

Weitere Informationen:

Oberallgäu Ferien

Hindelanger Str. 35

87527 Sonthofen

Tel. 08321/612 - 612

Fax 08321/612 - 370

Internet: www.oberallgaeu-ferien.de

e-mail: OA-Tourismus@t-online.de

Tourismusverband Allgäu/Bayerisch-Schwaben e.V.

Fuggerstr. 9

86150 Augsburg

Tel. 0821/33335

Fax 0821/38331

Internet: www.btl.de/allgaeu-bayerisch-schwaben

e-mail: tourismus@allgaeu-bayerisch-schwaben.btl.de

Allgäu



Über die Nagelfluhkette

**Eine 6-tägige Tour über
Gipfel und Grate vor dem eindrucksvollen
Panorama des Allgäuer Hauptkammes**

Impressum

Herausgeber: Tourismusverband Allgäu/Bayerisch-Schwaben e.V.

Fuggerstraße 9, 86150 Augsburg, Telefon: 08 21 / 3 33 35

Konzeption, Text und Gestaltung: Das KommunikationsKontor GmbH,

Würmstraße 11a, 82166 Gräfelfing, Telefon: 0 89 / 89 88 77 0

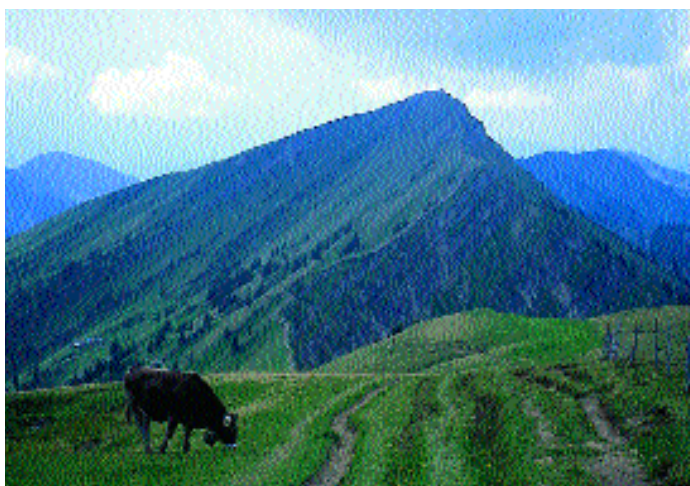
Fotos: Archive des Verbandes und der Mitgliedsgemeinden.

Beschreibungen und Angaben erfolgten nach gründlicher Recherche.

Irrtum und Änderungen nach Drucklegung bleiben vorbehalten.

Inhalt:

Inhaltsverzeichnis	Seite	2
Alpine Beratungsstellen	Seite	2
Über die Nagelfluhkette	Seite	3
1. Tag: Immenstadt - Kemptner Naturfreundehaus		
Variante a)	Seite	5
Immenstadt - Alpe Seifenmoos - Kemptner Naturfreundehaus		
Variante b)	Seite	5
Immenstadt - Steigbach - Alpe Mittelberg - Kemptner Naturfreundehaus		
Variante c)	Seite	6
Immenstadt - Mittag (mit Bahn) - Steineberg - Kemptner Naturfreundehaus		
2. Tag: Kemptner Naturfreundehaus - Sedererstuiben - Buralpkopf - Rindalphorn - Hochgrat - Staufner Haus	Seite	7
3. Tag: Staufner Haus - Seelekkopf - Hohenfluhalkopf - Eineguntkopf - Berggasthaus Hoch-Häderich	Seite	7
4. Tag: Gasthaus Hoch-Häderich - Urschlaboden - Lecknersee - Gasthof Höfle - Abstecher zur Alpe Hochleckach	Seite	8
5. Tag: Gasthaus Höfle - Scheidwang Alpe - Gunzesrieder Säge - Otto-Schwegler-Hütte		
Variante a)	Seite	9
Obergelchenwangtobel, Leiterberg		
Variante b)	Seite	10
Über Lache Alpe		
Variante c)	Seite	10
Über Helminger Alpe/Sura Alpe		
6. Tag: Otto-Schwegler-Hütte - Gunzesrieder Säge - Winkelwiesen Alpe - Vordere Krumbach Alpe - Bärenkopf - Mittag - Immenstadt	Seite	11
Otto-Schwegler-Hütte	Seite	12
Staufner Haus	Seite	13
Tipps für Bergwanderer	Seite	14
Der Umwelt und uns zuliebe	Seite	14
Planung der Tour	Seite	14
Bergwetter	Seite	15
Die richtige Ausrüstung	Seite	15
Durchführung der Tour	Seite	16
Sicherheit geht vor	Seite	16
Verhalten bei Bergunfällen	Seite	17
Wandern mit Genuss	Seite	18

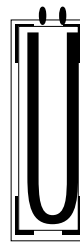


Alpine Beratungsstellen in den Allgäuer Alpen

Auskunft und Beratung über die Erfordernisse bei Bergtouren wie Wetter, Kleidung, Wegverhältnisse, Schwierigkeitsgrad etc.:

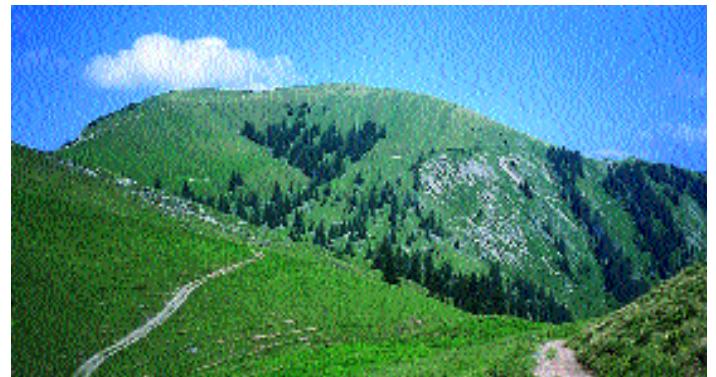
Alpine Beratungsstelle der
Bergschule Kleinwalsertal
Telefon 0 83 29/58 60
Auskunft: täglich 17-19 Uhr, Sa. und So. 18-19 Uhr

