



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

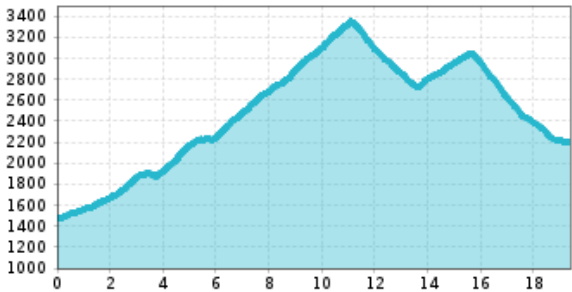


Hoch Tirol plus: Etappe 1

Prägraten am Großvenediger

Essener-Rostocker-Hütte

Altitude profile



The most important at a glance

altitude meters uphill 2230 m	highest point 3340 m	distance 19.378 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

[download>](#)

Interactive map

[open>](#)