

Ammergauer Alpen **Friederspitz (2049 m) und Frieder (2050 m)**

Beliebtes Gipfelduo zwischen Ammerwald und Wetterstein

Der Friederberg wirft einen Doppelgipfel auf, der aus gewissen Perspektiven unverkennbar ist. Der gängigste Weg vom Rotmoos lässt sich gut mit der Route über den Lausbichl kombinieren, wobei hier zwischendrin auch der alte Prinzregentensteig zur Auswahl steht.

▲ ↑ ↓ 1400 Hm | ⌚ 5¼ Std.



normale
Bergwanderausrüstung

Ausgangspunkt: Griesen (822 m), Ortschaft zwischen Garmisch und Ehrwald

Ausgangspunkt: Parkplatz »Ochsenhütte« (805 m) an der B23 zwischen Garmisch und Griesen

Öffentliche Verkehrsmittel: ggf. mit der Außerfernbahn nach Griesen

Gezeiten: Aufstieg zum Frieder 4 Std., Abstecher Friederspitz hin und zurück ¾ Std., Abstieg 2½ Std.

Beste Jahreszeit: Juni bis Oktober

Karten: Alpenvereinskarte 1:25 000, Blatt BY7 »Ammergebirge Ost - Pürschling, Hörnle«

Fremdenverkehrsamt: Tourist Information Garmisch Partenkirchen, Tel. 00 49/88 21/18 07 00

Hütten: keine

Charakter/Schwierigkeiten: Meist gut begehbare Bergwege, die abschnittsweise etwas spärlich ausfallen, jedoch ohne geländebedingte Schwierigkeiten. Trittsicherheit angenehm, daneben vor allem solide Ausdauer. Insgesamt ein gutmütiger Wanderberg, nur bei Nebel sollte man aufpassen, nicht vom Weg abzukommen.





Ammergauer Alpen **Friederspitze (2049 m) und Frieder (2050 m)**

Aufstieg: Vom Wanderparkplatz gleich hinter dem Bahnübergang in Fahrtrichtung Griesen auf der Forststraße mäßig steil durch eine lang gezogene Rechtskurve, bis links ein anderer Fahrweg abzweigt. Diesem folgen (Bezeichnung »Griesen«; Hauptweg »Friederspitze« führt hingegen zur Normalroute) flach gegen NW ins Friedergrieß. Hier am rechten Rand bleiben und auf Pfadspuren durch Strauchwerk bis kurz vor die Ausmündung der Friederlaine. Unmittelbar rechts (!) von einem Felsspalt beginnt unser Bergweg kräftig im Wald anzusteigen. Auf ca. 1200 Metern gabelt er sich. Nun entweder ziemlich steil in der Falllinie des Südhangs

aufwärts oder auf dem »Prinzregentensteig« deutlich nach links und in längerer Querung oberhalb der Friederlaine in den eindrucksvollen Bergkessel hinein. Vor einem größeren Graben knickt diese Route ebenfalls bergwärts ab und beschreibt am vorerst noch bewaldeten, später offeneren Südwesthang des Lausbichls zahlreiche Kehren. Auf knapp 1800 Metern kommen die Varianten wieder zusammen. In eine Hangmulde (Quelle) und links am Gupf des Lausbichls vorbei auf die weitläufigen Matten im Gipfelbereich. Teils etwas undeutliche Spuren leiten schließlich bis zum Gipfelkreuz auf dem Friederspitze (2049 m). Beim Übergang zum weniger frequentierten Frieder (2050 m) beträgt der Höhenverlust in die dazwischen

liegende Kammsenke lediglich rund 80 Höhenmeter. Nach dem Abstecher wieder zurück zum Friederspitze.

Abstieg: Über Wiesenhänge süd- bis südostwärts hinab, anschließend unterhalb des Ostrückens entlang, ein Stück auch auf diesem selbst. Man verlässt den Rücken wieder südseitig, wo sich der Steig in einer Schleife durch Latschengehölz zur Friederalm (1653 m) schlängelt. Rechts haltend abwärts in den Jungwald, später in etlichen Kehren durch dichteren Wald bis zur großen Forststraße am weiten Rotmoossattel (1190 m). Diese führt zuletzt noch rund vier Kilometer bergab zum Parkplatz Ochsenhütte.

Mark Zahel

