

## Trailrunning Überschreitung Eisenerzer Alpen Präbichl bis Wald am Schoberpass

11. Juni 2017, Peter

Bei der vorgestellten Strecke handelt es sich um einen alpinen, technisch und konditionell sehr anspruchsvollen Trailrun.

Los geht's beim Präbichlerhof über den Wanderweg zum Reichensteinhaus, das sind gleich mal zum Aufwärmen 850 Höhenmeter auf knapp 4 Kilometern. Hier heißt es Kräfte schonen, der restliche Weg ist noch lang. Das Reichensteinhaus ist der einzige Hüttenstützpunkt auf dem ganzen Weg. Daneben gibt es nur noch zwei Quellen (Wildfeld und Brunnecksattel) wo man seine Flüssigkeitsvorräte auffrischen kann. Von der Hütte geht's nun einfacher über Bergwiesen Richtung Reichenhals und Große Scharte. Diese ist für Laufverhältnisse doch recht steil aber über weite Strecken mit einem Drahtseil versichert. Hier ist etwas Vorsicht geboten, das ist durchaus potentiell absturzgefährdetes Gelände.

Nach der Großen Scharte geht's auf der Nordseite des Hocheller wieder bergan. Die Hohe Lins wird direkt über den Gipfel überschritten. Man befindet sich am Theklasteig, der meist auf der Nordseite des Bergkammes verläuft. Oft geht es auf schmalen Trails zwischen Latschenfeldern hindurch, hin und wieder ist ein Geröllfeld zu queren. Diese Abschnitte sind sehr technisch. Nach dem Niedertörl geht's noch am Hochturm vorbei bevor man das Hochtörl erreicht. Hier ist der Wegweiser etwas verwirrend, ich bin ihm zuerst direkt zu einem schwach erkennbaren Steiglein Richtung Westen gefolgt, dieses verliert sich aber dann in den Felsen und man muss querfeldein ca. 50 Höhenmeter zum eigentlichen Weg aufsteigen. Ich schätze, man muss vom Wegweiser noch ein Stück bergan bis der richtige Steig beginnt. Nichtsdestotrotz war ich nun am Trail in den Sattel zwischen Stadelstein und Wildfeld, der ersten großen Etappe, die ich mir mental zurechtgelegt hatte.

Ab hier wird der Weg technisch einfacher, aber das Zeiritzkampl, das nächste Etappenziel, das man von hier gut sieht, ist abschreckend weit entfernt. Direkt neben dem Wanderweg, der kurz unter dem Wildfeld-Gipfel vorbei führt, gibt es eine Quelle. Ob diese auch im Sommer Wasser führt kann ich aber nicht sagen. Nach dem kurzen flachen Plateau unterhalb des Wildfeld Gipfels geht's in Spitzkehren hinunter in den Teichenegg Sattel. Dieser Abschnitt ist nochmals recht technisch, bevor die Beschaffenheit der Wege von eher felsig in Pfade zwischen Schwarzbeergestrüpp übergeht. Vom Teicheneggsattel geht's mit ca. 150 Höhenmeter Anstieg auf den Kragelschinken und nun immer weiter auf diesen schmalen Schwarzbeertrails den Kamm entlang.

