Fockenstein (1564 m)

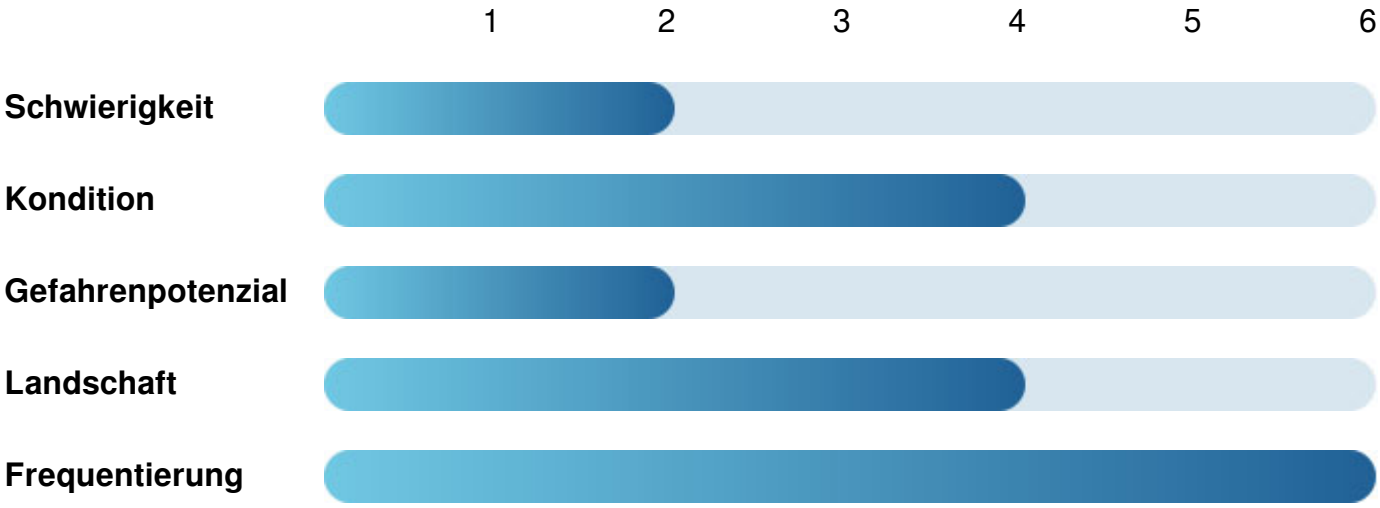
Bergtour | Bayerische Voralpen

800 Hm | insg. 05:10 Std. | Schwierigkeit (2 von 6)



Der Fockenstein mit seiner Einkehrmöglichkeit auf der Aueralm inmitten einer bayerischen Bilderbuchlandschaft gehört zu den beliebtesten Bergwanderungen am Tegernsee. Während die meisten Tourenbeschreibungen den Standard-Aufstieg durch das Zeiselbachtal empfehlen, bevorzugen wir die viel abwechslungsreichere und ruhigere Route über einen vorgelagerten Höhenrücken. Wer ein Minimum an Trittsicherheit mitbringt, steigt dann über den Ostgrat zum Kreuz hinauf, wo man eine großartige Aussicht genießen darf, ehe man den Gipfel überschreitet, um eine Runde zu machen. Die Tour ist nicht schwer, zieht sich aber trotz der überschaubaren Zahl an Höhenmetern ganz schön in die Länge.

© Tourentipp.com 2026



Anfahrt: Von Norden über die A8 München-Salzburg bis Holzkirchen und auf B318 zum Tegernsee. Bei Gmund rechts auf die B318 Richtung Achenpass bis Bad Wiessee. Am südlichen Ortsende von Bad Wiessee biegt man rechts Richtung Sonnenbichl ab und fährt die zweite Möglichkeit wieder rechts in die Söllbachtalstraße. Bei der Gabelung geradeaus weiter in den Sonnenbichlweg und am Hotel vorbei zum gebührenpflichtigen Wanderparkplatz (5 Euro / Tag - Stand 2020).
Navi-Adresse: D-83707 Bad Wiessee, Sonnenbichlweg 1

Ausgangspunkt: Bad Wiessee, Wanderparkplatz "Am Sonnenbichl" (835 m)

