Hoher Grasberg (1783 m)

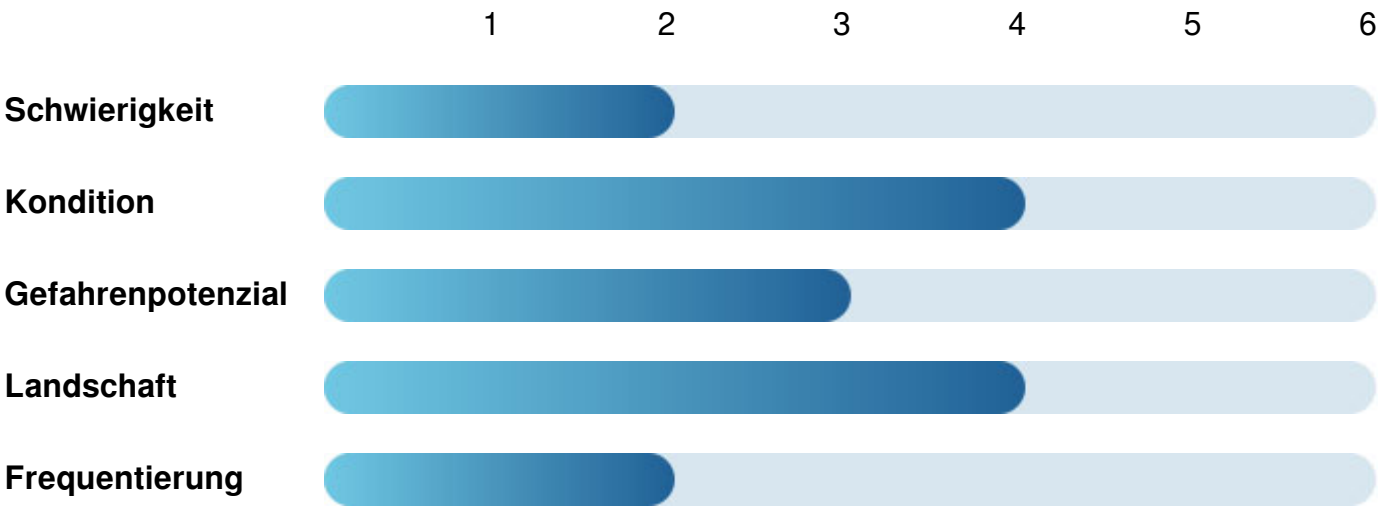
Bergtour | Karwendel

1080 Hm | insg. 08:30 Std. | Schwierigkeit (2 von 6)



Nördlich der Soierngruppe liegt der Hohe Grasberg, der am schnellsten über die Fischbachalm erreicht wird. Einsamer – und deutlich länger – ist die Variante von Vorderriss aus über die Grasbergalm. Bis dorthin empfiehlt sich die Benutzung eines Mountainbikes.

© Tourentipp.com 2026



Anfahrt: Von Norden über Bad Tölz und Lenggries zum Sylvensteinsteinstausee, dort nach Westen abbiegen Richtung Vorderriss.

Ausgangspunkt: Vorderriss (790 m – Zusammenfluss von Isar und Rissbach).

