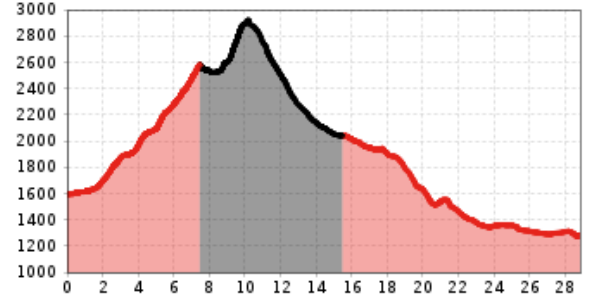


Grenzüberschreitende Mehrtageswanderung von Südtirol nach Osttirol



## Höhenprofil



## Das Wichtigste auf einen Blick

**Streckenlänge**  
28.85 km

**Höhenmeter Bergauf**  
1519 hm

**Höhenmeter Bergab**  
1832 hm

**Gehzeit Gesamt**  
12:30 h

**Schwierigkeit**  
Schwer

**Kondition:**

\*\*\*\*\*

**Technik:**

\*\*\*\*\*

**Ausgangspunkt:**

Prettau

**Endpunkt:**

Prägraten am Großvenediger

**Beste Jahreszeit:**

JUL, AUG, SEP

**GPX Datei**

**Interaktive Karte**

[Download>](#)

[öffnen>](#)

## Beschreibung

Der Weitwanderweg Hoch-Tirol-Trail verbindet in drei Etappen die Südtiroler Ortschaft Prettau im Ahrntaler Talschluss mit der Ortschaft Prägraten am Großvendiger in Osttirol. Der Weg durchquert in Südtirol den Naturpark Rieserferner-Ahrn und in Osttirol den Nationalpark Hohe Tauern. Auf 25 Kilometern Weglänge werden von Südtirol aus 1490 Höhenmeter im Aufstieg und 1000 Höhenmeter im Abstieg überwunden.

Als Stützpunkte dienen auf der Südtiroler Seite die 2.603 Meter hoch gelegene Lenkjöchlhütte, während man auf der Osttiroler Seite die Clarahütte – auf 2038 m gelegen – als Übernachtungsmöglichkeit vorfindet. Die Hüttenzustiege sind auf beiden Seiten vielbesuchte Wanderziele. Zwischen den beiden Hütten führt der Hoch-Tirol-Trail durch eine ruhige und wilde Gegend in der man kaum Bergsteigern begegnet. Die An- und Rückfahrt zum Ausgangs-, bzw. zum Endpunkt des Weges erfolgt mit öffentlichen Verkehrsmitteln.