Alpine Beratungsstelle der
Kurverwaltung Oberstdorf
Telefon 0 83 22/70 02 00



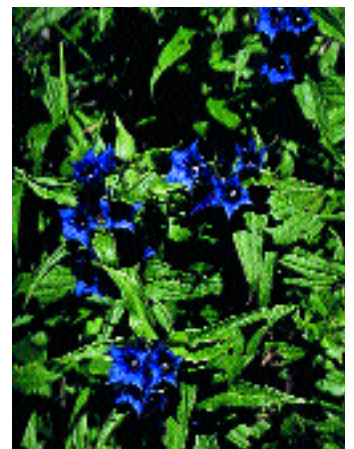
Über die Nagelfluhkette

Obwohl diese 6-tägige Wandertour durchaus auch alpinen Charakter hat, kann sie bei normalen Wetterverhältnissen bereits ab Mitte Juni begangen werden. Wir bewegen uns in Höhen zwischen 1300 und 1800 Metern, also fast immer unterhalb der Baumgrenze. Die Nagelfluhkette zieht sich vor dem Allgäuer Hauptkamm hin. Deshalb eröffnen sich nach Süden zu immer wieder atemberaubende Blicke auf die grauen Felswände der Alpenketten. Personalausweis nicht vergessen, da unsere Tour grenzüberschreitend verläuft.



Nagelfluh ist ein Sedimentgestein aus Geröllen, das durch tonige, kalkige, kieselige oder eisenhaltige Bindemittel verkittet ist. Ein Mischgestein, das Erde anlagert, durch die Witterung sanfter geformt wird und bis in die Höhen Bewuchs trägt.

Unsere Tour beginnt in Immenstadt, dem sportlich-gemütlichen Ferienort am Großen Alpsee. Der Mittag ist der Hausberg der Immenstädter und eine bekannte Abflugschance für Paraglider und Drachenflieger. Auf seinen Gipfel kommen wir entweder mit der Bahn oder zu Fuß durch den romantischen Steigbachtobel. Wer rechtzeitig dran ist, kann das Schauspiel am Startplatz genießen, denn aus Rücksicht auf die am gleichen Tag anreisenden Wanderer ist die erste Tagesetappe relativ kurz. Über die ausgedehnten Weideflächen des Seifenmoos erreichen wir das Kemptner Naturfreundehaus. Von hier aus zieht der Weg über die Gipfel von Sedererstuiben, Buralpkopf und Rindalphorn immer auf dem Grat bis zum Hochgrat. Eine herrliche Aussicht über das Allgäuer Voralpenland begleitet uns. Tief unten im Tal liegt das Schrothheilbad Oberstaufen. Auf schönem Waldweg, immer auf und ab, führt der Weg zum Seelekkopf und hinter dem „Falken“ können wir





bei gutem Wetter den Bodensee ausmachen. Beim Hoch-Häderich heißt es auf den Weg zu achten, er ist ein bisschen steil und zum Teil mit dem Stahlseil versichert. Nach dem Gasthaus Hoch-Häderich steigen wir zum Lecknersee hinunter, den wir schon von oben gesehen haben. Wer Lust hat, kann wieder ein Stück bergauf gehen bis zur Alpe Hochleckach. Hier werden in einer modernen Sennerei Butter und Käse gemacht. Grundlage für eine genussvolle Brotzeit. Der Weg ins Gunzesrieder Tal wird in mehreren Varianten angeboten. Eine ist so schön wie die andere. Von der Otto-Schwegler-Hütte windet sich der Weg durch den Laubwald in die Höhe bis zur Vorderen Krumbach Alpe. Dann folgen wir wieder dem Grat über den Bärenkopf und erreichen nach gemütlicher Wanderung den Mittag, unseren Ausgangspunkt.

Die Schwierigkeiten dieser Tour sind mäßig, einige Stellen sind etwas ausgesetzt. Der Wegabschnitt beim Hoch-Häderich ist seilgesichert. In jedem Fall aber sollten Sie trittsicher und schwindelfrei sein. Am zweiten Tag gibt es zwischen Alpe Gund und dem Staufner Haus keine Möglichkeit zur Einkehr. Die Mitnahme einer Brotzeit und einer ausreichenden Menge Wasser ist deshalb notwendig. Am Ende jeder Wegstrecke finden Sie Hinweise auf das Übernachtungsquartier und die Öffnungszeiten. Natürlich auch die Telefonnummer zum Quartier bestellen.

Selbstverständlich benötigen Sie neben unserer Wegbeschreibung die entsprechende topografische Karte, die Sie im Buchhandel erhalten.

Verkehrsanbindung: Sie erreichen Immenstadt sehr gut mit der Bahn. Und natürlich auch mit dem Auto. Parkplätze für das Auto stehen am Viehmarktfeld und am Hofgarten zur Verfügung. Hier kann für mehrere Tage kostenfrei geparkt werden. Von der Bahn oder den Parkplätzen zum Ausgangspunkt der Tour sind es nur ca. 10 Gehminuten. (An der Mittagbahn kann nicht für mehrere Tage geparkt werden.)



1. TAG

Immenstadt - Kemptner Naturfreundehaus (1440m)
ca. 2 1/2 - 3 1/2 Std.