Route: Über die Isarbrücke und von der Mautstelle Vorderriss einen Kilometer auf der Mautstraße Richtung Wallgau bis zur ersten Brücke über die Isar (wer kein Mountainbike benutzt und sich dieses Wegstück sparen möchte, kann auch Maut bezahlen und an dieser Brücke parken). Man überquert die Isar nach Süden und gelangt nach 200 Metern an eine Gabelung der Forststraße – wir biegen nach links ab und folgen dem so genannten Soiernweg gut 200 Meter nach Osten, ehe die Route kaum merklich ansteigend nach Süden zieht. Ab einer Höhe von 850 Metern zieht die Steigung an – der Soiernweg dreht nun in einem Bogen Richtung Westen. Auf 1060 Metern Höhe befindet sich eine Abzweigung zur etwas tiefer gelegenen Brünst-Alm; es empfiehlt sich aber wegen des deutlichen Höhenverlusts im Brünstgraben und der längeren Strecke, auf dem Soiernweg zu bleiben, welcher den Chagl- und den Markgraben quert. Nun geht es leicht bergab bis zur einer plateauartigen Wegkreuzung (hier zieht steil von links der Alternativweg via Brünst-Alm und Brüstgraben hinauf). Nun in südwestlicher Richtung leicht bergab zur Niederbachl-Alm (1063 m). An dieser Almhütte verlassen wir den Soiernweg, der hier nach Süden abknickt, und zielen rechts Richtung Norden, entlang des Bachbetts. An einer Brücke wird das Niederbachl nach links überquert, dann führt die Schotterpiste kurz nach links (ca. 150 Meter Strecke nach Südwesten) und dann nach einer Rechtskurve in nördlicher Richtung spürbar steiler bis zur Grasberg-Alm (1320 m). Bis hierher sind es zehn Kilometer Wegstrecke, die sich ideal für die Mountainbikebenutzung eignen. Der Weiterweg ist nur noch zur Fuß möglich: In südwestlicher Richtung wandern wir auf Pfad- und Steigspuren moderat steile Wiesenhänge hinauf zur Leining-Diensthütte. Nun auf einem schwach aufgeprägten Pfad noch ein Stück (gut 100 Meter Distanz) nach Süden; danach knickt die Route kurz nach Norden ab, zieht in einem Linksbogen aber wieder in die Südflanke und verläuft dort leicht ansteigend in einem steilen Wald- und Wiesenhang. Aufmerksamkeit ist geboten, wenn in 1620 Metern Höhe der deutlich besser ausgeprägte Steig von der Fischbachalm auftaucht. Diesem nicht folgen, sondern durch Latschen ein Stück nach rechts kurz bergab und dann in einer breiten Latschengasse auf Schotter und Schrofen wieder empor. Nun rückt das Ziel in Sicht: Stets am Kamm entlang auf einem von Latschen gesäumten Steig und zuletzt über einen steilen Schrofenhang bis zu den steilen Felsabbrüchen des Hohen Grasbergs, die links (südlich) umgangen werden. In der südlichen Gipfelfalllinie müssen auf den letzten Metern ab und zu die Hände benutzt werden, doch der finale Anstieg ist einfacher, als er aus der Distanz wirkt.

© Tourentipp.com 2026

Abstieg: Auf der Anstiegsroute.

Alternative: Von Krün (südlich von Wallgau an der B 11 Richtung Mittenwald) zur Fischbachalm (bis dorthin Auffahrt mit Mountainbike möglich) und weiter – südlich am Fischbachkopf vorbei – zum Hohen Grasberg.

Bike: Ideale Bike & Hike-Tour. Für die zehn Kilometer Strecke von Vorderriss zur Grasberg-Alm ist der Einsatz eines Mountainbikes absolut ratsam, auch wenn an kurzen Steilstücken vielleicht geschoben werden muss – zurück rollt es sich umso einfacher.

Charakter: Die Route von Vorderriss aus wird eher selten begangen und verläuft bis zur Grasberg-Alm fast durchweg auf Forst- und Almfahrstraßen, weshalb diese Passage für einen Mountainbike-Einsatz prädestiniert ist. Die Route zwischen Grasberg-Alm und Gipfelkreuz ist für geübte Bergwanderer technisch nie wirklich schwierig, doch verlangt sie mangels Markierung ein gutes Gespür für Wegfindung und Orientierung. Der finale Gipfelanstieg verlangt auf wenige Meter Trittsicherheit, eventuell ein kurzes Abstützen mit der Hand, aber auch diese kurze Passage ist für Geübte nicht schwierig. Daher mittelschwere bis anspruchsvolle Bergwanderung. Der Lohn am Gipfelkreuz ist ein sehr schöner Rundumblick, u.a. auf die Isar, auf den Walchensee oder zur Zugspitze.

Gehezeit: Aufstieg: Bis zur Grasberg-Alm 3,5 Stunden zu Fuß, 2 Stunden mit dem Mountainbike; ab der Alm 1,5 Stunden zum Gipfel.
Abstieg: gut 1 Stunde zur Grasberg-Alm; nach Vorderriss 1 Stunde per Mountainbike, 2,5 Stunden (Gegenanstiege!) zu Fuß.

Tourdaten: 1080 Höhenmeter (inkl. Gegenanstieg beim Rückweg), 12,8 Kilometer Distanz (einfach)

Jahreszeit: Juni bis Oktober (sofern schneefrei auch später im Jahr)

Stützpunkt: Auf Tour keine Einkehrmöglichkeit. Am Ausgangspunkt wartet der Gasthof Post in Vorderriß.

Karte: Kompass-Karte 26 und Topografische Wanderkarte vom Bayerischen Landesvermessungsamt (Karwendelgebirge) - Zum Karten-Shop...

Autor: Martin Becker

© Tourentipp.com 2026