Reisedauer:	**3 Tage**
Kategorie:	**Bergwanderung**
Anforderung:	Technik: **Leicht** - Kondition: **Leicht**

3 Tages-Tour Allgäuer Alpen

Die ideale Vorbereitung auf den E5 – Eingehtour mit Panoramablick

Zum ersten Mal über mehrere Tage wandern – dies ist die ideale Einstiegstour – und gleichzeitig die Vorbereitungstour für den E5. Von Oberstdorf geht es zunächst gemächlich über den Freibergsee zum Söllereck. Nach der Übernachtung im Berghaus Schönblick führt unser Weg am nächsten Tag über den Anderl – Heckmair – Gedächtnispfad zur Fiderepasshütte. Der Weg ist dem Erstbesteiger der Eiger-Nordwand gewidmet, der gerne hoch über Oberstdorf seine bekannten botanischen Wanderungen durchführte. Freuen Sie sich auf diese herrliche Fauna und Flora.

Region:

Allgäuer Alpen (Deutschland, Österreich)

1. Tag

Tourenstart 11.30 Uhr, OASE AlpinCenter. Wiegen des Rucksacks (siehe Packliste auf der letzen Seite). Nach einem Fußmarsch durch das Zentrum von Oberstdorf (813 m), führt unsere Wanderung über den Freibergsee zur Skiflugschanze und weiter über die Hochleite zum Berghaus Schönblick (1.400 m).

Gehzeit ca. 4 Stunden, Aufstieg 750 m, Abstieg 200 m, Länge ca. 9 km

Wegekategorie ●●●●●●

2. Tag

Über einen wunderschönen Gratwanderweg erreichen wir in ca. drei Stunden das Fellhorn (2.038 m). Hier besuchen wir die „Bergschau“ direkt an der Gipfelstation des Fellhorns, die uns wiederum einen wunderschönen Überblick über die umliegende Bergwelt, sowie deren Flora und Fauna gibt. Schließlich geht unsere Wanderung weiter über Kühgund zur Fiderepass Hütte (2.067 m).

Gehzeit ca. 5,5 Stunden, Aufstieg 1.200 m, Abstieg 450 m, Länge ca. 12 km

Wegekategorie ●●●●●●

3. Tag

Der Abstieg führt uns über einen steilen Bergpfad bis zur Wannenalpe. Nun wird es etwas gemütlicher und wir kommen bald darauf zur Inneren Kuhgehrenalpe (1.673 m). Dort genießen wir die Aussicht bei einer letzten Einkehr. Weiter geht es über die Äußere Kuhgehrenalpe und der Brandalpe nach Nebenwasser. Über einen schönen Panorama - Höhenweg gelangen wir nach Riezlern (1.086 m) im Kleinwalsertal. Rückfahrt mit dem Bus nach Oberstdorf. Ankunft in Oberstdorf ca. 14.00 Uhr. Heimreise oder individueller Verlängerungsaufenthalt im Allgäu.

Gehzeit ca. 3,5 Stunden, Aufstieg 50 m, Abstieg 1.000 m, Länge ca. 10 km

Wegekategorie ●●●●●●

Konditionelle Voraussetzungen:

Leicht: Bis zu 800 HM im Auf - und Abstieg **oder** Tagesetappen bis zu 6 Std. reine Gehzeit. Gehintervalle von 1,5 Std. ohne Pause.

Technische Voraussetzungen:

Leicht: Trittsicherheit ist erforderlich. Bergerfahrung ist von Vorteil.

Unterbringung:

1x Berggasthof (Mehrbettzimmer), 1x Hütte (Gemeinschaftslager)

Leistungen:

Bergführer, 2x Halbpension, 1x Busfahrt, kostenfreier Parkplatz in Oberstdorf P1 und P2 (Den Parkschein erhalten Sie im OASE-Büro gegen € 30,- Pfand)

Zusatzkosten:

Nach persönlichem Bedarf in bar ca. € 40.- pro Tag für Getränke, Rucksackproviant, etc. Eine Kartenzahlung ist auf den Hütten nicht möglich. Gerne können Sie Ihre Zufriedenheit mit einem Trinkgeld für den Bergführer ausdrücken.

Teilnehmer:

6 - 12 Personen

Landkartenempfehlung:

Kompasskarte Oberstdorf-Kleinwalsertal, WK 03 (1 : 25.000)

Anreise nach Oberstdorf:

Nutzen Sie die guten Bahnverbindungen nach Oberstdorf. Unser Büro befindet sich direkt am Gleis 1. Wenn Sie mit dem PKW anreisen fahren Sie auf der Sonthofener Straße bis zum Kreisverkehr beim Autohaus Seitz+Mayr. Sie nehmen die 3. Ausfahrt und erreichen nach ca. 500 m den Bahnhof.

