

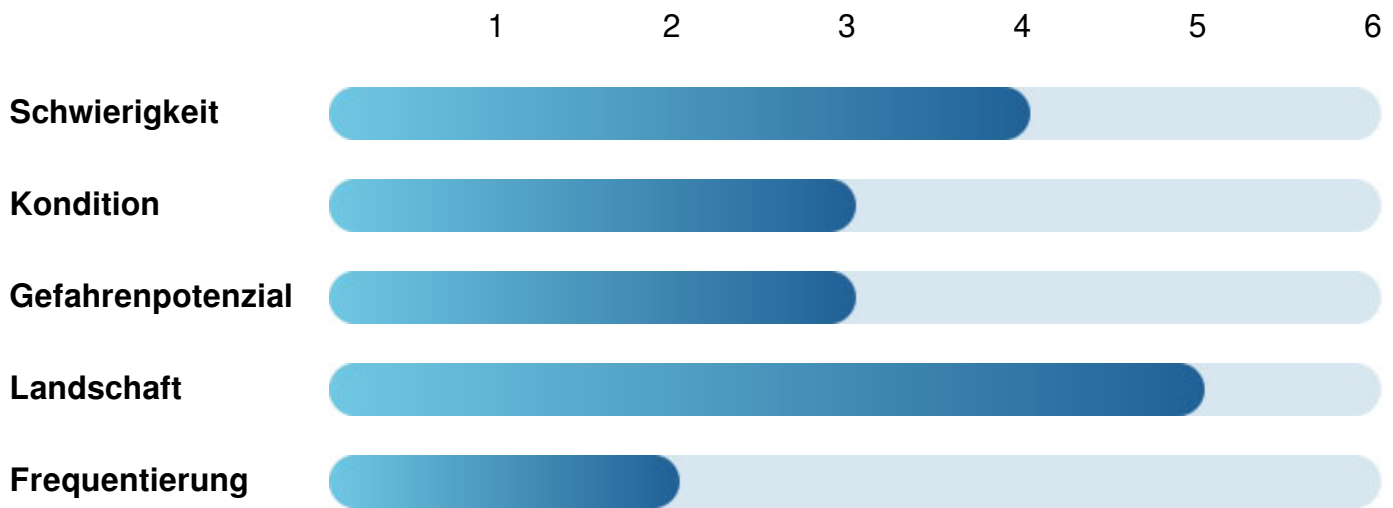
## Gamsspitzl (3052 m)

Bergtour | Stubaier Alpen

650+890 Hm | insg. 10:00 Std. | Schwierigkeit (4 von 6)



Das Gamsspitzl bietet nicht nur grandiose Ausblicke auf die Stubaier Gletscher, es gehört auch zu den leichteren 3000ern der Alpen. Schlüsselstelle ist der Wegabschnitt über das Schneefeld des ehemaligen Grönaufeners, im Schlussanstieg führt die Route über steiles Blockwerk und erfordert Trittsicherheit. Sogar für vernünftige und bergtütige Kinder ist das Gamsspitzl durchaus als erster Dreitausender geeignet.



**Anfahrt:** Von Norden auf der Brennerautobahn (oder Landstraße) bis Schönberg. Hier ins Stubaital, über Fulpmes und Neustift nach Ranalt. Ca. 5 km nach Ranalt befindet sich der Parkplatz direkt an der Stubai Gletscherstraße.

Öffentliche Verkehrsmittel: Anfahrt mit Buslinie "ST" direkt vom Hauptbahnhof Innsbruck aus möglich.

**Ausgangspunkt:** Stubaital, Parkplatz (1618 m) an der Bushaltestelle "Sulzenauhütte"

**Route:** Hüttenzustieg: Direkt am Parkplatz überquert man neben der großen Übersichtskarte eine zu den Wanderwegen führende Brücke. Hier folgt man rechts der Beschilderung "Sulzenauhütte 2 h" und geht erst durch lichten Bergwald und weiter in westlicher Richtung auf breitem Weg zum Talkessel der Sulzenaualm; von hier aus ist auch schon die Sulzenauhütte zu sehen. Am Ende des Talkessels führt der Weiterweg rechterhand steil im Zickzack immer unter dem lauten Tosen des Sulzenau-Wasserfalls direkt zur Sulzenauhütte hinauf.

