Zwerchloch (1030 m)

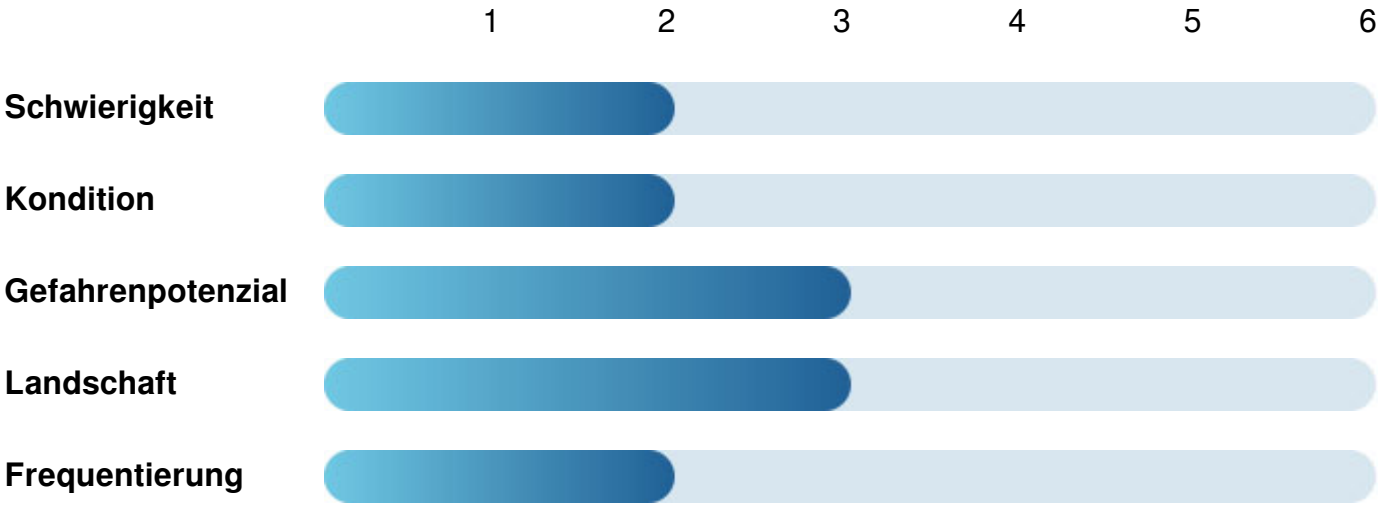
Bergtour | Karwendel

250 Hm | insg. 04:45 Std. | Schwierigkeit (2 von 6)



Es muss nicht zwingend ein Gipfel sein, um von der Schönheit der Natur in den Bergen gefangen zu sein. Das beste Beispiel hierfür ist eine Wanderung ins Zwerchloch, ein Seitenarm des Vomper Lochs im südlichen Karwendelgebirge. Ein schmaler Weg führt an bewaldeten, teils abschüssigen Bergflanken entlang. Die Tour ist geprägt vom rauen Charakter der Landschaft und von einer Besonderheit, dem Rastplatz an der Stupbachquelle mit dem angeblich heilkräftigen Wasser.

© Tourentipp.com 2026



Anfahrt: Auf der Inntalautobahn bis Vomp, dann über Vomp und Vomperberg bis Parkplatz Karwendelrast.

Ausgangspunkt: Gasthof Karwendelrast (850 m) im Vomperberg bei Vomp im Inntal

Route: Zunächst geht man auf einer breiten, fast ebenen Schotterstraße dahin, bis nach gut 20 Minuten links zwischen den Bäumen eine Holztafel mit der Aufschrift „Ferdinand-Kogler-Steig“ hängt. Man kommt an der Stupbachquelle vorbei mit einem auffallend gemütlich ausgestatteten Wander-Rastplatz (siehe auch unter „Hinweis“). Dahinter geht’s steiler einen Hang hinauf und man wandert an einer beschilderten Abzweigung vorbei, von der aus der Anstieg zum Hochnissl möglich ist. Im Folgenden passiert man einen weiteren Graben, durch den munter das Wasser plätschert, kommt bei der Melansalm an einer Wildfütterungsstelle vorbei und schließlich steht man im Nasstal an einem kleinen Wasserfall. Eine erste Seil versicherte Stelle führt hierher. Der Pfad leitet danach weiter in stetem Auf und Ab durch eine einsame und wilde Landschaft. Manchmal ist aus der Schlucht das Rauschen des Vomperbachs zu hören. Nach 2 ½ Stunden erreicht man das Zwerchloch mit einer alten Jagdhütte. Der Holztisch auf der Veranda sowie die Brücke weiter unten am Zwerchbach bieten sich als Brotzeitplatz an.

