Ups-Spitze (2332 m)

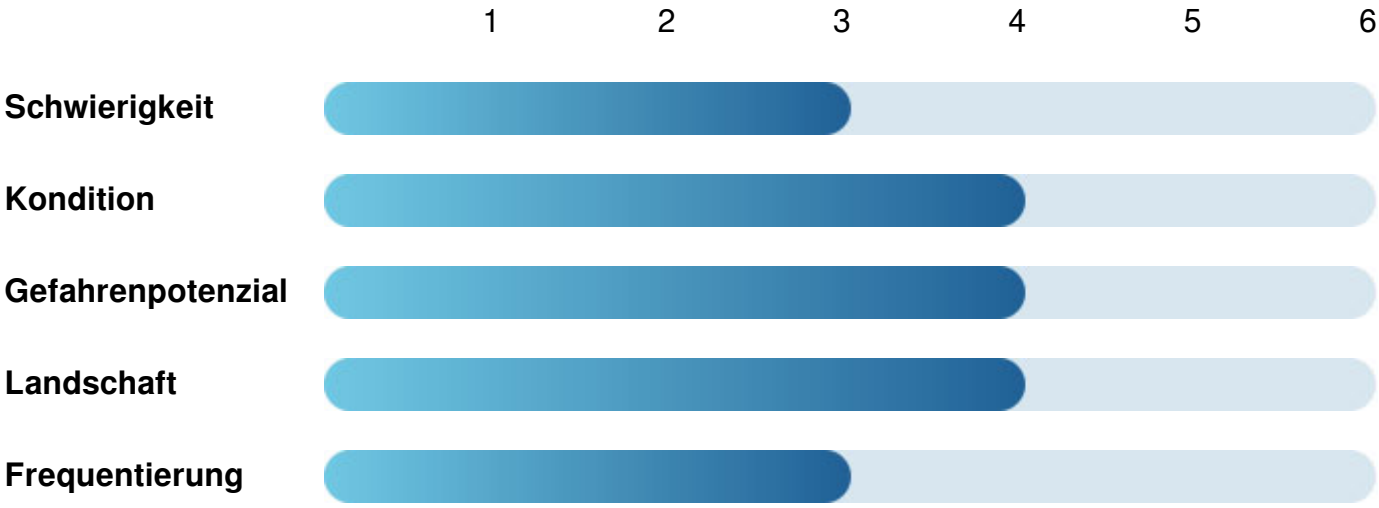
Skitour | Ammergauer Alpen

1330 Hm | Aufstieg 03:40 Std. | Schwierigkeit (3 von 6)



Ist nach einer kalten und klaren Nacht Firn angesagt, bieten die teils steilen Südhänge der Ups-Spitze tollen Abfahrtsspaß über (fast) hindernisloses Gelände. Vorausgesetzt, der Schnee reicht bis ins Tal. Die herrliche Aussicht auf dem Gipfel steht dem gerade mal 8 m höheren Daniel in nichts nach.

© Tourentipp.com 2026



Anfahrt: Garmischer Autobahn A95 bis zum Autobahnende und weiter auf der B2 Richtung Garmisch-Partenkirchen. Nach dem Farchanter Tunnel rechts auf die B23 Richtung Fernpass und über Grießen nach Ehrwald. An der großen Eisenbahnbrücke rechts abbiegen und nach Lermoos.

Ausgangspunkt: Bahnhof in Lermoos (1004 m). Ein Parkplatz (für Liftbenützer des Skigebietes Grubigstein) befindet sich neben dem Feuerwehrhaus. Am Bahnhof gibt es keine Parkmöglichkeiten (Parkverbot).