Parkschein:

Im Bereich des Bahnhofs können Sie die Kurzzeitparkplätze (am besten den P3) benutzen. Kommen Sie zu uns in das Büro (direkt am Gleis 1) und melden sich an. Dort bekommen Sie den Parkschein, gegen € 30,- Pfand, für den Dauerparkplatz P1 und P2. Fahren Sie mit Ihrem PKW auf P1 oder P2, der ca. 10 Min. Fußmarsch vom Bahnhof entfernt ist. Ihr Gepäck können Sie in der Zwischenzeit bei uns deponieren.

Aufenthaltsverlängerung:

Sollten Sie vor oder nach der Tour eine Unterkunft in Oberstdorf benötigen, ist Ihnen die Zimmervermittlung gerne behilflich. Telefon 0 83 22 - 700 – 0, www.oberstdorf.de

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 zur Tour erreichen Sie uns persönlich von:

Juni – Sept.: Montag – Freitag von **8 – 18 Uhr**
Oktober – Mai: Montag – Freitag von **8 – 13 Uhr**

Sie können auch gerne eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen, wir rufen Sie dann umgehend zurück.

Tel.: +49 8322 8000980
Notfall Tel.: +49 151 61309123
Online: www.oase-alpin.de
E-Mail: bergschule@oase-alpin.de

OASE-Packliste:

Rucksack ca. 35 l Volumen, Gesamtgewicht ca. 8 kg

* Wir empfehlen Markenkleidung und Ausrüstung unserer Partner

Das trage ich bereits am Körper

Funktionelle Unterwäsche und Funktionssocken
Funktionelle Wanderhose
Funktionsshirt (Icebreaker Merinowolle)*
Funktionelle Jacke aus PrimaLoft oder Fleece (Arc'teryx)*
Knöchelhohe Wanderschuhe mit guter Profilsohle, **Kategorie B oder BC** (Meindl)*

	Gewicht ca. (in Gramm)	habe ich eingepackt	mein Gewicht
Das ist unverzichtbar			
• Rucksack (Deuter)*, mit Regenhülle	1730	☐	_____
• Wechselshirt kurz (Icebreaker Merinowolle)*	160	☐	_____
• Wechselshirt lang (Icebreaker Merinowolle)*	220	☐	_____
• 3 Unterhosen kurz	140	☐	_____
• 1 Paar Funktionssocken	60	☐	_____
• Wasser- und winddichte Jacke evtl. Gore-Tex (Arc'teryx)* (kein Poncho)	690	☐	_____
• Wasser- und winddichte Hose, evtl. Gore-Tex (Arc'teryx)*	310	☐	_____
• Mütze und Stirnband	40	☐	_____
• Dünne Handschuhe	80	☐	_____
• Kurze funktionelle Hose	210	☐	_____
• Sonnenschutz: Sonnencreme LSF 30, Lippenschutz, Cap	70	☐	_____
• Sonnenbrille	40	☐	_____
• Buff* (*gibt's vom OASE AlpinCenter als Begrüßungsgeschenk)	30	☐	_____
• Trinkflasche oder Trinkblase (1 Liter)	180	☐	_____
• 1 Liter Flüssigkeit	1000	☐	_____
• Elektrolyt- / Magnesium Tabletten (Röhrchen)	150	☐	_____
• Nüsse / Trockenobst / Müsliriegel (Seeberger)*	210	☐	_____
• Persönliche Medikamente, Blasenpflaster	220	☐	_____
• Ausweise, Bargeld, EC-Karte, Auslandsversicherung in wasserdichtem Beutel mit ziploc-Verschluss	40	☐	_____
• Hüttenschlafsack	250	☐	_____
• Waschbeutel mit Wasch-Set (Proben verwenden) und Oropax	220	☐	_____
• Kleines Microfaser-Handtuch ca. 30x60 cm	60	☐	_____
Das ist empfehlenswert			
• Teleskopstöcke (Leki)*	520	☐	_____
• Messer (Victorinox)*	60	☐	_____
• Leichte Hose	320	☐	_____
• T-Shirt für die Hütte	170	☐	_____
• Leichte Turnschuhe oder Badeschlappen für die Hütte	200	☐	_____
• Plastikbeutel für Abfall und/oder Dreckwäsche	20	☐	_____
• Fotoapparat	250	☐	_____
Gesamtgewicht (inkl. Rucksack):	**7650**		_____

Unser Tipp:

Nehmen Sie bei Regenwetter einen Bergschirm (Göbel)* mit, den Sie bei uns im OASE-Büro kostenlos ausleihen können und kleiden Sie außerdem Ihren Rucksack innen mit einem Deuter Drypack aus.