Route: Die Standard-Route (siehe Beschilderung am Ausgangspunkt) führt vom Parkplatz "Am Sonnenbichl" über einen Forstweg durch das Zeiselbachtal hinauf zur Aueralm. Das ist etwas eintönig und das spart man sich besser für den Abstieg auf, wenn die Füße schon müde sind. Für die unbeschilderte Variante über die Skipiste muss man nur den Einstieg finden. Gleich am Beginn des Parkplatzes (gegenüber vom Parkautomat) findet man bergseitig einen Trampelpfad, der einen an einem Hütterl im Wald vorbei (hier gibt es zwei Möglichkeiten – beide sind zielführend) zu einem holprigen Forstweg führt. Auf ihm nach rechts und über eine Linkskehre ins freie Gelände der Skipiste. Hier steil auf dem Weg nach oben, dann quert die Trasse nach links und führt am Waldrand zur Bergstation des Lifts, wo der Weg in den Wald zielt. Nun immer auf dem nunmehr markierten Weg über den Höhenrücken – meist auf breitem Weg, aber auch auf schmalem Pfad – durch den Wald und in Auf und Ab zur idyllischen Wachselmoosalm (1185 m). Die Grundrichtung beibehaltend überquert man die Almfläche und wandert mit etwas Höhenverlust zu einer beschilderten Abzweigung. Hier mündet die Söllberg-Route ein. (Die nehmen in der Regel die Mountainbiker.) Geradewegs wandert man nun weiter zur Aueralm. 600 m nach der Alm kommt man an eine beschilderte Abzweigung. Nun hat man die Wahl, ob man über den Ostgrat oder über die Neuhütten-Alm (einfacher, weniger steil aber deutlich weiter) aufsteigt. Um eine Runde mit Überschreitung zu machen, zweigt man hier rechts ab und folgt den Trittspuren zum bewaldeten Bergfuß. Ein Irrläufer zielt geradeaus; man hält sich aber an die ausdrücklich beschilderte Route nach links und steigt zu Beginn sehr steil über einen ziemlich holprigen Waldpfad empor. Doch schon bald wird es flacher und man wandert gemütlich über den Kamm zum Gipfelaufbau, wo es ein paar Meter durch einfache Schrofen zum Gipfel geht.

Abstieg: Man überschreitet den Gipfel und steigt auf einem Steig nach links zu einer bizarren Felsformation ab. Hier muss man über eine ganz leichte Felsstufe hinunterkraxeln und folgt dem nach Westen eindrehenden Weg bis zu einer Verzweigung. Hier links über einen breiten Wanderweg in einen

© Tourentipp.com 2026

Sattel und hier nach links (Richtung Bad Wiessee), an der Neuhüttenalm (1329 m) vorbei, zurück zur Aueralm. Etwa 300 m nach der Hütte verlässt man die Anstiegsroute nach links (Ww. Sonnenbichl Zeiselbachtal) und wandert über die Forststraße zu einer Abzweigung. Hier rechts – zunächst steil hinunter – durchs lange Zeiselbachtal zurück zum Ausgangspunkt.

Bike: Sehr beliebt als Bike & Hike-Tour, da ein Großteil mit dem MTB zurückgelegt werden kann. Dazu startet man aber ein Stück weiter unten. Der Ausgangspunkt für die Radlfahrer liegt also bereits unterhalb des Gasthofs Sonnenbichl an einer Weggabelung (Wegweiser Söllbachtal). Dann MTB-Auffahrt zur Aueralm und auf der Almstraße an der Neuhüttenalm vorbei bis in den Sattel. Kräftige Biker können sogar noch ein Stück weiter in die Pedale treten, ehe sie den Rest zu Fuß zurücklegen.

Charakter: Über den Ostgrat durchaus eine mittelschwere Bergwanderung (S2), die ein Minimum an Trittsicherheit verlangt. Einfacher, aber auch noch weiter ist die Route über die Neuhüttenalm, die wir als Abstieg empfehlen. Die Länge der Tour ist nicht zu unterschätzen, denn knapp 800 Hm sehen auf dem Papier zunächst wenig aus, ziehen sich aber über fast 15 km Länge! Die Tour bietet auf dieser Route (über den Höhenrücken als Rundtour mit Überschreitung) recht unterschiedliche landschaftliche Eindrücke, was die Sache interessant macht. Wegen der so idyllisch gelegenen Einkehrmöglichkeit an der Aueralm erfreut sich diese Bergwanderung bei fast allen Altersgruppen großer Beliebtheit.

Gehezeit: Aufstieg 2,5 bis 3 Stunden; Abstieg: 2 bis 2,5 Stunden

Tourdaten: Höhendifferenz: inklusive kleiner Gegenanstiege fast 800 Höhenmeter; Distanz: 14,5 km (gesamte Rundtour)

Jahreszeit: Mitte Mai bis zum Wintereinbruch

Stützpunkt: Aueralm (1260 m / privat), Montag Ruhetag, ansonsten ganzjährig geöffnet. Keine Übernachtungsmöglichkeit. Telefon: +49/8022/83600.

Wissenswertes: Der Sonnenbichl-Hang war früher berühmt. Hier wurden sogar Weltcup-Skirennen ausgetragen (insg. 2 Weltcup-Rennen). Den ersten Slalom im Jahr 1982 gewann der legendäre Schwede Ingemar Stenmark. Den zweiten (1985) gewann Marc Girardelli, den zweiten Platz belegte der Deutsch Florian Beck, Dritter wurde Stenmark. Der Schwede fühlte sich in Bad Wiessee so wohl, dass er die Vorbereitung für eine Weltmeisterschaft dort absolvierte. Der Sonnenbichlhang wurde eigens für sein Training präpariert. In den 60er Jahren traf sich die Skielite zu den sog. Nachtskirennen am Sonnenbichl.

Karte: "Tegernsee / Schliersee" des Bayerischen Landesvermessungsamtes, 1:50 000. Zum Karten-Shop...

Autor: Bernhard Ziegler

© Tourentipp.com 2026