Schitouren.

SÖLKTÄLER
NATURPARK

Wir sehen Dinge nicht, wie sie sind, wir sehen sie, wie wir sind.

nach Anais Nin

Hohe Gipfel, steile Berghänge und tiefe Taleinschnitte geben den Tälern ihren besonderen Charakter. Der kristalline Untergrund der Niederen Tauern wird hier von einer Zone aus Marmorgestein durchzogen. Daher gibt es hier etliche besondere Lebensräume, Pflanzen und Tiere.

Der Naturpark ist deshalb Teil des Natura 2000 Gebietes Niedere Tauern und auch Landschaftsschutzgebiet. Auf den ca. 28.000 ha des Naturparkes bis hinauf auf 2.747 Hm versuchen wir, Erholung in den Bergen in Einklang mit der Natur zu bringen. Wer die Natur genießen will, der bemüht sich auch um ihre Erhaltung.

SÖLKTÄLER NATURPARK

Inhalt

Naturpark Sölktäler ..... 2|3
Endlich Ruhe ..... 4|5
Wildtiere im Winter ..... 6|7
Touren-Tipps | Lage | Legende ..... 8|9
1 Gumpeneck ..... 10|11
2 Karlspitz ..... 12|13
3 Großer Knallstein ..... 14|15
4 Deneck ..... 16|17
5 Hornfeldspitz ..... 18|19
6 Krautwasch ..... 20|21
7 Schafdach +
8 Kammkarlspitz ..... 22|23
9 Großes Bärneck ..... 24|25
10 Gasseneck +
11 Plöschmitzzinken ..... 26|27

Endlich Ruhe.®

Die Natur vollbringt Wunder, es liegt an mir, sie zu genießen.

Jean-Christophe Lafaille

Fernab von der Hektik des Alltags ist hier der ideale Ort, um zu Ruhe zu kommen. Heraus aus dem Lärm der Stadt und dem Stress. Die Landschaft in all ihren Lichtstimmungen genießen. Sobald sich die weiße Schneedecke auf die Landschaft legt, kehrt Stille ein.

Eine gute Zeit, um jetzt im Naturpark Sölktäler Touren zu unternehmen. Eintauchen in den Winter, das Weiß und die Ruhe. Diese Tage bleiben in Erinnerung, der verschneite Winterwald, die funkelnden Eiskristalle und das Knirschen des Schnees.

ENDLICH RUHE. AUCH FÜR UNS?

Kälte, oft in Verbindung mit eisigem Wind, Schnee und wenig zugängliche Nahrung: Das sind die Bedingungen für Wildtiere im Winter. Jetzt heißt es Energie sparen, möglichst wenig bewegen und Lebensräume nutzen, wo Nahrung, Deckung und Schutz vor der Witterung nahe beieinander liegen.

Viele Wildtiere sind Meister im Überleben im Winter des Hochgebirges. Sie haben Anpassungen und Strategien entwickelt, um mit den oft harten Bedingungen zurechtzukommen. Das Wichtigste für alle Wildtiere ist, Ruhe zu haben, um sich nicht unnötig bewegen zu müssen.

Wildtiere im Winter

HUFTIERE – HEIZUNG HERUNTER FAHREN

Gams und Rotwild wissen die sonnseitigen Hänge im Winter zu schätzen: Sie nutzen die Wärme in der Höhe und finden Nahrung auf den abgewehten Kuppen. Eine besondere Energiesparmethode: Die Temperatur in den Außenbereichen des Körpers wird abgesenkt. Damit wird weniger Energie für die eigene Körperwärme verbraucht. Das gelingt aber nur, wenn man sich sicher und „ungestört“ fühlt. Eine plötzliche Flucht wäre gar nicht so schnell möglich: Mit „klammen Beinen“ läuft es sich nicht schnell und es kann sogar gefährlich sein.

HÜHNER AM BERG – DAUNENJACKE UND IGLU BAUEN

Birk- und Schneehuhn können sich keine dicke Fettschicht für den Winter zulegen. Aber im Federkleid sitzt an jeder Feder eine flaumige, wärmende Daunenfeder. Die Nächte und auch den Großteil eines kalten Tages verbringen sie in ihrer Schneehöhle. Im lockeren Schnee graben sie sich ein und nutzen den Vorteil dieses Iglus: Bei tiefen Minustemperaturen hat es in der Höhle um 0°C und es ist windgeschützt. Oft liegen die Schneehöhlen gleich in der Nähe vom letzten Fressplatz – die Strategie der kurzen Wege.

