

- Südlich des Virgentales liegt die stille und grüne Lasörlinggruppe, Aussichtsbalkon zur Venedigergruppe.
- Wir wandern in 4 Tagen über den Lasörling-Höhenweg bis zu den Umbalfällen bei Ströden und erleben eine idyllische Seenlandschaft, prachtvolle Blumenwiesen und natürlich traumhafte Ausblicke auf die Gletscher der Venediger.
- Wir übernachten in gemütlichen Hütten und erklimmen auf unserer 4-tägigen Wanderung auch den einen oder anderen Gipfel.



TAG	PROGRAMM
1	Individuelle Anreise nach Virgen, Aufstieg zur Zupalseehütte
2	Wanderung über den Donnerstein zur Lasörlinghütte
3	Das Kernstück des Lasörling-Höhenweges
4	Abstieg über die Umbalfälle nach Stöden

Termine und Preise

Derzeit keine Gruppentermine. Wir führen die Tour gerne für Ihre private Gruppe durch. Die Richtpreise finden Sie nachstehend, gerne senden wir Ihnen ein individuelles Angebot für Ihre Gruppengröße.

Richtpreis (2024):

Bei 6 Teilnehmern: € 595,- pro Person

Der Preis gilt ab/bis Virgen.

Hüttenzuschlag für Nicht-Mitglieder des Alpenvereins: € 10,-

Nachhaltig Reisen mit CLEARSKIES

CLEARSKIES kompensiert die CO₂-Emissionen dieser Reise.



Wissenswertes

- Beste Reisezeit: Juli bis September
- Gruppengröße: 6 bis maximal 10 Teilnehmer
- Reiseleitung durch österreichischen Bergwanderführer
- 4 Tage Hüttenwanderung
- 3 Übernachtungen in urigen Berghütten
- Idyllische Berglandschaft im Nationalpark Hohe Tauern

Reiseleitung

- Reiseleitung durch ortskundigen, österreichischen Bergwanderführer

Unterkunft und Verpflegung

- Alle Hüttenübernachtungen (Zimmer oder Matratzenlager ja nach Verfügbarkeit) mit Halbpension

Transporte und Transfers

- Taxifahrt zur Wetterkreuzhütte
- Rückfahrt nach Virgen

CO2 Kompensation

- CO2-Kompensation für die gesamte Reise!



Am Legerle (2527 m)

Im Preis nicht enthaltene Kosten

- An- und Abreise nach Virgen, evtl. Parkgebühr
- Optionale Nächtigungen vor und nach der Tour
- Mittagessen (Jause)
- Getränke
- Persönliche Ausgaben
- Hüttenzuschlag für Nicht-Mitglieder des Alpenvereins: € 10,- pro Nacht



Aufstieg zur Lasörlinghütte



Die malerisch am Zualpsee gelegene Zualpsehütte

ALPINTECHNISCH: mittel



Keine alpinen Schwierigkeiten, Trittsicherheit erforderlich. Unsere Tour verläuft größtenteils auf breiten und guten Wanderwegen ohne alpine Schwierigkeiten. Vereinzelt Passagen verlaufen auf schmalen Wegen und in schottrigem Gelände und erfordern Trittsicherheit.

KONDITIONELL: mittel



Aufstiege bis maximal 1070 Höhenmetern pro Tag, meist weniger. Abstiege bis maximal 1400 Höhenmeter pro Tag, meist weniger. Die Gehzeiten betragen bis zu maximal acht Stunden pro Tag. Eine gute Kondition ist erforderlich und wird vorausgesetzt.



Gruppe vor der Zupalseehütte

Voraussetzung und Vorbereitung

Diese Tour ist ideal für Bergwanderer, die im Alpenraum gewöhnt sind, Tages Touren mit 1000 bis 1200 Höhenmetern zu gehen. Sie betreiben regelmäßig (Ausdauer-)Sport und unternehmen öfters Bergwandertouren mit normalem Tagesgepäck.