Abstieg: Der Rückweg erfolgt auf demselben Pfad.

Alternative: Es ist auch ein Rundweg möglich, der im weiteren Verlauf zunächst spannend ist, der dann aber an Attraktivität einbüßt und sich am Ende sehr in die Länge zieht. Dazu überquert man den Zwerchbach und überwindet auf der anderen Seite die „Katzenleiter“, eine steile, exponierte Felspassage. Dieser Abschnitt ist Klettersteig-ähnlich gesichert mit einigen Trittbügeln. Eine knappe Stunde später zweigt der Pfad, leicht zu übersehen, nach links ab - direkt an einem Wegweiser! Man überquert den Vomperbach und geht auf der anderen Seite meist ausgesetzt den Hang hinauf. Vorsicht, die wenigen Drahtseilsicherungen an ausgesetzten Stellen sind teils nicht mehr gut in Schuss! Über eine Forststraße erreicht man dann – vorbei an der Ganalm (1190 m) - bewohntes Gebiet. Dort geht es zweimal vor Almwiesen links, dann folgt man den Wegweisern Richtung Karwendelrast zurück zum Ausgangspunkt. Dabei überquert man kurz vor Schluss noch einmal den Vomper Bach. Dieser Rückweg ist nur etwas für Geübte und dauert rund 5 Stunden!

Charakter: Mittelschwere Bergwanderung. Einsame Tour auf schmalen Pfaden, die faszinierende

© Tourentipp.com 2026

Einblicke ins Vomper Loch gewährt. Weil der Weg meist an abschüssigen Berghängen entlangführt, sind Trittsicherheit und etwas Schwindelfreiheit nötig, für Kinder ungeeignet. Besonders schön ist die Tour im Herbst, wenn das Laub seine Farbenpracht entfaltet und die Lärchen golden schimmern. Die als „Alternative“ angegebene Rundtour über die „Katzenleiter“ ist sehr lang und deutlich anspruchsvoller.

Gehezeit: Aufstieg: 2 ½ Std. Abstieg: 2 ¼ Std.;
Der Rückweg über Katzenleiter und Ganalm, der als „Alternative“ angegeben ist, dauert rund 5 Stunden. Achtung, in einem Rother-Wanderführer und im Internet kursieren dazu falsche, viel zu kurze Gehzeiten!

Tourdaten: Höhendifferenz: 250 Höhenmeter; Distanz: ca. 6 km (einfach)

Jahreszeit: Mai bis zum Wintereinbruch

Stützpunkt: Auf Tour keine Einkehrmöglichkeit.
1. Am Ausgangspunkt wartet das Gasthaus Karwendelrast, nur an Wochenenden geöffnet, Tel: 0043/5242762251.
2.Jausenstation Ganalm (nur bei dem als Alternative erwähnten Rückweg), im Sommer Getränke und Brotzeiten Tel: 0043/699/11369345

Tipp: Eine knappe halbe Stunde nach Beginn der Wanderung zweigt links der „Ferdinand-Kogler-Steig“ ab. Dieser kurze Wegabschnitt an der Stupbachquelle ist nach dem einheimischen Bergsteiger benannt, der diesen Rastplatz mit großer Leidenschaft und viel Idealismus pflegt. Es wirkt fast so, als würde dort ein Einsiedler leben: Außer zahlreichen Sitzgelegenheiten gibt’s dort eine Toilette mit einer selbst entworfenen Wasserspülung – mit Astgabel, die als „Donnerbalken“ dient. Zudem findet man ein Kneippbecken, mehrere Sonnenschirme – sogar ein Handtuch hängt neben einem kleinen Spiegel am Haken. Ein idealer Rastplatz mit viel Charme und sauberem, sieben Grad kaltem Quellwasser!

Wissenswertes: Das Zwerchloch ist ein Seitenarm des Vomper Lochs. Schon hier gewinnt man einen guten Einblick vom wilden und ursprünglichsten Teil des Karwendelgebirges. Durch den Vomper Bach hat sich eine tiefe Schlucht gebildet. Wer das 15 Kilometer lange Vomper Loch durchwandert, erreicht das Überschalljoch (1912 m) und schließlich die Hallerangeralm und das Hallerangerhaus. Vom Vomper Loch aus sind auch Touren auf Hochnissl und Lamsenspitze möglich.

Karte: Karte: Kompass Nr. 26 Karwendelgebirge, 1:50.00.
Die Karte ist erhältlich in unserem Kompass-Wanderkarten-Shop.

Autor: Manfred Wöll

© Tourentipp.com 2026