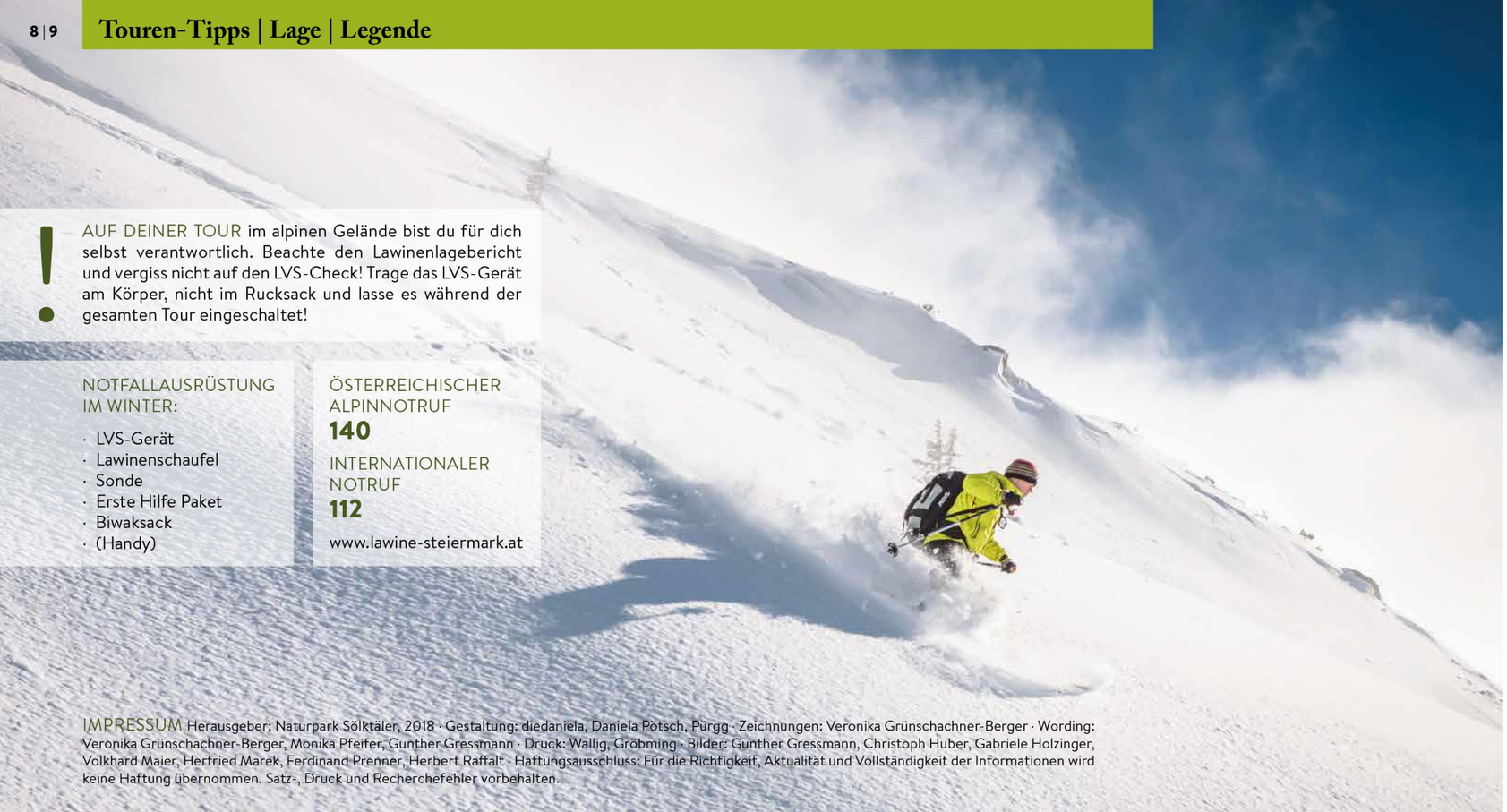
BERG – MENSCH – WILDTIERE

Genieße den Berg und nimm Rücksicht auf Wildtiere:

- Im Naturpark Sölktäler sind besonders wichtige Gebiete für Wildtiere als **Ruhezonen** ausgewiesen. Lass hier auch wirklich Ruhe sein und nutze die empfohlenen Routen.
- Benutze im Wald für Aufstieg und Abfahrt die **Forststraßen**! Bitte keine Abfahrten durch Schläge und Jungwuchsflächen!
- Befahre die Hänge nicht flächig. So können abseits der Route Ruhegebiete für Wildtiere verbleiben.
- Nutze für die Abfahrt freie, wenig strukturierte Hänge: **überraschendes Auftauchen**, besonders von oben, kann panikartige Flucht auslösen.
- Vermeide die Annäherung an Wildtiere – Beobachten aus **Distanz**! Flucht kostet den Wildtieren viel Energie.
- Richtige Zeitplanung: Auf **Tour nur untertags**! In der Zeit um Sonnenauf- und –untergang sollten der Wald und die freien Hänge den Wildtieren gehören. Respektiere diese wichtigen Aktivitätszeiten!

Interreg CENTRAL EUROPE CEETO

Touren-Tipps | Lage | Legende



! AUF DEINER TOUR im alpinen Gelände bist du für dich selbst verantwortlich. Beachte den Lawinenlagebericht und vergiss nicht auf den LVS-Check! Trage das LVS-Gerät am Körper, nicht im Rucksack und lasse es während der gesamten Tour eingeschaltet!

NOTFALLAUSRÜSTUNG IM WINTER:

- LVS-Gerät
- Lawinenschaufel
- Sonde
- Erste Hilfe Paket
- Biwaksack
- (Handy)

ÖSTERREICHISCHER ALPINNOTRUF
140

INTERNATIONALER NOTRUF
112

www.lawine-steiermark.at

IMPRESSUM Herausgeber: Naturpark Sölktäler, 2018 · Gestaltung: diedaniela, Daniela Pötsch, Pürgg · Zeichnungen: Veronika Grünschachner-Berger · Wording: Veronika Grünschachner-Berger, Monika Pfeifer, Gunther Gressmann · Druck: Wallig, Gröbming · Bilder: Gunther Gressmann, Christoph Huber, Gabriele Holzinger, Volkhard Maier, Herfried Marek, Ferdinand Prenner, Herbert Raffalt · Haftungsausschluss: Für die Richtigkeit, Aktualität und Vollständigkeit der Informationen wird keine Haftung übernommen. Satz-, Druck und Recherchefehler vorbehalten.

