



Almen bilden einen starken Gegensatz zur jäh abstürzenden Armelenwand.



A woman with blonde hair, wearing an orange jacket, blue shorts, and a backpack, is hiking up a rocky trail in a mountainous area. In the background, there are green pine trees, a small wooden cabin, and distant snow-capped mountains under a clear sky.

# WANDERN IM ÖTZTAL Reise in die Vergangenheit

DAS VORDERE ÖTZTAL LOCKT IM SOMMER MIT SEINEM VERSCHWENDERISCHEN REICHTUM AN NATURSCHÄTZEN UND LÄDT EIN ZU EINER ZEITREISE: WANDERER FÜHLEN SICH HIER MITUNTER IN LÄNGST VERGANGENE JAHRHUNDERTE VERSETZT.



Der Stuibenfall  
schickt seine Was-  
sermassen über  
150 Meter zu Tal.



**In Farst gibt es keine  
Hotelsilos. Im ältesten  
Ort des Ötztals duftet es  
nach Wiesenblumen und  
frisch gemähtem Heu.**





Auf dem Knappen-  
weg genießen  
Wanderer die Berg-  
welt des Ötztals.



**D**er warme Sommerwind lässt die Bäume rauschen, weht ein leises Klingeln der Schafglocken von der grünen Alm herüber. An der Felswand gegenüber rauscht ein Schmelzwasserbach ins Tal. In diese Klangkulisse mischt sich später leise und aus der Ferne das Mittagsläuten der Kirche im weit unten liegenden Umhausen. Das Ötztal, das vor allem für seinen Skitourismus bekannt ist, zeigt im Sommer ein völlig anderes Gesicht: Es dominieren Ruhe und Naturgenuss – zumal, wenn man sich in den Wäldern, auf den Bergen und in den Seitentälern verliert.

In Farst, der ältesten Siedlung im Ötztal, deren sieben Bauernhäuser wie ein Adlerhorst auf einer Abbruchkante über dem Talboden kleben, ist man weit weg von Skipisten und Hotelsilos. Es duftet nach

Wiesenblumen, frisch gemähtem Heu und Brot, das über der Glut eines dickbauchigen Holzbackofens langsam braun wird. Doch ganz ist die Zeit hier oben, auf 1500 Meter Höhe, nicht stehen geblieben. Brachte man die Kinder von Farst einst mit dem Lastenaufzug hinab in die Schule nach Umhausen, so verbindet die beiden Orte heute eine breite Forststraße. In zahllosen Kehren führt sie hinter dem Umhausener Wiesengrund auf der Ostseite des Haupttales erbarmungslos 450 Meter steil hinauf, mitten in der Sonne.

#### **Die Liebe nimmt jeden Berg**

Die Farster sind bodenständige Menschen, solide wie die Balken ihrer Häuser und dennoch keine Hinterwäldler. Die fesche Wirtin der Jausenstation hat die Liebe hier herauf-

geführt. Mutig war die Entscheidung in doppeltem Sinn: Schließlich musste sie, bevor die Straße gebaut wurde, ihren Norbert in dem alten Holzaufzug besuchen fahren, der zweihundert Meter über dem Boden noch immer hinauf und hinunter rumpelt. Bereut hat Karin Falkner die Entscheidung trotz der harten und ereignislosen Winter nie. Den freien Blick auf den Gurglerkamm und seine mächtigen, weißen Gipfel – Granatenkogel, Hochfirst und Liebenerspitze – will sie gegen nichts in der Welt tauschen. Auch der alte Schäfer kann sich nichts Schöneres vorstellen, als hier oben die Abendsonne zu genießen, während auf das Tal schon tiefe Schatten fallen. Die ausgebleichte Mütze schräg ins Gesicht gezogen und auf seinen Stock gestützt hinabblickend, wirkt er ebenso gelassen wie seine Tiere, die hinter ihm im Schat- ➤





Ötztaltypische Tankstelle  
mit kühlem Wasser.



ten des Zirbenwalds dösen. »Denen ist bei der Hitze sowieso nicht nach Ausbüchsen zumute«, erklärt er. Ehrensache, dass er dennoch bis zum Abend hier ausharren wird.

