

## Stoneman Dolomiti Hike

11. August 2023, Peter mit Werner Ressi

Schon seit längerem hatten Werner und ich eines der ersten Augustwochenenden für eine gemeinsame Tour eingeplant. Dies war mehr oder weniger der einzige Zeitraum, der sich mit den jeweiligen beruflichen und privaten Verpflichtungen und Plänen in Einklang bringen ließ. Ursprünglich wäre ein namhafter Höhenweg am Programm gestanden. Das sehr schlechte Wetter Anfang August und der damit verbundene Schneefall in den Hochlagen, ließ uns von diesem Plan abrücken. Zum Glück habe ich immer ein paar Ideen bzw. Pläne im Hinterkopf. So schlug ich Werner vor, doch den Stoneman Dolomiti Hike zu machen. Dieser Stoneman wurde von Roland Staudinger in verschiedenen Ausprägungen (Bike, Hike und Rennrad) realisiert. Im Vordergrund steht bei allen Touren aber das Erlebnis, und nicht der Wettkampf bzw. die erzielte Zeit.

Werner war sofort für diese Planänderung zu begeistern. Wir mussten nur noch einmal, aufgrund der Wettervorhersage, eine Hotelumbuchung vornehmen. Am Donnerstag, dem 10. August fuhren wir, mit einem Abstecher über Sexten, nach Toblach. In Sexten befindet sich nämlich der offizielle Stoneman Infopoint. Dort kann man sich täglich von 8 bis 10 und 16.30 bis 20 Uhr das Stoneman Startpaket bzw. danach, seine Stoneman-Trophäe abholen. Wir hatten zwar beide unsere Anmeldung zuhause vergessen, das war aber kein Problem. So hielten wir bald das Wichtigste für den nächsten Tag, unsere 'Stempelkarten', in den Händen.

Für die Gold Variante, also die Tour an einem Tag, wurde uns empfohlen, um 2 Uhr zu starten. Das macht sicher Sinn, wenn man wenig Erfahrung mit solchen Distanzen hat, und seine Zielzeit nicht oder schlecht einschätzen kann. Wir hatten aber schon eine Idee, wie lange wir etwa brauchen würden. So wurde der Start für 05:30 Uhr angesetzt. Nach unserer Zeitplanung sollte es sich rechtzeitig ausgehen, um die Reservierung in einem sehr netten Restaurant in Toblach um 19:30, (geduscht) wahrnehmen zu können ;-)

### Stoneman Dolomiti Hike

**(57 km, 3400 Hm+, 3400 Hm-)**

Nach einem wirklich ausgezeichneten Frühstück brauchten wir nur vor die Tür des Hotels im Zentrum von Toblach zu treten. Genau dort läuft der Stoneman vorbei. Um 5:34 ging's los. Leicht bergab zum Kreisverkehr und dann in Neu-Toblach auf den Wanderweg Richtung Toblachsee. Der flache Start war sehr angenehm, so konnte man den Körper gut in den aeroben Belastungsmodus bringen. Am Toblachsee erwartete uns eine wunderschöne Stimmung mit Nebelschwaden über dem See. Nach einem weiteren Stück wies der Wegweiser Richtung Sarlhütte und Sarlkofel. 3 Stunden 40 Minuten waren dort für den Aufstieg veranlagt - mal sehen. Jedenfalls ging es gleich mal ordentlich zur Sache, obwohl eine Schotterstraße, geht es hier wirklich steil bergauf. Insgesamt sind die folgenden 400 Höhenmeter bis zur Sarlhütte, auf knapp 2 km Strecke die steilsten der ganzen Tour. Hier hieß es, sich die Kräfte etwas einzuteilen, der Tag war ja noch jung.

Als wir die Sarlhütte passierten, fielen die ersten Sonnenstrahlen auf die Felsspitzen vor uns. Bald war auch der Sarlkofel, wo sich der erste Checkpoint befindet, in Sicht. Bis man den Sarlsattel erreicht, geht's zuerst durch lichten Wald und dann über sehr schöne Almwiesen mäßig steil aufwärts. Kurz nach dem Sattel beginnt der technisch anspruchsvollste Teil der Tour. Der Weg führt über einige kurze, ausgesetzte Passagen, wo man auch mal die Hände an den Felsen, bzw. die Kette, die bei einer Stelle angebracht ist, legen muss. Kurze Zeit später erreichten wir den Gipfel des Sarlkofel. Die erste von drei Markierungen wurde in unsere Stempelkarten gestanzt.