SÖLKTÄLER NATURPARK

Naturpark Sölktäler

Natura 2000-Gebiet

Aufstieg und Abfahrt

Abfahrtsvariante

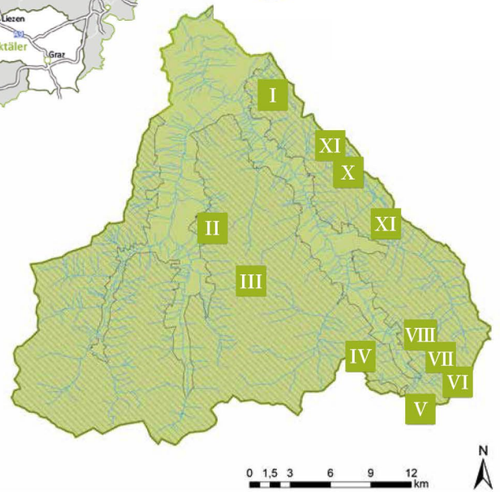
Wildruhezohne

Höhenmeter

Aufstiegszeit

Tourenlänge

Kondition (1-5)



I Leicht: Freie, breite Hänge mit Neigung bis 20°. Grundschwünge zur Richtungsänderung im Tiefschnee muss man beherrschen, es gibt meist genügend Platz für weite Schwünge.

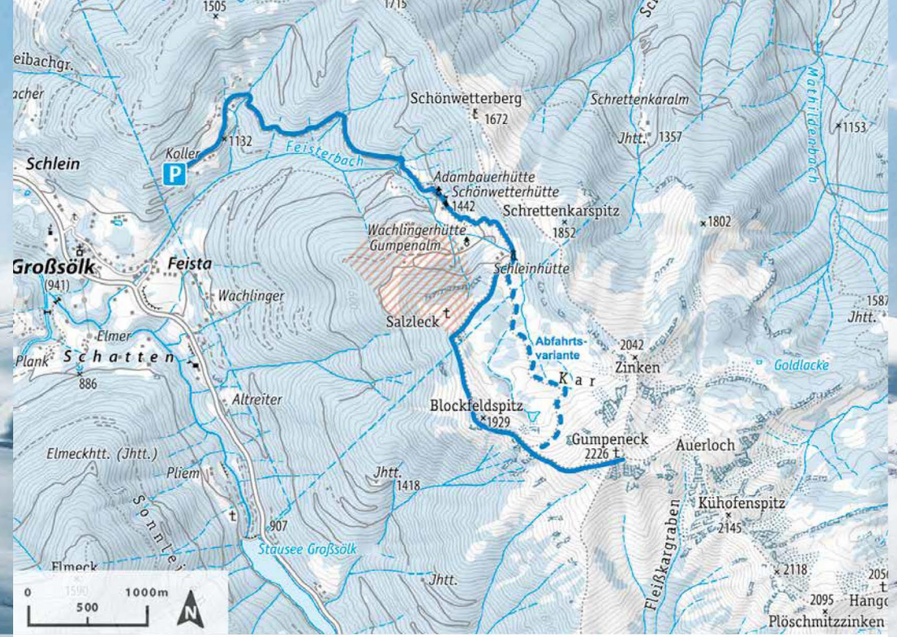
II Mittel: Freie, breite Hänge mit Neigung bis 30° inkl. kurze, steilere Teil- bzw. Grabenpassagen möglich. Sichere Grundschwünge sind Vorraussetzung, da Mulden, breitere Rinnen und leichte felsdurchsetzte Passagen befahren werden.

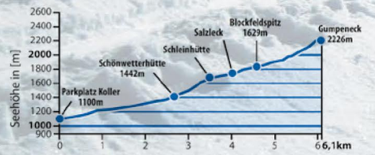
III Schwierig: Freie Hänge mit Neigung bis 35° mit kurzen steileren Teilstücken und kurzen engeren Rinnen (z.B. Einfahrten). Kontrollierte enge Schwünge – auch bei schlechten Schneeverhältnissen – sollten beherrscht werden. Hohes schitechnisches Niveau erforderlich, tlw. Absturzgefahr (felsdurchsetztes Gelände, steiler enger Wald, etc.)

I Gumpeneck 2.226 m

Du zählst nicht mehr, berechnest keine Zeit und jeder Schritt ist Unermesslichkeit.

J. W. v. Goethe





ROUTENBESCHREIBUNG

Startpunkt
Großsölk – Parkplatz Koller

Aufstieg
Über den Waldweg zur Gumpenalm. Nahe der Schönwetterhütte (1.442 m) über den Westhang zur Schleinhütte (oberste Almhütte). Ab hier rechts haltend zum Salzleck und weiter zum Blockfeldspitz. Den Rücken entlang, danach Richtung Südosten auf das Gumpeneck. Die ausgewiesene Rotwildfütterung im Norden des Salzleck umgehen (entlang der Schirouten Beschilderung).

