

Gastein

Gastein Trail



 **DORF
GASTEIN**

**HOF
GASTEIN**
Alpine Spa

**BAD
GASTEIN**




1 Trail

7 Etappen

87 km

4.587 Hm

1 Trail

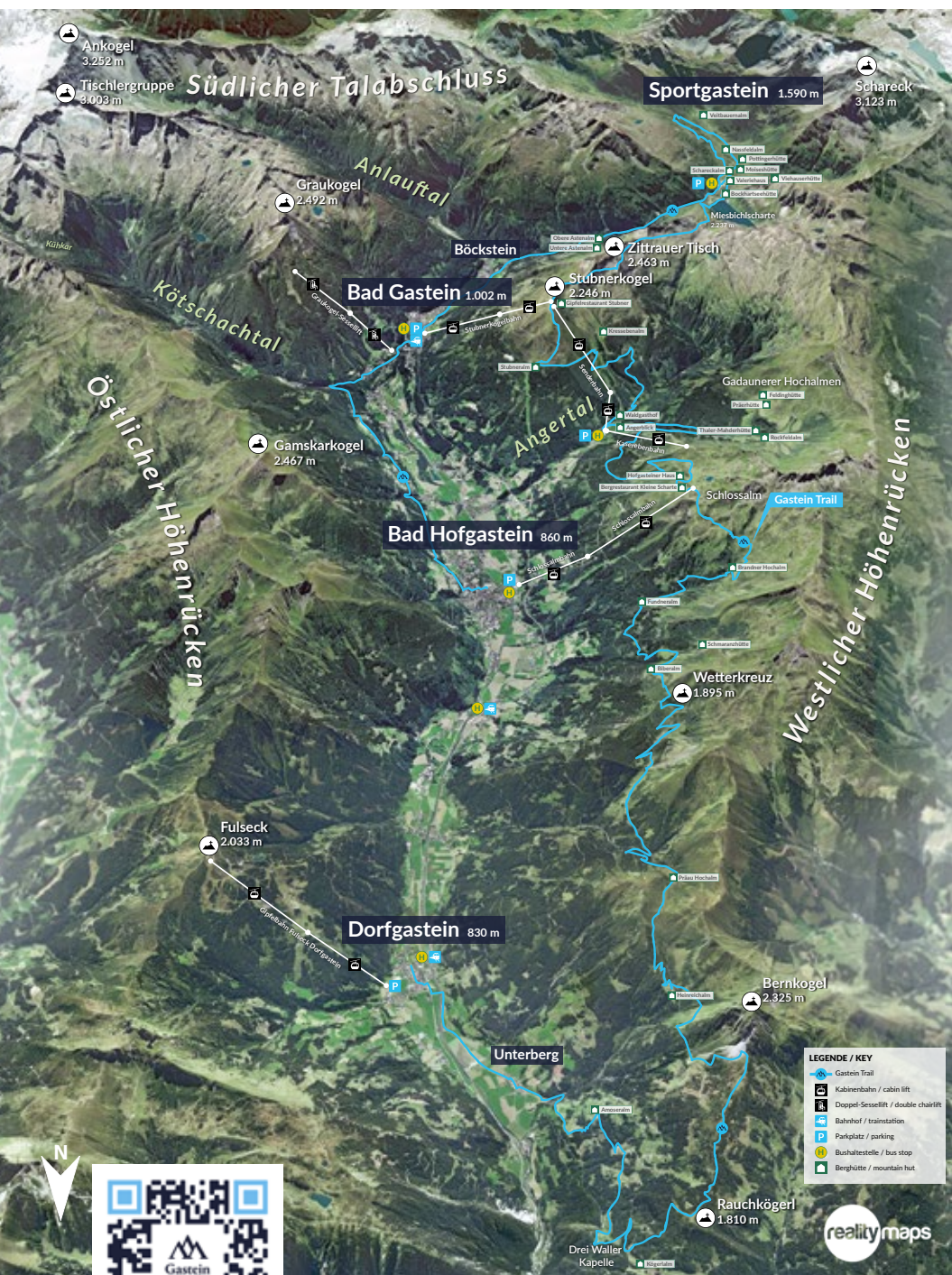
7 Stages

87 km

4,587 vertical metres

Lizenzgenehmigung Nr. AB 04-0325-LAB
Druckfehler, Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

gastein.com



Details
Details

In 7 Etappen über sanfte Wiesen, zu bewirtschafteten Almen und auf imposante Gipfel. Jeder Schritt bringt einen weiter. Das ist die Faszination am Wandern in Gastein.

Durch drei Orte, die so vielfältig sind, wie die Landschaft, die sie umgibt: Wanderer erfahren hier jene Art der Erholung, die einzig in der freien Natur zu finden ist. Jeder zurückgelegte Meter stärkt den Körper – und gibt der Seele neue Kraft. Auf dem Gastein Trail wird diese Erfahrung spürbar wie nirgendwo sonst. Wer sich von Dorfgastein aus, entlang der Westseite des Tales, den Hohen Tauern nähert, erlebt, was einst Pionieren und Entdeckern vorbehalten war: Verborgene Kessellandschaften, die für großartige Landschaftserlebnisse sorgen. Und steile Grashänge, die hochalpines Gelände mit charmanten Promenaden verbinden. In 7 Tagesetappen führt der Gastein Trail von Dorfgastein hoch über Bad Gastein zurück nach Bad Hofgastein: 87 Kilometer und 4.587 Höhenmeter gilt es zurückzulegen. Wanderer, die diese Strecke bewältigt haben, werden von einer Kulisse empfangen, die früher Kaiser und Fürsten anlockte und genießen unterwegs eine einzigartige Bergwelt.

In 7 stages across gentle meadows, to farmed alpine pastures and up imposing peaks. Every step takes you further. That's the fascination of hiking in Gastein.

Through three villages as diverse as the landscape that surrounds them: Here, hikers experience the kind of relaxation that can only be found in the great outdoors. Every metre you walk strengthens the body - and gives new strength to the soul. On the Gastein Trail, this experience can be felt like nowhere else. If you approach the Hohe Tauern from Dorfgastein, along the western side of the valley, you will experience what was once reserved for pioneers and explorers: hidden landscapes that provide magnificent scenic experiences. And combine high alpine terrain with charming promenades. In 7 daily stages, the Gastein Trail leads from Dorfgastein high above Bad Gastein back to Bad Hofgastein: 87 kilometres and 4,587 metres in altitude have to be covered. Hikers who complete this route are greeted by a backdrop that once attracted emperors and aristocracy and enjoy a unique mountain world along the way.

Österreichisches Wandergütesiegel

Sehr gut beschilderte Wanderwege, intakte Infrastruktur, Serviceleistungen, die auf die Bedürfnisse von Wanderern ausgerichtet sind und die Weiterentwicklung von verschiedenen Angeboten sind unter anderem die Eckpfeiler des Österreichischen Wandergütesiegels. Als eine von österreichweit 20 Regionen hat Gastein sich dieses Qualitätssiegel erarbeitet.



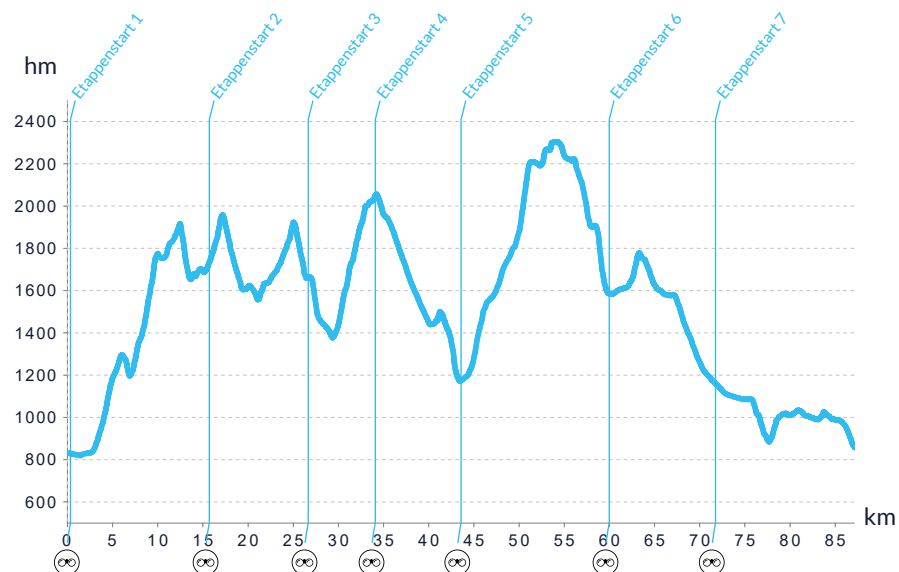
Austrian Hiking Seal of Quality

Well signposted trails, an intact infrastructure and services which have been tailored to the needs of hikers, along with the continued development and enhancement of other such offers are among other things, the cornerstones of the Austrian Hiking Seal of Quality. As one of Austria's 20 regions, Gastein has earned this seal of quality.



Höhenprofil des gesamten Trails *Altitude profile of the entire trail*

1 Trail | 7 Etappen | 87 km | 4.587 Hm
1 trail | 7 stages | 87 km | 4,587 vertical metres



Orientierung *Guidance*

Alle wichtigen Wegweiser entlang des Gastein Trails sind mit dem blauen Aufkleber versehen.
All import signposts along the Gastein Trails are well-signposted with a visible blue sticker.



Tipps für die Weitwanderung

Der Rucksack

Für den gesamten Gastein Trail wird ein Rucksack mit 30 – 40 Litern Fassungsvermögen empfohlen. Wichtig beim Rucksackkauf ist die Anpassung an die Rückenlänge sowie die richtige Einstellung der Träger und des Hüftgurtes. Packbeutel sind sehr praktisch, um auch während der Wanderung alles griffbereit zu haben - Was zusammengehört, wird gemeinsam in einen Beutel gepackt und je nach Priorität im Rucksack verstaut.

Wie wird der Rucksack richtig gepackt?

Legen Sie am besten alle benötigten Gegenstände am Boden auf und teilen diese in vier Kategorien ein: leicht, mittelschwer, schwer und Kleinkram.

- **Leicht:** Leichtes Equipment, das Sie während der Wanderung nicht unbedingt benötigen (z. B. Daunenjacket, Schlafsack), ist in einem etwaigen Bodenfach oder ganz unten im Rucksack am besten aufgehoben.
- **Mittelschwer:** Mittelschwere Ausrüstung, die während der Wanderung griffbereit sein sollte (z. B. Wechselkleidung, Erste-Hilfe-Set), gehört ins Hauptfach, und zwar an die Außenseite und tendenziell nach oben.
- **Schwer:** Die schwerste Ladung (z. B. Proviant, Trinkflaschen) wird nahe am Körper, also im Hauptfach innen, platziert.
- **Kleinkram:** Kleine Gegenstände für zwischendurch (z. B. Brille, Sonnencreme, Müsliriegel) lassen sich im Deckelfach gut verstauen.

Tip:
Körpergewicht geteilt durch 5 ergibt das optimale Maximalgewicht für den Rucksack

Die Wanderschuhe

Wichtig zu beachten:

- gut eingelaufen
- beim Bergabgehen – Schaftbereich fest geschnürt (so wird die Ferse in Position gehalten, dies verhindert Blasen und blaue Zehennägel)
- In Kombination mit funktionellen Wandersocken tragen (puffern Feuchtigkeit und polstern beanspruchte Stellen)

Ernährung während der Wanderung

Grundregel – lieber öfter, kleinere Portionen essen und darauf achten, dass die Lebensmittel leicht verdaulich sind.

Bestens für eine Wanderung geeignet...

- Obst & Gemüse (Äpfel, Bananen, Karotten, Kohlrabi, Paradeiser, ...)
- Vollkornbrot, Käse, Wurst (nicht zu stark gesalzen)
- Müsliriegel, Trockenobst, Nüsse
- Traubenzucker, isotonisches Pulver, Magnesium
- Wasser (Bei Sonnenschein und hohen Temperaturen – 1l/Stunde)

Sollte vermieden werden...