Am Speikboden (26530 m)

Komfort: Hüttenwanderung



Wir übernachten in typischen **Alpenvereinshöfen**. Die Höfen sind gemütlich und bieten Gaststuben, die zum Verweilen einladen. Es stehen Gemeinschaftswaschräume und -toiletten zur Verfügung (Damen und Herren getrennt), teilweise gibt es eine Duschmöglichkeit gegen Entrichtung eines kleinen Entgelts. Je nach Verfügbarkeit schlafen wir in Mehrbettzimmern oder im Matratzenlager.

In der **Halbpension** inkludiert ist ein mehrgängiges Menü, à la Carte Bestellung ist in diesem Fall zum Abendessen nicht möglich. Zum Frühstück gibt es Tee oder Kaffee und ein kleines Buffet. Heißes Wasser für einen Marschtee steht ebenfalls (evtl. gegen einen kleinen Betrag) zur Verfügung.



Die Neue Reichenberger Hütte

Corona-Bestimmungen des Alpenvereins für die Sommersaison 2020 (gilt voraussichtlich auch 2021):

Die Schlafplätze sind räumlich getrennt, damit der Mindestabstand gewahrt wird. Es wird also entweder in Stockbetten genächtigt, oder in Betten, die mit einer eingezogenen Trennwand (aus Holz oder Plexiglas) versehen sind. Bitte beachten Sie die folgenden Regeln des österreichischen Alpenvereins für die Wandersaison 2020:

- Nur in gesundem Zustand auf Höfen nächtigen.
- Eigenen Mund-Nasenschutz mitbringen.
- Nächtigung mit eigenem Sommerschlafsack und Polster-/Kissenbezug – es werden in der Sommersaison 2020 keine Alpenvereinsdecken auf den Höfen ausgegeben! Ein Höfenschlafsack reicht daher nicht aus – bitte beachten Sie unsere Ausrüstungsliste.
- Ein eigenes Handtuch sollte mitgebracht werden.

Vegetarische Verpflegung ist möglich, bitte dem Bergwanderführer zu Beginn der Tour mitteilen.



Enziane am Wegrand



Ausblick auf den Großglockner

Am Morgen zwischen 7 und 8 Uhr stehen wir auf und packen den Rucksack. Bei einem gemütlichen Frühstück in der Hütte stimmen wir uns auf den Tag ein. Gut gestärkt starten wir in die Tagesetappe. Es geht vorbei an idyllischen Wiesen, am Horizont leuchten die zerklüfteten Berge und weißen Gletscher herunter.

Gegen Mittag, auf einem Pass oder einem Gipfel – je nach Tagesprogramm – nehmen wir uns Zeit für eine kleine Mittagspause. Eine mitgebrachte Jause schmeckt am Berg besonders gut! Am Nachmittag wandern wir weitere 2 bis 3 Stunden, bis wir bei unserer nächsten Hütte einlangen. Dort bleibt Zeit für eine gemütliche Kaffee- und Kuchenjause, bevor wir unsere Zimmer- bzw. Lagerplätze beziehen und es zwischen 18 und 19 Uhr Abendessen gibt.

Am Abend lassen wir den Tag noch gemütlich in der Gaststube ausklingen. Wer will, wagt sich noch einmal vor die Tür, um die Sterne zu betrachten, die bei klarem Wetter und Neumond besonders schön zu sehen sind.

Ab 22 Uhr herrscht Hüttenruhe, wir gehen früh schlafen, um für die nächste Etappe ausgeruht zu sein.



Blick zum Bódensee

Tag 1: Individuelle Anreise nach Virgen und Aufstieg zur Zupalseehütte

Individuelle Anreise zum gemeinsamen Treffpunkt in Virgen.
 Von dort bringt uns ein Zubringertaxi zur Wetterkreuzhütte (2106 m), um den ersten Tag etwas abzukürzen. Von dort wandern wir zur idyllisch am Zupalsee gelegenen Zupalseehütte (2346 m). Vor dem Abendessen besteigen wir noch den Hausberg Legerle (2527m).