Abfahrt
Variante I: Wie der Aufstieg.
Variante II: Über das Gumpenkar zur Schleinhütte und rechts des Grabens bis zur Forststraße. Von hier aus weiter zur Schönwetterhütte und zurück zum Ausgangspunkt.

- 1.100 m
- 3:00 h
- 6,1 km
- 3
- II = mittel

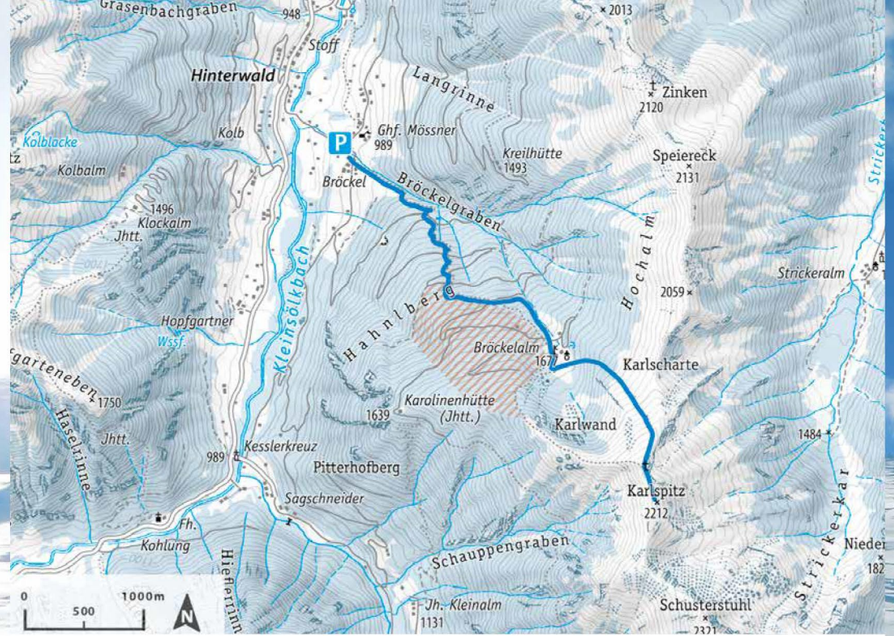
Für mich zählt jeder Schritt,
denn jeder Schritt zuviel ist verbrauchte Energie.

SÖLKTÄLER NATURPARK

II Karlspitz 2.212 m

Menschen kommen und gehen, aber ewig bleiben die Berge.

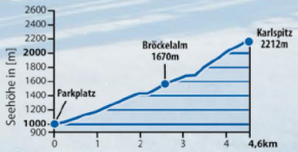
unbekannt



Menschen kommen und gehen, aber ewig bleiben die Berge.

unbekannt

Höhenprofil



ROUTENBESCHREIBUNG

Startpunkt

Kleinsölk – Gehöft Zörweg (vgl. Bröckl) – vor Kapelle neben der Straße parken

Aufstieg

Nach der Brücke den Bröcklgraben entlang, bei ca. 1.140 m Richtung Süden verlassen.

Dann leicht rechts steiler durch den Wald. Einige Male den Forstweg querend gelangt man zur Bröcklalm (1.670 m). Ab hier leicht links in Spitzkehren durch den lichten Wald.
Ab der Waldgrenze Richtung Scharte und rechts zum Gipfel. Der ausgewiesenen Skirouten-Beschilderung folgen, um die Rotwildfütterung zu vermeiden.

Abfahrt

Wie der Aufstieg. Ab Bröcklhütte den Forstweg entlang.

- 1.169 m
- 3:00 h
- 4,6 km
- 3
- II = mittel

Du fährst durch mein Wohnzimmer. Ich habe kein anderes Zuhause und lebe Tag und Nacht in den Bergen. Bitte lass mir wenigstens meine Nachtruhe.

SÖLKTÄLER NATURPARK

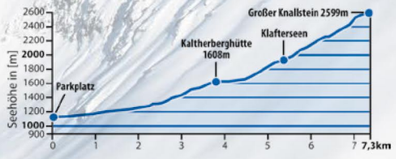
III Großer Knallstein 2.599 m

Wenn man die Berge liebt, akzeptiert man auch, dass sie die Bedingungen stellen.

Jean-Christophe Lafaille

ROUTENBESCHREIBUNG

Höhenprofil



Startpunkt

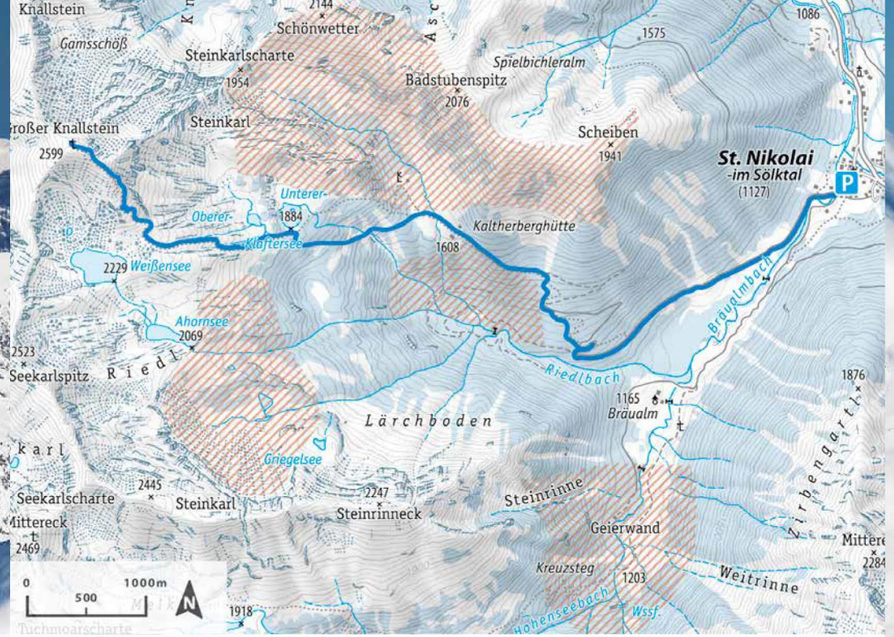
St. Nikolai – Parkplatz St. Nikolai (Ortseinfahrt)