- süße, kohlenensäurehaltige Getränke
- Milch

Tips for a long-distance hike

The Backpack

For the entire Gastein Trail, a rucksack with a 30 – 40-liter capacity is recommended. When you buy a rucksack, ensure it corresponds to the length of your own back. Adjust the shoulder and hip straps correctly. Stuff-bags are very practical and should also be readily accessible during the hike – Items that belong together should be packed in the same bag, then stowed in the rucksack according to priority.

How do you pack a rucksack correctly?

Lay out all the items you need on the floor, then divide them into four categories: light, medium and heavy as well as knickknacks.

- **Light:** Lightweight equipment that you might not need during the hike (e.g. down jacket, sleeping bag) is best kept in the bottom compartment, if you have one, or at the very bottom of the rucksack.
- **Medium:** Medium-weight equipment that should be readily accessible during your hike (e.g. change of clothes, first-aid kit) belongs in the main compartment, towards the outside and closer to the top.
- **Heavy:** The heaviest loads (e.g. provisions, drinks bottles) should be stowed close to the body in the main compartment.
- **Knickknacks:** Small items for occasional use (e.g. glasses, sunblock, cereal bars) are best stowed in the top pocket.

The Hiking Shoes

Important to pay attention to:

- Worn-in
- Hiking downhill – collar of the boot should be tightly laced (holds the heel in place, preventing blisters and bruised toenails)
- Worn along with functional hiking socks (moisture barrier and padding for vulnerable parts of the foot)

Nutrition during Your Hike

Basic rule – eat smaller portions more often and ensure the foods are easily digestible.

- Fruit & vegetables (apples, bananas, carrots, kohlrabi, tomatoes, ...)
- Wholegrain bread, cheese, sausage (not too salty)
- Cereal bars, dried fruit, nuts
- Dextrose, isotonic powder, magnesium
- Water (in sunshine and high temperatures – 1l/hour)

To be avoided ...

- Sweet, carbonated drinks
- Milk

Tip:
Divide bodyweight by 5 to calculate the ideal weight of your rucksack

Packliste

Bekleidung

- Wanderhose & Wander T-Shirts
- Langarmshirt (dient auch als Sonnenschutz)
- warme Jacke (dünne Daunenjacke, Fleece Jacke, ..)
- Funktionsjacke (wasserdicht und atmungsaktiv)
- Regenschutz (Regenhose, Poncho)
- Kopfbedeckung (Schutz - Kälte & Sonne)
- Wäschesack für Schmutzwäsche
- Teleskopwanderstöcke
- dünne Handschuhe
- Wanderschuhe
- Stirnlampe

Checkliste für die Hütte

- Rechtzeitig Zimmer/Platz reservieren
- Bequeme Hüttenbekleidung & Schuhe
- Hüttenschlafsack für warme Nächte
- Handtuch
- Ohropax

Sonnenschutz, Toilettenartikel, Reiseapotheke

- Sonnenbrille mit gutem UV-Schutz
- Sonnencreme und Lippenchutz
- Taschentücher
- Insektenschutzmittel
- persönliche Toilettenartikel
- Arzneimittel für Schmerzen, Allergien, Insektenstiche, Sonnenbrand, Kreislaufbeschwerden, ...
- Wander-Erste-Hilfe-Set
- Mineralstoffe (Magnesium) nach Bedarf

Nicht vergessen

- Ausweisdokumente (Pass, Führerschein...)
- Reisedokumente (Buchungsbestätigungen...)
- Maßstabswanderkarte
- Gastein Trail Broschüre
- Ladegerät und Powerbank fürs Telefon
- Taschenmesser
- Trinkflasche
- ausreichend Bargeld für die Hütten



Packing List

Clothing

- Hiking trousers & Hiking T-shirts
- Long-sleeved shirt (also provides sun protection)
- Warm jacket (thin down jacket, fleece jacket, ..)
- Functional jacket (waterproof and breathable)
- Raingear (rain pants, poncho)
- Headwear (protection against cold and sun)
- Stow-bag for dirty laundry
- Telescopic hiking poles
- Thin gloves
- Hiking boots
- Headlamp

Checklist for the hut

- Reserve a room/space well in advance
- Pack comfortable hut clothing (incl. hut shoes)
- Hut sleeping bag for a warm night's sleep
- Towel
- Earplugs

Sun protection, toiletry items, first-aid

- Sunglasses with good UV protection
- Sunblock and lip balm
- Paper handkerchiefs
- Insect repellent
- Personal toiletry items
- Pharmaceuticals for pain, allergies, insect bites, sunburn, circulatory complaints, ...
- Hiker's first-aid kit
- Mineral supplements (magnesium), according to personal needs

Don't forget

- IDs (passport, driver's license, ...)
- Travel documents (booking confirmations, ...)
- Hiking map with distance scale
- Gastein Trail brochure
- Charger and power bank for smartphones
- Pocketknife
- Drinks bottle
- cash for the huts

Gut zu wissen Good to know

Hunde?

Grundsätzlich dürfen Hunde auf Wanderungen mitgenommen werden. Bei Wanderungen gehören Hunde an die Leine. Wenn andere Tiere (Kühe, Pferde,...) auf Sie zukommen, nehmen Sie den Hund von der Leine – er ist schneller als die anderen Tiere und kann davonlaufen. In öffentlichen Verkehrsmitteln (Bus, aber auch Gondel) herrscht grundsätzlich Leinen- & Maulkorbpflicht. Wenn Sie einen Hund mitnehmen wollen, bitten wir um vorherige Rücksprache mit der Hütte.

Hüttenübernachtung?

Eine Reservierung vorab ist sehr wichtig, damit man seinen Schlafplatz im Bettenlager oder in einem 2- oder Mehrbett-Zimmer auch wirklich hat; Ohropax sorgen für ruhige Nächte und ein eigener Hüttenschlafsack wird vorausgesetzt. Die Mitnahme von Bargeld ist erforderlich, da man in vielen Hütten nicht mit Karte bezahlen kann.

Beste Reisezeit?

Juni bis Mitte September (Bergbahnen und Almen geöffnet)

Können?

Der Gastein Trail führt vorwiegend über rot markierte Bergwanderwege, teilweise sind es auch schmalere und abschüssige Wegstrecken. Trittsicherheit und Schwindelfreiheit sind stellenweise erforderlich.

Um mehrere Etappen oder den gesamten Gastein Trail zurücklegen zu können und somit mehrere Tage hintereinander 5 bis 8 Stunden zu gehen, ist körperliche Fitness sehr wichtig. Die anspruchsvollste Etappe ist Etappe 5.

Notfall?

Notrufnummern: Euro-Notruf: 112

Bergrettung: 140

Tipp: Der Euro-Notruf kann auch ohne SIM-Karte in jedem Netz abgesetzt werden. Wenn Sie in einem Funkloch sind, schalten Sie ihr Mobiltelefon auf Flugmodus oder schalten Sie es aus und wieder ein und geben Sie anstatt des PIN-Codes direkt die Euro-Notruf Nummer 112 ein.

 **Euro Notruf: 112**
Bergrettung: 140

Naturschutz!

Die Natur ist vor allem im alpinen und hochalpinen Bereich sehr empfindlich und daher ist ein bewusster, sorgsamer und verantwortungsvoller Umgang mit ihr sehr wichtig. Verlassen Sie keine vorgegebenen, markierten Wege, pflücken Sie keine geschützten Pflanzen, schonen Sie das Wasser, meiden Sie Ruhe- und Schutzgebiete und nehmen Sie Ihren Müll wieder mit ins Tal. Mit diesen Tipps können Sie die Ruhe und Kraft der Natur als Erholungsgebiet besonders genießen.



Dogs?

In principle, dogs are allowed on hikes. Dogs must be kept on a leash during hikes. If other animals (cows, horses, ...) approach you, take the dog off the leash - it is faster than the other animals and can run away. In public transport (bus, but also gondola) it is generally compulsory to have a leash & muzzle. If you want to take a dog with you, please contact the hut in advance.

Spending the night in a hut?

It is very important to make a reservation in advance so that you really have a place to sleep in the dormitory or in a 2-bed or multi-bed room; earplugs ensure quiet nights and your own hut sleeping bag is required. It is necessary to bring cash with you, as you cannot pay by card in many huts.

Best time to travel?

June to mid-September (mountain railways and alpine pastures open)

Ability?

The Gastein Trail leads mainly along red-marked mountain trails, some of which are narrower and sloping. Surefootedness and a head for heights are required in places. In order to be able to cover several stages or the entire Gastein Trail and thus walk for 5 to 8 hours several days in a row, physical fitness is very important. The most demanding stage is stage 5.

Emergency?

*Emergency numbers: Euro emergency call: 112
Mountain rescue: 140*

Tip: The Euro emergency call can also be made without a SIM card on any network. If you are in a dead zone, switch your mobile phone to flight mode or switch it off and on again and enter the Euro emergency number 112 directly instead of the PIN code.

 **Euro Emergency call: 112**
Mountain rescue: 140

Nature conservation!

Nature is very sensitive, especially in alpine and high alpine areas, and therefore a conscious, careful and responsible approach to it is very important. Do not leave any predefined, marked paths, do not pick any protected plants, go easy on the water, avoid quiet and protected areas and take your rubbish back down to the valley. With these tips, you can particularly enjoy the peace and power of nature as a recreational area.

Verhaltensregeln für den Umgang mit Weidevieh

Rules for a safe holiday around cattle

1



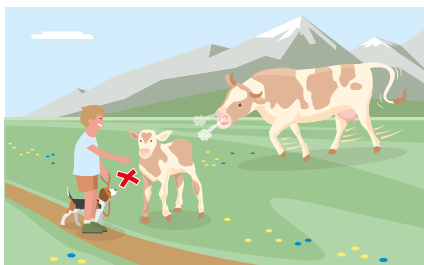
Kontakt zum Weidevieh vermeiden, Tiere nicht füttern, sicheren Abstand halten!
Avoid contact with grazing animals. Do not feed the animals, maintain a safe distance at all times!

2



Ruhig verhalten, Weidevieh nicht erschrecken!
Try not to be loud. Do not startle cattle!

3



Mutterkühe beschützen Ihre Kälber, Begegnung von Mutterkühen und Hunden vermeiden!
Mother cows protect their calves. Avoid cows with calves, especially if you have a dog with you!

4



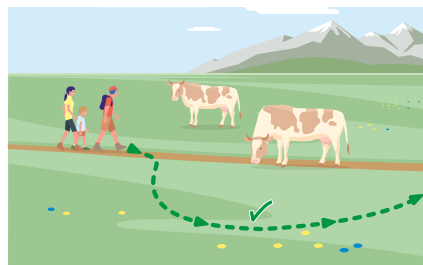
Hunde immer unter Kontrolle halten und an der kurzen Leine führen. Ist ein Angriff durch ein Weidetier abzusehen: Sofort ableinen!
Always keep dogs under control and on a short leash. If it becomes clear that a cow is going to attack: let your dog off the lead immediately!

5



Wanderwege auf Almen und Weiden nicht verlassen! Do not stray from the path!

6



Wenn Weidevieh den Weg versperert, mit möglichst großem Abstand umgehen!
If cattle block your path give them the widest berth you can!

7



Beim Herannahen vom Weidevieh: Ruhig bleiben, nicht den Rücken zukehren, den Tieren ausweichen!
If a cow approaches you: Stay calm, don't turn your back on the animal and give it a wide berth!

8



Schon bei ersten Anzeichen und Unruhe der Tiere Weidefläche zügig verlassen!
At the first sign of the animals seeming unsettled, remain calm and leave the area quickly!

9



Zäune sind zu beachten! Falls es ein Tor gibt, dieses nutzen, danach wieder gut schließen und Weide zügig verlassen.
Respect fences! If there is a gate, please use it and close it afterwards, then cross the meadow swiftly!

Begegnen Sie den hier arbeitenden Menschen, der Natur und den Tieren mit Respekt!

Treat the people who work here, the countryside and the animals with respect!



