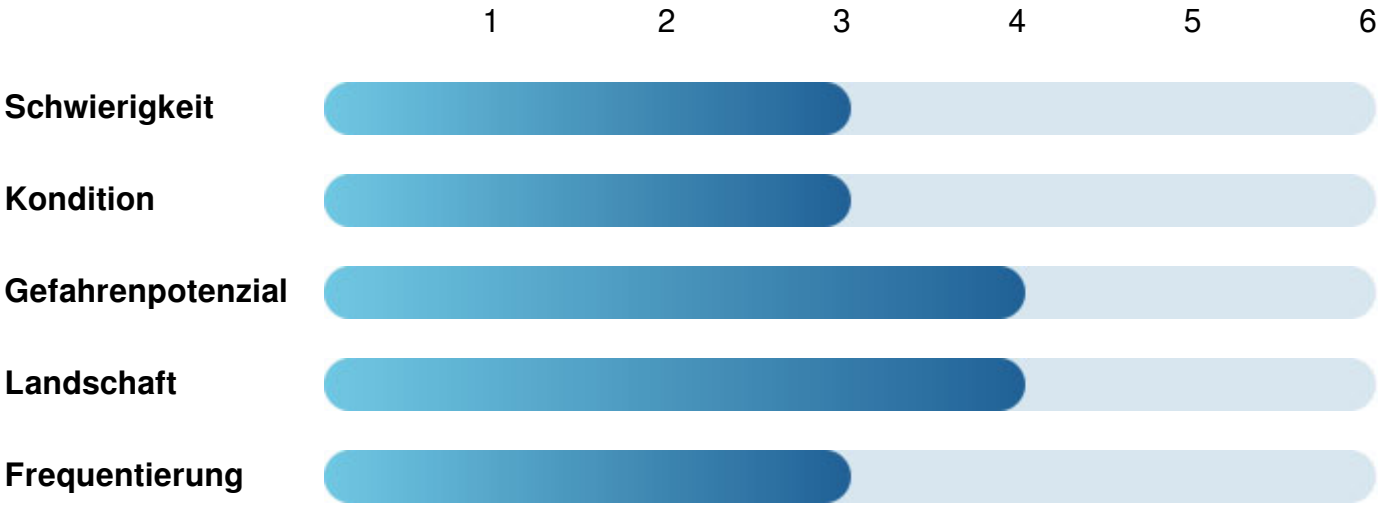
Zunderspitze (2381 m)

Skitour | Stubaier Alpen

1050 Hm | Aufstieg 02:45 Std. | Schwierigkeit (3 von 6)

Während man auf der Normalroute zur Zunderspitze erst einen dichten Waldgürtel überwinden muss, kann man auf der Nordwestroute aus dem Staudenbergtal via Forststraße die freien Traumhänge meist recht bequem erreichen. Doch egal über welche Variante man aufsteigt, oben warten in beiden Fällen fantastische Abfahrtsmöglichkeiten. Und wer mag, kann die beiden Routen auch individuell zu einer sehr schönen Runde kombinieren.

© Tourentipp.com 2026



Anfahrt:

Über die Brennerautobahn (A13 und A22) oder über die Brennerbundesstraße nach Sterzing. Hier folgt man der Beschilderung ins Ridnauntal. Bei Stange geradeaus weiter nach Ridnaun und durch das Tal bis zum Ort Maiern. Rechts vom großen Hotel Schneeberg findet man einen geräumigen Parkplatz.

Ausgangspunkt:

Maiern (1365 m) im Ridnauntal; bei Sterzing

Route:

1. Die **Nordwestroute** beginnt man, indem man auf der Landstraße einige hundert Meter taleinwärts bis zum Ortsende wandert. Etwa 50 m hinter dem Ortsschild findet man links der Straße eine kleine Freifläche. Hier schnallt man die Ski an und wandert nach Süden entlang einer teilweise schwer erkennbaren kleinen Wegtrasse. Manchmal haben Einheimische hier eine Spur gelegt, dann findet man leichter durch Büsche und den lichten Waldhang hinaus in den freien Hang. Nach etwa 200 m dreht man nach Westen ein und steigt über den freien Hang, die Straße zweimal überquerend, hinauf zu den letzten Höfen (1562 m). Hier findet man eine Forststraße, der man nach links (Südwesten) ins schattige Staudenbergtal folgt. Auf ca. 1710 m erreicht man freies Gelände (ca. 300 m vor der Martalm); hier verlässt man den Talgrund und steigt nach links (Südosten) über herrliche Skihänge, die Grundrichtung beibehaltend, empor. Deutlich vor der Grathöhe (auf ca. 2000 m, bevor das Gelände aufsteilt), quert man etwa 100 m nach links (Nordosten) hinaus und dreht dann nach Osten ein, um so einen kleinen Pass (Scharte - ca. 2050 m) im Grat ganz bequem zu erreichen. Gegenüber ist nun die Gewingesalm zu erkennen. Vom Grat rutscht man wenige Meter hinunter in eine Senke und peilt den Rücken an, der sich bis zur Zunderspitze nach Süden hinaufzieht. Zunächst geht es flach über den sanften Rücken, doch am Ende wird dieser schmäler, steilt immer mehr auf und es geht in vielen Spitzkehren empor zum höchsten Punkt mit Kreuz.
2. **Nordostroute**: Einheimische beginnen die Normalroute zur Zunderspitze häufig bei der Feuerwehrhalle bei Ried (also kurz vor Maiern). Allerdings gibt es hier keinen offiziellen Parkplatz

