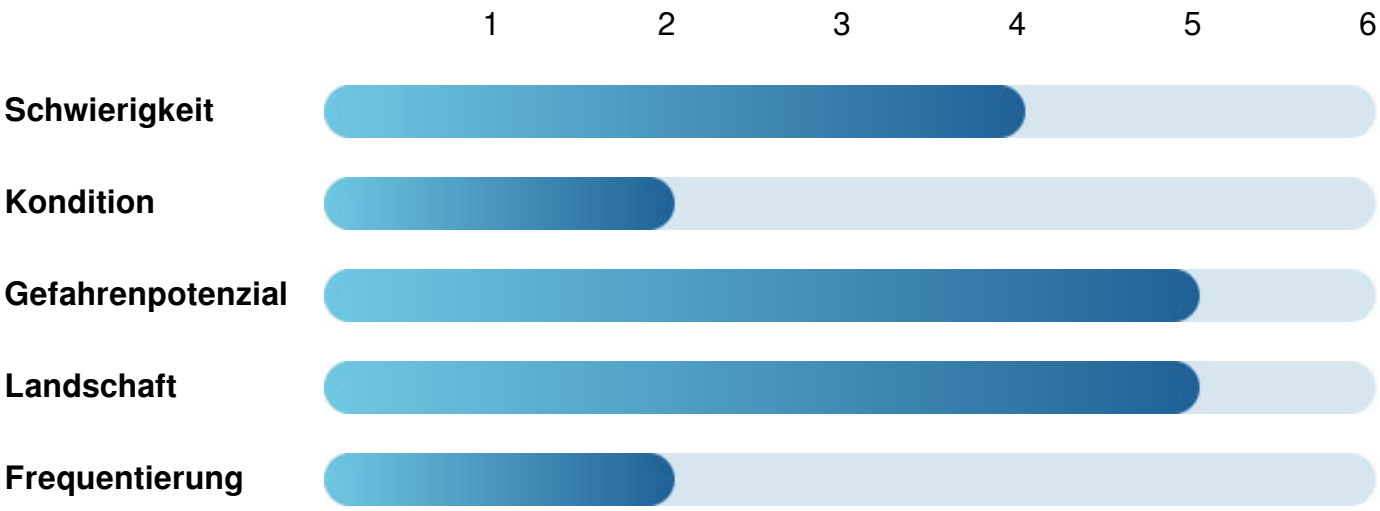
Graseck - Sonnenspitz (1269 m)

Bergtour | Bayerische Voralpen

750 Hm | insg. 03:30 Std. | Schwierigkeit (4 von 6)

Der Aufstieg über den aufgelassenen Steig entlang des schmalen Graseckkamms zur Sonnenspitz hat schon ein wenig Abenteuercharakter. Der teilweise undeutlich erkennbare Pfad ist weder beschildert noch markiert und an einer ausgesetzten Passage auch nicht ungefährlich. Auf jeden Fall eine Route abseits des sonst so üblichen Mainstreams rund um den Kochelsee.

© Tourentipp.com 2026



Sponsoring:

Anfahrt:

Autobahn A 95 bis zur Ausfahrt Murnau / Kochel. Weiter auf der St 2062 nach Kochel am See. Durch den Ort in Richtung Innsbruck bis links die Firma Dorst auftaucht. Gegenüber der Firma befindet sich ein Wanderparkplatz.
Öffentliche Verkehrsmittel: mit der Bahn bis Kochel, dann mit dem Bus Linie 9608 bis zur Haltestelle Fa. Dorst.
Navi-Adresse: D-82431 Kochel am See, Mittenwalder Str. 61

Ausgangspunkt:

Wanderparkplatz (603 m) gegenüber der Firma Dorst am Kochelsee

Route:

Am südlichen Ende des Firmenparkplatzes der Fa. Dorst beginnt ein Karrenweg, dem man gut 10 Minuten aufwärts folgt. Bei zwei roten Punkten an zwei Bäumen zieht nach rechts ein Weg zum Brandstein hin (Sportkletterfelsen). An diesem geht es linkshaltend vorbei und anschließend in einem Rechtsbogen bergan; ein geradeaus weiterführender Pfad mit einem Schild „Nach Kochel“ wird

