

Stubaier Alpen Lampsenspitze (2876 m)

1

Klassiker mit Optimalneigung

Von zwei Tälern wird die Lampsenspitze bestiegen: von der Pforzheimer Hütte und von Praxmar. Beide Anstiege sind Klassiker, die während der ganzen Tourensaison begangen werden und tolle Hänge parat halten.



▲ ↑ 1180 Hm | → 9 km | ⌚ 3 ½ Std. |

Talort: Gries im Sellrain (1190 m)

Ausgangspunkt: Parkplatz in Praxmar (1687 m)

Gehzeiten: Anstieg zur Koglhütte 1 ½ Std., Weiterweg zur Lampsenspitze 2 Std.

Mobil vor Ort: Busverbindung von Innsbruck nach Gries und Praxmar (sporadisch)

Karten/Führer: AV-Karte 1:25 000, Nr. 31/2 »Stubaier Alpen, Sellrain«

Hütten: Pforzheimer Hütte (2308 m), DAV, Mitte Februar – Ende April, Tel. 00 43/52 36/5 21 (falls man von Westen aufsteigt)

Information: Tourismusbüro St. Sigmund – Praxmar, Tel. 00 43/52 36/5 70, www.innsbruck.info/st.sigmund

Charakter: Von Praxmar geht es bis ins Satteljoch in mäßig steilem Gelände hinauf. Ab hier je nach Schneelage entweder noch mit Ski etwas steiler oder zu Fuß zum Gipfel.

Einsamkeitsfaktor: Einsam ist es hier erst wieder, wenn der Schnee weg ist.

Gaumenfreuden: Kommt man von der Westseite, dann ist die Pforzheimer Hütte während der Bewirtschaftungszeit die



Empfehlung für Gaumenfreuden. Von der Ostseite kommend kann man am Beginn oder Ende der Tour in Praxmar einkehren.

Familienfreundlichkeit: Aufgrund der Tourenlänge und des relativ einfachen Geländes auch für Familien machbar.

Stubaier Alpen Lampsenspitze (2876 m)

Schlechtwetter-Alternative: Die Lampsenspitze gilt als Schlechtwetter-Alternative. Bei noch schlechterem Wetter geht man in Imst oder Innsbruck in die Kletterhalle.

Orientierung/Route: Vom Parkplatz aus geht es kurz hinauf zum Beginn des Tourenger-Lehrpfades. Auf einer Pistenraupentrasse hält man sich rechts und unter der Talstation eines Liftes hindurch. Jenseits steigt man den Hang nordwestlich hinauf und im Folgenden immer in westlicher Richtung weiter. Die Almstraße zur Koglhütte (2235 m) wird dabei einige Male überschritten. Schließlich kommt man in freies Gelände, die Koglhütte bleibt rechts liegen und man hält sich schräg links, auf einen großen Steinmann zu, der oberhalb auf dem Schönbichl (2348 m), sichtbar ist. Nun wieder in westlicher Richtung weiter, bis man auf einer Höhe von ca. 2300 Meter in ein breites Tal gelangt, dem man in wechselnder Steilheit folgt bis ins Satteljoch, 2734 m (letzte Tourenpfadtafel). Vom Joch je nach Schneelage mit Ski oder zu Fuß den Südrücken oder etwas in der linken Flanke hinauf bis zum Gipfelkreuz. Die Abfahrt erfolgt auf der Aufstiegsroute.

Andrea Strauß



Tourenger-Lehrpfad an der Lampsenspitze