

Stubaier Alpen **Lampsenspitze (2876 m)**

7

Von Praxmar zur Pforzheimer Hütte

Die Lampsenspitze ist eine der beliebtesten Sellrainer Skitouren, woran auch Österreichs erster Skitourenlehrpfad Anteil hat. Doch nur wenige Tourengerher fahren nach dem Gipfel ins einsame Gleirschtal ab.

▲ ↑1300/↓700 Hm | ⌚ 5 Std.



normale
Skitourenausrüstung



Talort: Praxmar (1687 m)

Ausgangspunkt: Praxmar (1687 m)

Endpunkt: Pforzheimer Hütte (2310 m)

Anfahrt: Über Kematen ins Sellraintal und in Gries nach Praxmar abbiegen

Öffentliche Verkehrsmittel: Zug bis Innsbruck, vom Hauptbahnhof Busverbindung über Kematen ins Sellraintal/Kühtai

Gehzeiten: Praxmar –

Satteljoch 2¾ Std., Satteljoch – Lampsenspitze 15 Min., Lampsenspitze – Gleirschtal 1 Std., Gleirschtal – Pforzheimer Hütte 1 Std.

Beste Jahreszeit: Mitte Februar bis April

Karte: Alpenvereinskarte 1:25 000, 31/2 »Stubaier Alpen, Sellrain« (mit Skirouten)

Fremdenverkehrsamt: Regionsbüro Kühtai – Sellraintal, Tel. 00 43/52 36/2 24, www.sellraintal.at

Hütte: Pforzheimer Hütte (2310 m), DAV, Mitte Februar bis Ende April, ansonsten offener Winterraum, Tel. 00 43/52 36/5 21, www.alpenverein-pforzheim.de
Charakter/Schwierigkeit: Fast immer bis zum Gipfel gespurt; Aufstieg anfangs durch lichte Arvenwälder. Ab dem Satteljoch einsam. Die Einfahrt ins Gleirschtal ist steil, dann folgen tolle Westhänge und zum Schluss der Gegenanstieg zur Hütte.



Stubaier Alpen **Lampenspitze (2876 m)**

Route: In Praxmar geht man rechts am Schlepplift vorbei und am rechten Rand der Piste zum Beginn der breiten Rodelbahn. Dieser folgt man aber nur ein kurzes Stück, um sie sogleich nach links zu verlassen. Die so gut wie immer vorhandene Spur führt durch lichten Wald nach Westen empor, wobei die Rodelbahn immer wieder gequert wird. Man übersteigt die Waldgrenze und steigt nun etwas steiler auf einen markanten Steinmann zu. Hier meint man schon den Gipfel auszumachen, was sich kurze Zeit später als voreilig herausstellt.

Immer nach Westen ansteigend geht es im freien Gelände entlang eines Rückens und einer langgezogenen, weiten Mulde zum Satteljoch hinauf. Je nachdem ob der Gipfelkamm abgeblasen ist oder nicht, steigt man entweder mit Ski oder zu Fuß nach rechts über den breiten, unschwernen Grat zum Gipfel der Lampenspitze hinauf. Zurück am Satteljoch geht es zunächst recht steil in eine breite Rinne nach Westen hinab. Diese öffnet sich bald und man fährt über einen großen Steilhang zu einem breiten Geländeabsatz hinab. Hier sieht man auf der gegenüberliegenden Talseite auch schon die Pforzheimer Hütte. Man hält

sich etwas links und fährt abermals steiler links eines Rückens zum Talboden des Gleirschtals hinab. Unten angekommen wird noch einmal angefelnt. Man überquert den Talboden und steigt nun immer in westliche Richtung und somit auf die Hütte zuhaltend einen Osthang hinauf und quert zuletzt flach zur Pforzheimer Hütte.

Michael Pröttel



Blick vom Satteljoch ins Gleirschtal