Hinter Farst bedeckt ein federnder Nadelteppich den Boden, es riecht nach feuchtem Moos und Pilzen. Kleine Rinnsale bahnen sich ihren Weg über den tief ausgetretenen und großzügig markierten Steig. Man trifft bald auf eine kleine, mit Enzian bestandene Almlichtung und die Pfeiler des Lastenaufzugs, der von hier aus zum Ziel der Tour hinaufgeht, der Reichalm. Wieder im Wald leuchten die Moose in allen Farben. Tropfendnase, bleichliche Bartflechten hängen von abgestorbenen Baumriesen herab. Die Heidel- und Walderdbeeren am Wegrand schmecken zuckersüß. Tock, tock, tock – der rot-schwarz-weiße Buntspecht hämmert seine runden Löcher in die Bäume. Auch der größte heimische Specht, der Schwarzspecht, hat hier seine Klopfsuren hinterlassen.

Abrupt endet der Wald, und der Anblick der dunklen Hütten der blumenbestandenen Reichalm, eingerahmt von den Gipfeln der Hohen Warte und des Lauser, lässt für einen

Moment tatsächlich vergessen, in welchem Jahrhundert man sich befindet. Die Farster Familien verbringen im Hochsommer zur Heumahd einige Wochen hier und bieten dann sogar einfache Mahlzeiten an. Das Gras mähen die Männer heute angeseilt mit der Sense, gesichert wird auch das Heu gewendet und der Mist von Hand verteilt. Den profanen Gedanken, dass sich das ohne den EU-Bergbauernzuschuss wohl niemand antun würde, verdrängt man schnell. Für die Farster gelten Familientradition und die Gesetze der Natur mehr als die des Marktes.

#### Nichts als stilles Staunen

Etwa tausend Höhenmeter weiter unten scheint sich dies bereits umgekehrt zu haben. Zwar gibt es auch im Tal noch Dörfer, die ihren ursprünglichen Charakter bewahrt haben. Auch ist das mildere, schneeärmere Vordere Ötztal vom Skitourismus weitgehend verschont geblieben. Dennoch sind sie nicht zu übersehen, die Begleiterscheinungen des winterlichen Massenansturms, die Seilbahnmasten und Freizeitpaläste.

Auf einer Wanderung hinauf zur Bielefelder Hütte nordöstlich des Talortes Oetz streift man dieses ambivalente letzte Kapitel der Siedlungsgeschichte. Nach dem idyllischen Aufstieg über den Knappenweg erreicht man die Bergstation Hochoetz über Wiesen, die kaum noch diesen Namen verdienen. Masten krallen sich in braune, steinige Hügel. Zum Glück ist dies nur eine kurze Episode auf dieser aussichtsreichen Tour, die schnell wieder vom Skigebiet fort und hinauf auf das knapp 2600 Meter hohe Wetterkreuz führt. Hier ist die Schönheit der Natur ungetrübt, das Gipfelpanorama lässt nichts außer stillem Staunen zu. Der mächtige Acherkogel, den ein Kamm mit dem Wetterkreuz und den Roßköpfen verbindet, reckt sich steil in die Höhe. Ganz so, als sei er stolz darauf, als einer der wenigen Gipfel der Oetzer Talstufe die 3000er Grenze zu erreichen.

Spätestens beim Abstieg hinunter ins idyllische Wörgetal mit seinen Bächen, Feuchtgründen und dem stillen Pochersee sind die Wunden vergessen, die der Mensch auf der anderen Seite der Gipfel in die Natur geschlagen hat. Doch auch hier hat die Zivilisati- ➤



Unterwegs zum  
Panoramablick vom  
2513 Meter hohen  
Ersten Karkopf.



**Die Bielefelder Hütte  
auf über 2000 Meter  
Höhe ist eine gute Basis  
für Touren auf Wetter-  
kreuz und Acherkogel.**



# Der beste Begleiter auf den schlimmsten Wegen



## **Voltaren Spray**

Hochkonzentriert wirkt es effektiv bei Verstauchungen, Prellungen und Zerrungen. Geht schnell durch die Haut und direkt zum Schmerz.

