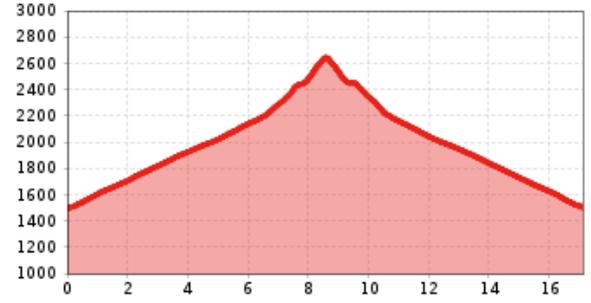


Höhenprofil



Das Wichtigste auf einen Blick

Streckenlänge 17 km	Höhenmeter Bergauf 1190 hm	Höhenmeter Bergab 1180 hm	Gehzeit Anstieg 3:30 h
Gehzeit Abstieg 2:30 h	Gehzeit Gesamt 6 h	Höchster Punkt 2653 m	Schwierigkeit Mittel

Kondition:

* * * * *

Technik:

* * * * *

**Öffentlicher
Verkehr:**

Bushaltestelle St. Veit in Defereggen Dorf

Parken:

Ausgangspunkt: Parkplatz Oberholz
Endpunkt: St. Veit Ort
Beste Jahreszeit: Speikboden
JUN, JUL, AUG, SEP

Anreise

Haltestelle

St. Veit i. D. Kirche

Parkplatz

Parkplatz St. Veit

GPX Datei

[Download>](#)

Interaktive Karte

[öffnen>](#)

Beschreibung

Gratkuppe im Lasörlingkamm oberhalb von St. Veit. Der Speikboden ist ein vielbesuchter Aussichtspunkt mit schönem Blick auf Großglockner, Großvenediger, Hochgall und Ortler.

Vom Dorfplatz in St. Veit geht es der Straße folgend am Gemeindehaus vorbei nach Westen. An der folgenden Gabelung der Straßen geht es rechts weiter bis zum Ende der asphaltierten Straße (bis hier kann auch mit dem PKW gefahren werden). Kurz nach der Abzweigung des Rundwanderweges an einem Drehkreuz von der Schotterstraße nach links und über den mäßig ansteigenden Waldweg zu einer Weggabelung und dann wieder rechts weiter. Zuletzt geht es etwas steiler in Kehren zur Hütte. Von der Speikbodenhütte geht es in nördlicher Richtung, vorbei an einer Heuhütte etwas steiler zu einem Wegkreuz. Ab hier geht man wenig ansteigend über Almweiden bergan. Am letzten Hang geht es steil zum Kammhöhe. Zum Schluss bewältigt man noch den Gratrücken entlang zum Speikboden.