

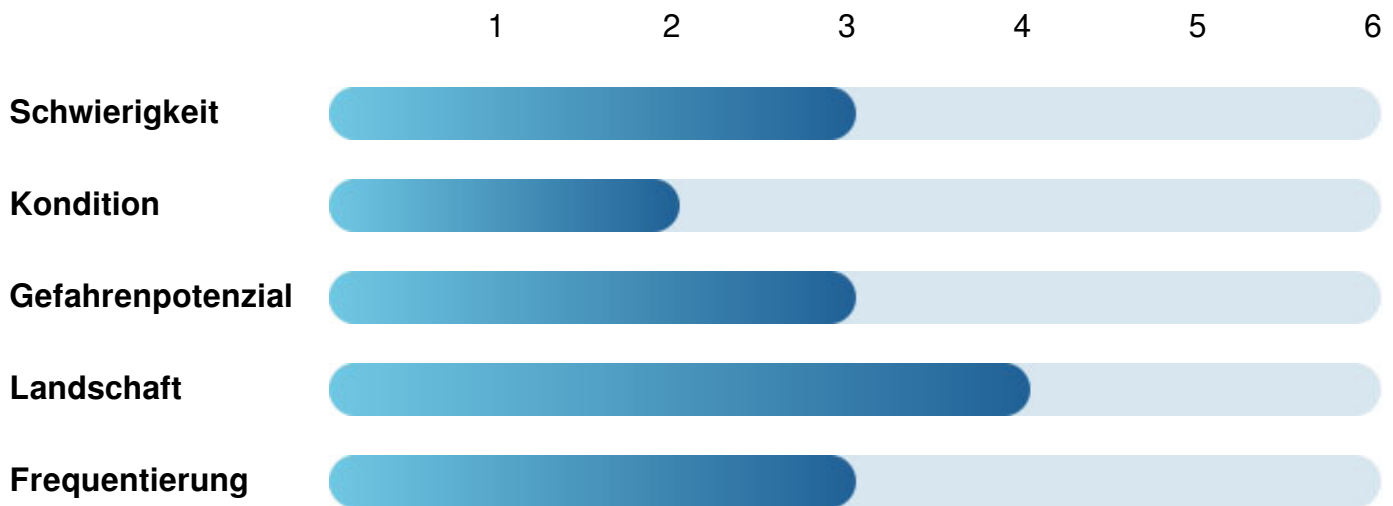
Mitterzaigerkopf (2629 m)

Bergtour | Stubaier Alpen

770 Hm | insg. 03:30 Std. | Schwierigkeit (3 von 6)



Eine Tour mit hohem Ausgangspunkt, eine Route durch eher sanftes, liebliches und kahles Hochgebirge sowie mit Wandercharakter. Trotz der Höhe ist diese Tour nämlich weder technisch noch konditionelle besonders schwer, kann aber am Gipfelgrat mit einer durchaus interessanten, wenn auch unschwierigen Passage aufwarten. Trittsicher sollte man am Grat aber schon sein. Der Mitterzaigerkopf ist im Winter eine sehr beliebte Skitour, im Sommer dagegen eine viel ruhigere Unternehmung.



Anfahrt: Von Norden über die A95 München-Garmisch, über Mittenwald, Scharnitz, Zirl ins Sellrain. Über die Orte Sellrain, Gries und Haggen Richtung Kühtai (Skigebiet mit Hotelsiedlung). Den Ausgangspunkt (Parkmöglichkeit rechts der Straße) findet man jedoch ca. 2,5 km vor Kühtai zwischen zwei Lawingalerien bei einer Bushaltestelle.

Ausgangspunkt: Bushaltestelle „Lawingalerie“ mit Parkplatz (1860 m) an der Straße zwischen Haggen und Kühtai

Route: Direkt bei der Bushaltestelle beginnt der ausgeschilderte Steig zum Kreuzjoch. Der Weg führt über eine licht bewaldete Stufe hinauf, dann öffnet sich das Tal und man betritt freies, baumloses Gelände. Nun immer auf dem gut markierten und ausgeschilderten Pfad rechts des Klammaches taleinwärts Richtung Kreuzjoch. Die Abzweigung zum Rietzer Grieskogel lässt man dabei rechts liegen. Am Ende geht es etwas steiler in Serpentina hinauf ins Kreuzjoch (2563 m) mit Wegweiser und kleinem Kreuz. Dann unbeschildert und unmarkiert weiter zum Mitterzaigerkopf. Dazu wendet man sich im Joch nach links (Südwesten) und folgt dem grasigen Kamm, später dem felsdurchsetzten Grat zum Gipfel. Man findet dabei einen unmarkierten Steig, kann aber auch einfach dem Grat folgen.

Abstieg: Wie Aufstieg.

Charakter: Mittelschwere bis anspruchsvolle Bergwanderung (Stufe 3), wobei es sich fast ausschließlich um reines Gehgelände auf kleinen, aber einfachen und gute markierten Wegen handelt. Einzig der unmarkierte Gipfelanstieg über den Grat erfordert Trittsicherheit – je nach Routenwahl muss man gelegentlich auch mal die Hand benutzen; es ist aber sogar einfacher als ler-Gelände. Die Tour führt oberhalb der Baumgrenze durch Hochgebirgslandschaft, hat aber durchwegs Wander-Charakter, sie vermeidet jegliche Forstwege und bietet sehr schöne Eindrücke und Ausblicke.

Gezeit: Insgesamt ca. 3,5 Stunden; Aufstieg: knapp 2 Stunden; Abstieg: knapp 1,5 Stunden

Tourdaten: Höhendifferenz: 770 Höhenmeter; Distanz: 3,9 km (einfach)

Jahreszeit: Juli bis zum ersten Schneefall

Stützpunkt: Auf Tour keine Einkehrmöglichkeit. Unweit des Ausgangspunktes kann man in der

Zirnbachalm einkehren oder ein Stück weiter talauswärts im Forellenhof in Haggen (Montag bis Mittwoch Ruhetag!)

Hinweis: Gipfelname: Es existiert auch die Schreibweise Mitterzeigerkopf.

Tipp: Ende Juni, Anfang Juli blühen hier die Almrosen – wunderschön!

Karte: Alpenvereinskarte Stubaier Alpen / Sellrain, 1:25.000.
Erhältlich in unserem [AV-Karten-Shop](#).

Autor: Bernhard Ziegler