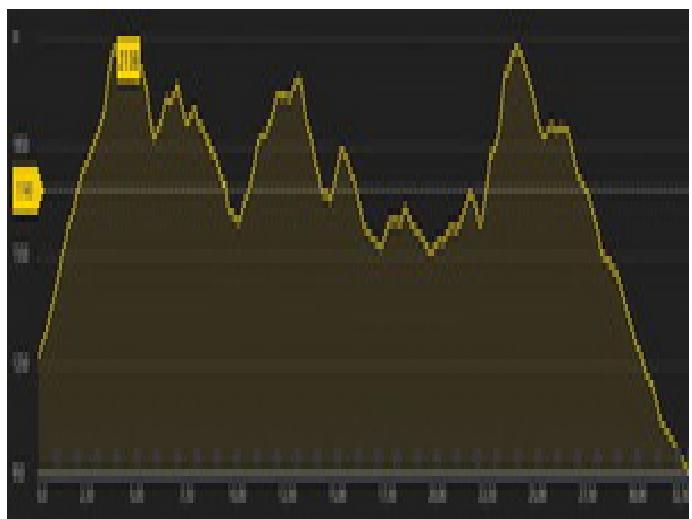
Kurz vor dem Paarenkogel wurde der Wanderweg anscheinend durch einen neuen Forstweg ersetzt, was landschaftlich zwar schade ist, aber zumindest mal ein paar hundert Meter weniger konzentriertes Traben ermöglicht. Am Sausattel (Wegweiser) geht's aber wieder auf den Trail, vorbei am Saukogel durch die Weitböden. Das ist landschaftlich wirklich schön. Über Waldlichtungen, kleine (Schmelzwasser)Seen und Feuchtwiesen geht's dahin, aber wie der Name schon vermuten lässt, zieht es sich etwas, bis man endlich den Brunnecksattel sieht. Im Sattel gibt es laut Karte nochmal eine Quelle. Ich hab sie aber nicht gesucht, da am Zeiritzkampl Gipfel ein kleines Getränkdepot auf mich wartete.

Aufs Zeiritzkampl geht's jetzt nochmal 500 Hm am Stück bergauf; und zuletzt über den schmalen Gipfelgrat zum Gipfel. Blickt man von hier zurück zum Stadelstein und Eisenerzer Reichenstein ist das schon ein ganz schönes Stück, das man bislang in den Beinen hat. Nun geht's in den Sattel zwischen Zeiritzkampl und Hinkareck. Da mein Ziel ja Wald am Schoberpass war, folgte ich dem Wanderweg östlich des Gipfels Richtung Enzianboden. Für Aspiranten auf die gesamte Überschreitung der Eisenerzer Alpen geht's von hier an weiter Richtung Speikkogel, Lahnerleitenspitze ...

Der Weg nach Wald am Schoberpass verläuft meist auch über schöne Trails, die eine oder andere Abzweigung ist aber sehr schwer zu erkennen, der GPS Track auf der Uhr hat hier gute Dienste geleistet. Zuletzt erreicht

man dann eine Forststraße, die in den Ort führt.

Wie schon einleitend erwähnt, ist das Ganze eine läuferisch anspruchsvolle Unternehmung! Trittsicherheit und Konzentrationsfähigkeit, auch wenn man schon müde wird bzw. ist, ist obligatorisch, sonst kann es bei der einen oder anderen Stelle auch gefährlich werden. Durch die technisch anspruchsvollen Trails, die Länge der Tour, die Aufstiegshöhenmeter und nicht zuletzt die eingeschränkte Versorgungsmöglichkeit hat sich in meinem Fall die [https://de.wikipedia.org/wiki/Pace\_(Laufsport) Pace] im Vergleich zu anderen, einfacheren, Trailruns fast verdoppelt. Das sollte man bei der Tourenplanung berücksichtigen.



## Informationen und Hinweise

### Trail Info - Strecken Eckdaten

Aufstieg: 2650 m

Strecke: 32,5 km

Anmerkung: Trailrunningschuhe, -Stöcke, -Rucksack (vor allem mit ausreichend Flüssigkeit), Kartenausschnitt bzw. der GPS Track unbedingt empfehlenswert

Karte/Topo: Trailrunning Überschreitung Eisenerzer Alpen vom Präbichl bis Wald am Schoberpass (Karte)



Web: <http://strasssig.at/pictures/rad-und-laufsport/trailrunning/eisenerzer-...>

Web: <http://strasssig.at/pictures/rad-und-laufsport/trailrunning/eisenerzer-...>

## Weiterführende Links

Web: <http://strassnig.at/trailrunning/>

*Trailrunning auf strassnig.at - Weitere Trailrunning Strecken auf strassnig.at*

Web: <http://www.hochtourist.at/reichensteintraverse/>

*Reichensteintraverse auf hochtourist.at - Es geht noch mehr - Reichensteintraverse - vom Eisenerzer zum Admonter Reichenstein auf hochtourist.at*