Aufstieg

Vorbei am Gasthaus Gamsjäger, rechts über die Brücke des Bräualmbaches gehen und weiter den Forstweg Richtung Kaltherberghütte, nach der Kaltherberghütte Richtung Westen wenden, südlich der Klafterseen vorbei und über den steilen südöstlichen Rücken zum Gipfel.

Abfahrt

Wie der Aufstieg.



1.500 m

4:00 h

7,3 km

4

III = schwierig

Bei der Abfahrt: Helm tragen ist „in“!

Meine jungen Bäume haben keinen Schutz vor Stahlkanten. Werden die zentralen Spitzen gekappt, sind sie für mich als Grundeigentümer entwertet.

SÖLKTÄLER NATURPARK

IV Deneck 2.433 m

Wege entstehen dadurch, dass man sie geht.

Franz Kafka

ROUTENBESCHREIBUNG

Höhenprofil

Startpunkt

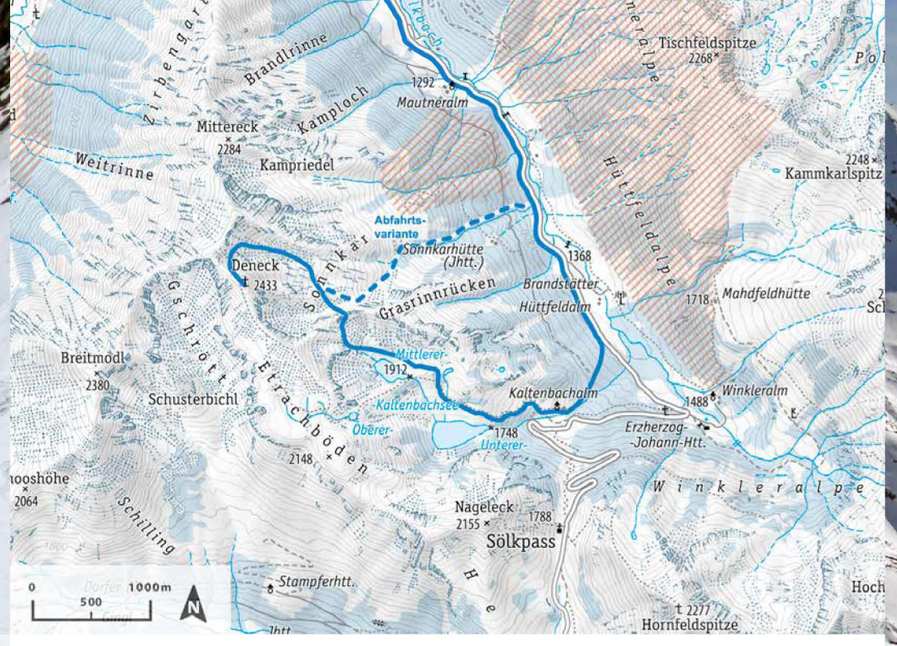
St. Nikolai

Aufstieg

Entlang der Sölkpass-Straße nach der Bergrettungshütte rechts durch den schütteren Hochwald Richtung Kaltenbachalm. Entlang der Sommermarkierung bis zum Mittleren Kaltenbachsee. Weiter in nordwestlicher Richtung über die Scharte ins Sonnkar. In weitem Bogen durch das Sonnkar zum Gipfel.

Abfahrt

Variante I: Wie der Aufstieg.
Variante II: Über das Sonnkar Richtung Sonnkarhütte und weiter in Falllinie zur Landesstraße, dabei die Ruhezone um die Fütterung im unteren Bereich meiden.