Empfehlungen für einen fairen Umgang mit der Natur

Recommendations for a fair treatment of nature

DANKE, dass

- Sie sich während der Morgen- und Abenddämmerung sowie in der Nacht nicht im Wald aufhalten - so kann das Wild in Ruhe Nahrung aufnehmen.
- Sie sich auf markierten Routen und Wegen aufhalten - so können sich die Wildtiere an Freizeitsportler*innen gewöhnen und empfinden sie normalerweise nicht als Bedrohung.
- Sie Ihren Hund an der Leine führen - er könnte sonst Wildtiere gefährden.
- Sie Ihren Hund während der Vegetationsperiode landwirtschaftlich genutzte Flächen nicht als Hundetoilette benutzen lassen.
- Sie keinen Müll hinterlassen und Ihren Abfall inkl. Speisereste wieder mit ins Tal nehmen.
- Sie Wildruhe- und Fütterungszonen nicht betreten und weitläufig umgehen.

THANK YOU for

- staying out of the forest at dawn, dusk and at night - this allows wildlife to feed in peace.
- staying on marked routes and paths - this way wild animals can get used to recreational athletes and usually do not perceive them as a threat.
- keeping your dog on a leash - otherwise it could endanger wild animals.
- not let your dog use agricultural land as a dog toilet during the growing season.
- not leaving any garbage behind and taking your garbage, including leftovers, back to the valley.
- not entering wildlife resting and feeding zones and avoiding them.



So sammeln Sie Punkte für die Gasteiner Wandernadel How to collect points for the Gastein Hiking Pin



Im **“App Store”** oder in **„GooglePlay“** nach SummitLynx suchen, installieren und App starten. Wenn Sie bei Facebook sind, können Sie sich damit anmelden. Falls nicht, legen Sie einfach einen SummitLynx-Account an.

*Search for SummitLynx in the **„App Store“** or **„GooglePlay“**, install and launch the app. If you are on Facebook, you can sign in with it. If not, just create a SummitLynx account.*

Im Menü finden Sie den Punkt **„Wandernadel“**. Dort sehen Sie, welche Ziele Sie erreichen müssen, um die Nadel zu verdienen. Außerdem erhalten Sie einen Überblick, wo Sie schon waren, wie viele Punkte Sie bereits gesammelt haben bzw. wie viele Ihnen noch fehlen.

*In the menu you will find the item **„Hiking pin“**. There you can see which goals you have to achieve to earn the pin. You also get an overview of where you have already been, how many points you have already collected and how many you are still missing.*

Wandere los! Wenn Sie Ihr Ziel erreicht haben, starte die App. Tragen Sie ein, indem Sie auf das runde Symbol unten klicken. Machen Sie ein Foto, schreiben Sie einen kleinen Text und vergessen Sie nicht abzuspeichern. :-). Auf www.summitlynx.com können Sie Ihre Einträge nachträglich editieren!

Start hiking! When you reach your destination, start the app. Sign in by clicking on the round icon at the bottom. Take a picture, write a little text and don't forget to save. :-). On www.summitlynx.com you can edit your entries afterwards!

Werden Sie Fan auf www.facebook.com/summitlynx oder folgen Sie auf www.instagram.com/summitlynx
Become a fan at www.facebook.com/summitlynx or follow us on www.instagram.com/summitlynx

Gastein Trail Nadeln Gastein Trail hiking pins



alle (7) Etappen



5 Etappen



3 Etappen

Digitale Stempelstellen Digital Stamp Stations

Für den Erhalt der Nadeln müssen folgende Check In's gemacht werden:

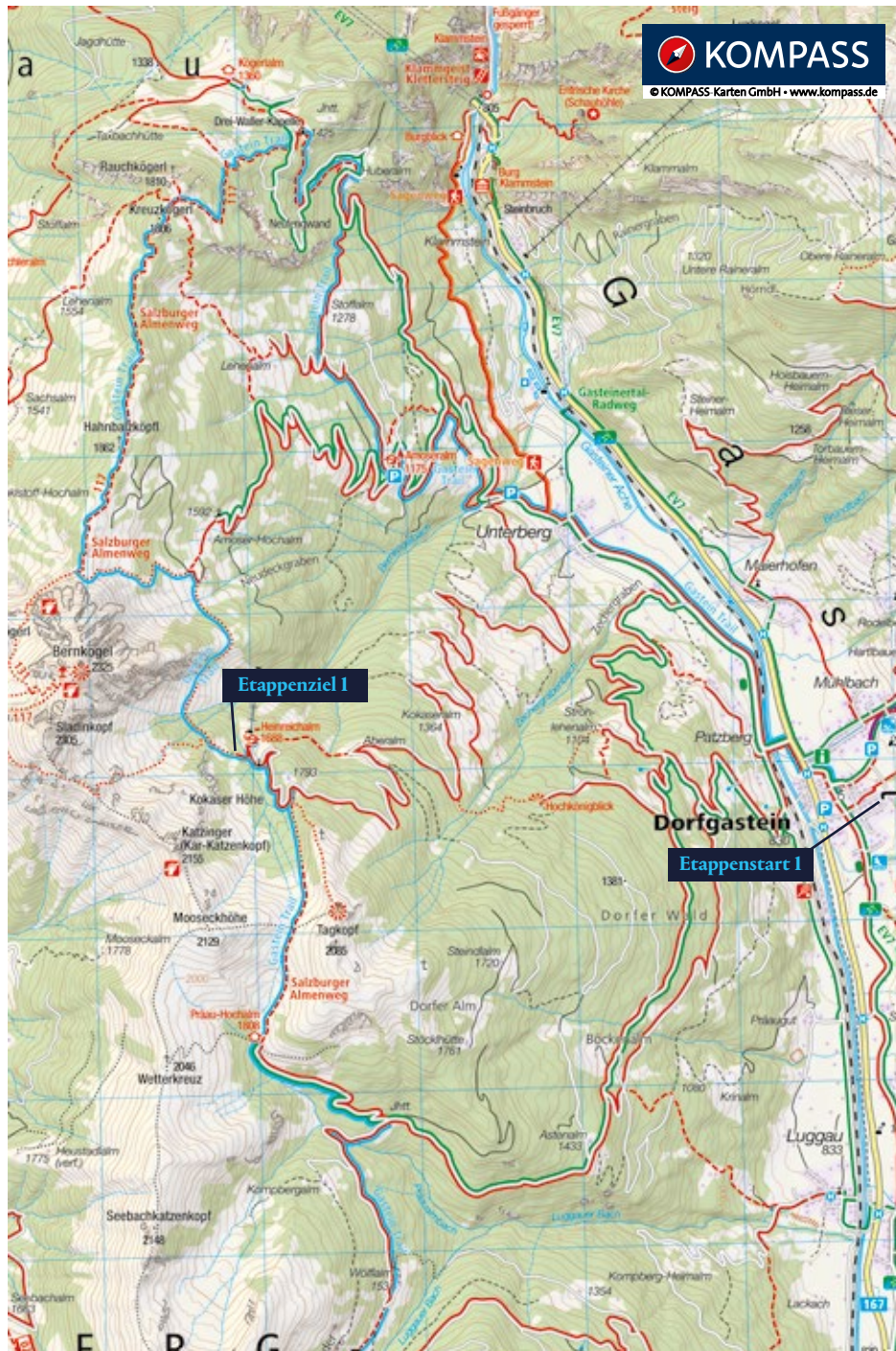
To obtain the pins, the following check-ins must be made:

- | | |
|-----------------|---|
| Start: | Wanderstartplatz
Gemeindepark Dorfgastein |
| Checkpoint: | Hahnbalzköpfl |
| 1. Etappenziel: | Heinreichalm |
| Checkpoint: | Präau Hochalm |
| 2. Etappenziel: | Biberalm |
| Checkpoint: | Brandner Hochalm |
| 3. Etappenziel: | Schlossalm Bergstation |
| Checkpoint: | Nesslachhütte |
| 4. Etappenziel: | Angertal |
| Checkpoint: | Stubnerkogel Gipfelrestaurant |
| Checkpoint: | Miesbichlscharte |
| 5. Etappenziel: | Talboden Sportgastein |
| Checkpoint: | Montanmuseum Altböckstein |
| 6. Etappenziel: | Wasserfallbrücke Bad Gastein |
| Checkpoint: | Gadaunerer Schlucht
(Gasteiner Höhenweg) |
| Ziel: | Wanderstarplatz Höhenweg
Bad Hofgastein (Friedhof) |

Diese Wandernadel ist eine rein digitale Belohnung, Sie bekommen eine Urkunde per E-Mail zugeschickt.

This hiking pin is a purely digital reward, you will receive a certificate by e-mail.





Etappe 1 Dorfgastein - Heinreichalm

Aufsteigen zwischen idyllischen Almen und wilden Gipfeln

7 h | 15,3 km | 1.327 Hm im Aufstieg | 469 Hm im Abstieg



Das Gasteinertal ist zu Recht eines der bekanntesten Täler Österreichs. Denn es bietet extrem viel: Da sind auf der einen Seite die mondänen und berühmten Orte Dorfgastein, Bad Hofgastein und Bad Gastein, lebendige Orte, in denen teilweise schon seit dem Mittelalter die Heilkraft der Thermen genutzt wird. Hoch über den Orten werden die Berge immer höher, je weiter Richtung Talschluss gewandert wird, und schwingen sich zu gletscherbedeckten Dreitausendern auf. Es gibt aber auch die stille Seite des Gasteinertales. Auf den Almen hoch über dem Talgrund und knapp unter den Gipfeln. Almen, die bewirtschaftet, aber dennoch nur zu Fuß oder mit dem Mountainbike erreichbar sind und ihre Ursprünglichkeit bewahrt haben. Auf denen die Natur und die Tiere den Rhythmus bestimmen und nicht der Mensch – und die deshalb ein ganz besonderes Maß an Entspannung vom Alltag bieten.

Genau in diese stille Almlandschaft taucht man in den ersten 3 Tagen des Gastein Trails ein. Die hier beschriebene Etappe bringt Sie dabei von Dorfgastein mit seinem lebendigen Dorfleben auf schönen Wanderwegen durch Wälder hinauf in die Almregionen knapp unterhalb der Gipfel. Eine lange Etappe mit vielen Höhenmetern bergauf, die Sie aber genau aus diesem Grund ganz weit weg vom Alltag bringt. Und die Übernachtung auf der Heinreichalm ist ein echtes Highlight, der Ausblick auf den markanten Bernkogel eine Einzigartigkeit!



Route:

Das Erlebnis Gastein Trail beginnt inmitten gelebter Tradition. In Dorfgastein, wo einst Kutscher und Säumer rasteten, machen sich nun Wanderer für die erste von sieben Berg-Etappen bereit. Der Start des Gastein Trails befindet sich am Wanderstartplatz beim Gemeindeamt im Zentrum von Dorfgastein (Kreuzung Dorfstraße – Bergbahnstraße). [Hinweis: das Auto kann am Parkplatz der Fulseck Bergbahn abgestellt werden; man erreicht von hier zu Fuß in 5 Minuten den Wanderstartplatz.] Von dort aus führt die Dorfstraße nach Norden durch das Zentrum, vorbei an der Tourismusinformation bis zum Mühlbach. Nach kurzer Zeit am Geh- und Radweg wird die Bundesstraße B 167 gequert und links über die Brücke auf die Unterberger Straße eingebogen. Nach Überquerung der Gasteiner Ache hält man sich gleich danach bei der Straßengabelung rechts (immer noch Unterberger Straße). Nach etwa 30 Minuten entlang der kleinen Straße parallel zur Gasteiner Ache wird nun die kleine Ortschaft Unterberg erreicht. [Anmerkung: wer die Etappe verkürzen will, kann von Dorfgastein bis hierhin ein Ruftaxi nehmen – Zeitersparnis ca. 45 Minuten.]

Am Ende der Ortschaft Unterberg gehen Sie links (Wegweiser Bärenweg vorhanden) und anschließend gleich rechts bergwärts, um zum Wanderstartplatz Unterberg zu gelangen. Von dort führt der rechte Forstweg zuerst entlang eines Grabens, verjüngt sich dann zu einem Feldweg bzw. Steig und bringt Sie in weiterer Folge zu einer Forststraße. Von hier aus geht es über den Bärenweg hoch zur bewirtschafteten Amoseralm (ca. 1 Std. 10 min vom Wanderstartplatz Unterberg).

