



Wir starten in Ströden am letzten Ende des Virgentales in Osttirol und nicht wie bei der Hoch Tirolder meisten Leute im italienischen Ahrntal.

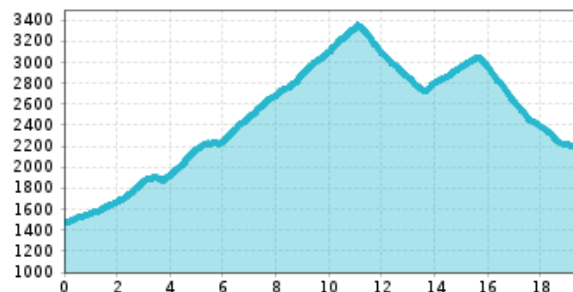
Hoch Tirol plus: Etappe 1

Prägraten am Großvonediger

Essener-Rostocker-Hütte



Altitude profile



The most important at a glance

altitude meters uphill 2230 m	highest point 3348 m	distance 19.4 km	altitude meters downhill 1500 m
----------------------------------	-------------------------	---------------------	------------------------------------

difficulty
difficult

starting point: Hinterbichl / Ströden
 destination point: Essener-Rostocker-Hütte
 best season: FEB, MAR, APR, MAY

Gpx file

Interactive map

[download>](#)

[open>](#)