**7 Insider-Tipps, um den Nationalpark Hohe Tauern abseits der Massen zu erleben**

**Natürlich gehören der Großvenediger und Großglockner zum Nationalpark Hohe Tauern wie der Puderzucker auf die Osttiroler „Kiachln“. Doch gibt es neben den zwei Hochkarätern noch zahlreiche unbekannte Gebirgsgruppen und kleine Refugien für gemütliche Wanderer, Bergsteiger und Mountainbiker. Wir stellen die sieben best-gehüteten Secret Places vor, wo Naturliebhaber die Osttiroler Bergwelt abseits der Massen von ihrer schönsten Seite kennenlernen können.**

**# 1 Ruhe hoch über dem Tal: Weitwandern in der Lasörlinggruppe**

Atemberaubende Panoramen, glasklare Bergseen und sanfte Almen. Die einzigartigen Aussichten des Lasörling Höhenwegs bleiben einem noch lange nach der Tour in Erinnerung. Der Weg führt über 57 Kilometer durch intakte Bergwelten und beeindruckt mit einer einzigartigen, bunten Flora, die einen fast schon unwirklichen Kontrast zu den gegenüberliegenden Gletschern und Gipfeln der Venedigergruppe bietet. Höhepunkt ist sicherlich der Blick in das Großglockner- und Großvenedigergebiet. Allerdings braucht es ein bisschen Laufstärke und Kondition, um dort die atemberaubenden Sonnenaufgänge oder die herrlichen Panoramablicke zu genießen. In anderen Worten: Die gesamte Tour überwindet 3.740 Höhenmeter, die sich je nach Kondition in drei bis sechs Tagesetappen bewältigen lassen.

Übrigens: Der Lasörling Höhenweg führt an zwölf Schutzhütten und Almjausenstationen vorbei, die den Wanderern regionale Spezialitäten servieren. Von jeder Hütte aus lässt es sich direkt ins Tal absteigen und die Wahl von einzelnen Etappen ist möglich.

**# 2 Drei Dreitausender auf einen Streich: Unterwegs in der Granatspitzgruppe**

Von vielen stiefbrüderlich behandelt, steht der Große Muntanitz (3.232 m) oft im Schatten der übermächtigen Nachbarn. Genauer gesagt der wilden Gipfel und Gletscher der Glockner- und Venedigergruppe. Zu Unrecht, wie wir finden. Denn, weniger bekannt bedeutet keineswegs weniger interessant. Im Gegenteil. Der Weg auf den Großen Muntanitz, den höchsten Gipfel der Granatspitzgruppe führt eisfrei ab der Sudetendeutschen Hütte über die Wellachköpfe (3.037 m) und den Kleinen Muntanitz (3.192 m). Doch Vorsicht ist geboten: Auf dem Weg muss sowohl ein steiles Schneefeld als auch versicherte Passage bewältigt werden, auf der man durch einen Kamin (I+) abklettern muss. Herzklopfen und Adrenalinschübe sind garantiert. Letztlich entschädigen aber die grandiosen Aussichten nach Westen zum Großvenediger und nach Osten zum Großglockner für alle Anstrengungen.

**# 3 Stilles Kleinod in den Hohen Tauern: Wandern und Alpinklettern in der Schobergruppe**

Auf zu Gipfelschönheiten, abenteuerlichen Graten und wilden Gämsen. Berge, die im Schatten prominenter Nachbarschaft stehen, werden oft in Ruhe gelassen. Dort gibt es dann anstatt berühmter Namen, Bergidylle und grandiose Panoramen. So auch in der Schobergruppe, die hufeisenförmig das Debanttal umschließt und durch einen Bergsattel von der Glocknergruppe getrennt ist. Mehr als 50 Seen, 53 Dreitausender und 20 Gletscher oder Gletscherreste liegen in der Schobergruppe. Zwar wurde bereits in den 1930er Jahren der Wiener Höhenweg angelegt, doch wer glaubt, dass sich dort Wanderer und Gipfelstürmer gegenseitig auf die Füße treten, irrt sich. Eher sind es Steinböcke, Murmeltiere, Bartgeier und Steinadler, die dort für Trubel sorgen.

Tipp: Einkehr in urigen Hütten in der Schobergruppe: z.B. Lienzer Hütte, Wangenitzseehütte, Hochschoberhütte, Roanalm für Wanderer u.v.m.