Während die gemütlichen Feldwege zu entspannten Gesprächen einladen, rückt die alltägliche Hektik mit jedem bewältigten Höhenmeter ein Stück weiter in die Ferne. Auf eine Alm folgt die nächste: Bei der Amoseralm folgt man rechts (nach Norden)

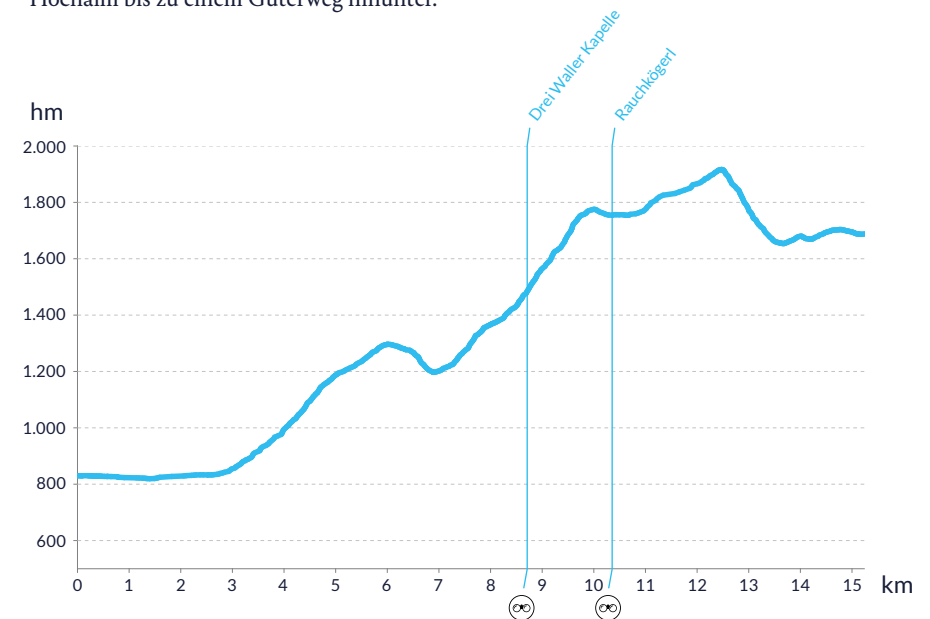
den markierten Wanderweg Richtung Drei Waller und Rauchkögerl und kommt nach zwei Kehren zu einer Weggabelung. Der rechte Wanderweg wird gewählt und man erreicht nun leicht absteigend in Kürze die nicht bewirtschaftete Stoffalm. Diese Alm ist ein besonderes Juwel: malerische Almromantik, erschaffen durch alte Holzbautechniken, der urigen Brunntrog sowie der stimmungsvolle Kraftbaum sind wie geschaffen für eine kurze Rast. Von der Stoffalm wandern Sie nun in gleicher Gehrichtung etwa 100 Höhenmeter durch dichten Wald bergab bis zu einer weiteren Almstraße, der Sie geradeaus - nun wieder bergauf - in wenigen Minuten zur unbewirtschafteten Huberalm folgen. Direkt vor der Alm zweigt links ein Wanderweg ab, der - einmal die Almstraße überquerend - bis zur Drei-Waller-Kapelle führt, die in einem kleinen Sattel liegt. Der auf 1.425 Metern Seehöhe gelegene Pass ist der älteste Übergang im Gasteinertal und gleichzeitig ein uralter Wallfahrtsplatz - ein besonderer „Kraftplatz“ und wie dafür geschaffen, Wanderer mit neuer Energie aufzuladen.

Von der Kapelle könnte in 10 min die bewirtschaftete zertifizierte Almsommerhütte Kögerlalm (1.360 m) erreicht werden, wo sich eine Einkehr lohnt - Der Weiterweg zur Heinreichalm führt jedoch von der Kapelle links einen Waldweg bergauf Richtung Rauchkögerl/Kreuzkögerl. Atemberaubende Blicke auf das weitläufige Salztal tun sich auf: unterhalb des Gipfels des Rauchkögerls geht es links an einem Hochmoor vorbei weiter Richtung Süden auf den kleinen Gipfel des Kreuzkögerls.

Auf 1.810 Metern Seehöhe beginnt dann eine atemberaubende Höhenwanderung über sanfte Bergrücken und durch verträumte Bergurwälder. Nun auf dem nach Süden ziehenden Höhenrücken verbleibend, vorbei an einigen weiteren kleinen Teichen und

Mooren, wird das Hahnbalzköpfl erreicht. Wanderern bieten sich endlose Fernblicke und spektakuläre Panoramen: In der Weite thront der mächtige Bernkogel mit seinem markanten Gipfel. Gering ansteigend führt der Weg zum höchsten Punkt dieser Etappe, wo das Pappernigg-Kreuz mit herrlichem Ausblick zum Verweilen einlädt. Nach weiteren 150 m Richtung Bernkogel zweigt ein Weg nach links ab und führt seitlich des vom Bernkogel herabziehenden Schuttkegels an Moränen vorbei in Richtung Amoser Hochalm bis zu einem Güterweg hinunter.

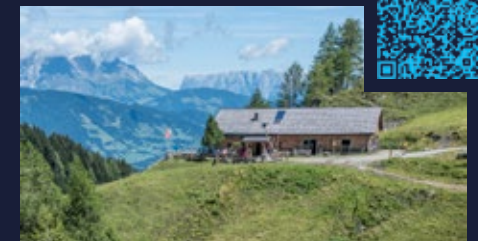
Oberhalb der Amoser Hochalm - am Fuße des Bernkogels - bei einer Linkskehre des Güterweges wird dieser bereits wieder verlassen. Geradeaus/rechts beginnt der Bettlersteig, ein alter Verbindungsweg, der bis zur 1.688 m hoch gelegenen Heinreichalm führt. Die bewirtschaftete Almhütte ist die heutige Übernachtungsmöglichkeit der ersten Etappe des Gastein Trails. Genießen Sie die himmlische Ruhe hier oben hoch über dem lebendigen Talgrund des Gasteiner Tales.



Heinreichalm 1.688 m

geöffnet von Ende Juni bis Mitte September
open from the end of June until mid-September

T. +43 664 924 85 01



Stage 1 Dorfgastein - Heinrichalm

Hike between idyllic alpine pastures and wild peaks

7 h | 15.3 km | 1,327 m Ascent | 469 m Descent



The Gastein Valley is rightly one of the most famous valleys in Austria. Because it has a lot to offer: On the one hand, there are the sophisticated and famous towns of Dorfgastein, Bad Hofgastein and Bad Gastein, lively places where the healing power of the thermal baths has been used since the Middle Ages. High above the villages, the mountains become higher and higher the further you hike towards the head of the valley, and swing up to glacier-covered three-thousand-metre peaks. But there is also the quiet side of the Gastein Valley. On the alpine pastures high above the valley floor and just below the peaks. Alpine pastures that are managed, but can still only be reached on foot or by mountain bike and have retained their originality. On which nature and animals determine the rhythm and not humans - and which therefore offer a very special degree of relaxation from everyday life.

It is precisely in this quiet alpine landscape that you immerse yourself in the first 3 days of the Gastein Trail. The stage described here takes you from Dorfgastein with its lively village life on beautiful hiking trails through forests up to the alpine pasture regions just below the peaks. A long stage with many metres of altitude uphill, but for this very reason it takes you far away from everyday life. And the overnight stay on the Heinrichalm is a real highlight, the view of the striking Bernkogel a uniqueness!

Stage course:

The Gastein Trail experience begins in the midst of living tradition. In Dorfgastein, where coachmen and muleteers once rested, hikers are now getting ready for the first of seven mountain stages. The start of the Gastein Trail is at the hiking starting point at the municipal office in the centre of Dorfgastein (intersection Dorfstraße – Bergbahnstraße). [Note: the car can be parked at the parking lot of the Fulseck mountain cablecar; from here you can reach the hiking starting point in 5 minutes on foot.] From there, the village road leads north through the centre, past the tourist information office to the Mühlbach. After a short time on the footpath and cycle path, cross the B167 federal road and turn left over the bridge onto Unterberger Straße. After crossing the river “Gasteiner Ache”, keep right at the fork in the road (still Unterberger Straße). After about 30 minutes along the small road parallel to the river “Gasteiner Ache”, the small village of Unterberg is now reached. [Note: if you want to shorten the stage, you can take an on-demand taxi from Dorfgastein to here – time saving about 45 minutes.] At the end of the village of Unterberg, turn left (signposted as

“Bärenweg”) and then immediately right uphill to reach the Unterberg hiking starting point. From there, the forest path on the right first leads along a ditch, then narrows to a dirt track or climb and subsequently takes you to a forest road. From here, take the Bärenweg up to the farmed Amoseralm (approx. 1 h 10 min from the Unterberg hiking starting point).

While the comfortable dirt roads invite you to relaxed conversations, the everyday hustle and bustle moves a little further into the distance with every metre of altitude mastered. One alpine pasture is followed by the next: at the Amoseralm, follow the hiking trail uphill to the right (north) in the direction of “Drei Waller” and “Rauchkögerl” and after two hairpin bends you come to a fork in the road. The right-hand alpine path is chosen and you will soon reach the Stoffalm, which is not open to the public. This alpine pasture is a special jewel: picturesque alpine romance, created by old timber construction techniques, the rustic fountain trough and the atmospheric power tree are perfect for a short rest.

From the Stoffalm you now hike in the same direction about 100 metres downhill through dense forest to another alpine road, which you follow straight ahead - now uphill again - in a few minutes to the unmanaged Huberalm. Directly in front of the hut, a hiking trail branches off to the left, which - once crossing the alpine road - leads to the Drei-Waller-Kapelle, which is located in a small saddle. The pass, located at 1,425 metres above sea level, is the oldest crossing in the Gastein Valley and at the same time an ancient pilgrimage site - a special „place of power“ and as if made to recharge hikers with new energy.

From the chapel, it is 10 minutes to reach the certified alpine summer hut Kögerlalm (1,360 m), where it is worth stopping for a bite to eat - however, the way to the Heinrichalm leads from the chapel to the left along a forest path uphill towards Rauchkögerl/Kreuzkögerl. Breathtaking views of the extensive Salzach Valley open up: below the summit of the Rauchkögerl, turn left past a high moor and continue south to the small summit of the Kreuzkögerl.

At 1,810 metres above sea level, a breathtaking high-altitude hike over gentle mountain ridges and through dreamy mountain primeval forests begins. Now remaining on the ridge moving southwards, past a few more small ponds and moors, the Hahnbalzköpfel is reached. Hikers can enjoy endless views and spectacular panoramas: the mighty Bernkogel with its striking summit sits enthroned in the distance. The path leads slightly uphill to the highest point of this stage, where the Pappernigg Cross invites you to linger with a magnificent view. After another 150 m in the direction of Bernkogel, a path branches off to the left and leads down sideways of the scree cone descending from the Bernkogel past moraines in the direction of the Amoser Hochalm to a goods road. Above the Amoser Hochalm - at the foot of the Bernkogel - at a left-hand bend of the goods road, the road is already left again. Straight ahead/right begins the Bettlersteig, an old connecting path that leads to the 1,688 m high Heinrichalm. The managed alpine hut is today's overnight accommodation on the first stage of the Gastein Trail. Enjoy the heavenly peace up here high above the lively valley floor of the Gastein Valley.