© Tourentipp.com 2026

(Stand 2014), so dass man besser beim Hotel Schneeberg startet. Vom Hotel Schneeberg aus quert man die Langlaufloipe nach Süden zum Waldrand (Bergfuß). Hier geht es durch den Wald hinauf zu einer Forststraße und auf ihr nach links. Man trifft auf eine Kehre, wo auch die Aufstiegsspur vom Feuerwehrhaus einmündet. Hier kurz rechts weiter bis zu einem Wegweiser. Bei diesem biegt man links ab und folgt in etwa dem kleinen Sommerweg in südwestlicher Grundrichtung hinauf in freies Gelände. An den Hütten der Unteren Gewingesalm vorbei, dann dreht man nach rechts (Westen) ein und spurt zu einem Rücken hinauf. Nach Südwesten zur großen Hütte der Oberen Gewingesalm (2059 m). Nun weiter Richtung Süden über den Rücken – wie oben beschrieben – zum Gipfel.

Anfahrt:

Über eine der beiden Anstiegsrouten. Man kann also wunderbar eine Rundtour machen, oder mit einem Wiederaufstieg die schönsten Passagen beider Routen miteinander kombinieren.
Eine weitere Abfahrtsmöglichkeit ins Staudenbergtal ergibt sich, wenn man bereits auf ca. 2200 m den Nordkamm der Zunderspitze nach Westen verlässt und über sehr schöne, teilweise steile Hänge direkt zur Martalm abfährt.
Hinweis: Bei der Talabfahrt über die Normalroute (2) gibt es im Waldbereich Varianten: Man kann sowohl einer Waldschneise folgen, als auch bei schlechten Verhältnissen die Forststraße für die Abfahrt nutzen.

Alternative:

Eine lohnende Alternative ist auch der namenlose 2445 m hohe Nebengipfel der Zunderspitze. Er liegt etwas südwestlich hinter der Zunderspitze. Um ihn zu besteigen, verlässt man bei ca. 2200 m den Rücken zur Zunderspitze und spurt rechts davon mit etwas Höhenverlust in eine auffallend schöne Mulde. Durch dieses kleine Becken nach Süden und über den dahinterliegenden Nordhang (rechts vom Gipfel) steil hinauf zum Kamm. Hier nach links zum Gipfel.

Charakter:

Mittelschwere Skitour mit steilem Schlussanstieg und mit grandiosen, teilweise steilen Varianten für die Abfahrt. Im oberen Bereich hat man fantastische, nordseitige, breite Hänge unterschiedlicher Neigung. Auf der Nordwestroute (Variante 1) geht es unten über eine Forststraße; bei der Normalroute (Nordostroute – Variante 2) muss man unten zuerst durch einen dichten Waldgürtel. Kombiniert man die beiden Routen und ist man bereit für einen Wiederanstieg, kann man die Tour zu einer längeren Runde ausbauen und so die schönsten Passagen beider Varianten genießen.

Lawinengefahr:

Mittel bis hoch. Die Gefährdung hängt stark von der gewählten Steilheit bei der Abfahrt ab. Achtung, der Forstweg ins Staudenbergtal ist vor allem bei Erwärmung aus den steilen Flanken lawinenbedroht.

© Tourentipp.com 2026

Unbedingt Tagesgang beachten!

Exposition:

Nord, dann Nordwest auf Route (1) und Nordost auf Route (2)

Aufstiegszeit:

2,5 bis 3 Stunden

Tourdaten:

Höhendifferenz: 1050 Höhenmeter; Distanz: 5,5 km auf Route (1) und 5 km auf Route (2) – jeweils einfach.

Jahreszeit:

Januar bis Anfang April

Stützpunkt:

Auf Tour keine Einkehrmöglichkeit. Am Ausgangspunkt wartet das mondäne Hotel Schneeberg mit einer großen Sonnenterrasse, Liegestühlen und fast durchgehend warmer Küche.

Karte:

AV-Karte Brennerberge, Blatt 31/3, 1:50.000 oder Kompass Blatt 44, Sterzing, Ratschings, Ridnaun, Pfitsch, 1: 50.000. Die Karten sind erhältlich n unserem Karten-Shop.

Autor:

Bernhard Ziegler

© Tourentipp.com 2026