Soiernspitze (2257 m)

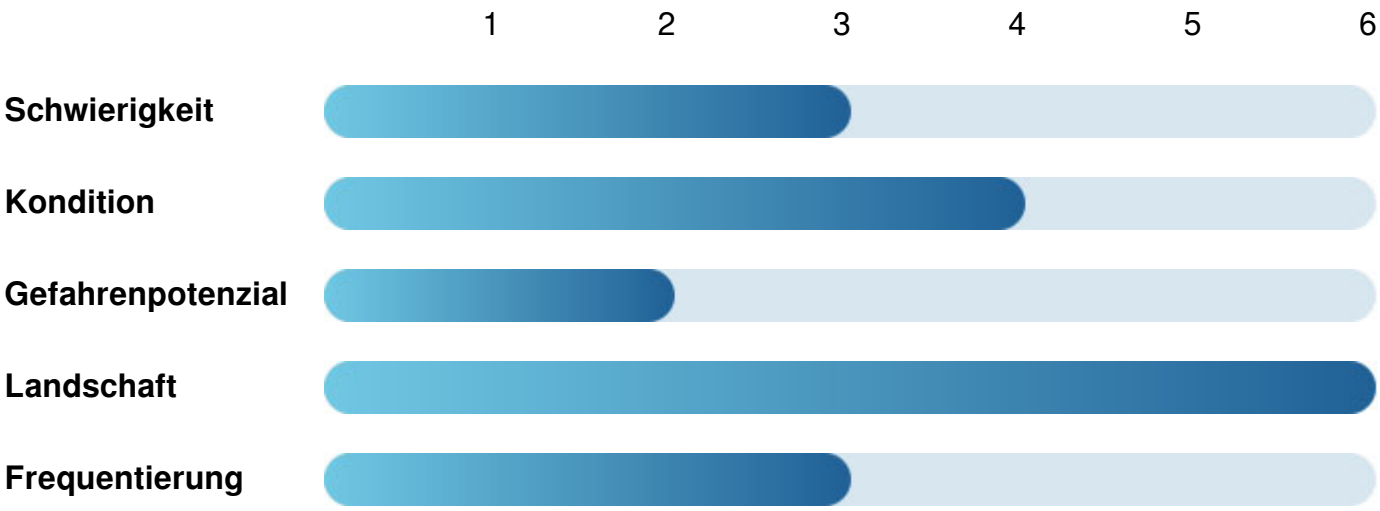
Bergtour | Karwendel

1400 Hm | insg. 06:00 Std. | Schwierigkeit (3 von 6)



Die Soiernspitze gehört zu den absoluten Karwendel-Klassikern. Die eigentümliche horizontale Gesteinsschichtung ihrer Nordseite ist ihr Markenzeichen. Nicht nur aus dem Blickwinkel unzähliger Gipfel, sondern schon vom Flachland aus, ist sie daran zu erkennen. Der Reiz dieser langen Bike & Hike Tour ist das harmonische Nebeneinander von hochalpinen Eindrücken und lieblichem Almgelände.

© Tourentipp.com 2026



Anfahrt: Von Norden über die Garmischer Autobahn A95 bis zum Autobahnende und nach Garmisch-Partenkirchen. Dann auf der B2 Richtung Mittenwald. Direkt vor der Seinsbachbrücke (gegenüber vom Campingplatz) biegt man links ab und fährt kurz bergauf bis zum Parkplatz bei der Seinsalm.
Navi-Adresse: D-82481 Mittenwald, Seinsbach 2
Öffentliche Verkehrsmittel: Zugverbindung bis Garmisch, Busverbindungen Richtung Mittenwald vorhanden.