Für den ersten Tag unserer Tour über die Nagelfluhkette (der als Anreisetag extra kurz gehalten ist) bieten sich gleich drei Möglichkeiten: Variante a) und b) beginnen am Friedhof, Variante c) an der Talstation der Mittagbahn. Allen drei Varianten kann man zum Abschluss der Tagestour noch den Stuibengipfel (1749m) „anhängen“. Hier ist Schwindelfreiheit erforderlich und es müssen noch 1 1/2 - 2 Stunden Zeit dazugerechnet werden.

Variante a)
Immenstadt - Alpe Seifenmoos - Kemptner Naturfreundehaus
ca. 2 1/2 Std.

Vom Friedhof führt der Weg zunächst romantisch und schattig direkt am Steigbach entlang, an Gumpen und Wasserfällen vorbei, stetig bergauf. Bei der hölzernen Kapelle (914m) mündet unser schmaler Steig auf den parallel und oberhalb des Baches verlaufenden breiteren Weg, den wir dem Wegweiser Richtung Alpe Gund, Naturfreundehaus, Alpe Mittelberg folgen. Nach ca. 300m, vor einem hölzernen



Wegkreuz, verlassen wir den Steigbach und gehen rechts weiter, in langen Kehren ansteigend zur Alpe Seifenmoos mit ihren weiten Viehweiden. Am Kreuz der Hütte vorbei geht's noch ein Stück bergauf zum Kemptner Naturfreundehaus (1440m), unserem Nachtquartier.

Variante b)
Immenstadt - Steigbach - Alpe Mittelberg - Kemptner Naturfreundehaus
ca. 3 Std.

Auch hierfür ist der Start beim Friedhof und der Weg führt am Steigbach entlang zur hölzernen Kapelle wie bei Variante a) und weiter Richtung Alpe Gund, Naturfreundehaus, Alpe Mittelberg. Nach ca. 300m nehmen wir dann allerdings den linken Weg weiter entlang des Steigbaches. Der wird hier zu einem kleinen See aufgestaut. Vor uns sieht man schon das Gipfelkreuz vom Steineberg und dahinter den

Stuiben. Der Weg verläuft immer am Bach, wechselt die Seite und geht links vom Bach weiter. Rechts öffnet sich eine Bergsturzlandschaft, schon überwachsen mit Sträuchern und Bäumen. Linker Hand passiert man den Steineberg und der Weg geht wieder steiler bergauf, immer noch eine breite Forststraße. Über die Alpe Mittelberg (1369m) und Alpe Seifenmoos geht's zum Kemptner Naturfreundehaus.



Variante c)
Immenstadt - Mittag (mit Bahn) - Steineberg -
Kemptner Naturfreundehaus
 ca. 3 1/2 Std.

Für diese Variante starten wir erst mal ganz bequem mit der Mittag-Schwebebahn zur Bergstation. (Wer Zeit und Ausdauer hat, kann natürlich auch zu Fuß auf den Mittag gehen). Westlich geht's über Grasmatten zunächst zum Bärenkopf (1463m) und weiter zum Steineberg. Links hinauf führt der Abstecher zum Gipfel (1660 m). Geradeaus kommen wir auf den Weg zum Stuiben bzw. zur Alpe Gund. Zunächst am Felsabbruch der „Grauen Wand“ vorbei, einer ausgesetzten Stelle, die mit Seilen gesichert ist und Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erfordert. Weiter am Grat entlang, bergauf, bergab mit herrlicher Sicht. Am Ende der Gratgasse geht's rechts zur Alpe Gund, die schon zu sehen ist. Hier kann man sich nochmal stärken vor der letzten Etappe über die Mittelberg Alpe und Alpe Seifenmoos zum Kemptner Naturfreundehaus.



2
TAG

Kemptner Naturfreundehaus -
Sedererstuiben - Buralpkopf - Rindalphorn -
Hochgrat - Staufner Haus
 ca. 5 1/2 Std.

Für unsere heutige Tour müssen wir genügend Verpflegung und Getränke mitnehmen. Nach der Alpe Gund gibt es keine Einkehrmöglichkeit mehr. Vom Kemptner Naturfreundehaus geht es wieder über die Seifenmoos Alpe und Alpe Mittelberg zur Alpe Gund, den Gipfel des Stuiben immer vor uns. Der Weg verlässt die breite Forststraße und geht Richtung Hochgrat/Sederer auf einem renaturierten schönen Weg, leicht ansteigend direkt zum Sedererstuiben (1737m). Rechts unten sieht man das Kupferdach vom Jagdhaus Ehrenschwang im weiten Hochtal. Wir folgen dem Europäischen Fernwanderweg („Vom Bodensee zur Adria“) über die Oberen Sedererwände zum Buralpkopf (1772m), am Grat entlang, ein kurzes Wegstück mit Seilsicherung, weiter zum Gündleskopf (1784m). Von hier geht's steil bergab zur Gündlesscharte (ca. 1500m). Linker Hand sieht man die Gündles-Alpe. Dann hinauf zum Rindalphorn (1821m), das mit seinen Schichtstufen des Nagelfluh imposant vor uns liegt. Der größte Höhenunterschied des Tages ist damit bewältigt! Dafür belohnt auch die Aussicht: Vor uns der Hochgrat, hinter uns Stuiben, Steineberg und Mittag, das weite Tal, ein Panoramablick in die Hochalpen. Zur Brunnenauscharte geht's nochmal 200m bergab und dann gemächlich ansteigend zum Gipfelkreuz des Hochgrat (1834m) mit seinen eindrucksvollen Formationen. Eine Viertelstunde liegt noch vor uns oder besser unter uns, dann haben wir das Staufner Haus (1600m) erreicht.