**# 4 Windgepeitschte Höhe: Mit dem (E-)Mountainbike zur Jagdhausalm**

Die Jagdhausalm ist keine Almhütte im klassischen Sinne. Viel mehr sind es 16 Steinhäuser, die alle aus dem 13. Jahrhundert stammen. Windgepeitscht duckt sich die älteste Alm Österreichs oberhalb der Baumgrenze auf 2.000 Meter Seehöhe zwischen Felsen und Grasmatten an den Berghang mitten im größten Nationalpark Österreichs. Ihr Anblick erinnert eher an ein Gebirgsdorf aus dem Himalaya. Kein Wunder, dass die Osttiroler die Gegend „Klein Tibet“ nennen. Allerdings ist das Osttiroler Tibet deutlich leichter erreichbar als das Original. Vor allem mit dem E-Bike. Die Tour startet im hintersten Defereggental und dauert rund zwei Stunden. Ebenso sind die Jagdhausalmen auch zu Fuß individuell oder mit Nationalpark-Rangern für die ganze Familie erreichbar.

**# 5 Gschlösstal – der schönste Talschluss der Alpen**

Das Gschlösstal gilt als der schönste Talabschluss der Ostalpen. Von hier aus eröffnet sich ein Blick über die imposante Gletscherwelt rund um den Großvenediger. Dieser mächtige Eisberg wacht über das wildromantische Gschlösstal im Herzen des Nationalparks Hohe Tauern. Gigantische Kräfte der Gletscher formten einst diese Landschaft und hier in den Hohen Tauern sind sie noch immer am Werk. Der Wanderer gewinnt Einblick in die beeindruckende Welt des Gletschervorfeldes und seiner einzigartigen Vegetation. Diese unberührte und uralte Naturlandschaft ist Lebensraum für viele seltene Tier- und Pflanzenarten. Mit etwas Glück kann man einen Bartgeier in den Lüften erblicken und zusehen, wie er seine Kreise zieht. Die Wanderung ins Innergschlöss ist leicht und bietet eine überraschende Vielzahl an reizvollen Fotomotiven aus der Natur- und Kulturlandschaft des Nationalparks Hohe Tauern.

Tipp für Bergwanderer: Auf dem Gletscherweg Innergschlöss die Highlights Salzbodensee, Auge Gottes und Schlatenkees erwandern.

**# 6 Naturjuwel im Niemandsland: Raneburger See.**

Mitten in der Venedigergruppe blitzt ein echtes Naturjuwel im Sonnenlicht. Der Raneburger See. Getreu dem Motto „Wandern ohne Gipfelglück“ hält sich der Besucherandrang in Grenzen. Vielleicht auch weil der See auf 2.502 Meter liegt und die Wanderung immerhin 1.000 Höhenmeter überwindet. Doch das mindert das Naturerlebnis in keiner Weise. Im Gegenteil. Auf den steilen Almwiesen wachsen mehr Almrosen und Wacholder als Gras und anstatt einer bewirtschafteten Hütte sorgen Heidelbeerstauden für neue Kräfte. Ständige Begleiter: die bimmelnden Kühe, aber auch herrliche Gipfel wie der Nussingkogel, der Hintereggerkogel und der Muntanitz im Herzen des Nationalparks Hohe Tauern.

**# 7 Im Reich der Bergkristalle: Die Badener Hütte**

Kristallsucher waren schon zu Römerzeiten in den Alpen unterwegs. Tatsächlich entpuppen sich die Hohen Tauern auch heute noch als echtes Paradies für Mineraliensucher. Das Urgestein gibt immer wieder glitzernde Schätze frei. Wer zum Beispiel den langen Weg zur Badener Hütte auf sich nimmt, tut gut daran, die Augen offen zu halten. Angeblich sollen am Übergang von der Bonn-Matreier-Hütte zur Badener Hütte Bergkristalle und Granaten vorkommen. Was aber auf der Hütte auf alle Fälle leuchtet ist ein guter Wein im Glas. Die Badener Hütte ist nicht nur die entlegenste Alpenvereinshütte Österreichs mit einem kürzesten Zustieg von fünf bis sechs Stunden, sondern auch der wahrscheinlich höchst gelegene Heurige.

Übrigens: Die fünfte Etappe des legendären Adlerwegs führt an der Badener Hütte vorbei.

Weitere Informationen zum Nationalpark Hohen Tauern unter: [www.osttirol.com/nationalpark-hohe-tauern](http://www.osttirol.com/nationalpark-hohe-tauern)