**Voltaren** 

WIEDER FREUDE AN BEWEGUNG

**Voltaren® Spray 40 mg/g Spray** zur Anwendung auf der Haut, Lösung (Wirkstoff: Diclofenac-Natrium). Zur lokalen, symptomatischen Behandlung von leichten bis mäßigen Schmerzen u. Entzündungen nach akuten stumpfen Verletzungen kleiner u. mittelgroßer Gelenke u. der gelenknahen Strukturen. Packungsbeilage beachten. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Rezeptfrei in Ihrer Apotheke. Referenz: VOL6-E01. Novartis Consumer Health GmbH, 81366 München





Der Knappenweg führt zu den hochgelegenen Karen des Wörgetals.

on Spuren hinterlassen: Das Wörgetal war einst ein wichtiges Bergbaugebiet, das Knappenhaus am Pochersee, eine ehemalige Erz-mühle, ist heute ein kleines Freilichtmuseum.

#### Bergsturz mit sehenswerten Folgen

Aber nicht nur die Siedlungsgeschichte lässt sich im Ötztal erwandern. Überall entdeckt man Indizien, die auf Ereignisse vor Jahrtausenden und sogar Jahrmillionen hinweisen. Die Zungen des eiszeitlichen Ötztalgletschers hobelten das Tal nach und nach zu einem langen Trogtal aus. Mehrere Bergstürze teilten es in fünf Stufen. Bei einem von ihnen, dem Köflerbergsturz, entstand vor 8700 Jahren der Stuibenfall, der hinter Umhausen eindrucksvolle 157 Meter in die Tiefe stürzt. Damals brach ein rund 3000 Meter hoher Gipfel des Funduskamms in sich zusammen und verschüttete das Ötz- sowie das Horlachtal.

Dabei wurde der Horlachbach gezwungen, sich einen neuen Weg zu bahnen. Mit bis zu 2000 Sekundenlitern rauscht er als größter Wasserfall Tirols nun zunächst unter einem natürlichen Steintor hindurch, dann an den Aussichtsplattformen des beliebten

## An die schönsten Orte im Ötztal gelangen nur die Wanderer, Ziegen und Gämsen.



Stuibenfall-Wegs vorbei, wo er kleine, schnell vergängliche Regenbogen zaubert. Dabei »bestäubt« er, wie sein Name schon andeutet, nicht nur die staunenden Wandersleute, sondern auch die Erlen am Wegrand und hinterlässt eine feine Mineraliensicht auf ihren Blättern. Einsamkeit darf man auf dieser spektakulären Wanderstrecke allerdings nicht erwarten. Zumal in diesem Jahr im Freilichtmuseum »Ötzidorf« am Fuße des Stuibenfalls ein Jubiläum gefeiert wird: Der Fund der jungsteinzeitlichen Gletschermumie vom Hauslabjoch, dem prominentesten Ötztaler, jährt sich 2011 zum 20. Mal. Und obwohl »Ötzi« eigentlich wohl nur auf der »Durchreise« war, wird sein Vermächtnis im ganzen Ötztal werbewirksam genutzt.

Oberhalb des Wasserfalls und hinter dem vom Köflerbergsturz aufgetürmten Tauferberg tritt man ein in das stille Horlachtal, das größtenteils unter Naturschutz steht und um dessen einzige Ortschaft Niederthai der Fremdenverkehr einen Bogen gemacht hat. In Niederthai hört man am Morgen zunächst nur das Rauschen des Horlachbachs, das Blöken der Schafe und das Fluchen des Hirten, dem die Jungtiere beim Austrieb auf die Wei-



## Bergwandern im Vorderen Ötztal

**DAS VORDERE ÖTZTAL IST BEKANNT FÜR SEIN MILDES KLIMA. IM JUNI UND JULI BLÜHEN DORT DIE ALPENROSEN. DANN IST ES RUND UM OETZ UND UMHAUSEN AM SCHÖNSTEN.**