3
TAG

Staufner Haus - Seelekkopf - Hohenfluhalkopf -
Einiguntkopf - Berggasthaus Hoch-Häderich
 ca. 5 Std.

Vom Staufner Haus geht's gleich steil bergauf, das große Gipfelkreuz vom Seelekkopf (1663m) vor uns. Am Grat entlang, noch einmal abwärts in einen Sattel und dann zum Gipfel. Wer sich den sparen will, kann auch unterhalb vorbei; die Wege treffen sich wieder. Ein schöner Waldweg führt jetzt vom Seelekkopf zum Hohenfluhalkopf (1636m), immer leicht an- und absteigend. Gipfelkreuz gibt's hier keines, aber es geht auch ohne! In der Folge, beim Übergang zur Rohnehöhe bzw. Einiguntkopf (1639m), wird es ein bißchen schwieriger. Links unten taucht der Leckersee auf. Nach der „Umrundung“ der Rohnehöhe zweigt der Weg ab zur Falkenhütte hinunter und eine erste Rast ist angesagt. Man sieht auch schon das Gipfelkreuz „Auf dem Falken“ - frisch gestärkt gar kein Problem. Wir wählen dazu den Weg auf dem Grat und dann zum Gipfel und kommen dabei wieder auf den Weg, der von der Rohnehöhe direkt herüberführt. Ca. 1 Stunde Gehzeit muss man planen für den Abstecher über die Falkenhütte zum Gipfel. Wir bewegen uns seit der Rohnehöhe schon an der österreichischen Grenze,

genauer gesagt am Bregenzer Wald entlang. Wenn die Sicht frei ist, sieht man bis zum Bodensee.

Bei Nässe ist an den steileren Passagen auf unserem weiteren Weg zum Hoch-Häderich (1566m) besondere Vorsicht geboten. Die Beschilderung ist nicht so gut, aber nachdem das Ziel eindeutig vor uns liegt! So geht's z.B. am Grenzstein 217 links ab und weiter am Grat entlang abwärts über die Wiesen. Zur Abwechslung begegnen uns hier heroben auch Schafe neben den schon gewohnten Kühen. Bei



der Ausschilderung mit 2 Möglichkeiten zum Hoch-Häderich führt der untere Weg durch den Wald relativ eben, der obere Weg ist zum Teil mit Stahlseil gesichert und schwierig zu gehen. Weiter am Grat entlang, gut mit Seilen versichert und insgesamt gut zu gehen. Rechts sieht man die Hochwies- und die Häderle-Alpen, links wieder den Lecknersee. Und 5 Minuten unterhalb des Gipfels liegt das Berggasthaus Hoch-Häderich, unser Quartier für diese Nacht.

Gasthaus Hoch-Häderich - Urschlaboden - Lecknersee - Gasthof Höfle
ca. 2 Std.
(Voranmeldung empfohlen, da wenige Übernachtungsplätze)
Abstecher zur Alpe Hochleckach
+ 1 Std.

4
TAG

Die heutige Route fällt kürzer aus und so kann man diesen Tag ruhig angehen lassen. Was sicher nicht schadet, weil uns morgen dafür wieder ein langer Tag erwartet.

Beim Drehkreuz folgen wir dem Wanderweg 1B (rot/weiße Markierung) zum Lecknertal nach Süden, der über die Wiesen hinunterführt. Bei den beiden markanten Bäumen muß man über einen Zaun und folgt links dem Grat entlang, mit Stahlseilversicherung, teilweise steil über einen mit Felsen durchsetzten Wiesengang. Nicht links zu den Felsen und nicht rechts zum Wald, sondern immer auf der Wiese bleiben, auf die einzelne Alphütte zu. Die Markierung führt immer in der Falllinie hinunter und ist von unten bergauf leider besser zu sehen als von oben



nach unten! Man sieht dann auch schon den geschotterten Forstweg. Unser Weg führt vor der Urschlabodenalpe nicht rechts auf den Fahrweg sondern links zunächst bergauf und weiter über die Alpen Schwarzenberger Platte, Juliansplatte zur Egg-Alpe und schließlich zum Lecknersee (den wir auf unserer Tour von oben schon oft gesehen haben) und zum Gasthaus Höfle (1020m). Natürlich kann man der Wegweisung auch ins Lecknertal hinunter folgen, geht dabei die Mautstraße dem Leckenbach entlang bis zum Gasthaus Höfle, begleitet vom Schellengeläut der Kühe.

Für diejenigen, denen der heutige Tag zu wenig abgefordert hat, bietet sich noch ein Aufstieg an: Über die Auele-Alpe kommt man zur Alpe Hochleckach (1400m), in deren moderner Sennerei Käse und Butter hergestellt werden. Man kann beim Käsen zuschauen und eine genußvolle Brotzeit bietet sich natürlich auch an. Für den Hin- und Rückweg ab Gasthaus Höfle sollte man ca. 1 bis 1 1/2 Stunden veranschlagen.



5
TAG

Gasthaus Höfle - Scheidwang Alpe - Gunzesrieder Säge - Otto-Schwegler-Hütte (1070) - vormals Ostertalhütte - (Selbstversorger-Hütte - Achtung: wichtiger Hinweis am Ende der heutigen Tourenbeschreibung)
ca. 7 Std.