Route: Am Bahnhof überquert man die Gleise bzw. geht unterhalb (westlich) des Bahnhofs durch eine Unterführung. In Nordöstlicher Richtung steigt man über einen freien Wiesenhang (Kohlberg) und durch lichten Wald hinauf zu einer Forststraße, die zur Tuftl-Alm führt. Man folgt der Forststraße nach rechts aufwärts und kommt bald zu einer Wildfütterung an einer großen Kehre. Hier geht es nach links weiter und in einer langen Schleife, westlich um den Kohlberg-Kopf herum, bis zu einer Verzweigung (Schafboden). Jetzt zieht man nach rechts auf einem Karrenweg (WW: Tuftl-Alm Steig) zu einer Lichtung hin, und anschließend in einem Bogen nach Norden zur Tuftl-Alm (1496 m) hinauf (Bild 1). (Hinweis: die oben genannte lange Schleife kann man auch abkürzen, in dem man bereits vorher über den Sommerweg steil durch den Wald ansteigt, was aber nur bei einer hohen Schneelage empfehlenswert ist). Oberhalb der Tuftl-Alm quert man nach rechts (Nordosten) um den Ausläufer des Rückens, der von der Ups-Spitze herunterzieht, zu einer großen freien Lichtung (Untere Kohlstatt) hinüber (Bild 2). Durch lichten Wald und Latschengelände geht es weiter bergan zur „Oberen Kohlstatt“ (Bild 3). Hier erspäht man linkerhand einen freien Hang, über den man zu einem Rücken aufsteigt. Teilweise schmal und steil geht es mit vielen kurzen Kickkehren empor auf den nach oben hin breiter werdenden Rücken (Bild 4). Über schöne und steile Hänge gelangt man zum Gipfelhang, wo man zum Schluss kurzzeitig sehr steil zum höchsten Punkt aufsteigt (Bild 5).

Anfahrt: 1. Wie Aufstieg.
2. Alternativ kann man von der Tuftl-Alm auch über den „Brünn-Grat“ zur Straße Ehrwald-Lermoos abfahren: in südöstlicher Richtung schwingt man anfangs über schöne und mäßig steile Schneisen, an mehreren Hütten vorbei (Bild 7) hinab. Der Rücken verschmälert sich zu einem schmalen Kamm, wo es teilweise eng und steil durch eine dichtere Waldzone geht. Anschließend über freie Wiesenhänge hinab zur Straße oder oberhalb auf einem breiten Wanderweg nach Lermoos und zum Ausgangspunkt zurück.

© Tourentipp.com 2026

Alternative: Die in der Abfahrt beschriebene Abfahrtsvariante über den „Brünn-Grat“ kann auch als Aufstieg benutzt werden. Dieser ist von der Wegstrecke her zwar deutlich kürzer, aber auch steiler und anstrengender.

Charakter: Die Ups-Spitze ist ein lohnendes Skitourenziel mit einer (fast) hindernislosen Abfahrt über teils steile südseitige Hänge. Die herrliche Aussicht auf dem Gipfel steht dem gerade mal 8 m höheren Daniel in nichts nach (Bild 6). Da die Tour zwischen der „Unteren und Oberen Kohlstatt“ durch eine Latschenzone führt, ist eine hohe und gesetzte Schneedecke vorteilhaft. Idealerweise wird man die Tour erst dann ins Auge fassen, wenn der Schnee noch bis ins Tal reicht und Firnbedingungen angesagt sind. Da die Route südseitig exponiert ist und im oberen Abschnitt über einen dem Wind ausgesetzten Rücken verläuft, trifft man leider nicht immer optimale Schneeverhältnisse an. Der Gipfelhang ist zum Schluss kurz über 35° steil und verlangt sichere Verhältnisse.

Lawinengefahr: mittel

Exposition: Süd

Aufstiegszeit: 3,5 bis 4 Stunden

Tourdaten: 1330 Höhenmeter; Distanz 4,5 km.

Jahreszeit: Januar bis März

Stützpunkt: -

Karte: Alpenvereinskarte Blatt 4/1Wetterstein- und Mieminger Gebirge 1:25.000.

Autor: Doris & Thomas Neumayr

© Tourentipp.com 2026