**Gipfelanstieg:** Vom großen Schilderbaum direkt hinter der Sulzenauhütte aus ("Wilder Freiger / Gamsspitzl") führt der Weg zunächst über den Sulzenaubach und dann in östlicher Richtung über mehrere glattpolierte Granitplatten (Achtung, bei Nässe rutschig!) bis zum Rand einer Seitenmoräne oberhalb des Grünaubachs, zu dem man ca. 50 Höhenmeter absteigt. Auf der anderen Seite erklimmt man die Seitenmoräne wieder. Der Weiterweg führt am Grünausee vorbei und durch eine klassische Moränenlandschaft zum Fuß des ehemaligen Grünaufeners, der heute nur noch ein kleines Schneefeld ist. Erst hält man sich rechts und quert dann das Schneefeld im oberen Teil, um auf das mit deutlichen roten Punkten markierte Blockwerk unterhalb der Seescharte zu erreichen. Von der Seescharte geht man auf dem immer deutlich mit roten Punkten markierten Weg über plattiges Blockwerk, über mehrere kleine Firnfelder und entlang kleiner Seen weiter in westlicher Richtung (Schild "Wilder Freiger / Gamsspitzl"), bis man eine Madonna am übergroß markierten Abzweig zum Gamsspitzl (rot: G.Sp. mit Pfeil nach oben) erreicht. Von hier durch grobes Blockwerk entlang der roten Markierung zu einem kleinen Joch. Die letzten Meter führen etwas ausgesetzt und etwas abschüssig über einen schmalen Rücken zum Gipfel, der mit einem großen Steinmandl markiert ist.

**Abstieg:** 1. Abstieg auf der Aufstiegsroute

2. Im Abstieg kann alternativ zum Grünaufener auch das mit roten Punkten markierte Blockwerk am von oben gesehen linken Schneefeldrand begangen werden, dafür wird der Grünaufener direkt unterhalb der Seescharte überquert.

**Charakter:** Mittelschwere Bergtour; um diese Tour als echte (ganz leichte) Hochtour zu bezeichnen, fehlt eigentlich das Kriterium Gletscher, denn hier ist nur noch ein Dauerfirnfeld zu begehen. Der Hüttenzustieg ist als breiter Weg auch mit schwerem Gepäck gut begehbar. Von der Sulzenauhütte bis zum Grünaufener schmälere Bergwege, teils ausgesetzt auf Seitenmoränen verlaufend. Das Schneefeld des ehemaligen Grünaufeners liegt morgens noch im Schatten und kann sehr hart sein, was manchmal den Einsatz von Grödeln empfehlenswert macht. Der Wegabschnitt zwischen Seescharte und Abzweig zum Gamsspitzi führt unschwierig über Blockwerksplatten und mehrere Firnfelder. Ab dem Abzweig zum Gipfel grobes Blockwerk; hier werden die Stöcke abgestellt oder im Rucksack verstaut. Das Gelände verlangt nun den Einsatz der Hände und Trittsicherheit; teilweise ist es auch ausgesetzt. Der ideale Routeverlauf ist stets mit großen roten Punkten markiert, daher ist die Orientierung bei guten Bedingungen leicht.

**Gezeit:** Aufstieg ca. 2 Stunden für den Hüttenanstieg; plus 3,5 Stunden für den Gipfelanstieg; Abstieg: 4,5 Stunden insgesamt

**Tourdaten:** Höhendifferenz: 650 Höhenmeter beim Hüttenzustieg, 890 Hm beim Gipfelanstieg; insgesamt: 1540 Hm. Distanz: gut 8 km (einfach)

**Jahreszeit:** Juli bis September

**Stützpunkt:** Sulzenauhütte (2191 m) der DAV-Sektion Leipzig, geöffnet von Ende Juni bis Ende September. Infos unter [www.sulzenauhuette.at](http://www.sulzenauhuette.at)

**Ausrüstung:** Normale Bergausrüstung, evtl. Leichtsteigeisen für das Firnfeld. Bei einer Familientour: Für kleinere Kinder ein Seil als Rutschsicherung auf dem Schnee.

**Tip:** Für Kinder ist der lange Abstieg von 1540 Hm ab dem Gipfel definitiv zu lang. Es bietet sich deshalb an, noch eine zweite Nacht auf der Sulzenauhütte zu verbringen. Am Nachmittag ist dann auch noch genügend Zeit an der berühmten Blauen Lacke in unmittelbarer Hüttennähe Staudämme und Steinmännchen zu bauen.

**Wissenswertes:** Der Aufstieg zur Sulzenauhütte ist Teil des WildeWasserWegs Stubaital. Die Abstecker zu den beeindruckenden Schauspielen von Sulzen-Wasserfall und Grawa-Wasserfall sind im oberen und unteren Teil des Weges jeweils ausgeschildert.

**Karte:** Alpenvereinskarte Blatt 31/1 Stubai Alpen / Hochstubai, 1:25.000  
Erhältlich in unserem [AV-Karten-Shop](#).

**Autor:** Astrid Süßmuth