Bis zum Sarlsattel führt der gleiche Weg zurück. Von dort beginnt der Downhill in nördlicher Richtung, zur

Putzalm. Der Weg ist hier steil und steinig. Bei der Putzalm gibt es einen Brunnen, bei dem man seine Wasservorräte auffüllen kann. Beim Weiterweg von der Hütte leisteten wir uns den ersten, jedoch nicht den letzten, Verhauer des Tages. Auf der GPS-Uhr schien der Weg einen Bogen zu machen, geht aber eigentlich direkt von der Hütte Richtung Norden weg. So waren wir schon ein Stück den anderen Weg gegangen, bis wir das gemerkt hatten und auf den richtigen Weg zurückgekehrt sind. Die Schotterstraße von der Putzalm Richtung Niederdorf ist zu Beginn ähnlich steil wie der Aufstieg zur Sarlhütte. Man folgt dem Forstweg bis etwa 2 Kilometer vor Niederdorf und läuft zuletzt auf Asphalt ins Dorf. Da wir beim Stoneman Infopoint die Info erhalten hatten, dass die Wasserstelle in Frondeigen angeblich kein Wasser führt, nutzen wir den Supermarkt, um unsere Wasservorräte aufzufüllen, ein Cola und ein kleines Sackerl Erdnüsse.

Der Weiterweg führt direkt an der Kirche von Niederdorf vorbei. Erstmal wieder ein Stück auf Asphalt, bevor man in einer Kurve halb rechts auf den Wanderweg Nr. 45 Richtung Thalhof abbiegt. Wir waren froh, hier wieder etwas im Wald unterwegs zu sein, es war im Tal, und sonnseitig, doch schon recht warm war. Bald erreichten wir die Asphaltstraße vor dem Thalhof. Für uns war hier nicht ersichtlich, welcher Weg nun der Richtige wäre. Der von uns zuerst eingeschlagene verwachsene Forstweg schien uns nicht richtig, der GPS-Track sagte aber auch, dass die Straße nicht richtig war. Nach rund 10 Minuten konnten wir eine junge Frau nach dem Weiterweg fragen. Es war letztendlich doch der verwachsene Forstweg, der eine Abkürzung zu zwei Kehren der Asphaltstraße darstellt. Schade, dass hier nicht ein Wegweiser angebracht ist.

Wir gelangten auf den sogenannten Römerweg, der sich wenig steil entlang des Ratsbergs zieht. Hier ist man viel auf Schotterstraßen und guten Wanderwegen unterwegs - da geht tempomäßig auch etwas weiter. Irgendwann begann dann auch der etwa zwei Kilometer lange Abstieg nach Frondeigen. Neben dem Forstweg plätscherte hier eine kleine Quelle und wir nutzen wiederum die Gelegenheit, die Wasserreserven aufzufüllen. Letztendlich war die Quelle in Frondeigen dann aber doch wasserführend. Bis hierher hatten wir schon mal rund 30 Kilometer und ca. 1900 Höhenmeter in den Beinen, es ging uns aber nach wie vor gut.

