Alpspitze (2628 m)

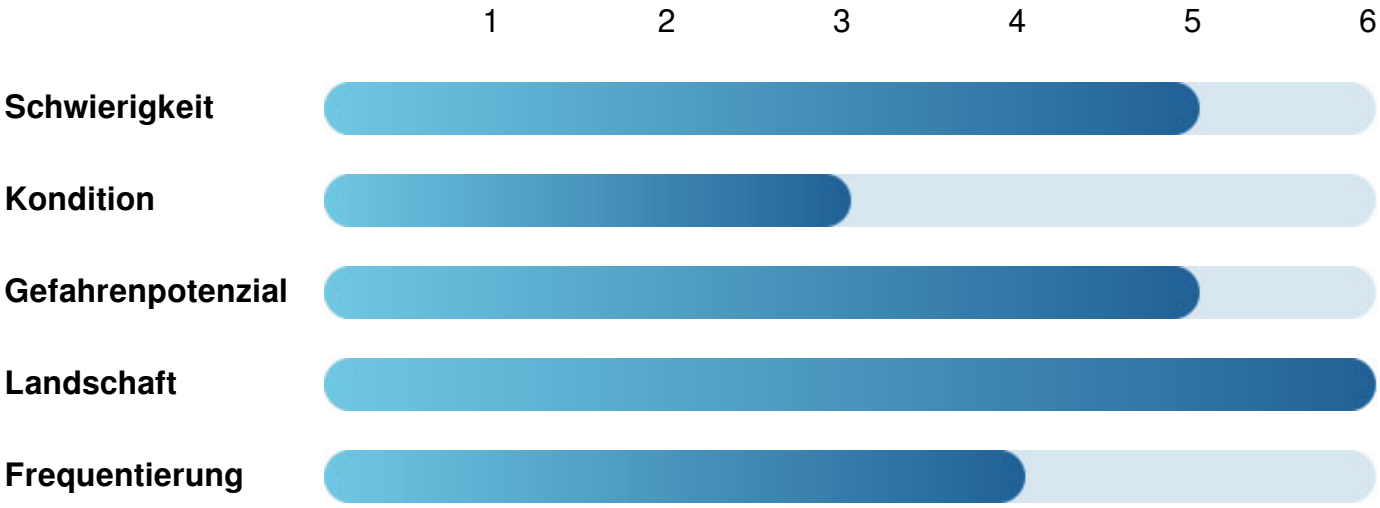
Skitour | Wetterstein

1120 Hm | insg. 03:30 Std. | Schwierigkeit (5 von 6)



Die formschöne Alpspitze oberhalb von Garmisch-Partenkirchen ist eine absolute Paradetour, die bei jedem ambitionierten Skibergsteiger ganz weit oben auf der Wunschliste steht. Der Aufstieg über den Südostgrat zum Gipfel ist ausgesetzt und kann je nach Schneelage oder Vereisung heikel sein. Die Abfahrt vom Gipfel über die eindrucksvolle Ostflanke ist dann bei guten Schneeverhältnissen ein echtes Schmankerl für Könner.

© Tourentipp.com 2026



Anfahrt: Von Norden über die A95 und B2 nach Garmisch-Partenkirchen. Nach dem Farchanter Tunnel rechts auf die B23 Richtung Reutte zum Ortsteil Garmisch. Nach der Kaserne dann links (Beschilderung Alpspitzbahn / Kreuzeck) in die Kreuzeckbahnstraße und hier zum Großparkplatz an der Talstation der Alpspitzbahn.
Navi-Adresse: D-82467 Garmisch-Partenkirchen, Am Kreuzeckbahnhof 1

Ausgangspunkt: Bergstation der Alpspitz- Seilbahn am Osterfelderkopf (2020 m). Die Tourenkarte (20 €, Stand 2018) beinhaltet die Auffahrt mit der Alpspitz Seilbahn und dem Bernadeienlift am Ende der Tour. Betriebsbeginn: 8:30 Uhr.

