

DER VINSCHGAUER HÖHENWEG MIT GEPÄCKTRANSPORT INDIVIDUELL

Von der Etschquelle am Reschenpass zum Schloß Juval. Ein einzigartiger Höhenweg im Vinschgau - Südtirol. Frei und unabhängig, dabei komfortabel übernachten - ohne Bergführer:in.

Der Vinschgauer Höhenweg in Südtirol ist eine beliebte Route für Wanderer und ein echtes Natur- und Kulturerlebnis. Er beginnt am Reschenpass an der Etschquelle und führt in das untere Vinschgau bis zu Reinhold Messners Schloss Juval. Die artenreiche Vegetation des Sonnenberges und die einmaligen Panoramablicke auf die Ortlergruppe begeistern jeden Berg- und Naturfreund:in.

Konditionelle Voraussetzungen:

Mittel: Bis zu 1200 HM im Auf- und Abstieg oder Tagesetappen bis zu 9 Std. reine Gehzeit. Gehintervalle von 2 Std. ohne Pause.

Technische Voraussetzungen:

Leicht: [Trittsicherheit](#) ist erforderlich. Bergerfahrung ist von Vorteil.

Möchtest du diese Tour lieber mit Bergführer:in gehen?

Informiere dich über unser Angebot [Der Vinschgauer Höhenweg mit Gepäcktransport](#)

Reisedauer	6 Tage
Kategorie	Individuell, Komforttouren, Wanderungen
Teilnehmer	1 bis 10 Personen
Tourstart	Wir empfehlen spätestens um 12.00 Uhr in der Pension Tirol Waldweg 7, I-39027 St. Valentin auf der Haide zu starten.

Tagesverlauf

1. Tag: Anreise nach Südtirol - Etschquelle - St. Valentin

Individuelle Anreise nach St. Valentin im Oberen Vinschgau. Dieser kleine Ort befindet sich nördlich der Malser Haide und ist eingebettet zwischen den höchsten Bergen der Ostalpen: Den Ötztalern im Osten, der Ortlergruppe im Süden und der Sesvennagruppe im Westen.

Bereits heute startest du zur ersten Etappe des Vinschgauer Höhenwegs von der Etschquelle, vorbei am versunkenen Turm nach St. Valentin.

Unterkunft: [Pension Tirol, St. Valentin auf der Haide \(IT\)](#)

Gehzeit ca. 4 Stunden, Aufstieg 250 Höhenmeter, Abstieg 250 Höhenmeter, Länge ca. 12 km

Wegekategorie: ● ● ● ● ● ●

2. Tag: St. Valentin auf der Haide - Plawenn - Planeil

Du beginnst den Tag in St. Valentin und wanderst auf dem Vinschgauer Höhenweg nach Plawenn, dem höchstgelegenen bewohnten Adelsansitz der Alpen. Durch lichte Lärchenwälder und an kleinen Ortschaften entlang der Malser Haide führt die Route bis nach Planeil, ein ursprüngliches Bergbauerndorf.

Unterkunft: [Gasthof Gemse, Planeil \(IT\)](#)

Gehzeit ca. 4 Stunden, Aufstieg 400 Höhenmeter, Abstieg 500 Höhenmeter, Länge ca. 11 km

Wegekategorie: ● ● ● ● ● ●

3. Tag: Von Planeil über die Spitzige Lun in das Matschertal

Wähle heute zwischen der konditionell anspruchsvollen Route von Planeil über die Spitzige Lun oder dem originalen Vinschgauer Höhenweg. Beide Varianten bieten einen wunderbaren Ausblick auf die Ortlergruppe. Das Matschertal ist von der bergbäuerlichen Kultur geprägt und konnte sich seinen ursprünglichen Charakter bis heute bewahren.

Unterkunft: [Gasthaus Weisskugel, Matsch \(IT\)](#)

Gehzeit ca. 6,5 Stunden, Aufstieg 1000 Höhenmeter, Abstieg 1000 Höhenmeter, Länge ca. 14 km

Wegekategorie: ● ● ● ● ● ●

4. Tag: Vom Matschertal nach Tanas

Transfer mit dem Wandertaxi zum Startpunkt am Vinschgauer Höhenweg der zunächst durch schattige Wälder talauswärts führt. Am Gschnaier Waalweg, einem alten Kulturgut zur Bewässerung der Felder im niederschlagsarmen Vinschgau ist Genusswandern angesagt, bevor einige Höhenmeter im Abstieg anfallen.

Unterkunft: [Gasthof Paflur, Tanas \(IT\)](#)

Gehzeit ca. 7 Stunden, Aufstieg 650 Höhenmeter, Abstieg 700 Höhenmeter, Länge ca. 18,5 km

Wegekategorie: ● ● ● ● ● ●

5. Tag: Von Tanas nach Schlanders

Alte, verlassene Bergbauernhöfe sind stumme Zeugen der Vergangenheit und säumen unseren Weg. Für uns Wanderer bietet die Streckenführung jedoch unglaubliche Tiefblicke in das fruchtbare Etschtal mit seinen zahlreichen Apfelplantagen. Auf der gegenüberliegenden Talseite erblicken wir bekannte Bergriesen wie den Ortler und die Königsspitze.