Etappe 2 Heinreichalm - Biberalm

Aufladen inmitten malerischer Kessellandschaften und uriger Bergwildnis

4 ¼ h | 10,7 km | 701 Hm im Aufstieg | 650 Hm im Abstieg



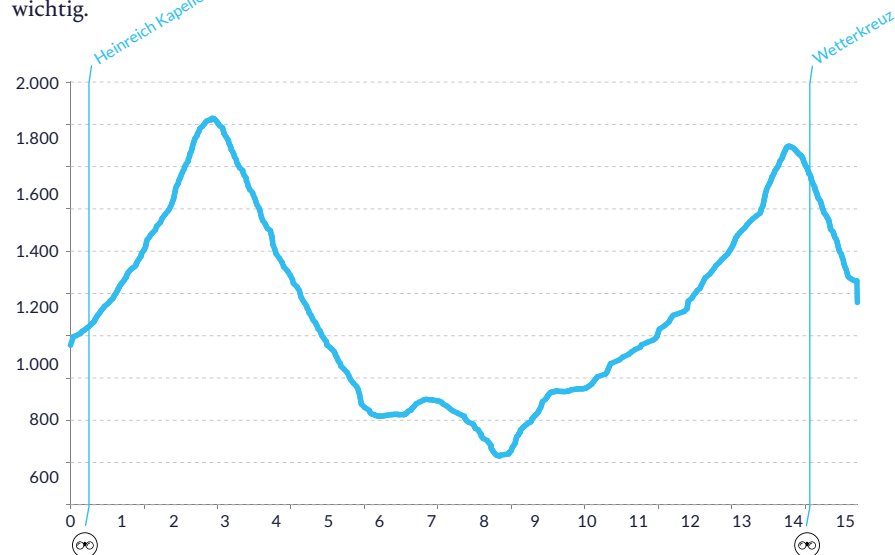
Wo könnte das Aufstehen leichter fallen als umgeben von Bergen? Weit weg von den Sorgen des Tales verschwindet der Alltag mit jedem Schritt in der urigen Almkessellandschaft noch ein Stück mehr hinter den Bäumen. Und man geht einer Ruhe entgegen, wie sie nur in der Abgeschiedenheit der Berge zu finden ist - jedoch immer begleitet vom beruhigenden Muhen der Kühe, die hier zuhause ihren Sommer verbringen. Denn in der Landschaft dieser Etappe leben Almbauern und Tiere nicht viel anders, als sie es schon vor Jahrhunderten getan haben: nämlich im Einklang mit der Natur.

Zusätzlich machen grandiose Ausblicke auf die Gasteiner Hausberge und die ersten Dreitausender des Nationalparks Hohe Tauern am Horizont diese Etappe zu einer Tour zum Staunen und Genießen.



Route:

Nach einer erholsamen Nacht auf der Heinreichalm startet die zweite Etappe mit einem malerischen Ausblick auf abgeschiedene Kessellandschaften. Von der Heinreichalm gibt es einen leichten Aufstieg nach Süden über den Weg zur Heinrich-Kapelle, die in der malerischen Kessellandschaft fast schon kitschig wirkt. Vorbei an der urigen Kokaseralm wählt man in einer Linkskehre den rechts nach Süden führenden Pfad, der anfangs durch Wald bis zu einem Sattel zwischen Tagkopf und Mooseckhöhe führt. Mit jedem Schritt auf dem gemütlichen Waldweg verschwindet der Alltag noch ein Stück mehr hinter den Bäumen und Wanderer gehen einer Ruhe entgegen, wie sie nur in der Abgeschiedenheit der Berge zu finden ist. Über ein ausgedehntes Weidegebiet leitet der Pfad zur urigen Präau Hochalm. Bei genauerer Betrachtung dieser Alm kann man erkennen, dass die Form des Daches dem Gipfel im Hintergrund gleicht. Von der Alm wird nun weiter hinab gewandert zu einer Kreuzung mit einer Forststraße beim Jagahäusl. Unabhängig von Wetter und Jahreszeit ist auf diesem Abschnitt wasserdichtes Schuhwerk für das Überqueren der vielen Bäche und Flüsse besonders wichtig.



Werden so manche Füße trotzdem nass, befindet sich direkt am Wegrand die „Trocken-Socken-Bank“ für eine kurze Pause. Beim Jagahäusl benutzt der Weiterweg zur Biberalm den Wanderweg rechts durch das weitläufige Almgebiet von Wölflalm, Gröbneralm und Walchalm (alle drei nicht bewirtschaftet; zwischen Gröbneralm und Walchalm bei einer Wegkreuzung den rechten Weg Nr. 116 bergauf nehmend). Ab der Walchalm wird der Weg nun steiler und führt in Serpentinaen (an einer Weggabelung den links führenden Weg nehmend) bis zur Hohen Scharte und zum 1.895 Meter hohen Wetterkreuz, wo man mit einem außergewöhnlichen Blick auf Bad Gastein und Bad Hofgastein belohnt wird. Für einen Augenblick sollte man hier verweilen, bevor es über den Weg Nr. 116A bergab zur Biberalm geht. Die zertifizierte Salzburger Almsommerhütte von Familie Gruber verspricht schon aus der Ferne schöne Abendstunden mit einem unvergleichlichen Ausblick auf die beeindruckenden Hohen Tauern im Süden, die Orte Bad Hofgastein und Bad Gastein sowie den weiteren Wegverlauf des Gastein Trails.

Stage 2 Heinreichalm - Biberalm

Recharge in the midst of picturesque wild landscapes and rustic mountain wilderness

4 ¼ h | 10.7 km | 701 m Ascent | 650 m Descent

Where could it be easier to get up than surrounded by mountains? Far away from the worries of the valley, everyday life disappears a little more behind the trees with every step in the rustic alpine basin landscape. And you walk towards a peace that can only be found in the seclusion of the mountains - but always accompanied by the soothing mooing of the cows that spend their summer here. Because in the landscape of this stage, alpine farmers and animals do not live much differently than they did centuries ago: namely in harmony with nature.

In addition, magnificent views of Gastein's mountains and the first three-thousand-metre peaks of the Hohe Tauern National Park on the horizon make this stage a tour to marvel at and enjoy

Stage course: After a restful night on the Heinreichalm, the second stage starts with a picturesque view of secluded mountain landscapes. From the Heinreichalm there is an easy ascent south via the path to the Heinrich Chapel, which seems almost kitschy in the picturesque landscape. Past the rustic Kokaseralm, you choose the path leading south to the right in a left-hand bend, which initially leads through the forest to a saddle between Tagkopf and Mooseckhöhe. With every step on the leisurely forest path, everyday life disappears a little more behind the trees and hikers walk towards a silence that can only be found in the seclusion of the mountains. The path leads across an extensive pasture area to the rustic Präau Hochalm. If you take a closer look at this alpine pasture, you can see that the shape of the roof resembles the summit in the background.

From the alpine pasture, you now hike further down to a junction with a forest road at the Jagahäusl. Regardless of the weather and season, waterproof footwear is particularly important on this stage for

crossing the many streams. If some feet still get wet, the "dry sock bench" is located directly at the edge of the path for a short break.

Here, the onward path to the Biberalm uses the hiking trail on the right through the extensive alpine pasture area of Wölflalm, Gröbneralm and Walchalm (all three are not managed; between Gröbneralm and Walchalm at a crossroads, take the right-hand path no. 116 uphill). From the Walchalm, the path now becomes steeper and leads in serpentinaen (taking the path to the left at a fork in the road) to the Hohen Scharte and the 1,895-metre-high Wetterkreuz, where you are rewarded with an extraordinary view of Bad Gastein and Bad Hofgastein. You should linger here for a moment before taking trail no. 116A downhill to the Biberalm. The certified Salzburg Alpine Summer Hut of the Gruber family promises beautiful evening hours with an incomparable view of the impressive Hohe Tauern in the south, the villages of Bad Hofgastein and Bad Gastein as well as the further course of the Gastein Trail.

Biberalm 1.735 m

geöffnet von Ende Mai bis Mitte Oktober
1 Doppelzimmer, 8 Betten in einer kleinen Hütte nebenan
open from the end of May until mid-October
1 double room, 8 beds in a small hut next door.

T. +43 664 593 20 45





Etappe 3 Biberalm - Schlossalm Bergstation

Hoch über dem Gasteinertal den Weitblick genießen

4 h | 8,3 km | 731 Hm im Aufstieg | 405 Hm im Abstieg



Ist es das eiskalte Gebirgswasser aus dem Brunnen oder der traumhafte Sonnenaufgang über den gegenüber liegenden Bergen: ein Wanderstart auf einer hoch gelegenen Alm wie der Biberalm ist immer etwas ganz Besonderes. Die Ruhe und gleichzeitige Frische ist einfach ein Luxus, der im Tal nicht zu bekommen ist. Und das gilt auch für die Höhenwanderung zum Etappenziel bei der Bergstation der Schlossalmbahn: über entlegene Alpen, durch duftende Wälder und zuletzt durch eine archaische Karlandschaft wandern Sie immer hoch über dem Gasteinertal mit großartigen Ausblicken auf die höchsten Grasberge der Alpen bis zur Kleinen Scharte unweit der Schlossalm Bergstation. Hier ändert sich schlagartig die Szenerie: der Erlebnisberg bietet vielleicht nicht mehr die Ruhe der vorigen Stunden, dafür jedoch allerlei Erlebnisse wie Aussichtsplattformen, Slackline-Park und vielem mehr.

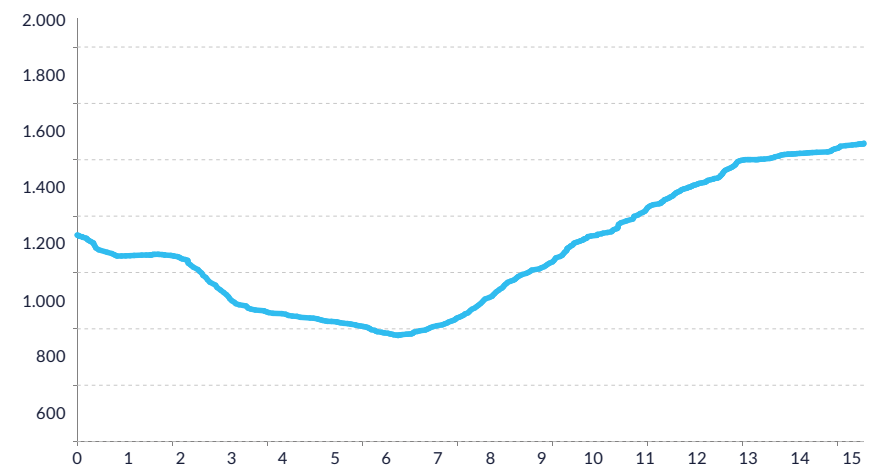
Beim Übernachten hat man die Wahl: entweder fährt man mit der Seilbahn ins Tal nach Bad Hofgastein und genießt dort nach zwei Nächten auf Alpen wieder die Annehmlichkeiten des Tales. Oder man übernachtet im modernen Hofgasteinerhaus der Naturfreunde, welches sich etwa zehn Gehminuten von der Bergstation entfernt befindet.