**LAGE:** Das Ötztal in Tirol ist das längste Seitental des Inn-tals. Es zieht sich von rund 700 Höhenmeter am Taleingang, wo sogar Wein gedeiht, bis hinauf zu seinen ausgedehnten Gletscherregionen und den höchsten Orten Vent und Obergurgl auf je rund 1900 Höhenmeter. Es trennt die Stubai Alpen im Osten von den Öztaler Alpen im Westen und lässt sich in fünf klimatisch und landschaftlich markante Stufen unterteilen: die Talbecken von Oetz, Umhausen, Längenfeld, Sölden und Zwieselstein. Bei Zwieselstein teilt sich das Haupttal in das Gurgler und das Venter Tal. Über das Gurgler Tal und das

Timmelsjoch hat man schon Anschluss nach Meran in Südtirol.

**ANFAHRT:** Von München auf der A 8 Richtung Salzburg bis zum Dreieck Innthal, auf der A 93 Richtung Innsbruck, Kufstein, Brenner. Ab der Anschlussstelle Kiefersfelden auf der A 12 Richtung Innsbruck. An der Ausfahrt Haiming-Ötztal auf der B 186 über Oetz durch das Ötztal. Von Stuttgart auf

der A 8 Richtung Ulm; ab Autobahnkreuz Ulm/Elchingen auf der A 7 Richtung Lindau/Kempten, Ausfahrt Oy-Mittelberg, B 309/310 Richtung Füssen/Nesselwang/Pfronten. In Pfronten der B 310 folgen. Nach ca. 500 m auf die B 179 Richtung Heiterwang, über den Fernpass, auf der B 171 Richtung Telfs/Ötztal, Roppen, Kares. Nach Roppen der B 186 Richtung Haiming, Ötztal folgen. Von Westen über Arlbergpass oder durch den Arlbergtunnel, über A 12, Ausfahrt Ötztal. Mit dem Zug nach Ötztal Bahnhof (EuroCity).

**BESTE ZEIT:** Im klimatisch milden Vorderen Ötztal kann man in niederen Lagen von März bis November wandern. Für Wandererungen in höheren Lagen ist die ideale Zeit Juni–September. Besonders schön sind Wanderungen auf den Talstufen Umhausen und Ötz im Juni und Juli zur Alpenrosenblüte.

**KARTEN:** Mayr Wander-/Tourrenkarte Ötztal, 1:35 000, 6,95



Die Armelenhütte badet in der Sonne.

Euro; Kompass WK 43 Ötztaler Alpen, 1:50 000, 7,50 Euro. Kompass WK 35 Vorderes Ötztal, 1:35 000, 7,50 Euro.

**BUCHTIPP:** Ötztaler Wanderbuch, Helga Marberger, Tyrolia Verlag 2009, 16,95 Euro; Ötztaler Alpen, Bernd Ritschel, Bergverlag Rother 2004, gebundener Bildband, 39,90 Euro; Ötztal, Henriette und Walter Klier, 5. Aufl., Rother Bergverlag 2010, 12,90 Euro.

**INFO:** Ötztal Tourismus: 00 43/5 72 00, [www.oetztal.com](http://www.oetztal.com), [info@oetztal.com](mailto:info@oetztal.com)

**ÜBERNACHTUNG:** In Oetz und Umhausen sowie in den kleineren Ortschaften gibt es zahl-

reiche Hotels und Pensionen, die über die Ötztal Tourismus Information, Tel. 00 43/5 72 00, oder im Internet unter [www.oetztal.com](http://www.oetztal.com), [info@oetztal.com](mailto:info@oetztal.com) buchbar sind. Empfehlenswert für den kleineren Geldbeutel ist der Campingplatz Krimer in Umhausen, der auch über Mietbungalows verfügt: [www.oetztal-camping.at](http://www.oetztal-camping.at)