3 Varianten bis zur Scheidwang-Alpe:
Variante a: Obergelchenwangtobel, Leiterberg
Variante b: Über Lache-Alpe
Variante c: Über Helminger Alpe/Sura-Alpe

Für die lange Etappe vom Gasthaus Höfle zur Otto-Schwegler-Hütte bieten sich für die Strecke bis zur Alpe Scheidwang wieder 3 Varianten an:

Variante a: (ca. 2 Std.)

ist die sportlichste und geht ca. 400m nach dem Gasthaus Höfle links ab (Europäischer Fernwanderweg etc.). Wir überqueren die Grenze in ein Landschaftsschutzgebiet, folgen der breiten Forststraße, linker Hand begleitet uns ein Bach. Bei der unteren Samannsberg Alpe geradeaus Richtung Staufner Haus, durch den Wald. Nach dem Viehgatter wird aus dem breiten Forstweg ein normaler Wanderweg. Beim Abzweig über den Bach verlassen wir den Weg Staufner Haus/Europäischer



Fernwanderweg und gehen geradeaus auf der rechten Seite des Baches weiter auf dem Rücken am Obergelchenwangtobel entlang. Links geht's zur Oberen Gelchenwangalpe und dem Hochgrat und wir gehen nach rechts und um den Leiterberg, wo wir bei 1626m den höchsten Punkt erreicht und einen guten Überblick über die in den vergangenen Tagen „bezwungenen“ Gipfel haben. Auf 1317m erreichen wir dann die Scheidwang-Alpe und haben uns eine Brotzeit verdient.

Variante b: (ca. 1 1/2 Std.)

Die „mittlere“ führt 400m nach dem Gasthaus Höfle im Talboden entlang, leicht ansteigend zunächst bis zum Schwarzlache-See, weiter über Wiesen zur Lache-Alpe, einer Sennalpe, und steigt die letzten paar hundert Meter zur Scheidwang-Alpe auf 1317m an.

Variante c: (ca. 1 3/4 Std.)

zweigt 400m nach dem Gasthaus Höfle rechts ab den Bergrücken entlang über die Helminger Alpe (wo man vormittags beim Käsen zuschauen kann), Sura-Alpe zur Scheidwang Alpe.

Ab hier geht's für alle Varianten gleich weiter: Die direkte Verbindung von der Scheidwang-Alpe zur Gunzesrieder Säge über die Mautstraße werden wir „links liegen lassen“ und rechts über den Siplinger Kopf (1746m) gehen. Wir folgen



dafür zunächst dem Allgäuer Rundwanderweg auf den Heidenkopf (1685m) und auf dem Grat weiter zum Siplingerkopf. Der Abstieg geht über die Obere Wilhelmi-alpe mit einem kleinen Schlenker für eine Brotzeit zur Höllritzer Alpe, weiter über den Ostertalberg zur Birkachalpe, Mittelberg Alpe, Gunzesrieder Säge und dann rechts ab zur Otto-Schwegler-Hütte für Selbstversorger, wo wir den heutigen Tag enden lassen.

Hinweis: Otto-Schwegler-Hütte für Selbstversorger; Getränke sind vorhanden. Für das Frühstück wird gesorgt, wenn man das am Abend vorher anmeldet! Und zum Essen kann man zu Buhls Gasthaus gehen, nur 5 Gehminuten entfernt oder zur Gunzesrieder Säge, 15 Min. zu Fuß, mit weiteren Einkehrmöglichkeiten.

Weitere Informationen zur Otto-Schwegler-Hütte auf Seite 12



**6
TAG**

Otto-Schwegler-Hütte - Gunzesrieder Säge - Winkelwiesen Alpe - Vordere Krumbach Alpe - Bärenkopf - Mittag - Immenstadt ca. 2 1/2 Std.

Am letzten Tag unserer „Nagelfluh“-Tour gehen wir zunächst nach Osten zur Gunzesrieder Säge und nach der Brücke Richtung Mittag/Steineberg/Winkelwiesen Alpe rechts. Ein schöner Weg durch Laubwald, ansteigend, von Wiesen begleitet und nach dem Wald steiler bis zur Vorderen Krumbach Alpe. Hinter der Alpe geht der Weg weiter am Grat entlang zum Bärenkopf. Die bizarren Felsen des Steineberg links begleiten uns. Der Weg geht direkt am Gipfelkreuz des Bärenkopf vorbei und sanft an- und absteigend hinüber zum Mittagberg. Burgberg, Blaichach, Sonthofen liegen uns zu Füßen.

Bevor wir uns mit der Mittagbahn ins Tal hinunter tragen lassen, sollten wir uns in der Bergstation noch eine Rast gönnen. Hier oben ist ein beliebter Startplatz für Paragliders. Und bei schönem Wetter ist es eine Wonne, den bunten, schwerelosen "Vögeln" zuzuschauen. Wer noch Lust und Kondition hat, kann natürlich den Sessellift verschmähen und in 1 bis 1 1/2 Stunden von der Bergstation aus nach Immenstadt hinuntergehen.



O

otto-Schwegler-Hütte (1070m)



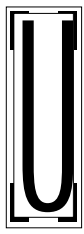
- DAV Sektion:** Augsburg, 50 Lager in 9 Räumen
- Zustiege:** von Gunzesrieder Säge
von Ofterschwang über Ofterschwanger Horn
von Siplinger Kopf (über österreichische Seite)
- Besonderheiten:** Selbstversorgerhütte; Frühstück auf Anmeldung am Abend vorher; für Familien und Gruppen geeignet.
- Benachbarte Hütten:** Buhls Alpe, Gaststätte (1050m), 10 Min.
Schwaben Haus (1520m) 2 1/2 Std.
Grasgehren-Alpe (1447m) 3 1/4 Std.
- Gipfel und Touren:** Ofterschwanger Horn (1406m) 2 std.
Sigiswanger Horn (1527m) 2 1/4 std.
Rangeswanger Horn (1616m) 2 1/4 Std.
Großer Ochsenkopf (1662m) 2 1/2 Std.
Kleiner Ochsenkopf (1571m) 2 1/4 Std.
Grauenstein (1640m) 4 Std. über Ochsenkopf
Riedberger Horn (1787m) 4 Std.
- Öffnungszeiten:** ganzjährig
- Quartierbestellung:** Otto-Schwegler-Hütte
Ostertalweg 6, 87544 Blaichach
Tel. 08321/2509
- Hüttenwirt:** Erika Gratzner
Adresse siehe oben, Quartierbestellung