Route:

Sanft wachgekitzelt von den ersten Sonnenstrahlen und nach einem kräftigen Frühstück hoch über dem Tal auf der Biberalm geht es zunächst leicht absteigend über den Weg 116A mit einem unvergleichlichen Weitblick auf die Dreitausender des Nationalparks Hohe Tauern Richtung Südwesten in einen abgeschiedenen Taleinschnitt. Der Bach im Talgrund wird überquert (kurz zuvor wird bei einer Weggabelung der linke Weg gewählt) und in Kürze über einen alten Verbindungsweg (Nr. 10A) die nicht bewirtschaftete Kerscherhütte erreicht. Nun geht es zunächst auf dem Hytonga-Steig (Nr. 10A) etwa 200 Höhenmeter abwärts und später durch dichten Wald querend unterhalb des Guggensteins Richtung Süden. Hier gilt: kurz Innehalten. Augen schließen. Natur genießen. Der Duft von Bäumen, Pilzen und Moos lässt den Körper aufatmen – und entschleunigt die Gedanken. Aufwendige Nassbereichsüberquerungen halten nicht nur die Füße trocken, sondern sorgen auch für eine kurzweilige Wegstrecke. Kaum aus dem Nadelwald draußen ist es zur ersten bewirtschafteten Alm nicht mehr weit. Die Fundner Heimalm (1.380 m) mit eigener Käserei am Fuße des hochaufragenden Guggensteins ist nach rund 1,5 Stunden Gehzeit erreicht und lädt zu einer kurzen Rast mit besten Almprodukten ein. Von der Alm steigt man wenige Meter hinab zum Leidalmbach. Auf der anderen Seite führt ein Almenweg aufwärts zunächst immer entlang des Leidalmbaches

(Weg Nr. 127A), begleitet vom harmonischen Rauschen des Gebirgswassers. Durch einen schattenspendenden Mischwald geht es in Richtung der bewirtschafteten und idyllisch gelegenen Brandner Hochalm (1.770 m, ca. 1 Std. 30 min von der Fundner Heimalm), die noch einmal zur Rast einlädt. Dort belohnt ein vorerst letzter Blick ins Tal, bevor der breite Weg sich Schritt für Schritt in einen schmalen Steig (Weg Nr. 127A) verwandelt. Der Pfad über die Leidalm zur Kleinen Scharte hält, was sein Name verspricht: Eine archaische Karlandschaft in uriger Bergwildnis tut sich auf. Eine majestätische uralte Zirbe im Leidalmgebiet ist Zeuge davon, dass das Leben nicht immer nur schnelllebig sein muss. Auf der etwa 2.060 m hohen Kleinen Scharte wird eine andere Welt betreten: der Erlebnisberg Schlossalm ist mit Hilfe der gleichnamigen Bergbahn Sommer wie Winter erreichbar und bietet eine ganze Palette an Attraktionen wie Aussichtsplattformen und Slacklinepark. Knapp vor dem Etappenziel bei der Schlossalm Bergstation lohnt sich noch ein 10-minütiger Abstecher zum Gipfelkreuz der 2.119 m hohen Hirschkarspitze. Nicht nur des Gipfelerlebnisses wegen, sondern vor allem wegen dem atemberaubenden Ausblick auf das Gasteintal: zum ersten Mal kann das Tal in seiner ganzen Länge überblickt werden! Von der Kleinen Scharte wird über den Weg 127A nach Süden wandernd in wenigen Minuten nach der Bergstation Schlossalmbahn das heutige Etappenziel erreicht.



Stage 3 Biberalm – Schlossalm mountain station

Enjoy the view high above the Gastein Valley

4 h | 8.3 km | 731 m Ascent | 405 m Descent



Whether it's the ice-cold mountain water from the fountain or the fantastic sunrise over the mountains opposite: a hike start on a high-altitude alpine pasture like the Biberalm is always something very special. The peace and freshness at the same time is simply a luxury that cannot be obtained in the valley. And this also applies to the high-altitude hike to the stage destination at the mountain station of the Schlossalmbahn: over remote alpine pastures, through fragrant forests and finally through an archaic cirque landscape, you always hike high above the Gastein Valley with magnificent views of the highest grassy mountains in the Alps to the Kleine Scharte not far from the Schlossalm mountain station. Here the scenery changes abruptly: the infrastructure of the "adventure mountain" may no longer offer the peace and silence of the previous hours, but all kinds of experiences such as viewing platforms, slackline park and much more.

When it comes to overnight stays, you are spoilt for choice: either you take the cable car down into the valley to Bad Hofgastein and enjoy the amenities of the valley again after two nights on alpine pastures. Or you can spend the night in the modern Hofgasteinerhaus of the Naturfreunde Alpine Club, which is about a ten-minute walk from the mountain station.

Stage course:

Gently tickled awake by the first rays of sunshine and after a hearty breakfast high above the valley on the Biberalm, you first descend slightly along trail 116A - with an incomparable view of the three-thousand-metre peaks of the Hohe Tauern National Park - in a south-westerly direction into a secluded valley cut. Cross the stream at the bottom of the valley (shortly before the left path is chosen at a fork in the road) and shortly reach the Kerscherhütte, which is not open to the public, via an old connecting path (no. 10A). Now we first descend on the Hytonga-Steig (No. 10A) about 200 metres in altitude and later cross through dense forest below the Guggenstein in a southerly direction. The rule here is: pause for a moment. Close your eyes. Enjoy nature. The scent of trees, mushrooms and moss lets the body breathe a sigh of relief - and slows down the thoughts.

Elaborate wet area crossings not only keep your feet dry, but also make for an entertaining route. As soon as you leave the coniferous forest, it is not far to the first managed alpine pasture. The Fundner Heimalm (1,380 m) with its own cheese dairy at the foot of the

towering Guggenstein is reached after about 1.5 hours of walking and invites you to take a short break with the best alpine products.

From the alpine pasture, descend a few metres to the Leidalmbach. On the other side, an alpine path leads uphill along the Leidalm stream (path no. 127A), accompanied by the harmonious murmur of the mountain water. Through a shady mixed forest, the route leads towards the managed and idyllically situated Brandner Hochalm (1,770 m, approx. 1 hour 30 minutes from the Fundner Heimalm), which invites you to take another break.

There, a last look into the valley is rewarded, before the wide path turns step by step into a narrow path (path no. 127A). The path over the Leidalm to the Kleine Scharte lives up to its name: an archaic cirque landscape in a rustic mountain wilderness opens up. A majestic, ancient Swiss stone pine in the Leidalm area is testimony to the fact that life doesn't always have to be fast-paced.



On the approximately 2,060 m high Kleine Scharte you enter another world: the Schlossalm Adventure Mountain can be reached in summer and winter with the help of the mountain cablecar of the same name and offers a whole range of attractions such as viewing platforms and slackline park. Just before the stage finish at the Schlossalm mountain station, it is worth taking a ten-minute detour to the summit cross of the 2,119 m high Hirschkarspitze.

Not only because of the summit experience, but above all because of the breathtaking view of the Gastein Valley: for the first time, the valley can be overlooked in its entire length!

From the Kleine Scharte, hiking south on trail 127A, today's stage destination "Schlossalmbahn mountain station" is reached in a few minutes.

Hofgasteiner Haus der Naturfreunde 1.950 m

geöffnet von Ende Juni bis Mitte September
16 Doppelzimmer mit Dusche, WC und
Bettenlager mit 4 Stockbetten (8 Schlafplätzen)
open from end of June until mid of September
16 double rooms with shower, toilet and dormitory
with 4 bunk beds

T. +43 664 271 36 79





Etappe 4 Schlossalm Bergstation - Angertal

Durch blühende Almwiesen wandern

3 h | 9,2 km | 78 Hm im Aufstieg | 964 Hm im Abstieg



Halbzeit am Gastein Trail. Und Zeit, eine entspannte Etappe einzulegen. Der dreistündige Abstieg von der Schlossalm Bergstation über meist breite Almwege bietet genau das: viel Zeit sich zu erholen und die Blicke in die Ferne (oder auch hinab ins Gasteinertal) schweifen zu lassen.

Route:

Sollte am Vortag keine Zeit dafür gewesen sein: das Gebiet rund um die Schlossalm Bergstation bietet einen abwechslungsreichen Start in den Tag. Und da die Etappe kurz ist, kann man sich auch die Zeit dafür nehmen, die Aussichtsplattform „Schlossalmblick“ oder spannende Erlebnisstationen wie den Motorikweg mit zwanzig Stationen zu besuchen.

Wer sich dann auf den Weg macht, wählt von der Schlossalm Bergstation den nach Osten führenden breiten Güterweg und erreicht absteigend in Kürze das Naturfreundehaus Hofgasteinerhaus. Auf dem weiteren Weg zur Weitmoser Schlossalm mitten durch das Skigebiet Schlossalm wählt man an einer Weggabelung vor einer kleinen Hütte den linken Weg Nr. 127, der als breiter Güterweg vorbei an Pinzgauer Rindern, die hier oben den Almsommer verbringen, führt. Weiter folgt der Gastein Trail dem Kaserebengüterweg, der die Wanderer absteigend um den Ochsenriedel herum (an zwei Weggabelungen den geradeaus führenden Fahrweg folgend) bis zu einer Weggabelung

oberhalb des Skizentrums Angertal bringt. Geradeaus führt der Fahrweg Nr. 115 auf gleichbleibender Höhe taleinwärts, bis links ein Wanderweg hinab in den Talgrund des Lafenbaches leitet. Nach Überquerung des Baches führt der Wanderweg Nr. 115B auf der anderen Seite des Baches wieder talauswärts direkt bis zum Etappenziel beim Skizentrum im Angertal.

Das Angertal ist ein Seitental des Gasteinertals bei Bad Hofgastein und spielte als frühindustrielles Bergbauggebiet lange Zeit eine große Rolle. Besonders das Gold und der lockende Reichtum führten viele Glücksritter hierher. Spuren aus dieser Zeit finden sich bis heute und können beim Goldwaschen und in der Knappenwelt Angertal bestaunt werden. Zudem ist das Angertal reich an Wald - der perfekte Ort zum Waldbaden. Zwischen Juni und August bietet sich auch die Möglichkeit, jeden Donnerstag Ensembles der Philharmonie Salzburg mitten im Wald zu lauschen.

Anmerkung: Die Wegvariante 4a über den Hermann-Kreilinger-Steig und die Gadaunerer Hochalm führt über einen schwierigen (schwarzen) Bergweg und erfordert deshalb Trittsicherheit sowie Schwindelfreiheit, leitet dann aber über die Gadaunerer Hochalm mit ihren naturbelassenen Blumenwiesen. Weitere Informationen:



Stage 4 Schlossalm mountain station - Angertal

Hike through blooming alpine meadows

3 h | 9.2 km | 78 m Ascent | 964 m Descent



Half-time on the Gastein Trail. And time to take a relaxing stage. The three-hour descent from the Schlossalm mountain station over mostly wide alpine paths offers just that: plenty of time to relax and let your gaze wander into the distance (or down into the Gastein Valley).

Stage course:

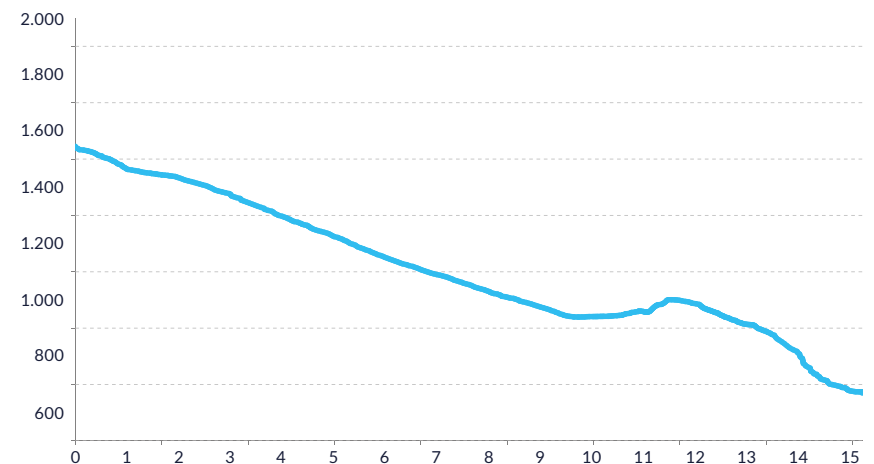
If there was no time for it the day before: the area around the Schlossalm mountain station offers a varied start to the day. And since the stage is short, you can also take the time to visit the “Schlossalmblick” viewing platform or exciting adventure stations such as the motor skills trail with twenty stations.

If you then set off, choose the descending wide goods road leading east from the Schlossalm mountain station and soon reach the Hofgasteinerhaus of the Naturfreunde Alpine Club. On the way to the Weitmoser Schlossalm through the middle of the Schlossalm ski area, choose the left-hand trail no. 127 at a fork in the road in front of a small hut, which leads as a wide goods road past Pinzgau cattle that spend the alpine summer up here. The Gastein Trail continues to follow the Kaserebengüterweg, which takes hikers downhill around the Ochsenriedel (following the road leading straight ahead at two forks in the road) to a fork in the road above the Angertal Ski Centre. Road no. 115 leads straight ahead into the valley at a constant altitude until a

hiking trail leads left down into the valley floor of the Lafenbach. After crossing the stream, hiking trail no. 115B leads on the other side of the stream back out of the valley directly to the stage destination at the ski centre in the Angertal.

