

Ausrüstungsliste und Information  
für die Alpenüberquerung  
von  
**Oberstdorf – Meran**

# Premium Plus

[Bitte lesen Sie die Infos auf unserer Homepage: Covid 19](#)

## AUSRÜSTUNG:

- Tourenrucksack mit Regenhülle

**Tipp:** Wir empfehlen Ihnen für diese Wochentour eine Rucksackgröße von 40-50 Liter. Das maximale Gesamtgewicht sollte ca. 8 Kilo betragen.

- Bergstiefel mit fester Profilmisohle (mindestens knöchelhoher Schaft !!, Kategorie 4 , bzw. B oder B/C))
- Pullover Jacke
- Lange Hose zum Wandern
- Wetterschutz Anorak (möglichst GoreTex)
- Überhose (Regenhose)
- Reservewäsche
- Strümpfe für Bergstiefel
- Leichte Freizeitschuhe
- Kleidung für Hütte, Gasthof, Hotel
- Regenschutz, Regenschirm
- Warme Mütze und Handschuhe
- Sonnenschutz (Mütze und Creme)
- Ohropax (für alle Fälle)
- Sonnenbrille
- Blasenpflaster (für alle Fälle)

**Siehe: Bergschuhcheck auf unserer Homepage [www.alpinschule.de](http://www.alpinschule.de)**



- Trinkflasche (ca. 1 Liter)
- Waschset mit kleinem Handtuch
- Kleine Taschenlampe
- Rucksackapotheke (Verbandzeug)
- Hüttenschlafsack / Jugendherbergsschlafsack (auf DAV Hütten Pflicht, = dünner Baumwoll- oder Seidenschlafsack. Kann auch auf der ersten Hütte gekauft werden.
- Personalausweis oder Reisepass (in der EU besteht Ausweispflicht!)
- evtl. Wanderstöcke
- Bekleidung im Rucksack in Tüten verpackt (Nässeschutz)
- Badebekleidung (falls sich die Gelegenheit bietet)

Weitere Ausrüstungsinfos auf unserer Homepage unter „Ausrüstungs- und Bergschuhcheck“

Gute und zweckmäßige Ausrüstung erhöht Ihre Sicherheit und erspart Ärger während der Tour.

## INFOS:

### Anreise:

A7 bis Um – Memmingen – Kempten. B19 bis Oberstdorf. Oberstdorf ist problemlos mit der Bahn zu erreichen. Bitte planen Sie bei Bahnreise dementsprechende Verzögerungen ein.

### Übernachtung vor bzw. nach der Tour in Oberstdorf:

Am einfachsten nutzen Sie unseren Booking.com Link auf unserer Homepage (diesen finden Sie unter dem jeweiligen Programm). Hier finden Sie genau das Hotel bzw. Pension nach Ihren Vorstellungen.

### Zimmervermittlung:

Am besten verwenden Sie den Booking.com Link auf der Programmseite von unserer Homepage.

### **Parkmöglichkeit:**

Es bestehen verschiedene gebührenpflichtige Parkplätze am Ortseingang. bzw. eine Tiefgarage am Eislaufzentrum (Tel. 08322 / 700500). Alle 15 Minuten fährt ein „Ortsbus“ vom P2 zur Nebelhornbahn und zurück. Bitte planen Sie diese Rangierzeit in Ihre Anreisezeit ein. Die Parkscheinautomaten funktionieren teilweise nur mit Münzgeld. Bitte haben Sie dementsprechend Münzen dabei. Alternativ ist auch die Bezahlung per Handy möglich, was aber nicht immer bei allen Handys funktioniert. Wenn Sie genügend Zeit eingeplant haben, können Sie auch einen Wochenparkschein im Ordnungsamt der Gemeinde Oberstdorf (Prinzregenten-Platz, 87561 Oberstdorf, Tel. 08322 700700) erwerben. Weitere Infos: Kurverwaltung Oberstdorf: Tel. 08322 7000. Alternative: Privatparkplatz Eichele, Sonthofenerstr. 5 in Oberstdorf (2 Minuten zum Bahnhof). Tel. Vorbestellung 08322 / 4555.

### **Treffpunkt:**

Sie treffen sich mit dem Bergführer und der Gruppe am Brunnen des Wilden Männle auf dem Bahnhof Vorplatz um **11:30 Uhr** in Oberstdorf (vor dem Haupteingang des Bahnhof). Da die Treffpunktzeit bereits die Abfahrt der Gruppe mit dem Taxi ist, empfehlen wir Ihnen, dementsprechend früher da zu sein. Bitte planen Sie auch Pufferzeiten für Parken und Zugverspätung ein.

### **Unterkünfte:**

Im Tal: Doppel und Mehrbettzimmer mit Dusche bzw. Etagendusche.

Auf Hütten: Mehrbettzimmer und Lager. Waschmöglichkeit in Waschräumen. Duschen mit Duschmarken auf der Kempfner-, Braunschweiger- und Martin Busch Hütte.

### **Verpflegung:**

Alle Hütten sind voll bewirtschaftet. Die Halbpension beinhaltet Frühstück und Abendessen. Zusätzliche Marschverpflegung kann entweder auf den Hütten bzw. im Tal gekauft werden. Mittags besteht meist Einkehrmöglichkeit.