S

staufner Haus (1634m)



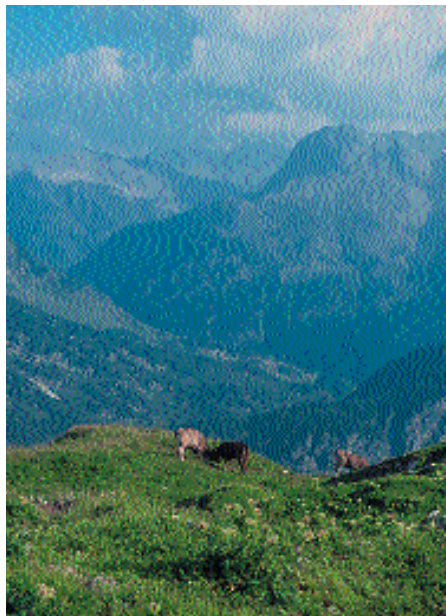
- DAV Sektion:** Oberstaufen-Lindenberg, 76 Lager, 10 Betten
- Zustiege:** Vom Parkplatz der Hochgratbahn-Talstation (auch Busverkehr vom Bahnhof Oberstaufen über Steibis bis zur Talstation) über die Untere und Obere Lauchalpe (ca. 2 Std.)
- Benachbarte Hütten:** Gasthof Falken (1438m) ca. 2 Std.
- Gipfel und Touren:** Hochgrat (1833m) ca. 40 Min.
Rindalphorn (1822m) ca. 1 3/4 Std.
Gratwanderung über den Nagelfluhhauptkamm bis zum Mittag (1442m), Immenstadt. Ca. 6-8 Std. Eine der schönsten Gratwanderungen im Allgäu und eine Teilstrecke der Europäischen Fernwanderwege E4 und E5. (Ausdauer und Trittsicherheit erforderlich)
Kammwanderung zum Hoch-Häderich ca. 3 Std.
- Öffnungszeiten:** Anfang Mai bis Ende Oktober und von Weihnachten bis Mitte Februar (auf Anfrage)
- Quartierbestellung:** Staufner Haus
87534 Oberstaufen 2
Tel. 08386/8255
- Hüttenwirt:** Ingrid Bietsch und Michel Rasch
Am Hochgrat
87534 Oberstaufen 2
Tel. siehe oben, Quartierbestellung



Und hier einige Tipps für Bergwanderer

Der Umwelt und uns zuliebe

Wir alle wollen dem Mief der Städte entfliehen, raus aus den Büroräumen und Werkshallen und die schöne Natur genießen. Damit sie uns aber so schön erhalten bleibt und die „Abnutzung“ durch die Menschen so gering wie möglich gehalten werden kann, müssen Regeln beachtet werden, die für alle Gültigkeit haben und damit die Chance bieten die Natur, und was wir an ihr so lieben, zu erhalten. Dazu gehört, dass man auf den Wegen bleibt und damit die Pflanzen und Wildtiere ungestört läßt. Und darum gehören Hunde auch unbedingt an die Leine. Die Blumenpracht der Alpen ist zum Bestaunen da und das Pflücken geschützter Pflanzen mit hohen Geldstrafen verbunden. Wir sollten auch aufpassen, dass keine



Steine losgetreten werden und selbstverständlich ist, dass man die Viehgatter wieder schließt, im Wald nicht raucht und seinen Abfall, der ja auf dem Heimweg kaum mehr Gewicht hat, wieder mitnimmt. Das alles ist ganz einfach zu beachten, hat aber eine große Bedeutung für unsere Umwelt und beginnt schon bei der „schonenden“ Anreise, mit Bahn, Bus oder in Fahrgemeinschaften und setzt sich fort beim Tal-Pendelverkehr mit Bus, Taxi oder Stellwagen.

Planung der Tour

Die Auswahl der Tour muss von unseren persönlichen Fähigkeiten abhängen und natürlich von denen unserer Begleitung. Wenn man untrainiert und „frisch aus dem Winterschlaf“ kommt, ist es sicher ratsam, erst 'mal langsam anzufangen. Also über Schwierigkeitsgrade, Höhenunterschiede und Gehzeiten Informationen einholen. Dazu gibt's viele Möglichkeiten: Kartenmaterial, Literatur, die alpinen Auskunftsstellen, Verkehrsämter, Bergführer oder die Hüttenwirte. Auf jeden Fall gilt es sich selbst nicht zu überfordern und die Wahl der Tour nach dem schwächsten Mitglied unserer Begleitung zu treffen. Ganz besonders wichtig ist, Kinder nicht zu überfordern, ihnen immer wieder Pausen zum Schauen und Verschnaufen zu gönnen, sonst ist die Lust am Bergwandern bald vorbei.