The Angertal is a side valley of the Gastein Valley near Bad Hofgastein and played a major role as an early industrial mining area for a long time. Especially the gold and the tempting wealth brought many soldiers of fortune here. Traces from this time can still be found today and can be admired while panning for gold and in the miners’ world of Angertal. In addition, the Angertal is rich in forest - the perfect place for forest bathing. Between June and August, there is also the opportunity to listen to ensembles of the Salzburg Philharmonic Orchestra every Thursday in the middle of the forest.

Note: Path variant 4a via the Hermann-Kreiling-Steig and the Gadaunerer Hochalm leads over a difficult (black) mountain path and therefore requires surefootedness and a head for heights, but then leads over the Gadaunerer Hochalm with its natural flower meadows. More informations:





Etappe 5 Angertal – Sportgastein

Auf den Spuren der Goldgräber dem Nationalpark Hohe Tauern entgegen

7½ h | 16,2 km | 1.233 Hm im Aufstieg | 819 Hm im Abstieg



Die alpinste Etappe des Gastein Trails: großartiges Bergpanorama auf die Dreitausender des Nationalparks Hohe Tauern, ein 2.246 m hoher Gipfel, archaisches alpines Gelände und der imposante Talschluss des Gasteinertales: hier jagt ein Highlight das andere. Im zweiten einsamen Abschnitt über die Miesbichlscharte bestehen zudem gute Chancen, Steinböcke oder Gämsen zu sighten. Und beim Etappenziel in Sportgastein kann in alte Bergbau- und Goldgräberzeiten eingetaucht werden.



Route:

Das geschichtsträchtige Angertal ist der Ausgangspunkt der fünften Etappe. Sichtbar geprägt von seiner Vergangenheit erzählen viele Stationen in diesem Seitental die Goldsagen der Bergbau-Ära.

Die Wanderung startet am Wanderstartplatz im Skizentrum Angertal (Bushaltestelle). Zuerst links (Ww. „Wanderweg Angertal“) die kleine Asphaltstraße hinab und dann dem Wegweiser „Stubnerkogel“ folgend über eine Brücke zu einer Forststraßenkreuzung mit vielen Wegweisern. Der Wegweiser „Stubneralm“, ein Zwischenziel auf dem Weg zum Stubnerkogel, weist auf die Forststraße nach rechts (die blaue Variante auf die Stubneralm über den Forstweg nach links wird nicht genommen), der immer links des Baches weiter taleinwärts vorbei am Waldgasthof Angertal bis zur Abzweigung nach links Richtung Stubneralm (Weg. Nr. 128) gefolgt wird. Das Gehen schafft innere Ruhe und belebt gleichermaßen. Mit jedem Schritt kommt man voran – und scheint für eine Weile selbst der Zeit davonlaufen zu können. Der breite Weg verschmälert sich bald zu einem Wanderweg und durch einen dichten Bergwald (den Wegweisern „Miesbichlscharte-Schattbachalm“ folgend) geht es stetig bergauf, bis der Wanderweg auf eine Forststraße trifft. Hier teilen sich die Wanderwege: der direkte Wanderweg Richtung Miesbichlscharte über die Schattbachalm führt nach rechts – beim Gastein Trail wird jedoch dem Wegweiser Richtung Stubneralm und Miesbichlscharte nach links gefolgt (auch dieser Weg führt später zur Miesbichlscharte, einem Zwischenziel auf dem Gastein Trail nach Sportgastein). Die Forststraße führt zunächst kaum ansteigend (an einer Gabelung die rechte Forststraße nehmend) und später mit Hilfe von vier Kehren bergauf den Hang entlang bis zu einer Almstraßengabelung am Nordrücken des Stubnerkogels. Man

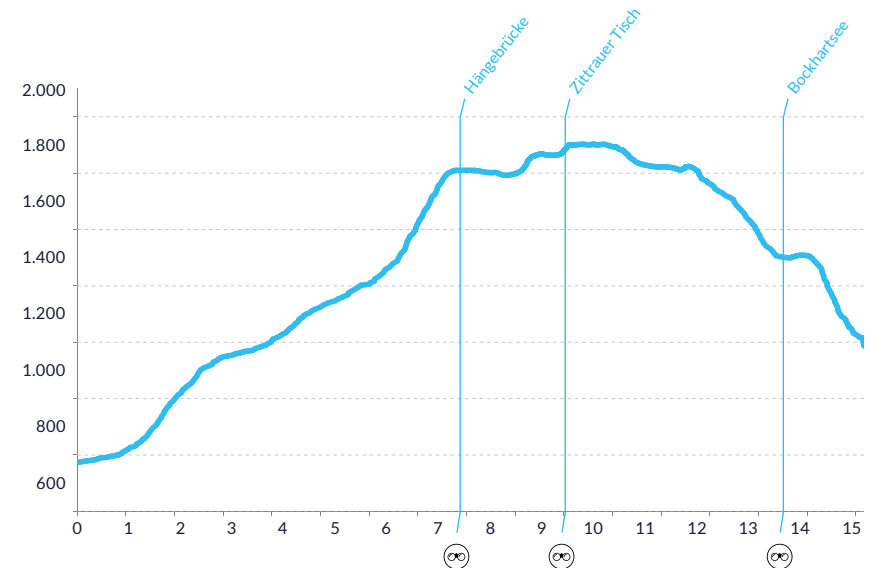
befindet sich nun im baumfreien Almgelände und der Blick zum Stubnerkogel wird frei. Die geradeaus bergab führende Almstraße bringt den Wanderer nun um den Nordrücken herum in Kürze bis knapp vor die bewirtschaftete Stubneralm (1.806 m).

Eine Rast hier einzulegen ist nie ein Fehler, denn der nächste Abschnitt über den Nordrücken auf den Stubnerkogel ist steil. Ob mit oder ohne Almrast zweigt der Wanderweg auf den Stubnerkogel jedoch vor der Alm rechts ab. Zunächst geht es fast weglos über Almwiesen und später wieder mit ausgeprägter werdenden Steigspuren immer entlang des Rückens hinauf, bis knapp unterhalb des Gipfels eine Aussichtsplattform und eine Schotterstraße erreicht wird. Die Straße wird überquert und dem Wanderweg weiter bergauf gefolgt – so überschreitet man den 2.246 m hohen Stubnerkogel. Der beliebteste Aussichtsberg in der Region ist beinahe ganzjährig auch mit der Bergbahn erreichbar – und bietet an klaren Tagen einen freien Blick auf den höchsten Berg Österreichs, den 3.798 m hohen Großglockner. Der Weg führt am riesigen Gipfelkreuz sowie an der Bergstation der Stubnerkogelbahn und dem Gipfelrestaurant Stubner vorbei. Optional kann auch die spektakuläre 140 m lange Hängebrücke mitgenommen werden, wenn man gern ein wenig Adrenalin aufbauen möchte.

Der Wanderweg leitet nun in gleicher Gehrichtung entlang des Kammes nach Süden leicht absteigend bis in die Zittrauer Scharte (2.163 m). Hier folgt man dem bergauf führenden Wanderweg weiter dem Kamm entlang bis zu einer weiteren Weggabelung. Der geradeaus führende Steig direkt über Zittrauer Tisch und Tischkogel führt zwar auch zur Miesbichlscharte, ist jedoch ein schwarzer „schwieriger“ Bergweg. Aus diesem Grund folgt die Hauptroute des Gastein Trails

dem rechts abzweigenden „Otto-Reichert-Weg“, der im Kar auf gleichbleibender Höhe westlich unterhalb des Tischkogels und Zittrauer Tisches entlangführt und sich erst südlich der beiden Gipfel beim Ortbergsschartl wieder mit dem erwähnten schwierigen Weg vereint. In gleichbleibender Richtung quert der Otto-Reichert-Weg nun unterhalb des Ortberges in alpinem Gelände auf einem Steig (Weg. Nr. 111) durch ein blockiges Kar bis zur 2.237 m hoch gelegenen Miesbichlscharte. Von da an geht es fast nur noch bergab und der Untere Bockhartsee wird über den Weg Nr 110/128 erreicht. Die Staumauer wird überschritten und nach einem kurzen Anstieg kommt die Bockhartseehütte (1.933 m) in Sicht. Dort angekommen, lohnt es sich, bei einer kurzen Rast die Aussicht auf den historischen Talboden Sportgasteins (Nassfelds) zu richten. Von hier oben lässt sich die lebendige Almkultur bereits erahnen.

Der rund 45-minütige Abstieg links an der Hütte vorbei hinab in den Talboden von Sportgastein führt über einen uralten Bergbauweg (Weg Nr. 110). Wer beim Gehen genau hinschaut, entdeckt entlang des Weges Gletscherschliff und Quarzadern, versteckte Anzeichen für Gold und der Entstehungsgrund für die alten Knappenhäuser, den Imhofstollen und das Schaukraftwerk. Der Steig quert zunächst recht gemütlich einen Hang, bis er einen steilen Rücken erreicht und weit unterhalb schon die Häuser von Sportgastein zu sehen sind. Über diesen steilen Rücken windet sich der Steig – teilweise auch mit Seilgelen – über Wurzeln, Holz- und Steinstufen hinab, bis er kurz vor Sportgastein flacher wird. Der Talboden mit seinen vielen bewirtschafteten Almen, dem Nationalparkhaus und der Bergbahn ist das Ziel der fünften Etappe und heißt übernachtende Wanderer im Nationalpark Hohe Tauern willkommen – das Etappenziel beim Valeriehaus (Übernachtungsmöglichkeit) ist erreicht.



Stage 5 Angertal – Sportgastein

In the footsteps of the gold diggers towards the Hohe Tauern National Park

7 ½ h | 16.2 km | 1,233 m Ascent | 819 m Descent



The most alpine stage of the Gastein Trail: magnificent mountain panorama of the three-thousand-metre peaks of the Hohe Tauern National Park, a 2,246 m high peak, archaic alpine terrain and the imposing valley head of the Gastein Valley: one highlight chases the other here. In the second lonely Stage over the Miesbichlscharte, there are also good chances of spotting ibex or chamois. And at the stage finish in Sportgastein, you can immerse yourself in old mining and gold rush times.

Stage course:

The historic Angertal is the starting point of the fifth stage. Visibly shaped by its past, many stations in this side valley tell the gold sagas of the mining era.

The hike starts at the hiking starting point in the Angertal ski centre (bus stop). First turn left (Ww. “Wanderweg Angertal”) down the small asphalt road and then follow the signpost “Stubnerkogel” over a bridge to a forest road junction with many signposts. The signpost “Stubneralm”, an intermediate destination on the way to the Stubnerkogel, points to the forest road to the right, which is always followed to the left of the stream further into the valley past the Waldgasthof Angertal to the junction to the left towards the Stubneralm (trail no. 128). Walking creates inner peace and invigorates in equal measure. With every step you take – and for a while you seem to be able to run away from time yourself.

The wide path soon narrows into a hiking trail and through a dense mountain forest (following the signposts “Miesbichlscharte-Schattbachalm”) it goes steadily uphill until the hiking trail meets a forest road. This is where the hiking trails split: the direct hiking trail in the direction of Miesbichlscharte via the Schattbachalm leads to the right - but on the Gastein Trail, follow the signpost towards Stubneralm & Miesbichlscharte to the left (this path also leads later to the Miesbichlscharte, an intermediate destination on the Gastein Trail to Sportgastein).

The forest road initially leads hardly uphill (taking the right-hand forest road at a fork) and later uphill along the slope with the help of four hairpin bends to an alpine road fork on the northern ridge of the Stubnerkogel. You are now in the tree-free alpine pasture area and the view of the Stubnerkogel becomes clear. The alpine road leading straight downhill now takes the hiker around the northern ridge in a short time to just before the Stubneralm (1,806 m).

Taking a break here is never a mistake, because the next part over the northern ridge to the Stubnerkogel is steep. Whether with or without a rest, the hiking trail to the Stubnerkogel branches off to the right before the Stubneralm. At first it goes almost pathless over alpine meadows and later again with increasingly pronounced climbing tracks always up along the ridge until just below the summit you reach a viewing platform and a gravel road. Cross the road and follow the hiking trail further uphill - this is how you cross the 2,246 m high Stubnerkogel. The most popular panoramic mountain in the region can also be reached by cablecar almost all year round - and on clear days offers an unobstructed view of Austria's highest mountain, the 3,798 m high Großglockner.

