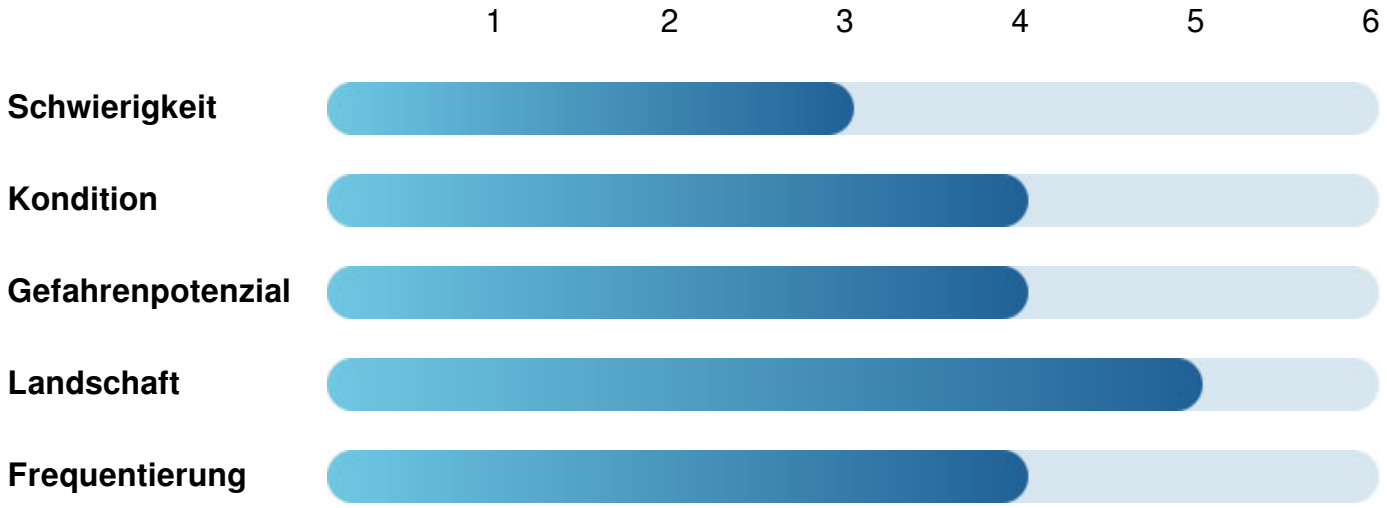
Zwieselbacher Rosskogel (3081 m)

Skihochtour | Stubaier Alpen

1450 Hm | Aufstieg 04:00 Std. | Schwierigkeit (3 von 6)

Diese Skitour im Sellrain ist besonders abwechslungsreich: flache Böden und Steilstufen, Enge und Weite folgen kurz hintereinander. Die landschaftlich beeindruckende Skitour auf diesen Stubaier 3000er bietet aber auch sehr skifreundliches Gelände auf überwiegend mäßig bis mittelsteiler Route. Da die Schwierigkeiten mit der ersten Zwing bei guten Verhältnissen überschaubar sind, gehört sie auch zu den beliebtesten Skitouren der Gegend.

© Tourentipp.com 2025



Anfahrt:

A95 München-Garmisch, Mittenwald, Scharnitz, Zirl, Sellrain, Richtung Kühtai bis Haggen.
Navi-Adresse: A-6184 St. Sigmund im Sellrain, Haggen 8

Ausgangspunkt:

Haggen im Sellrain, Parkplatz beim Gasthof Forellenhof (1650 m)

Route:

Vom Gasthof Haggen nach Südwesten flach hinein ins lawinenbedrohte Kraspestal. Bald ist eine Steilstufe, die sog. erste Zwing, zu bewältigen. Sie führt, je nach Verhältnissen, durch oder über eine steile, enge Bachschlucht und ist bei harschigen Verhältnissen oder wenig Schnee (dann manchmal sogar Blankeisstellen) nicht ganz leicht zu begehen (unbedingt Harscheisen mitnehmen!). Danach geht es flach an einer Jagdhütte vorbei bis zum Talschluss beim Muggenbichl. Hinter dem Muggenbichl dreht die Routen nach links (Südosten) ein und führt durch ein weiteres Tälchen zu einem Steilhang hin. Unter dem westseitigen Steilhang wendet man sich wieder nach rechts (Süden) und steigt durch die zweite Zwing – eine erneute, jedoch weniger steile Engstelle – empor. Oben angelangt, durch flaches Muldengelände, nach Südwesten, oberhalb vom Kraspessee vorbei, bis zu einer Steilstufe (links) – ca. 2750 m. Hier schwenkt man aus dem Becken nach Süden ein und erklimmt die Steilstufe zum Kraspesferner hinauf. Nun wieder flach nach Süden und dann rechts um einen Rücken herum sich nach Westen wendend. Den Kessel unter dem nun sichtbaren Gipfel umgeht man rechts, also an seinem nördlichen Rand, und wandert in einem großen Linksbogen auf den Gipfelaufbau zu. Am rechten Rand der Gipfelflanke empor zum Grat und über diesen – bei guten Verhältnissen mit Ski – bis zum Gipfel.

Anfahrt:

1. Entlang der Aufstiegsspur. Wobei bei absolut sicheren Verhältnissen auch die ca. 40° steile Gipfelflanke abgefahren werden kann.
2. Rassige Variante: manchmal wird Höhe Kraspessee auch eine sehr steile Rinne als Alternative zur zweiten Zwing gewählt. Dazu flach am Kraspessee vorbei nach Westen, bis man stellenweise sehr steil in nördliche Grundrichtung abfahren kann. Kurz unterhalb des Muggenbichl trifft man dann wieder auf die Normalroute. Diese Variante darf nur von guten Skifahrern bei absolut sicheren Verhältnissen befahren werden! Schon beim Aufstieg sollte man sich – soweit einsehbar – ein Bild von den Verhältnissen machen.

Charakter:

Sehr schöne, jedoch auch beliebte, mittelschwere Skitour in hochalpiner Umgebung; landschaftlich und skifahrerisch sehr abwechslungsreich. Abgesehen von der ersten Zwing ist die Route technisch nicht schwierig. Steilstufen und flachere Passagen wechseln sich ab. Die untere Zwing ist allerdings bei Vereisung richtig heikel und bei Hartschnee zumindest unangenehm. Sicheres Gehen ist also in den Steilstufen schon angesagt. Die sehr steile Abfahrtsvariante ist nur etwas für erfahrene Skitourengeher bei besten Verhältnissen.

Lawinengefahr:

mittel (auf dem Normalweg). Das Kraspestal ist nach Neuschnee und Erwärmung lawinenbedroht, außerdem sind die Steilstufen kritisch zu beurteilen. Hohes Gefahrenpotential auf den erwähnten Varianten.

Exposition:

vorwiegend Nord, teilweise West.

Aufstiegszeit:

4 Stunden

Tourdaten:

1450 Höhenmeter; Distanz: 7,5 km

Jahreszeit:

Januar bis Ende April

Karte:

AV-Karte 31/2 (Sellrain)

Autor:

Bernhard Ziegler