Ausgangspunkt: Parkplatz bei der Seinsalm (Ausgangshöhe 900 m) bei Mittenwald

Route: Auffahrt: Vom Parkplatz aus hält man sich östlich und radelt auf der beschilderten Forststraße in Richtung „Vereiner Alm 350“ (auch Ferein-Alm geschrieben). Bald nach dem Start zieht die Forststraße im Bergwald kräftig an und man gewinnt schnell an Höhe. Beim ersten Flachstück bleibt der Wald zurück und gibt die Sicht auf das Wettersteingebirge frei. Zügig steil geht es weiter mit nur kleinen Erholungsstückchen dazwischen. Am Schluss der Auffahrt rollt man kurz bergab durch herrliche Almböden bis zu einer kleinen Ansiedlung von Hütten (1407 m). Dort kann man das Rad deponieren.
Aufstieg: Am Schilderbaum vor der Vereiner Alm (Soiernspitze 361) folgt man zunächst Trittspuren nordwestwärts über wellige Almböden auf einen dichten Latschengürtel zu. Dort wird der Weg deutlich und ausgeprägt. Über Stock und Stein steigt man hinauf zu einem kleinen Übergang, dem “Jöchl“ (1800 m). Auf dem „Jöchl“ wendet man sich nach links. Ein sehr schmaler Pfad führt über schrofige steile Wiesen zuerst rechts von einem Kamm höher. Bald aber zieht der Steig nach links über niedrige Felsstufen mit Geröllauflage. Dann bleibt man immer in Kammnähe und steigt manchmal etwas mühsam auf steinig-splitterigem Untergrund bergan (einige Steinmänner als Markierung). Der Weg zieht sich in die Länge - erst weit oben zeigt sich das Gipfelkreuz in der Ferne. Dort angelangt, ist die Rundschau dann überwältigend

Abstieg: Wie Aufstieg, bzw. wie Auffahrt

Charakter: Die Tour auf die Soiernspitze ist eine prädestinierte Bike & Hike Tour. Denn die 7 km lange Forststraße zur Vereiner Alm lässt sich ideal mit einem MTB zurücklegen. Die mittelschwere Auffahrt ist teilweise fordernd, da es kaum Erholungsstücke gibt. Der Gipfelanstieg ist eine mittelschwere Bergwanderung und erfordert alpine Erfahrung, Trittsicherheit und Orientierungssinn. Ein oft schmaler Pfad führt über schrofendurchsetzte Wiesen und teilweise lockeren Plattenkalk mit Geröllauflage. Die Wegführung ist stellenweise erst auf den zweiten Blick zu erkennen, da nur spärlich markiert (manchmal

© Tourentipp.com 2026

Steinmänner). Bei aufkommenden Nebel oder Gewitter sollte man die Tour rechtzeitig abbrechen. Da die Route südseitig exponiert ist, ist ein sehr früher Start im Hochsommer empfehlenswert.

Gehezeit: Gesamtzeit der Tour (Auf und Ab) 5:30 bis 6 Stunden.
Davon Bike: Auffahrzeit bis Vereiner Alm: ca. 1:15 Stunden
Hike zum Gipfel: Ab Vereiner Alm ca. 2:30 Stunden; Abstieg zur Vereiner Alm knapp 2 Stunden.

Tourdaten: Höhendifferenz: 1400 Höhenmeter; Distanz: gut 10 km (einfach).
Bike bis zur Vereiner Alm: ca. 550 Höhenmeter; Distanz: 6,9 km
Hike von der Vereiner Alm zum Gipfel: ca. 850 Höhenmeter, Distanz: ca. 3,3 km

Jahreszeit: Juni bis Oktober

Stützpunkt: Die private Hütte Vereiner Alm (1407 m) ist ab ca. Anfang Juni bis ca. Mitte September durchgehend bewirtschaftet. Übernachtungsmöglichkeit nach Anfrage in der Krinner-Kofler-Hütte. Die AV-Selbstversorgerhütte befindet sich gleich hinter der Vereiner Alm, Hüttenwart Telefon: +49/8823/5584, Internet: www.dav-mittenwald.de

Karte: AV Karte Karwendelgebirge Soierngruppe BY10 1:25.000 und Kompass Blatt 26, Karwendelgebirge, 1:50.000. Oder Topographische Karte des Bayer. Landesvermessungsamtes München, Karwendelgebirge – Werdenfelser Land, 1:50.000. Erhältlich in unserem Karten-Shop.

Autor: Doris & Thomas Neumayr

© Tourentipp.com 2026