**outdoor-TIPP:** Wer plant, länger im Ötztal zu bleiben, kann mit der Ötztal Card (gültig: 3, 7 oder 10 Tage) Geld sparen: Sie berechtigt zu kostenlosen Fahrten mit den Bergbahnen, Bussen und Hüttentaxis. Außerdem kostenfreier Radverleih, freier Eintritt in die Bäder des Ötztals. Infos auf [www.oetztal.com](http://www.oetztal.com)



de immer wieder entweichen. Den festen Schritt, mit dem der Hirt in seinen Gummistiefeln talaufwärts stapft, muss auch der Wanderer gleich zu Beginn vorlegen. Der Weg führt vorbei an der Alten Dorfschmiede, deren Mühlrad klappernd den Rhythmus vorgibt. Drinnen schlägt Günther Falkner in uralter Familientradition den Amboss. Manch ein Gipfelkreuz entstand schon unter seinem Hammer und den Händen seiner Vorfahren. Hinaus geht es auf den Bergmahderweg, über den die Bauern heute wie schon im Mittelalter mit Sichern und Karren an die steil abfallenden Wiesen gelangen, die sich nun bereits beschnitten wie ein grüner Samtteppich hinaufwellen. Erste Sonnenstrahlen treffen die Niederthaier Barockkirche.

Auf dem »Bergle« hat man bereits eine Höhe erreicht, auf der sich die meisten Pflanzen schwertun. Kampfzone für die letzten Lärchen, Zirben und Fichten. Einige bizarr verkrüppelte Solitäre halten tapfer die Stellung. Vereinzelte Heuschober, im Ötztal Pilen genannt, weisen darauf hin, dass hier oben noch bis vor 40 Jahren die Sense geschwungen wurde. Man erreicht den Narrenkogel mit seinen 2309 Metern und muss

sich erst einmal am Kopf kratzen: Da sowohl Umhausen als auch Niederthal ihn als ihren Hausberg betrachten, hat er zwei Gipfelkreuze im Abstand von rund 150 Metern.

### Im Reich der Überlebenskünstler

Dreht man sich um, so blickt man über den lang gezogenen Grasrücken hinauf zum Poschachkogel, dem nächsten Ziel. Dort hinauf führt der Weg erst sanft über die trockenen Wiesen und einige hartnäckige Altschneeflecken, dann zunehmend steil zwischen flechtenbewachsenen Felsblöcken hindurch. Rasend schnell verliert man über den steilen Abstiegs Pfad an Höhe und kann die Anpassungskünste der Pflanzenwelt an die Höhe genau beobachten: Überlebenskünstler wie Hauswurz und Gamsheide werden abgelöst von einem rostbraunen Alpenrosenmeer mit rosaroten Blütentupfern, dann spürt man das Kratzen der Wacholdersträucher an den Beinen. Schließlich streift der Wanderer durch erste vom Wild zu kleinen Kegeln zerbisssene Kiefern, um dann in ständig dichter werdendem Zirbenwald zu verschwinden. Der intensiv herb-würzige Harzgeruch gräbt sich

tief in das Gedächtnis ein. Er umschmeichelt die Nase auch während des gesamten Aufstiegs zur Armelenhütte. Dieser wäre ohne den Felssturz vor 3000 Jahren wohl kaum so eindrucksvoll steil. Winzig klein fühlt man sich unter der 400 Meter hohen Armelenwand. Ganz oben turnen mit beeindruckender Sicherheit einige Gämsen auf der Abbruchkante, windzerzauste Kiefern krallen sich in die fast senkrechte Wand, ihre mächtigen Wurzeln wie Kraken um riesige Steinblöcke geschlungen. Die Trümmerblöcke schufen weit unterhalb eines der beliebtesten Ausflugsziele des Ötztals: einen Waldbuckel, der als Landschaftsschutzgebiet wie eine riesige Terrassenstufe vor Oetz liegt. In seiner Mitte als blauer Farbtupfer der Piburger See, Tirols wärmster Badesee. Ob man den Wanderurlaub mit einem Bad in seinem tiefblauen Wasser, ruhend am romantischen Ufer oder mit einer Kajaktour im Wildwasser der Ache ausklingen lässt, ist eine schwere Entscheidung. Im Ötztal lässt die Natur eben keinen Freizeitwunsch offen.

TOUREN  
KARTEN  
S. 118

**TOURENKARTEN ÖTZTAL**  
Routenbeschreibungen zu den fünf Toptouren ab S. 118