Hm	1.260 m
	4:15 h
km	9,2 km
	3
	III = schwierig

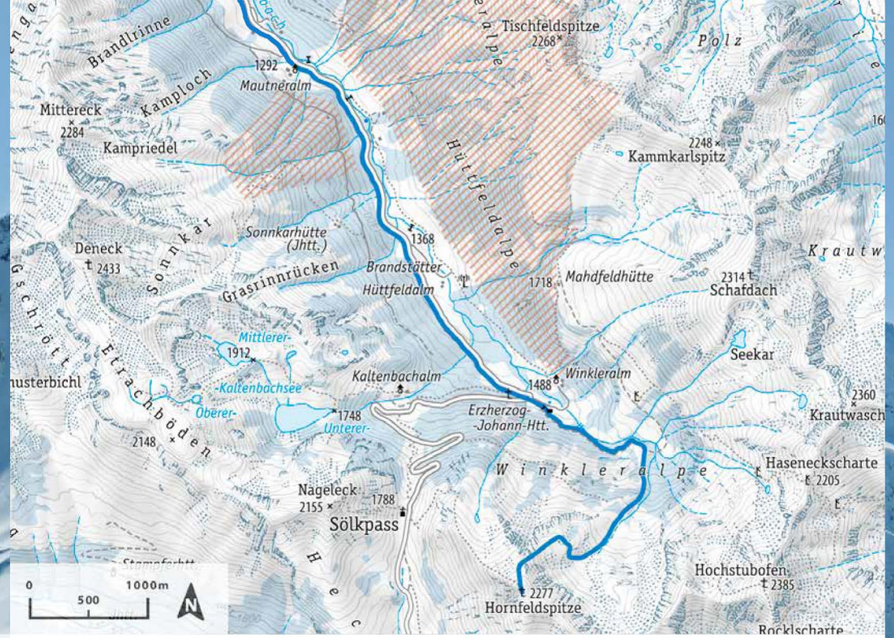
Mit meiner Strategie der kurzen Wege versuche ich, Nahrung, Deckung und Witterungsschutz auf kleinstem Raum zu finden. So spare ich am besten Energie.

SÖLKTÄLER NATURPARK

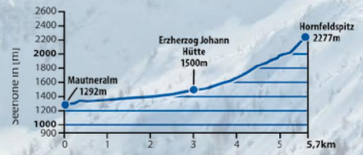
V Hornfeldspitz 2.277 m

Solange Menschen denken, dass Tiere nicht fühlen, müssen Tiere fühlen, dass Menschen nicht denken .

Arthur Schopenhauer



Höhenprofil



ROUTENBESCHREIBUNG

Startpunkt
St. Nikolai

Aufstieg
Bei der Zufahrt Erzherzog-Johann-Hütte rechts den Forstweg entlang. Am Anfang des flachen Bodens rechts in südlicher Richtung über einen steileren Rücken Richtung Schwarzenbach. Vom Schwarzenbach in westlicher Richtung zum Ostgrat des Hornfeldspitz. Den Grat entlang zum Gipfel.

Abfahrt
Wie der Aufstieg.

- 1.100 m
- 3:15 h
- 8,7 km
- 3
- III = schwierig

Um meine Speicher für die langen Nächte aufzufüllen bin ich besonders gerne am frühen Morgen und späten Nachmittag zur Nahrungssuche unterwegs. Wenn du mich da verjagst, habe ich einen leeren Magen. Bitte mach deinen Zeitplan auch nach meinen Bedürfnissen.

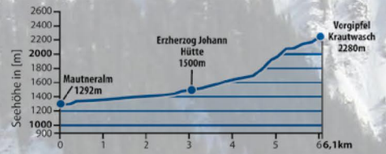
SÖLKTÄLER NATURPARK

VI Krautwasch 2.283 m

Hunde haben alle guten Eigenschaften der Menschen, ohne gleichzeitig ihre Fehler zu besitzen.

Friedrich der Große

Höhenprofil



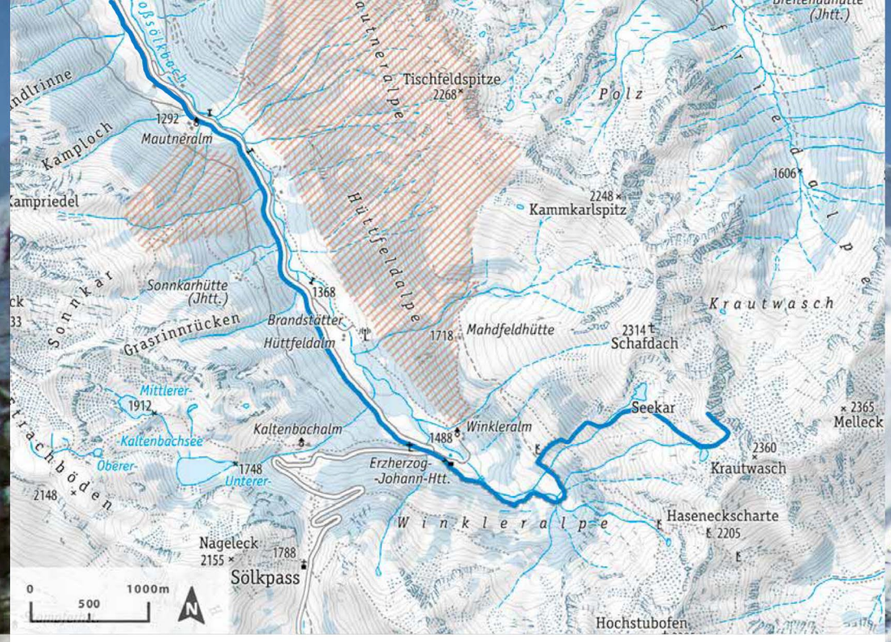
ROUTENBESCHREIBUNG

Startpunkt
St. Nikolai

Aufstieg
Den Straßenverlauf entlang zur Erzherzog-Johann-Hütte. Unterhalb der Hütte entlang des Weges über die Brücke. Danach dem Bachverlauf auf östlicher Seite, bei Querung der Forststraße der Sommermarkierung Richtung Haseneckscharte – Hochstubofen folgen.

