

Sellraintal Special Wanderung Lampsen Spitze mit der Bergsportschule „Follow me“

Jeden Donnerstag
Kostenlos mit Welcome Card

Treffpunkt: 9:00 Uhr Tourismus Information Gries im Sellrain; Gehzeit ca. 5 Stunden
Anmeldung: Mittwoch bis 16:00 Uhr in der Tourismus Information Gries im Sellrain

Bei dieser Tour handelt es sich um eine mittelschwere Bergwanderung im Bergsteigerdorf St. Sigmund/Praxmar. Die Wanderung erfordert Trittsicherheit und Ausdauer.

Nach der Anreise mit dem Privatfahrzeug starten wir am Parkplatz Praxmar (kostenlos mit Welcome Card). Vom Ausgangspunkt führt die Wanderung steil bergauf Richtung Westen durch das Almgebiet. Weiter geht es auf den Schönbichl und über das Satteljoch bis zum Gipfel der Lampsen Spitze. Von hier hat man einen grandiosen Ausblick auf die Gipfel der Stubai Alpen.

Der Abstieg erfolgt auf demselben Weg wie der Aufstieg.

Es gibt die Möglichkeit beim Alpengasthof Praxmar einzukehren. Bei dieser Tour ist die Mitnahme von Getränken und einer Jause unerlässlich.

Die Tour wird ausschließlich mit gut passenden Bergwanderschuh durchgeföhrt. Die Wanderföhrerin macht vor dem Start noch eine Ausrüstungskontrolle. Als Erleichterung zum Gehen empfehlen wir Ihnen Wanderstöcke.

Ausrüstungsliste für die Tour:

- Rucksack mit ca. 25-32 l Volumen
- Gut passende Bergwanderschuh und zweckmäßige Wanderbekleidung
- Regenschutz
- Sonnenschutz für Haut, Kopf und Augen
- Persönliche Medikamente
- Pullover oder Soft Shell Jacke gegen den Wind, evtl. auch leichte Handschuhe, Mütze
- Mind. 1-1,5 l zum Trinken und eine kleine Mahlzeit, evtl. Müsliriegel
- Wanderstöcke (Empfehlung)

Tourismus Information Gries im Sellrain
6182 Gries im Sellrain, Austria
Tel.: +43 512 / 53 56 61 82
gries@innsbruck.info