Seekofel (2810 m)

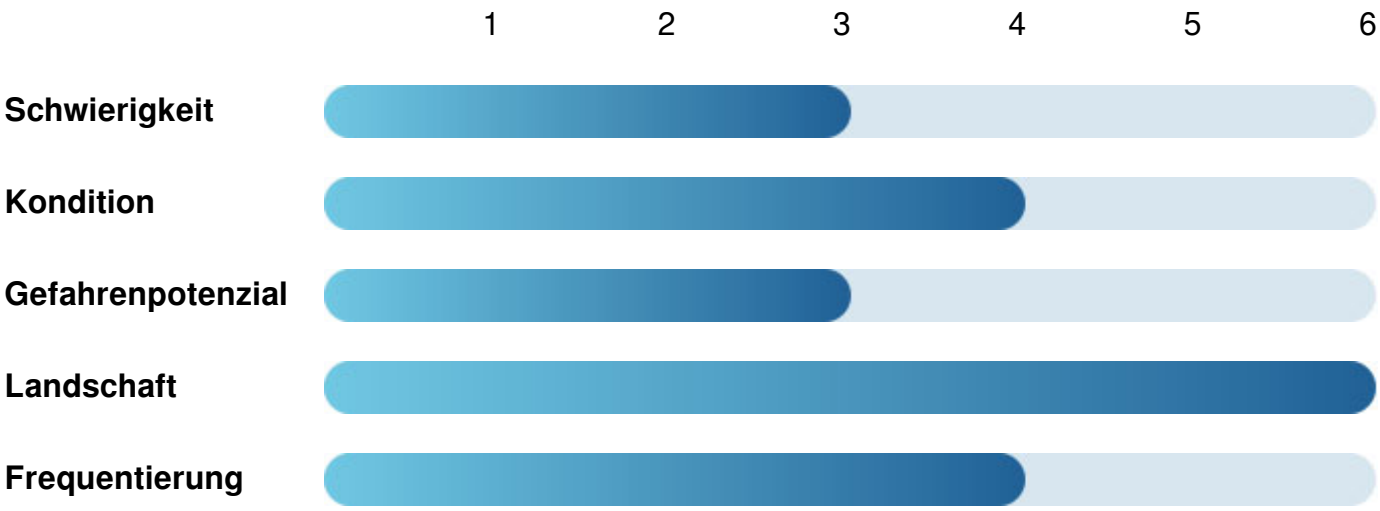
Bergtour | Dolomiten

1500 Hm | insg. 07:30 Std. | Schwierigkeit (3 von 6)



Die Nordroute vom Pragser Wildsee auf den Seekofel gehört mit Sicherheit zu den landschaftlich reizvollsten und abwechslungsreichsten Unternehmungen der Dolomiten. Allein wie das Tourenziel wild, steil und abweisend über dem lieblichen, türkisglänzenden See aufragt, ist schon eine Sensation. Zudem ist der Berg ein Aussichtsgipfel ersten Ranges. Die Tour ist lang, kann aber durch eine Hüttenübernachtung zweigeteilt werden. Sie ist im Rahmen einer Bergwanderung anspruchsvoll, für Geübte jedoch überhaupt kein Problem.

© Tourentipp.com 2026



Anfahrt: Auf der SS49 durch das Pustertal bis zur beschilderten Abzweigung nach Prags (ca. 7 km westlich von Toblach). Auf der Straße bleibend, folgt man der Beschilderung zum Pragser Wildsee. Hier findet man gebührenpflichtige Großparkplätze (5 Euro / Tag – Stand 2015).