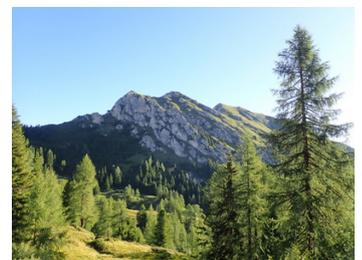
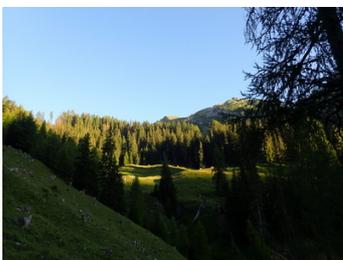
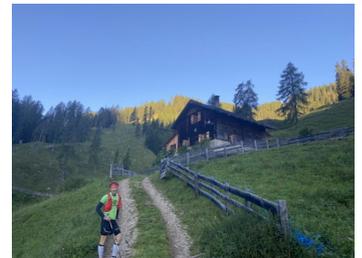
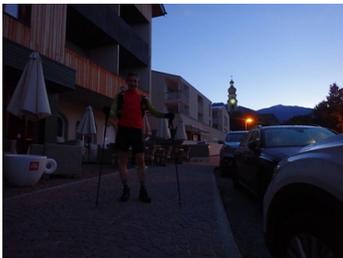
Von der Temperatur her war der Beginn des kommenden langen Anstiegs auf den Golfen wieder fordernd. Wir waren froh, den Schatten einiger Bäume zu haben. Über Fahrwege erreichten wir eine Alm. Von hier ging's fürs Erste wieder recht steil über schmale Wanderwege Richtung Golfen. Von dort erkannten wir auch weitere Wanderer weit vor uns ? möglicherweise andere 'Steinmänner'. Nach rund 900 Höhenmetern erreichten wir den Gipfel des Golfen. Den zweiten Checkpoint. Der Weiterweg über Hochhorn bis zum Toblacher Pfannhorn ist von hier gut einsehbar. Jetzt ist man fürs Erste auf schmalen Steigen unterwegs. Auf das Hochhorn wählte Werner die Direttissima in zügigem Tempo, ein Zeichen, dass er noch gut beinander und hoch motiviert war. Uns ging es beiden an dem Tag, bislang echt gut. Der Abstieg vom Hochhorn führt nochmal über einen etwas steileren Abschnitt, der in der Karte als technisch anspruchsvoll ausgewiesen ist. Mit etwas Konzentration erreichten wir bald wieder den Weg zum Pfannhorn. Beim Aufstieg zu diesem, liefen wir dann tatsächlich auf zwei Steinmänner auf. Wir waren überrascht zu hören, dass sie um Mitternacht gestartet waren, also schon rund 14 Stunden unterwegs - echt Respekt, leichter macht es das Ganze nämlich nicht je länger man unterwegs ist. Wir wünschten ihnen noch einen guten und vor allem sicheren Weiterweg und erreichten kurze Zeit später das Toblacher Pfannhorn.

Von hier fiel unser Blick auch auf das Marchginggele, und die direkt unter dem Gipfel liegende Hütte ... phu, ja - schon noch ein Stück. Das hatten wir beide nicht mehr so im Kopf. Aber es half nichts, weiter ging's. Der Anstieg, der etwa in der Hälfte des Weges von Pfannhorn zur Marchhütte liegt, stellte sich als harmloser als erwartet heraus. Dafür war die Strecke von dort zur Hütte etwas weiter als es zuerst schien. Werner ließ es sich dann nicht nehmen, den Gipfel des Marchginggele mitzunehmen. Bei der Hütte war es wieder Zeit für ein kleines Cola, ein großes Wasser und Sonnencreme. Bis hierher lagen rund 43 Kilometer und 3200 Höhenmeter

hinter uns. Also 'nur noch' 14 Kilometer und 100 oder 200 Höhenmeter Anstieg. Dafür aber noch jede Menge Abstieg. Zunächst aber weiter Richtung Strickberg. Den Gipfel sparten wir uns nun, da der dritte Stoneman Checkpoint direkt neben der Schotterstraße, der man nun eine Zeit folgt, liegt. Seit einiger Zeit hatte ich im linken Fuß Schmerzen, die sich vor allem beim Bergabgehen ordentlich bemerkbar machten. Ab jetzt hieß es, Zähne zusammenbeißen. Der Weg verlässt bald die Schotterstraße und führt direkt und steil über einen Rücken zur Silvesterkapelle.