↑	HÖHENMETER AUFSTIEG	475 m
↓	HÖHENMETER ABSTIEG	235 m
🕒	GEHZEIT	2 - 3 Std
🏠	ÜBERNACHTUNG	Zupalseehütte (2346 m)
🍴	VERPFLEGUNG	A

F: Frühstück M: Mittagessen A: Abendessen

Tag 2: Wanderung über den Donnerstein zur Lasörlinghütte

Der heutige Tag startet mit einer schönen Gratwanderung vom Griften über den Donnerstein (2725 m) bis zum Speikboden (2653 m). Auf schmalen Wegen, die Trittsicherheit erfordern, erreichen wir gegen Mittag das Steinkaas, ein weites Hochtal mit einigen pittoresk und schön gelegenen Seen.
 Über einen weiteren kleinen Pass (2499 m) wandern wir in einem weiten Bogen hinunter zur urigen Lasörlinghütte.

↑	HÖHENMETER AUFSTIEG	620 m
↓	HÖHENMETER ABSTIEG	700 m
🕒	GEHZEIT	4 - 5 Std
🏠	ÜBERNACHTUNG	Lasörlinghütte (2350 m)
🍴	VERPFLEGUNG	F A

Tag 3: Das Kernstück des Lasörling-Höhenweges

Heute erwartet uns das Kernstück des Lasörling-Höhenweges. Die lange Etappe führt uns zunächst auf das Prägrater Törl (2870 m). Der Panoramablick über die gesamten Hohen Tauern bis in die Dolomiten lässt uns den schottrigen Aufstieg rasch vergessen. Zurück am Pass folgen wir einer Geröllebene und gelangen bald über ein mit Moränenschutt gefülltes Hochkar und über weitere Pässe in den Kleinbachboden, wo wir neben gurgelnden Bächen eine wohlverdiente Rast einlegen. Nach einem letzten kräfteaubenden Aufstieg zum Übergang neben der Roten Lenke (2700 m) erblicken wir schon die Neue Reichenberger Hütte, direkt am Bödensee gelegen. Wir erreichen die Hütte nach einer weiteren halben Stunde.

↑	HÖHENMETER AUFSTIEG	1150 m
↓	HÖHENMETER ABSTIEG	840 m
🕒	GEHZEIT	7 Std
🏠	ÜBERNACHTUNG	N. Reichenberger Hütte (2586 m)
🍴	VERPFLEGUNG	F A

Tag 4: Abstieg über die Umbalfälle nach Ströden

Wir verlassen die gemütliche Hütte und wandern in einem weiten Bogen bis zur Daberlenke. Ab hier steigen wir ins Dabertal ab und folgen dem hoch über dem Talboden gelegenen Weg durch grasige Hänge ins Tal. Atemberaubende Tiefblicke begleiten uns auf unserem Abstieg nach Ströden.

Am Ende wartet mit dem Wasserschaupfad Umbalfälle noch ein letzter Höhepunkt, bevor wir über eine Schotterstraße unseren Endpunkt der Tour in Ströden erreichen.

Mit dem Bus oder einem Taxi fahren wir zurück zum Ausgangspunkt.

↑	HÖHENMETER AUFSTIEG	200 m
↓	HÖHENMETER ABSTIEG	1400 m
🕒	GEHZEIT	5 1/2 Std
🍴	VERPFLEGUNG	F



Schlafsack/Gepäck

- Leichter Sommerschlafsack (Hüttenschlafsack 2020 nicht ausreichend, da keine Decken ausgegeben werden)
z. B. *Mountain Equipment Lunar I*
- Kissenbezug, Handtuch
- Tagesrucksack (Vol. 30 - 40 Liter)
z.B. *Gregory Z40* oder *Gregory Jade 40* (mit integrierter Regenhülle)
- Wanderstöcke (teleskopisch) - wenn man möchte und gewohnt ist, damit zu gehen.