© Tourentipp.com 2026

ignoriert. Auf einem nunmehr schmalen Weg überwindet man in Folge dreimal einen Bachlauf und steigt anschließend steil über Stock und Stein im Bergwald höher. Man erreicht eine flache Senke mit einer Windbruchzone. Der weitere Verlauf des Anstiegs nach links aufwärts ist anfangs undeutlich (auf Trittspuren achten), doch bald kommt man wieder auf einen Pfad, der zu einer bereits sichtbaren, schrofigen Felswand emporführt. An dieser Wand geht es dann rechts vorbei und in einem Bogen hinauf zu einem freien Aussichtsbalkon. Der Pfad leitet jetzt in Kehren durch einen lichtdurchfluteten, breiten Waldrücken höher, der sich später zu einem Kamm verschmälert. Es geht kurz bergab, dann folgt auf Weg- und Trittspuren immer stur dem Kammverlauf weiter empor, bis zum Gipfel des Grasecks (alle nach rechts abzweigende Pfade und Trittspuren werden ignoriert). Vom Gipfel aus steigt man wenige Meter hinab und balanciert danach über einen schmalen, exponierten Grat zu einem Felsturm hinüber. Ausgesetzt wird dieser links umgangen und danach geht es im Wald kurzzeitig bergab und anschließend auf einem guten Weg wieder bergan zum Punkt 1281 m, wo man auf einen Wegweiser trifft. In wenigen Minuten erreicht man dann den Gipfel der Sonnenspitz.

Abstieg:

Auf dem markierten „Normalweg“ steigt man nach Norden durch den Wald hinab bis zu einem Wegweiser, der nach rechts (Osten) zur Forststraße weist. Diesem folgt man aber nicht, sondern steigt in nordwestlicher Richtung (unbeschildert) weiter durch den Wald bergab. Der Weg zieht sehr steil in Kehren hinunter in einen Sattel mit einer hohen Felswand (Kienstein). Hier hält man sich rechts und folgt dem Weg hinab zu einem ebenen Platz und zur Forststraße hin. Man bleibt etwa 25 m auf der Forststraße, dann geht es nach links auf einem unbeschilderten, aber mit roten Punkten markierten Wanderweg weiter. Nachdem man abermals auf die Forststraße trifft, folgt man dieser nur kurz nach links zu einem Gr. Schilderbaum. Hier hält man sich rechts Richtung Kochel, überquert eine Brücke und geht nach links auf einer Forststraße weiter bis man die ersten Häuser von Kochel sieht. Direkt in der Kurve geht es geradeaus auf einem schmalen Weg weiter. Oberhalb der tiefen Schlucht des Lainbaches zieht der Weg hinab und nach einer weiteren Brücke geht’s nach rechts zum Ausgangspunkt zurück.

Alternative:

Zum Graseck kann man auch von der Kesselbergstraße, also von Südwesten her aufsteigen. Infos unter Graseck-Südwestroute.

Charakter:

Anspruchsvolle Bergwanderung mit kurzen Stellen einer leichten alpinen Bergtour (S4). Panoramareiche Rundtour auf schmalen Pfaden und Steigen abseits des üblichen Mainstreams. Die Route ist weder beschildert noch markiert. Nur am Anfang und im Bereich der Sonnenspitz findet man dezente Markierungen. Eine exponierte Passage unmittelbar nach dem Graseckgipfel erfordert erhöhte Vorsicht. Ein Stolpern kann hier zum Absturz führen! Der überwiegende Teil der Route ist technisch nicht allzu schwer, verlangt aber dennoch einen absolut trittsicheren Bergsteiger, der auch ein Auge fürs

Gelände hat. Bei Nässe oder schlechter Sicht ist diese Route gefährlich und unbedingt zu meiden.

Gehezeit:

Insgesamt: 3:30 Stunden; Aufstieg ca. 2 Stunden, Abstieg ca. 1:30 Stunden

Tourdaten:

Höhendifferenz: Aufstieg ca. 750 Höhenmeter, Distanz: ca. 3,2 km Gesamte Runde Distanz: ca. 5,7 km

Jahreszeit:

Mai bis November

Karte:

Alpenvereinskarte Bayerische Alpen, Blatt BY11, Isarwinkel, Benediktenwand, 1:25.000. Erhältlich in unserem AV-Karten-Shop.

Autor:

Doris & Thomas Neumayr

© Tourentipp.com 2026