Nach der Bachquerung weiter Richtung Osten. Vor dem Seekar-See weiter südöstlich, dann nordöstlich auf den Vorgipfel.

Abfahrt
Wie der Aufstieg.



Hm	1.100 m
L	3:45 h
km	9,1 km
	3
	III = schwierig

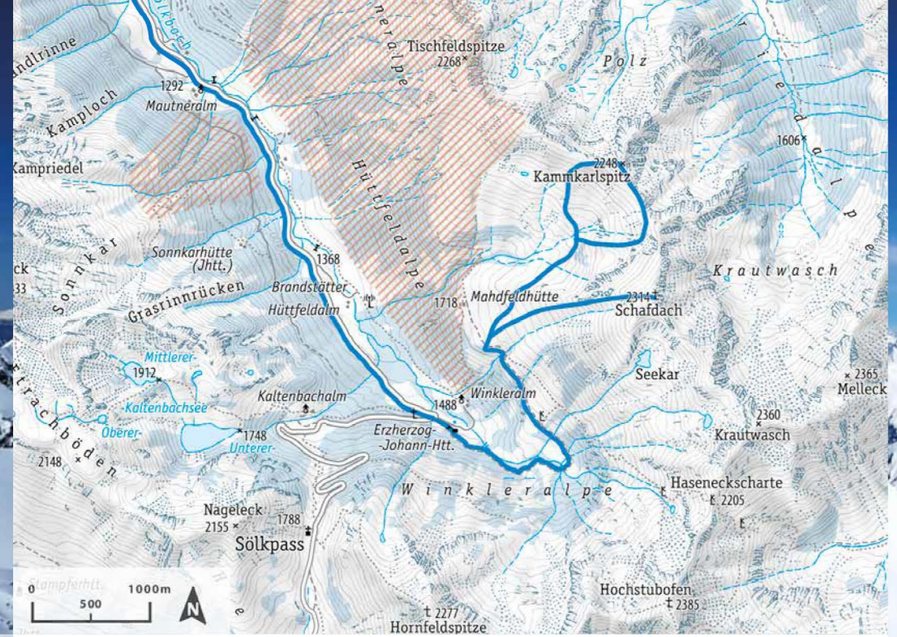
Bitte denk daran deinen Hund an der Leine zu führen und unter deiner Kontrolle zu haben, damit ich im Winter meine Ruheplätze nicht verlassen muss.

SÖLKTÄLER NATURPARK

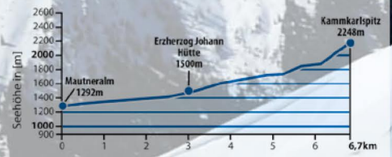
VII Schafdach 2.314 m | VIII Kammkarlspitz 2.248 m

Wenn ich die Zivilisation hinter mir lasse, fühle ich mich sicher.

Heinrich Harrer



Höhenprofil



ROUTENBESCHREIBUNG

Startpunkt
St. Nikolai

Aufstieg
Dem Straßenverlauf entlang zur Erzherzog-Johann-Hütte, unterhalb der Hütte entlang des Weges über die Brücke, danach dem Bachverlauf folgen. Nach Passage des südöstlich gelegenen Waldstücks Richtung Norden über die Freifläche weiter auf das Mahdfeld aufsteigen.

Schafdach: Vom Mahdfeld die Westflanke entlang zum Gipfel.

Kammkarlspitze: Oberhalb der Mahdfeldhütte vorbei, in nordöstlicher Richtung in das nächste Kar und hinauf zum Kammkarlspitz.

Abfahrt
Wie der Aufstieg.

	Schafdach	Kammkarlspitz
Hm	1.160 m	1.060 m
Zeit	3:15 h	3:45 h
km	9,0 km	9,7 km
Schwierigkeit	4	3
	III = schwierig	II = mittel

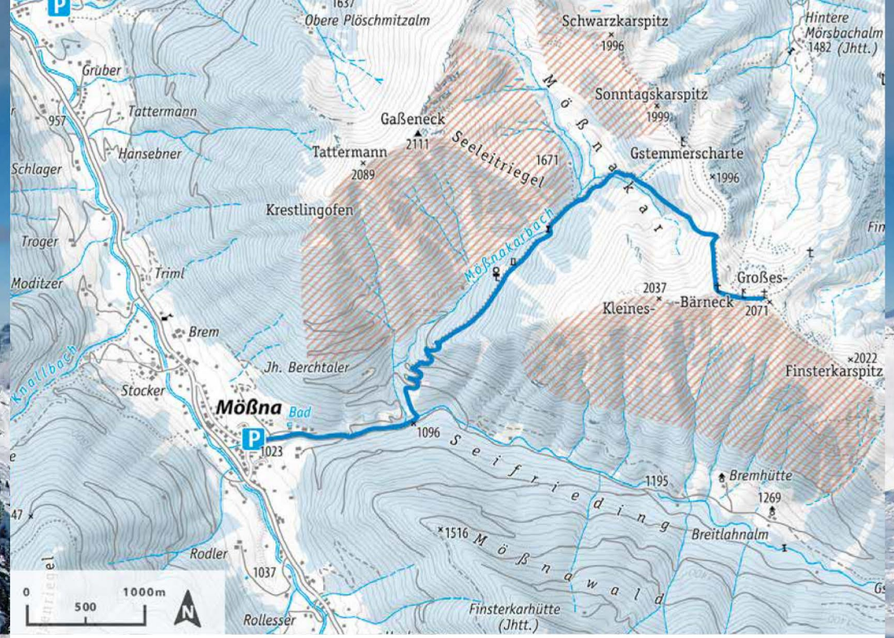
Wenn du genügend Abstand zu mir hältst, fühle ich mich sicher. Bitte halte die Ruhezonen ein.