### **Gepäcktransport:**

Gerne transportieren wir für Sie eine **kleine** Tasche (keine Koffer, max. 4 KG) direkt nach Meran, welche Sie bei der Ankunft im Hotel in Meran erhalten. Bitte bedenken Sie, dass Sie lediglich Wechselbekleidung für eine Nacht in Meran brauchen. **Achten Sie bitte unbedingt auf dementsprechende Beschriftung des Gepäckstück mit Name und Programmnummer.** Das Gepäckstück geben Sie beim Treffpunkt in Oberstdorf ab. **Für das Gepäck wird keine Haftung übernommen.**

### **Rucksacktransport:**

Wie im Katalog beschrieben wird der Rucksack (soweit möglich) auf alle Hütten transportiert. Dies bezieht sich nur auf die Hüttenaufstiege. Bei den Abstiegen bzw. Verbindungsetappen muss der Rucksack getragen werden. Im Rucksack haben Sie alle Utensilien verstaut, die Sie während der Tour bis Meran brauchen.

### **Minirucksack:**

Alle Teilnehmer erhalten am Treffpunkt einen Minirucksack in dem z.B. Trinkflasche, Pullover, etc. beim Hüttenaufstieg verstaut werden kann. Dieser funktionelle Minirucksack ist bewusst sehr leicht und klein im Packmaß gewählt, damit dieser wenig Platz im Hauptrucksack benötigt, wenn dieser nicht verwendet wird. Der Minirucksack kommt jeweils zum Einsatz, während der Hauptrucksack mit der Materialseilbahn transportiert wird.

### **Rückreise Meran – Oberstdorf:**

Die planmäßige Abfahrt in Meran ist um 8.00 Uhr. Bei normalen Verkehrsbedingungen sind Sie um ca. 14.00 Uhr wieder in Oberstdorf. Mit 90 prozentiger Sicherheit sind Sie vor 15.00 Uhr wieder in Oberstdorf.

### **Versicherungen:**

Bitte vergewissern Sie sich, dass Sie über eine Auslands-Krankenversicherung verfügen.

Wir empfehlen Ihnen den Abschluss einer Reiseabbruchversicherung, damit Sie im Falle einer ungeplanten Stornierung oder bei Tourabbruch einen Teil der Kosten Rückerstattet bekommen.

## Weitere Fragen ?:

Auf unserer Homepage finden Sie unter der Rubrik FAQs häufig gestellte Fragen von Kunden und unsere Antworten.

## Vorbereitung:

Als optimale Vorbereitung empfehlen wir allen Teilnehmern an einem Alpenüberquerung Vorbereitungswochenende teilzunehmen. Beim Vorbereitungswochenende erfahren Sie alles Wichtige bezüglich Ausrüstung, Taktik und Training. Nähere Infos auf unserer Homepage.

## Die Route über die Alpen

- Tag 1: Treffpunkt am Bahnhof von Oberstdorf im Allgäu auf dem Bahnhofsvorplatz am Denkmal des Wilden Männle. Per Taxi geht es in die Spielmannsau, ein Seitental bei Oberstdorf (1000 m). Durch den Sperrbachtobel geht es zu Fuß zur Kemptner Hütte (1850 m)  
Gehzeit: 3 Std. – Strecke: 6 KM – Aufstieg: 850 HM
- Tag 2: eine halbe Stunde Aufstieg zum Mädelejoch (1970 m), der Grenze Bayern-Tirol. Abstieg durch das Höhbachtal nach Holzgau im Lechtal (1070 m). Einkehr im Gasthaus. Mit dem Taxi fahren wir nach Kaisers (1530 m). Aufstieg zum Kaiserjochhaus (2310 m).  
Gehzeit: 6 Std. – Strecke: 11 KM – Aufstieg: 810 HM – Abstieg: 870 HM
- Tag 3: Abstieg nach Pettneu am Arlberg (1200 m). 20 Km Busfahrt über Landeck nach Zams.  
Gehzeit: 3 Std. – Strecke: 5 KM – Aufstieg: 100HM – Abstieg: 1130HM
- Tag 4: Mit dem Bus durch das Inntal nach Wenss im Pitztal (1000m) und weiter nach Mittelberg. Von dort zweieinhalb Stunden Aufstieg zur Braunschweiger Hütte (2760m).  
Gesamtgehzeit ca. 3 Stunden.  
Gehzeit: 3 Std. – Strecke: 5 KM – Aufstieg: 1000HM – Abstieg: 5 HM
- Tag 5: Eine Stunde Aufstieg zum Rettenbachjoch (3000m). Abstieg zum Rettenbachgletscher und auf dem Panoramaweg nach Vent (2000m). Übernachtung im Hotel in Vent.  
Gesamtgehzeit ca. 5 Stunden.  
Gehzeit: 5 Std. – Strecke: 14 KM – Aufstieg: 450 HM – Abstieg: 1500 HM
- Tag 6: Aufstieg durch das Venter Tal zum Hochjoch Hospiz (2400 m). Nachmittags noch optionale Panoramawanderung auf dem Doloretteweg zum Kesselwandferner.  
Gehzeit: 4 Std. – Strecke: 10 KM – Aufstieg: 541HM – Abstieg: 20 HM
- Tag 7: auf eindrucksvollem Panoramaweg durch das Rofental zur Berghütte: Bellavista (2830 m). Abstieg über den Archäologischen Wanderweg nach Kurzras (2020 m) im Schnalstal. Taxitransfer nach Meran in unser Hotel. Möglichkeit zum Stadtbummel; Abschluss.  
Gehzeit: ca. 3,0 Std.  
Gehzeit: 5 Std. – Strecke: 11 KM – Aufstieg: 569HM – Abstieg: 966 HM
- Tag 8: Rückreise mit Bus durch das Vinschgau – Reschenpass – Zams – Fernpass – Füssen – Oberstdorf.

**Gesamt:    ↑4420 Hm    ↓ 4536 Hm    ca. 64 KM Wanderstrecke - 106 Km Gesamtstrecke**

### Zeichenerklärung:

Hm = Höhenmeter  
Aufstieg

Km = Entfernung

↓ = Höhenmeter im Abstieg

↑ = Höhenmeter im