Bergwetter

Und bevor's losgeht, muss der Bergwetterbericht eingeholt werden, damit es am Berg keine bösen Überraschungen gibt. Denn hier sind Gewitter lebensgefährlich und Wetterstürze (auch im Sommer) oft mit Schnee, Sturm und Minustemperaturen verbunden, Wolken und Nebel erschweren die Orientierung. Wenn die Wettervorhersage nicht gut ist, bleibt man lieber im Tal oder auf überschaubaren Höhenwegen. Und hier gibt's Wetterauskünfte:

- Alpenvereinswetterbericht Tel.: 0 89/ 29 50 70
- Alpine Auskunft Tel.: 0 89/ 29 49 40
- Wetterbericht/Reisewetter Tel.: 01 90/ 11 64 24



Die richtige Ausrüstung

Sie hängt natürlich auch davon ab, ob wir eine Tagestour planen oder von Hütte zu Hütte wandern. Für die Hütten braucht man einen leichten Schlafsack („Jugendherbergsschlafsack“, gibt's vom Alpenverein oder man näht ihn aus Leintüchern selber zusammen); praktisch sind auch Hütten- oder Turnschuhe. Die Bekleidung sollte allen Temperaturen genügen, von heiß bis kalt also, damit man bei extremen Wetterstürzen gewappnet ist. Denn die nächste Hütte oder nötige Hilfe ist oft noch Stunden entfernt.



Checkliste für das Nötigste:

- Tourenrucksack
- Bergschuhe (mindestens Trekkingschuhe) mit Profilssole und Knöchelschutz
- Kälte- und Wetterschutz nach dem „Mehrschichtensystem“: Unterhemd, Hemd, Pullover, Regenjacke/Anorak, Mütze, Handschuhe und warme Strümpfe. Und als Ersatz eine Plastiktüte mit Ersatzwäsche, wenn man nass bis auf die Haut wird!
- Erste Hilfe-Päckchen
- Rettungsdecke (Folie)
- evtl. Klettersteiggurt
- Getränke (ausreichend!) und Verpflegung
- Karte, evtl. Kompaß
- Sonnenschutzmittel, Sonnenbrille, Lippencreme
- Kopfbedeckung für Sonnenschutz
- Taschenlampe
- evtl. Teleskop-Skistöcke zur Entlastung der Beine
- evtl. Waschzeug/Trainingshose
- Ausweis

Durchführung der Tour

Vor dem Aufbruch:

Planen Sie den Beginn der Tour so, dass genügend Reservezeit bleibt bis zum Einbruch der Dunkelheit und für ausgiebige Pausen.

Bei langen Wanderungen sollten Sie sehr früh aufbrechen, auch und vor allem dann, wenn mit starker Tageserwärmung und Gewittern am Nachmittag gerechnet werden muss. Ganz wichtig ist, dass Sie Bescheid sagen, wo Sie hinwandern und wann die Rückkehr geplant ist. Und sollten Sie Ihre Pläne unterwegs ändern, bitte die entsprechende Person informieren, damit keine unnötige Suchaktion ausgelöst wird. Wetterinformationen einholen und evtl. auch an die letzten Talfahrten der Bergbahnen denken. Wenn Sie hochalpine Touren gehen, sollten Sie das nie allein tun.

Unterwegs:

Wenn Sie auf einer Hütte übernachtet haben, sagen Sie den Wirtsleuten wohin Sie weitergehen, tragen Sie sich ins Hüttenbuch ein und auch das nächste Ziel.

Beginnen Sie Ihre Wanderung langsam und gehen Sie in einem gleichmäßigen Rhythmus. Wenn es in der Nacht stark abgekühlt hat, muss man vor allem an Bachübergängen und Wasserfällen mit Vereisung rechnen. Schalten Sie an steileren Abschnitten ruhig einen Gang zurück und gehen Sie immer nur so schnell, wie Sie sich auch absolut sicher fühlen.

Machen Sie in regelmäßigen Abständen Pausen und wenn Sie merken, dass Ihnen die Tour zu anstrengend wird, ist es auch keine Schande, einen kürzeren Weg zu wählen oder vorzeitig abzubrechen.



Nehmen Sie keine „Abkürzungen“ und legen Sie Ihre wärmeisolierende Kleidung ab, wenn es zu warm wird. Bedenken Sie auch, dass bei erhöhten Ozonkonzentrationen empfindliche Personen große Anstrengungen vermeiden sollten.

Trinken Sie rechtzeitig und regelmäßig, denn der Körper braucht bei Anstrengung viel Flüssigkeit. Keinen Schnee essen und nicht aus offenen Gewässern trinken.

Sicherheit geht vor

Manchmal „bremsen“ uns widrige Umstände mitten in der Tour aus: plötzlich ist der Weg unterbrochen oder man trifft auf harte, steile Schneefelder. Da ist es besser umzukehren als Risiken einzugehen.

Bei schlechter Sicht immer auf dem Weg bleiben. Wenn Sie die Markierung verloren haben, zum letzten bekannten Punkt zurückgehen und in der Gruppe zusammenbleiben. Versuchen Sie auf keinen Fall, sich „irgendwie durchs Gelände zu schlagen“; das ist lebensgefährlich! Wenn nichts mehr geht, bleibt nur übrig, auf bessere Sicht zu warten und sich mit der Rettungsdecke vor Kälte zu schützen.

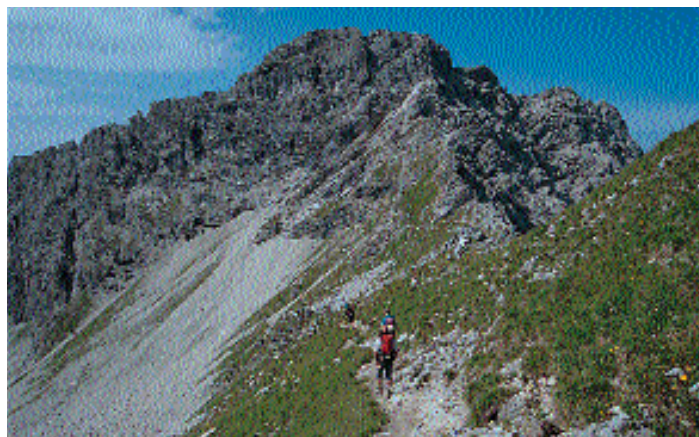
Bei einem Gewitter ist es lebenswichtig

- Gipfel, ausgesetzte Grate, nasse Rinnen, eisengesicherte Steiganlagen und Einzelbäume zu verlassen,
- nicht in Panik davonzulaufen, sondern Ruhe zu bewahren,
- eine kauende oder sitzende Haltung auf isolierender Unterlage einzunehmen.