Unterkunft: [Hotel Goldene Rose, Schlanders \(IT\)](#)

Gehzeit ca. 6,5 Stunden, Aufstieg 500 Höhenmeter, Abstieg 1350 Höhenmeter, Länge ca. 15,5 km

Wegekategorie: ● ● ● ● ● ●

6. Tag: Von Latsch zum Schloss Juval

Mit der Seilbahn überwindet man schnell über tausend Höhenmeter und beginnt den letzten Wandertag mit einer Besichtigung der Wallfahrtskirche St. Martin im Kofel. Forstwege, Pfade und Steige wechseln sich ab und die Streckenführung bietet atemberaubende Aussichten auf die Ortlergruppe, das Martelltal und das vergletscherte Hasenöhl.

Ein krönender Abschluss ist sicher die Besichtigung von Schloss Juval, einer mittelalterlichen Burg im Besitz von Reinhold Messner. Das Messner Mountain Museum ist dem Mythos Berg gewidmet und bietet Einblick in die umfangreiche Abenteuer-Bibliothek und Tibetika-Sammlung der Bergsteigerlegende Reinhold Messner (Mittwoch Ruhetag). Ein einstündiger Abstieg nach Staben und das Ziel dieser erlebnisreichen Tourenwoche ist erreicht.

Mit dem Regionalzug fährt man zurück zum Startpunkt in Mals.

Möchtest du deinen Urlaub im Vinschgau verlängern? Gerne kümmern wir uns um zusätzliche Übernachtungen.

Gehzeit ca. 6 Stunden, Aufstieg 250 Höhenmeter, Abstieg 1400 Höhenmeter, Länge ca. 14 km

Wegekategorie: ● ● ● ● ● ●

Unterbringung

Gasthöfe und Hotels (Doppel- oder Mehrbettzimmer)

Leistungen

Organisation

1x Übernachtung, Frühstück und Lunchpaket in der 1. Unterkunft

3x Übernachtung mit Halbpension und Lunchpaket in der 2., 3. und 4. Unterkunft

1x Übernachtung mit Halbpension in der 5. Unterkunft

täglicher Gepäcktransport (1 Gepäckstück pro Person, max 10 kg)

Ortstaxen

detaillierte Routenbeschreibung

Wanderkarte (1:25.000) & 3D map

Seilbahnfahrt nach St. Martin im Kofel

VinschgauCard für die Benützung aller öffentlichen Verkehrsmittel während der Wanderung & für die Rückfahrt zum Ausgangspunkt

GPX Daten für das GPS oder Smartphone

telefonisches Beratungsgespräch über die aktuellen Verhältnisse

Notfallhotline

Zusatzkosten

Nach persönlichem Bedarf für das Abendessen am 1. Tag, Getränke, etc.

Du möchtest deinen Hund mitnehmen? Kein Problem! Der Aufpreis dafür (ca. € 15,- pro Hund und Nacht) ist vor Ort in der Unterkunft zu bezahlen.

In den Unterkünften und Einkehrmöglichkeiten ist Kartenzahlung nur eingeschränkt möglich.

Eintritt [Schloss Juval](#)

Aufpreis für Einzelreisende € 130,-

Ausrüstungsempfehlung

Eine genaue Ausrüstungsempfehlung mit Packliste bekommst du mit deiner Buchungsbestätigung zugeschickt.

Anreise zum Treffpunkt

Mit den öffentlichen Verkehrsmitteln

Die Bahnverbindungen nach Landeck-Zams Bahnhof sind sehr gut. Weiter mit dem Linienbus Nr. 273, in ca. 1 1/4 Std, nach St. Valentin.

Den Fahrplan von "Landeck-Zams, Bahnhof" nach "St. Valentin auf der Haide (Graun im Vinschgau) Post (Italien)" findest du [hier](#)

Der [Treffpunkt Pension Tirol](#) ist nur wenige Meter von der Bushaltestelle entfernt.

Mit dem PKW

Die kürzeste Anreise ist über Imst und Landeck zum Reschenpass. Weiter Richtung Meran und kurz nach dem Reschensee kommst du in [St. Valentin auf der Haide, Pension Tirol](#) an.

Fahrgemeinschaft

Aus Datenschutzgründen ist es uns leider nicht erlaubt eine Teilnehmerliste zu verschicken. Solltest du an einer Fahrgemeinschaft interessiert sein, klicke hier [hier](#).

Übernachtungsempfehlung

Solltest du vor oder nach der Tour eine Unterkunft im Vinschgau benötigen, empfehlen wir dir die [Pension Tirol in St. Valentin auf der Haide](#)

OASE AlpinCenter

Unser Büro, Bahnhofplatz 5 befindet sich direkt am Bahnhof in Oberstdorf, am Gleis 1. Das Büro ist eine Stunde vor Tourenbeginn besetzt.

Information und Anmeldung

Bei weiteren Fragen sind wir persönlich erreichbar von:

Juni - September: Montag - Freitag von **8 - 18 Uhr**

Oktober - Mai: Montag - Freitag von **8- 13 Uhr**

Hinterlasse gerne eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter, wir rufen dann umgehend zurück.

Tel.: +49 8322 8000 980

Online: www.oase-alpin.de

Notfall Tel.: +49 151 61309123

E-Mail: bergschule@oase-alpin.com

Platz für deine Notizen
