

Genuss-Weitwanderweg in 3 - 6 Etappen auf der malerischen Südseite des Virgentals



**Höhenprofil**



## Das Wichtigste auf einen Blick

Streckenlänge  
55.44 km

Höhenmeter Bergauf  
3718 hm

Höhenmeter Bergab  
3491 hm

Gehzeit Gesamt  
25 h

Höchster Punkt  
2850 m

Schwierigkeit  
Mittel

Kondition:

\* \* \* \* \*

Technik:

\* \* \* \* \*

Öffentlicher  
Verkehr:

Haltestelle Matrei i.O. Süd

Parken:

Haltestelle Prägraten a.G. Ströden

Parkplatz Matreier Goldried Bergbahnen

Ausgangspunkt:  
Endpunkt:  
Beste Jahreszeit:

Parkplatz Ströden  
Parkplatz Guggenberg 1.150m  
Parkplatz Ströden 1.450m  
JUN, JUL, AUG, SEP

## Anreise

Haltestelle

Matrei in Osttirol Süd

Parkplatz

Parkplatz Ströden 1.400m

## GPX Datei

[Download>](#)

## Interaktive Karte

[öffnen>](#)

## Beschreibung

Den Lasörling Höhenwanderweg kann man in verschiedenen Varianten gehen. Die einfache Variante startet mit einer Taxifahrt zur Wetterkreuzhütte und endet nach 3 Etappen in Ströden. Die klassische Variante startet in Matri in Osttirol und verläuft in 4 - 6 Etappen entlang der gesamten Lasörlinggruppe auf der Südseite des Virgentals.

Ausgehend von Matri i.O. erreicht man durch einen schönen Bergwald nach ca. 4 Stunden Gehzeit die Zunigalm. Eine Einkehr in der Zunigalm lohnt sich allemal, wurde sie bereits im Gault Millau erwähnt. Von hier an führt der Weg westwärts, vorbei an der Arnitzalm über den Kammrücken und Taleinschnitte zur Wetterkreuz Hütte. Dieser Stützpunkt ist von Virgen aus auch mit dem Hüttentaxi erreichbar und kann somit als alternativer Start gewählt werden. Auf dem zweiten Abschnitt des Lasörling Höhenweges erreicht man die Zupalsee Hütte über die mit Zwergstrauchheide bewachsene Heflerhöhe. Weiter über den Lasörlingkamm mit einem herrlichen Panoramablick über die in dunklem grün leuchtenden Täler. Darüber im Kontrast die leuchtenden Gipfel und Schneeflächen des Venedigermassives. Auch bei der Merschenalm kann man sich stärken, ehe man nach weiteren 2h Gehzeit zur Lasörlinghütte kommt. Die Lasörling Hütte ist Ausgangspunkt für den Anstieg auf den Lasörling (3.098 m) und mehrere alpine Übergänge.

Im Frühsommer empfiehlt sich von hieran die alternative Route talauswärts zur Berger Alm und anschließend zur Bergersee Hütte. Der Normalweg verläuft nach der Lasörlinghütte zunächst über das Berger Törl (hier können auch im Sommer noch Schneefelder liegen) bis zur Bergersee Hütte. Der Zugang in das Lasnitzental zur Jausenstation Lasnitzen Alm führt über den Muhs-Panoramaweg hoch über Prägraten a. G. Von dort gelangt man über die Micheltalscharte, die Rote Lenke zum Bödensee und zur Reichenberger Hütte. Der letzte Abschnitt führt über tiefgrüne Hügel zur Daberlenke und durch das Dabertal weiter zur Clara Hütte. Als Abschluss dieses herrlichen Weitwanderweges kann man die Schönheit und Wildheit der Umbalfälle genießen, wo sich am Ende die Isplitzer Alm befinden.

Mit Ausnahme einiger Überstiege, die sich mit dem Höhenweg vernetzen, können Wanderungen durch die Almlandschaft der Virgentaler Schattseite in verschiedene Richtungen unternommen werden. Jede Hütte hat mehrere Zugänge und ist auch vom Tal aus erreichbar. Trotz erheblicher Höhenunterschiede eignet sich der Lasörling Höhenweg auch für Familien. Es ist jedoch ratsam, die Tour auf die Kinder abzustimmen. Für bergerfahrene Wanderer bzw. in Begleitung von Bergführern bieten sich entlang der Wege viele traumhafte Gipfeltouren an. Von einfachen Gipfeln bis hin zu schwierigen Besteigungen - wer ein Auge für die Natur hat und sich die Zeit nimmt, wird viele schöne Eindrücke und Erlebnisse mit nach Hause nehmen.

**Hinweis: Auf der Zunigalm und Wetterkreuzhütte gibt es keine Übernachtungsmöglichkeit!**