Verhalten bei Bergunfällen

1. Erste Hilfe für den Verletzten

- bewahren Sie Ruhe und handeln Sie überlegt
- wenn Sie allein sind, versuchen Sie Hilfe herbeizurufen, anstatt verletzt weiterzugehen
- leisten Sie Erste Hilfe nach eigenem Können und Ihren Möglichkeiten
- sorgen Sie vor allem für Kälteschutz (Rettungsdecke!)
- sprechen Sie dem Verletzten gut zu und lassen Sie ihn möglichst nicht alleine.



2. Holen Sie Hilfe

- beauftragen Sie andere Bergwanderer damit, den Bergrettungsdienst zu alarmieren. Auch Hütten verfügen heute vielfach über Funkverbindungen.

- Rufnummern:

Rettungsdienst für den gesamten Alpenraum: 112 (Handy)
für Deutschland

Rettungsleitstelle (jeweilige Vorwahl): 19222

Polizei: 110

für Österreich

Rettungsdienst: 144

Polizei: 133

- melden Sie den Vorfall nach den folgenden 4 Punkten:

Wer meldet? Angabe des eigenen Namens mit Telefonnummer

Was ist passiert? Genaue Angaben von Unfallort und Wetter

Wieviele Verletzte? Angabe der Zahl der Verletzten

Welche Verletzungen? Lebensbedrohliche Zustände.

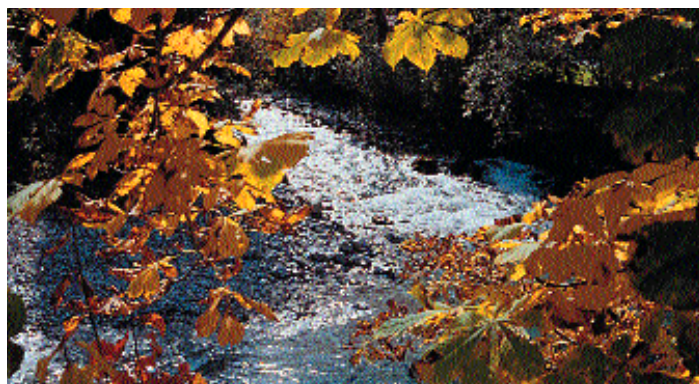
3. Alarmierung durch das Alpine Notsignal

Verwenden Sie im Notfall das alpine Notsignal, um von anderen Bergwanderern oder der Rettungsmannschaft gefunden zu werden. Es besteht aus einem hör- und sichtbaren Zeichen (auch Rufen!), das innerhalb einer Minute sechsmal abgegeben wird.

Wiederholen Sie das Signal jeweils nach ca. einer Minute Pause.

Erhalten Sie darauf ein dreimaliges Zeichen innerhalb einer Minute, ist Ihr Notruf angekommen und die Bergrettung wurde oder wird verständigt.

Die Hauptsache ist, dass Sie sich irgendwie bemerkbar machen. Wählen Sie dazu, wenn möglich, einen Standort, der gut sichtbar ist.



Wandern mit Genuss

Die Allgäuer Alpen gehören zu den attraktivsten Zielen für Bergwanderer. Aus einer Fülle von Möglichkeiten haben wir 6 mehrtägige Touren zusammengestellt, die jeweils die schönsten Wege und Gipfel miteinander verbinden. Diese Touren, die wiederum über den Oberallgäuer Rundwanderweg miteinander verbunden sind, können in vielfältiger Weise kombiniert werden – vom Wochenendausflug bis zur mehrwöchigen Bergtour. Und kommen damit den individuellen Freizeitbedürfnissen unserer Gäste entgegen. Hinweise zur Wegführung, Tipps und Informationen zur Übernachtung auf den Hütten und allgemeine aber wichtige Hinweise zum Verhalten am Berg, zur Ausrüstung und zum Notfall, runden die sechs Tourenvorschläge durch die Allgäuer Alpen und das Voralpenland ab.

Oberallgäuer Rundwanderweg

Mehr als 200 Kilometer Landschaft zwischen Bergen und Hügelland

Über den Grat

60 Kilometer zusammenhängende Höhenwege über die Allgäuer Alpen

Rund um den Hohen Ifen

Eine genussreiche Höhenrundtour in 7 Tagen vom Kleinwalsertal über den Bregenzer Wald zum Gottesackerplateau

Der Ostallgäuer Höhenweg

Von Hindelang nach Halblech, von den Allgäuer zu den Ammergauer Bergen.
6 Tage hohe Ziele und traumhafte Ausblicke

Der Maximiliansweg

Auf der Königsroute vom Bodensee zum Lech

Über die Nagelfluhkette

Eine 6-tägige Tour über Gipfel und Grate vor dem eindrucksvollen Panorama des Allgäuer Hauptkammes



Die Führer können kostenfrei angefordert werden bei:

Tourismusverband Allgäu/Bayerisch-Schwaben e.V.

Fuggerstraße 9

86150 Augsburg

Tel. 0821/333 35

Fax 0821/383 31

e-mail: tourismus@allgaeu-bayerisch-schwaben.btl.de

Internet: www.btl.de/allgaeu-bayerisch-schwaben