SÖLKTÄLER NATURPARK

IX Großes Bärneck 2.071 m

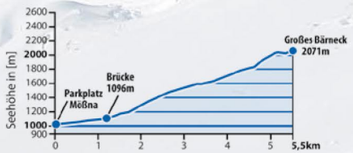
Es hat wenig Sinn, unsere Schritte in den Wald zu lenken, wenn sie uns nicht darüber hinaus führen.

Henry David Thoreau



ROUTENBESCHREIBUNG

Höhenprofil



Startpunkt
Mössna – Feuerwehrdepot

Aufstieg
Entlang des Seifriedingbachs, bei 1.096 m über eine Brücke entlang der Sommermarkierung, weiter Richtung Nordosten in das Mössnakar. Dann südöstlich Richtung Grat (Rücken) aufsteigen und diesen entlang bis zum Großen Bärneck folgen.

Abfahrt
Wie der Aufstieg.

- 1.000 m
- 3:30 h
- 5,1 km
- 3
- II = mittel

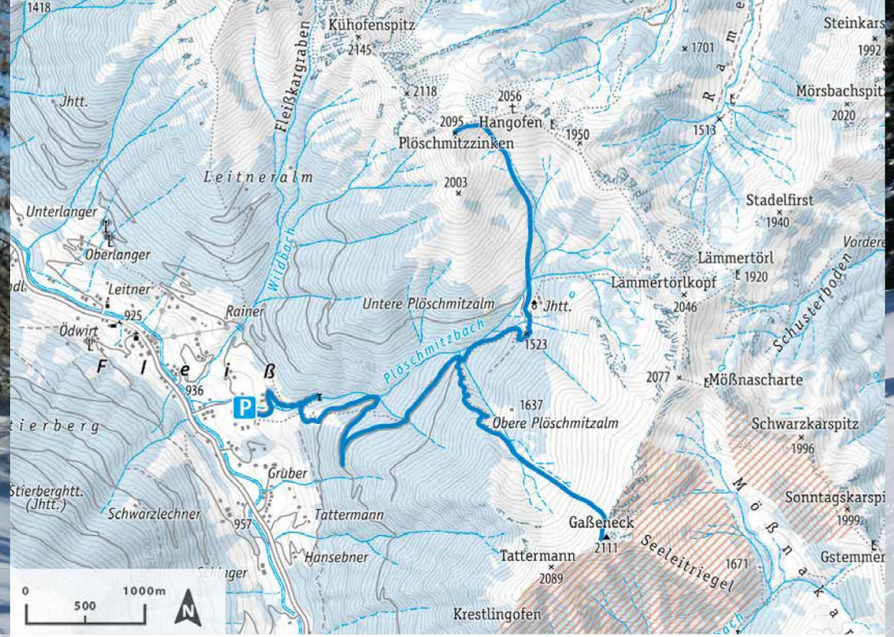
Bitte durchquere die Kampfwaldzone an der Waldgrenze rasch und senkrecht. Dort halte ich mich besonders gerne auf.

SÖLKTÄLER NATURPARK

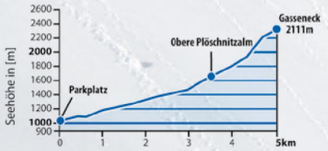
X Gasseneck 2.111 m | XI Plöschmitzzinken 2.095 m

Es schien mir sinnlos, von den Wundern der Ferne immer nur zu träumen, ich wollte sie erleben.

Herbert Tichy



Höhenprofil



ROUTENBESCHREIBUNG

Startpunkt
Fleiß – Gehöft Schiefer (vgl. Spießschweiger)

Aufstieg
Oberhalb des Spießschweiger-Hofs Richtung Nordost, dann der Markierung folgend Richtung Hangofen oder entlang des Forstwegs. Bei der 3. Kehre weiter Richtung ...

Gasseneck:
... Südosten auf der orografisch linken Seite des Bachs bis zur Oberen Plöschmitzalm. Über die Almweide durch den lichten Wald. Danach den Bach querend weiter Richtung Osten auf das Gasseneck.

Plöschmitzzinken:
... Nordost über den Bach bis zur unteren Plöschmitzalm. Westlich der Hütte durch den lichten Wald hinauf zum Plöschmitzzinken.

Abfahrt
Wie der Aufstieg.

	Gasseneck	Plöschmitzzinken
Hm	1.100 m	1.100 m
Zeit	3:30 h	3:45 h
km	4,7 km	5,2 km
Schwierigkeit	3	3
Lawinengefahr	II = mittel	II = mittel

Meist bleibt mir keine Zeit zu träumen, da muss ich das Feld für dich räumen. Bitte bleibe auf den vorgeschlagenen Routen.

SÖLKTÄLER NATURPARK

Stein/Enns 107, 8961 Sölk, naturpark@soelktaeler.at, +43 3685-20 903