



Die Tuxer Alpen, inmitten der majestätischen Tiroler Bergwelt, sind nicht nur ein Paradies für Naturbegeisterte, sondern auch das Trekking-kreuz bedeutender nationaler und internationaler Weitwanderwege.

Am Rande des Inntales liegt der vom Alpenverein Hall in Tirol ins Leben gerufene Inntaler Höhenweg, eingebettet in schroffe Felsen und wunderschöne Almgebiete mit vielen klaren Bergseen.

Die unberührte Berglandschaft bietet eine einzigartige Kulisse – stets begleitet von traumhaften Blicken ins Inntal, Karwendel, Öztaler Alpen, nach Süden in die Zentralalpen, Stubai- und die Zillertaler Alpen.

Dieser Höhenweg in einer der schönsten Regionen des Alpenraums bietet in sechs Tagen auf meist mittelschweren Etappen alles, was das Herz und die Seele begehren. Dazu tragen nicht zuletzt die sechs bewirtschafteten Hütten bei, die mit ihrer freundlichen und einladenden Atmosphäre und den kulinarischen Köstlichkeiten aus der Region das Wandern noch angenehmer machen und die Mühen und Strapazen schnell vergessen lassen.

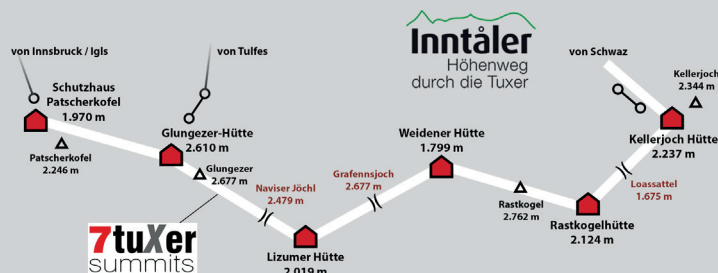
www.inntaler-hoehenweg.com



IN SECHS TAGEN VON INNSBRUCK DURCH DIE TUXER ALPEN IN DIE SILBERSTADT SCHWAZ

Einmal im Leben durch die Tuxer Alpen trekken

für viele ein Traum, den sie sich erfüllen möchten. Eine der schönsten Routen, der Inntaler Höhenweg führt sechs Tage entlang der Höhenlinie 2000 ostwärts über dem Tiroler Inntal von Innsbruck-Igls durch die Tuxer Alpen bis in die Silberstadt Schwaz. Zwischen 1.800m und 2.800m durchzieht er die unberührte Bergwelt der stillen Tuxer Alpen.



1. ETAPPE: ● MITTEL (SAC-T2)

9,7 km - 3 Std. 30 Min. - ↑ 1.648 hm ↓ 45 hm

Innsbruck/Igls → Schutzhaus Patscherkofel → Glungezer-Hütte

Von Innsbruck-Igls mit oder ohne Liftunterstützung zum Schutzhaus Patscherkofel (1.970 m) und über den Zirbenweg und Glungezer Höhenweg durch das Viggartal zur Glungezer-Hütte auf 2.610 m.

2. ETAPPE: ● SCHWER (SAC-T4)

14,8 km - 7 Std. 30 Min. - ↑ 667 hm ↓ 1.258 hm

Glungezer-Hütte → „seven tuXer summits“ → Lizumer Hütte

Von der Glungezer-Hütte auf dem Glungezer-Geier-Weg über die „7 tuXer summits“ zur Lizumer Hütte (2.019 m).
Anmerkung: kann umgangen werden!

3. ETAPPE: ● MITTEL (SAC-T2)

12,3 km - 4 Std. 55 Min. - ↑ 654 hm ↓ 876 hm

Lizumer Hütte → Grafennsjoch → Weidener Hütte

Von der Lizumer Hütte am Zentralalpenweg 02A auf das Grafennsjoch (Krovenzjoch) und über die Grafennsalm zur Weidener Hütte (1.799 m).

4. ETAPPE: ● MITTEL (SAC-T3)

12,5 km - 5 Std. 30 Min. - ↑ 993 hm ↓ 672 hm

Weiderner Hütte → Rastkogel → Rastkogelhütte

Von der Weidener Hütte am Zentralalpenweg 02A über das Nurpensjoch auf den Rastkogel und weiter über das Sidanjoch zur Rastkogelhütte (2.124 m).

5. ETAPPE: ● MITTEL (SAC-T3)

13,8 km - 5 Std. 20 Min. - ↑ 838 hm ↓ 724 hm

Rastkogelhütte → Pfundsalm → Kellerjoch-Hütte

Von der Rastkogelhütte über das Sidanjoch, durch die Pfundsalm, oberhalb von Hochfügen und den Loassattel zur Kellerjoch-Hütte (2.237 m).

6. ETAPPE: ● MITTEL (SAC-T2)

11,2 km - 3 Std. 20 Min. - ↑ 4 hm ↓ 1.696 hm

Kellerjoch-Hütte → Proxenalm → Silberstadt Schwaz

Von der Kellerjoch-Hütte über die Proxenalm nach Petrach und über Zintberg in die Silberstadt Schwaz.

6 TUXER HÜTTEN

Patscherkofel Schutzhaus (1.970 m), **Glungezer-Hütte** (2.610 m), **Lizumer Hütte** (2.019 m), **Weidener Hütte** (1.799 m), **Rastkogelhütte** (2.124 m), **Kellerjoch-Hütte** (2.237 m)

8 TUXER GIPFEL – 8 JÖCHER

Glungezer (2.677 m), **Gamslahnerspitze** (2.681 m), **Kreuzjöchl** (2.575 m), **Kreuzspitze** (2.746 m), **Rosenjoch** (2.796 m), **Grünbergspitze** (2.790 m), **Grafmartspitze** (2.720 m), **Naviser Jöchl** (2.479 m), **Mölsjoch** (2.334 m), **Nördliche Schoberspitze** (2.448 m), **Klammjoch** (2.359 m), **Grafennsjoch** (2.450 m), **Nurpensjoch** (2.525 m), **Rastkogel** (2.762 m), **Sidanjoch** (2.127 m), **Loassattel** (1.675 m)

Für Gipfelsammler:innen besteht die Möglichkeit, 8 zusätzliche Gipfel zu erklimmen.



inntaler-hoehenweg.com

alpenverein
hall in tirol

alpenvereinaktiv.com

Das Tourenportal
der Alpenvereine

Herausgeber und Copyright:

Alpenverein Hall in Tirol, 1. Vorsitzender: DI (FH) Romed Giner
Content: Stefanos Rauchegger (2025)