Schuhe

- Bergschuhe mit fester Profilsohle (knöchelhoch)
- Hausschuhe für den Hüttenaufenthalt

Bekleidung

- Regen- und windfeste Jacke (Goretex)
- Regenschutz: Rucksackhülle, Regenponcho oder Überhose
- Warme Bekleidung (z.B. Fleecejacke oder -pullover, leichter Primaloft Anorak)
- Zweckmäßige Wander- und Bergkleidung (lang- und kurz-ärmelige T-Shirts, Hemd/Bluse, lange Wanderhose ev. zum Abzippen, 2 Paar Bergsocken etc.)
- Evtl. Thermo-Unterwäsche
- Mütze, Handschuhe
- Halstuch oder Schlauchtuch („Buff“)

Persönliche Hygiene/Medikamente

- Persönliche Medikamente und kleines erste Hilfe-Paket
- Blasenpflaster
- Kulturbeutel
- Evtl. Handdesinfektionsgel
- Mund- und Nasenschutz (Maske)

Sonstiges

- Sonnenschutz (z.B. LSF +30)
- Sonnenbrille, Sonnenhut/Schildkappe
- Alpenvereins-Ausweis
- Personalausweis und Bargeld
- Taschenlampe oder Stirnlampe
- Taschenmesser
- Fotoapparat (Speicherkarte, Ersatzakku)
- Ladegerät für Fotoapparat bzw. Mobiltelefon
- Evtl. Höhenmesser, Kompass
z.B. *CASIO ProTrek PRG-650* (Solarbetrieb, Weltzeit usw.)
- 1-2 Trinkflaschen oder Trinkbeutel (mind. Vol. 1 Liter)
- Müsliriegel, Nüsse oder ähnliches als Kraftfutter
- Proviant für Pausen unterwegs (Brot, Wurst, Käse)

! Hinweis

Ihr Rucksack sollte nicht mehr als 8-10 kg wiegen!
Verzichten Sie daher bitte auf zu viel doppelte Kleidung!



Rucksack-Testaktion auf
unseren Alpentouren mit


GREGORY
eu.gregorypacks.com

Amber 44 L

Alle Rucksäcke können über
Clearskies bestellt werden!

CLEARSKIES empfiehlt
Schlafsäcke von


**MOUNTAIN
EQUIPMENT**



Kunstfaserschlafsack Lunar 1

Schlafsäcke können über
Clearskies bestellt werden!



CLEARSKIES empfiehlt
Höhenmesser-Uhren von


PRO TREK
www.protrek.eu



CLEARSKIES empfiehlt
Trekkingbekleidung von


sheroa
www.sherpaadventuregear.com

Buchung der Reise

Für eine Buchung dieser Reise bitten wir Sie, das entsprechende Formular auf unserer Webseite auszufüllen. Gerne können Sie auch in unserem Büro anrufen...

Nach Eingang Ihrer Buchung erhalten Sie so rasch wie möglich eine entsprechende Buchungsbestätigung sowie die Rechnung über die Anzahlung der Reise (20%).

Diese Anzahlung ist umgehend zu begleichen.

Ebenso wird eine eventuelle **Reiseversicherung**, die Sie über CLEARSKIES abschließen, sofort in Rechnung gestellt.

Die Restzahlung der Reise ist innerhalb von 20 Tagen vor Abreise fällig. Wir senden Ihnen rechtzeitig eine entsprechende Rechnung sowie alle wichtigen letzten Infos vor Ihrer Abreise zu.

Bezahlung

Spesenfreie Banküberweisung: Sie erhalten mit der Rechnung unsere Kontodaten und können die Zahlung spesenfrei durchführen.

Kunden aus der **Schweiz** können unsere CHF-Kontoverbindung in der BTV Staad (Schweiz) spesenfrei nutzen.



Am Kleinbachboden



Bei den Umbalfällen