Beim Parkplatz unterhalb der Kapelle beginnt der letzte Anstieg der Tour. Der Weg über das Scheibeneck. Langsam zog sich jeder Schritt und die Forststraßen hier schienen kein Ende nehmen zu wollen. Durch die Tratscherei verpassten wir auch noch die Abzweigung des Wanderweges nach Toblach. Als wir dies bemerkten waren wir aber schon so weit, dass es praktisch keinen Sinn gemacht hätte, zurück zu gehen. Wir folgten also weiter der Forststraße, die, wie wir später erkannten, auch zur Lachwiesenhütte führte. Dort konnten wir wieder auf den Wanderweg gelangen. Außer wieder rund 10 Minuten, hatten wir nix verloren ... langsam begannen wir uns aber über unsere Routenfindungsprobleme zu amüsieren - da hilft die beste Sportuhr nix, wenn man wegen der Altersweitsichtigkeit die Karte nicht mehr gescheit sieht ;-). Endlich begann der Talboden des Pustertals näher zu kommen - was auch wirklich Zeit wurde. Langsam war es genug! Aber frei nach dem Motto 'einmal geht's noch' verpassten wir auf den letzten Metern, runter nach Toblach, nochmal den Wanderweg! Jetzt war's dann schon fast ein Running Gag :-). Nun aber nur noch an der Kirche von Toblach vorbei und ein paar Meter die Straße runter und wir landeten um 17:59 Uhr direkt wieder vor unserem Hotel. Alles auf Schiene für unser Abendessen um 19:30 :-). Bei einem sehr wohlschmeckenden Bier im Hotelgastgarten freuten wir uns über die tolle Tour, die wir gemeinsam hinter uns gebracht hatten.

Am nächsten Tag trudelten wir dann kurz vor 9 wieder in Sexten beim Stoneman Infopoint ein, um unsere wohlverdiente Trophäe abzuholen.







## Fazit

Der Stoneman Hike ist eine wirklich schöne Tour. Durch die vielen Forststraßen und guten Wanderwege technisch nicht so schwierig wie andere Höhenwege. Das macht aber auch Sinn, da es ja ein Abenteuer für eine breitere Zielgruppe sein soll und nicht nur für einige wenige. Wenn man die Tour, vor allem die Gold Version, hinter sich bringt, hat man schon ordentlich was geleistet. Über die Trophäe, selbst wenn wir sie selbst bezahlt hatten, freuten wir uns sehr. Sie wird auch immer mit der Erinnerung an einen besonderen Tag verbunden sein. Und so wie ich Werner verstanden habe - we'll be back :-)

## Informationen und Hinweise

### Stoneman Infos

Alles was man zu dem bzw. den Stoneman Touren, ob Hike, Bike oder Rennrad, wissen muss, findet man auf der unten angeführten Webseite. Der 'aktuellste' GPS-Track kann ebenfalls dort angefordert werden. Das Stoneman Team ist sowohl per Mail als auch vor Ort sehr hilfsbereit.

### Kontakt Informationen

Web: [www.stoneman.it](http://www.stoneman.it)  
Email: [info@stoneman.it](mailto:info@stoneman.it)

### Trail Info - Strecken Eckdaten

Aufstieg: 3400 m  
Strecke: 57 km  
Anmerkung: Der Stoneman Dolomiti Hike ist eine landschaftlich sehr schöne Route. Ein GPS-Track auf einem entsprechenden Gerät ist aufgrund der vielen Wanderwege und damit verbundenen Abzweigungen von großem Vorteil. Zu früh im Jahr kann es mit Schneeresten am Sarlkofel bzw. zwischen Hochhorn und Marchhütte anspruchsvoll sein.

### Weiterführende Links

Web: <http://strassnig.at/rad-und-laufsport/langstreckenlauf/traverse-eisene...>  
*Traverse Eisenerzer Alpen - Traverse Eisenerzer Alpen - Reichenstein zu Reichenstein*

Web: <http://strassnig.at/rad-und-laufsport/langstreckenlauf/keuzeckgruppe-h...>  
*Kreuzeck Höhenweg - Kreuzeck Höhenweg an einem Tag*

Web: <http://strassnig.at/rad-und-laufsport/langstreckenlauf/wiener-hoehenwe...>  
*Wiener Höhenweg - Wiener Höhenweg an einem Tag*

Web: <http://strassnig.at/rad-und-laufsport/trailrunning/>  
*Trailrunning - Trailrunning Routenvorschläge auf strassnig.at*

Web: <http://strassnig.at/rad-und-laufsport/marathon-laeufe/>  
*Marathon und mehr - Marathon und mehr auf strassnig.at*