Route: 1. Der klassische Aufstieg beginnt zuerst mit einer Abfahrt auf der Skipiste bis ca. 100 m vor der Talstation des Bernadein-Schlepplifts. Bei einem Hinweisschild „Stuiben, Alpspitze“ (das Schild steht aber nicht immer) folgt man einen schmalen Weg durch den Wald in südöstlicher Richtung. Man passiert ein großes DAV Hinweisschild, welches über den naturverträglichen Routenverlauf informiert. Man bleibt weiterhin auf dem Weg zum „Stuiben“, bis man auf ein Tälchen trifft, welches parallel zur Stuibenwand herunterzieht. Diesem folgt man nach Süden bis auf ca. 1600 m hinauf. Dann geht es nach Westen über das offene und kupierte Gelände empor bis zu einer Steilstufe oberhalb des Stuiben Sees. Dort wendet man sich nach rechts (Norden) und folgt einer kleinen Mulde bis zum Ende. Hier überwindet man dann die Steilstufe an der schwächsten Stelle. Unterhalb des Bernadeinkopfes (2143 m) spurt man ins Oberkar und im Linksbogen ansteigend erreicht man die Schulter am Beginn des Südostgrates. Über den anfangs schmalen, teils felsigen Grat trägt man die Ski hinauf. Dieser Grat verbreitert sich aber bald und verläuft sich im Gipfelhang, über den dann das Kreuz erreicht wird.
2. **Aufstieg über die Schöngänge:** Von der Bergstation schwingt man zuerst kurz auf der Piste hinunter, bis man unmittelbar nach einem Felsdurchbruch oberhalb der Piste zu den Bernadeinwänden hinüberqueren kann. Hier fellt man an und steigt den Nordhang zu den „Schöngänge“ hinauf. Dieser Hang steilt sich aber bald so stark auf, dass man die Skier auf den Rucksack schnallen muss, um weiter zu Fuß empor zu klettern. Über teilweise exponierte Steilstufen (Drahtseile sind oft eingeschneit) erreicht man ein Schneeband. Über dieses gelangt man linkshaltend zu einer Scharte unterhalb des Bernadeinkopfes. Danach wie oben beschrieben weiter ins Oberkar.

Anfahrt: Direkt vom Gipfel aus über die nach unten steiler werdende Ostflanke ins Oberkar hinab. Anschließend wie vom Aufstieg her bekannt hinunter zur Talstation des Bernadein-Schlepplifts. Mit dem Schlepplift hinauf und anschließend auf der Piste über das Kreuzeck zur Talstation hinunter.

© Tourentipp.com 2026

Charakter: Je nach Route schwierige (S5) bis sehr schwierige Skitour (S6), eine Unternehmung nur für erfahrene Winterbergsteiger. Das Wahrzeichen von Garmisch-Partenkirchen ist ein beliebtes, aber anspruchsvolles Ziel für den erfahrenen Skibergsteiger und wird in der Regel als Tagestour mit Seilbahnunterstützung durchgeführt. Der späte Betriebsbeginn der Bahn kann bei warmer Witterung zum Problem werden, da die Abfahrt rein ostseitig ist. Die kürzere Aufstiegsvariante über die extrem steilen „Schöngänge“ sowie die Gratpassage am Gipfelaufbau sind ausgesetzt und müssen zu Fuß bewältigt werden. Erfahrung im Winterbergsteigen sind daher unbedingt erforderlich. Bei Hartschnee oder Vereisung sind Steigeisen und ein Eispickel notwendig. Der klassische Aufstieg bis zur Schulter am Südostgrat stellt keine besonderen Anforderungen dar und lohnt auch ohne Gipfelbesteigung. Die Abfahrt vom Gipfel weg sollten nur sehr gute Skifahrer bei besten Bedingungen wagen. Die felsdurchsetzte Passage ins Oberkar ist über 40° steil.

Lawinengefahr: Hoch (Gipfelflanke)

Exposition: Ost

Aufstiegszeit: 1. Über die klassische Route: ca. 3 bis 3,5 Stunden.
2. Über die „Schöngänge“: ca. 2 bis 2,5 Stunden

Tourdaten: 1. Über die klassische Route von der Talstation des Bernadeinliftes: ca. 1.150 Höhenmeter, ca. 4 km.
2. Anstieg über die „Schöngänge“: ca. 750 Höhenmeter, ca. 1,6 km.
Die Gesamtabfahrtshöhenmeter belaufen sich auf ca. 2750 m!

Jahreszeit: Februar bis April (Seilbahnbetrieb bis Ostern)

Stützpunkt: Auf der Tour keiner.

Ausrüstung: Bei ungünstigen Verhältnissen sind Steigeisen und Pickel definitiv hilfreich.

Karte: AV-Karte Bayerische Alpen BY8 - Wettersteingebirge, Zugspitze, 1:25.000. Erhältlich in unserem AV-Karten-Shop.

Autor: Doris & Thomas Neumayr

© Tourentipp.com 2026