Ausgangspunkt: Pragser Wildsee (1496 m)

Route: Man nimmt den breiten Wanderweg am Hotel vorbei, also am rechten, westlichen Ufer (das ist deutlich kürzer als der östliche Weg) und wandert zusammen mit vielen Touristen zum Südende des herrlichen Bergsees. Hier findet man den beschilderten Abzweig zur Seekofelhütte. Auf dem Weg Nr.1 geht es durch ein Schuttkar und Latschengassen empor. Dann weicht die aktuelle Wegführung einer Steilstufe nach links ansteigend aus und quert auf schmalem Steg mit Mini-Drahtseilpassage ins Nabige Loch (1955 m), einer Senke, in der sich der Weg teilt. Man hält sich rechts (Ww. Seekofelhütte, Weg 1) und steigt durch lichten Wald hinauf. Nachdem man das anschließende Flachstück überquert hat, traversiert der Steig die steile, schottrige Flanke. Nun über eine drahtseilgesicherte, einfache Felsstufe hinauf zu einer weiteren Abzweigung zur Rossalm. Die lässt man links liegen und wandert durch das Ofental, an der imposanten Ofenmauer vorbei, hinauf zur Ofenscharte (2380 m) mit dem Marien-Bildstock und beeindruckendem Ausblick. Wer auf der Seekofelhütte (2327 m) übernachtet, wandert jetzt in wenigen Schritten zu ihr hinunter. Wer sofort den Gipfel angehen möchte, steigt über den steilen Südostrücken auf einem schmalen Steig durch Schrofengelände hinauf. Der Anstieg sieht weit schwieriger aus als er in Wirklichkeit ist, wobei die ersten 100 Höhenmeter noch die anspruchsvollsten sind. Nach einer kurzen, einfachen gesicherten Passage (Eisenkette) legt sich das Gelände zurück und man wandert – weiterhin in nordwestlicher Grundrichtung – dem Steig sowie Steinmandln folgend, über die Karstfläche zum höchsten Punkt der breiten Gipfelkuppe, die nach Norden extrem steil abbricht.

Abstieg: 1. Wie Aufstieg.
2. Alternativ kann man auch den Gipfel umrunden und von der Seekofelhütte aus die Südseite vom Seekofel sowie der Senneskarspitze queren. Dann geht es über die Seitenbachscharte und das Seitenbachtal auf die Nordseite des Massivs und über das Grünwaldtal mit der Grünwaldhütte zurück zum See. Ca. 1,5 Stunden plus!

Alternative: Über die Südroute, von Ra Stua. Eine Routenbeschreibung finden Sie hier.

© Tourentipp.com 2026

Charakter: Landschaftlich großartige, ungeheuer abwechslungsreiche, jedoch lange, anspruchsvolle Bergwanderung, bei der Trittsicherheit erforderlich ist. Die im Rahmen einer Bergwanderung anspruchsvollen Passagen sind jedoch für geübte Bergsteiger ganz locker zu bewältigen, denn es sind nur kurze, ganz einfache und zudem teilweise gesicherte Felspassagen. Der Gipfelanstieg über den Nordwestrücken ist steiles Schrofengelände, aber lange nicht so steil und ausgesetzt wie es von unten wirkt. Überwiegend findet man auch hier einen guten Steig. Als Tagesunternehmung konditionell ziemlich fordernd, daher empfehlen wir durch eine Hüttenübernachtung eine Zweitagestour daraus zu machen.

Gehezeit: Aufstieg: insgesamt 4 bis 4,5 Stunden (davon 3 Stunden bis zur Ofenscharte, bzw. Seekofelhütte); Abstieg: 3 bis 3,5 Stunden

Tourdaten: Höhendifferenz: 1500 Höhenmeter inkl. Gegenanstiege, Distanz: knapp 8 km (einfach)

Jahreszeit: Mitte Juni bis zum Wintereinbruch

Stützpunkt: Seekofelhütte (Rifugio Biella – 2327 m), 40 Übernachtungsplätze (einfache Lager), geöffnet von Mitte Juni bis Anfang Oktober, Telefon: +39/0436/866991.

Karte: Kompass Wanderkarte, Blatt 57, Bruneck / Toblach 1:50.000.
Erhältlich in unserem Kompass-Wanderkarten-Shop.

Autor: Bernhard Ziegler

© Tourentipp.com 2026