The path leads past the huge summit cross as well as the mountain station of the Stubnerkogelbahn and the Stubner summit restaurant. Optionally, you can also take the spectacular 140 m long suspension bridge if you like a little adrenaline.

The hiking trail now leads in the same direction along the ridge to the south, slightly descending to the Zittrauer Scharte (2,163 m). Here you follow the uphill hiking trail further along the ridge to another fork in the path. The path straight ahead leads directly over Zittrauer Tisch and Tischkogel also leads to the Miesbichlscharte, but is a black “difficult” mountain path. For this reason, the main route of the Gastein Trail follows the “Otto-Reichert-Weg”, which branches off to the right, which leads along the cirque at a constant altitude west below the Tischkogel and Zittrauer Tisch, and only reunites with the aforementioned difficult path south of the two peaks at the Ortbergschartl. In a constant direction, the Otto-Reichert-Weg now crosses below the Ortberg in alpine terrain on a path (trail no. 111) through a blocky cirque to the Miesbichlscharte, which is 2,237 m high.

From then on, it is almost all downhill and the Lower Bockhartsee is reached via trail no. 110/128. The dam wall is crossed and after a short ascent, the Bockhartseehütte (1,933 m) comes into view. Once there, it is worthwhile to take a short break and enjoy the view of the historic valley floor of Sportgastein (Nassfeld). From up here, you can already get a glimpse of the lively alpine culture.

The approximately 45-minute descent past the hut to the left and down into the valley floor of Sportgastein leads along an ancient mining path (trail no. 110). If you look closely while walking, you will discover glacier polish and quartz veins along the way, hidden signs of gold and the reason for the origin of the old miners' houses, the Imhof tunnel and the show power plant. The trail first crosses a slope quite comfortably until it reaches a steep ridge and far below the houses of Sportgastein can already be seen. Over this steep ridge, the trail winds down - sometimes with rope railings - over roots, wooden and stone steps until it flattens out shortly before Sportgastein. The valley floor with its many managed alpine pastures, the National Park House and the Goldberg Cablecar is the destination of the fifth stage and welcomes overnight hikers in the Hohe Tauern National Park - the stage destination at the Valeriehaus (overnight accommodation) has been reached.

Alpen Restaurant 1.600 m Valeriehaus

geöffnet von Anfang Juni bis Anfang November
open from early in June until early in November

T. +43 660 289 24 00





Etappe 6 Sportgastein – Bad Gastein

Auf einem alten Saumweg ins mondäne Bad Gastein

4½ h | 15,8 km | 215 Hm im Aufstieg | 714 Hm im Abstieg



Der hinterste Winkel des Gasteinertales. Wilde klare Bäche und Wasserfälle direkt am Fuße der Dreitausender. Wie kleine Inseln sind Almhütten über den Talboden verstreut als letzte Refugien vor der Hochgebirgsregion der Hohen Tauern. Nach einer Schleife durch diesen wunderbaren Talboden geht es über einen uralten und sehr schön ausgebauten Säumerweg durch das tiefeingeschnittene Tal der Nassfelder Ache vorbei an tosenden Wasserfällen hinab zu den bewirtschafteten Astenalmen. Die Route gleicht einer Zeitreise in die Vergangenheit: Unzählige Relikte erinnern an die Bergbau-Ära, aber auch an den Ersten Weltkrieg. Die Planstadt Altböckstein ist nun die nächste Station – eine „Stadt“, die zuerst komplett geplant und danach nach diesen Vorstellungen erbaut wurde. Altböckstein war das Zentrum des Goldbergbaus in den Hohen Tauern. Schon im 14. Jahrhundert entstand hier die Gasteiner Bergordnung zur Rechtsprechung und Steuerregelung, erlassen von den Salzburger Erzbischöfen. Heute ist Altböckstein mit dem Montanmuseum, dem Weltausstellungsbrunnen und dem Jagdschloss Czernin ein architektonisches Juwel. Die Kaiserin-Elisabeth-Promenade führt nun bequem nach Bad Gastein. Wundervolle Belle-Époque-Häuser, steile Berghänge und der imposante Wasserfall sowie die typischen Geländestufen verkörpern augenscheinlich, was einst Kaiser und Fürsten in diesen Ort lockte. Durch heilsames Thermalwasser bekannt geworden, entwickelte sich das Gasteinertal zum Inbegriff der Sommerfrische. Diese Etappe am Gastein Trail ist bewusst kürzer gewählt, damit viel Zeit zum Entdecken der Schätze von Bad Gastein bleibt.



Route:

Nach dem Aufwachen im Nationalpark Hohe Tauern, umgeben von imposanten Dreitausendern, geht es vom Nassfeld/Sportgastein auf zur sechsten Etappe. Bevor jedoch entlang der Nassfelder Ache nach Bad Gastein abgestiegen wird, dreht man noch eine Runde durch den Talschluss des Gasteinertales. Warum? Ganz einfach: er ist wunderschön – und man hat an diesem Tag auch die Zeit dafür, den imposanten Talkessel unterhalb des 3.122 m hohen Scharecks zu genießen.

Zunächst geht es vom Valeriehaus einige Meter hinab zur Talstation der Bergbahn. Rechts (südlich) davon beginnen zwei nach rechts (Süden) ziehende Wanderwege. Der zweite (östliche) Weg („Naturschauweg“) wird gewählt und man wandert am linken Ufer der Nassfelder Ache das Tal Richtung Talschluss nach Süden. Zwei rechts abzweigende Wanderwege werden ignoriert - ab der zweiten Abzweigung steigt der Weg etwa 100 Höhenmeter bis zu einer Almstraße an. Die Almstraße kurz links aufwärts durch eine Rechtskehre und gleich danach wieder der Abzweigung des „Naturschauweges“ nach rechts folgen. Man wandert etwa 15 Minuten weiter aufwärts bis zu einer Weggabelung – der Umkehrpunkt der Schleife durch den Talschluss des Nassfelds ist nun erreicht. Der Wanderweg rechts hinab führt nun in den Talgrund zurück. Bald darauf wird eine Almstraße erreicht, der links abwärts gefolgt wird. Die Nassfelder Ache wird mit Hilfe einer Brücke nach links überquert und die Almstraße linksufrig talauswärts gewandert. Der Weg führt an mehreren bewirtschafteten Almhütten vorbei, eine Einkehr lohnt sich. Danach folgt man dem Weg weiter bis wieder die Talstation der Goldbergbahn erreicht wird. Die etwa 2 Stunden 15 Minuten dauernde Runde durch den Talschluss ist geschafft und man wandert nun hinab nach Bad Gastein.

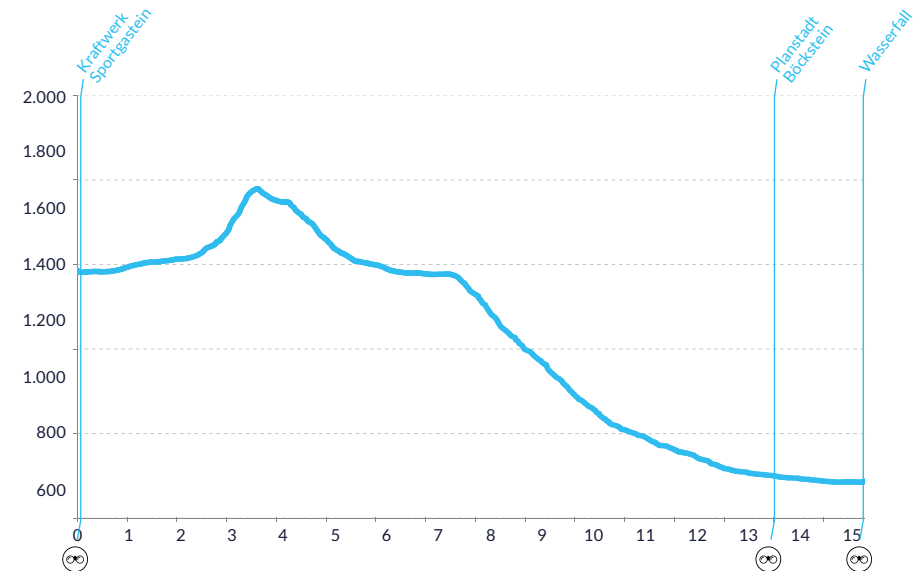
Von der Talstation der Goldbergbahn führt die Straße hinab, bis nach etwa 600 m bei einem Kraftwerk vor einem Tunnel links die alte nicht mehr befahrene Straße Richtung Bad Gastein leitet. Zunächst ist der Schotterweg recht steil – bald jedoch wird er zu einem sehr angenehm zu begehenden Wanderweg, der durch das schluchtartige Tal Richtung Böckstein/Bad Gastein hinabzieht. Die alte Nassfeldstraße war einst eine wichtige Verbindung für Handel und Bergbau. Bärenfall, Schleierfall und Kesselfall: Tosende Naturschauspiele säumen den Weg. Beeindruckend ergänzt von den Tunnelanlagen und Lawinengalerien der alten Fahrstraße. Über die Russen-Brücke – benannt nach den russischen Kriegsgefangenen, die sie errichtet haben – geht es zu den beiden bewirtschafteten Astenalmen, die zu den ältesten des Gasteinertales gehören und als zertifizierte Almsommerhütten köstliche Almschmankerl servieren. Die obere Astenalme ist bekannt für die frischen hausgemachten Bauern- & Fleischkräpfen. Echte Gasteiner Spezialitäten, frisch zubereitet vom Senner Michi höchstpersönlich.

Ab den Almen verbreitert sich der Promenadenweg zu einer Almstraße, die ab der Abzweigung Heilstollen asphaltiert ist. Sie führt weiter entlang des Flusses „Nassfelder Ache“ talauswärts, bis sie hinter einigen Häusern wieder in die Gasteiner Alpenstraße zwischen Sportgastein und Böckstein mündet, die ganz zu Beginn beim Kraftwerk verlassen wurde. Entlang dieser Straße etwa 250 m hinab bis zu den ersten Häusern von Altböckstein. Der Gasteiner Heilstollen befindet sich ganz in der Nähe und ist einzigartig: Neben dem hochwirksamen Thermalwasser gilt auch die radonhaltige Luft der Gasteiner Berge als besonders heilsam bei rheumatischen Erkrankungen. Bei einer Heilstollen-Therapie werden Patienten mithilfe eines kleinen elektrischen Zuges ins Innere

des Radhausberges gebracht, wo sie rund eine Stunde in wohltuender, heilklimatischer Wärme die radonhaltige Luft einatmen - diese Therapiemöglichkeit ist weltweit einzigartig.

Bei den ersten Häusern von Altböckstein biegt links eine kleine Asphaltstraße weg (Wegweiser „Kaiserin-Elisabeth-Promenade“). Die Kaiserin-Elisabeth-Promenade leitet vorbei am Montanmuseum durch das sehenswerte historische Zentrum von Böckstein. Bei einer Kreuzung vor der auf einer Anhöhe gelegenen Wallfahrtskirche „Maria, Mutter zum Guten Rat“ – sie bietet

einen schönen Blick auf die Planstadt Böckstein - wird die kleine asphaltierte Straße links gewählt. Vorbei an einigen Hotels führt sie zu einer schönen geschotterten Promenade links der Ache, der entlang des Gewässers bis nach Bad Gastein gefolgt wird. Vor einer Unterführung unter Bahn und Bundesstraße taucht links die Talstation der Stubnerkogelbahn auf. Der Parkplatz der Stubnerkogelbahn wird überquert und so die Talstation der Bergbahn als heutiges Etappenziel erreicht. Von dort ist auch das Ortszentrum von Bad Gastein nicht mehr weit.



Stage 6 Sportgastein – Bad Gastein

On an old mule track to sophisticated Bad Gastein

4 ½ h | 15.8 km | 215 m Ascent | 714 m Descent



The furthest corner of the Gastein Valley. Wild clear streams and waterfalls right at the foot of three-thousand-metre peaks. Alpine huts are scattered across the valley floor like small islands, as the last refuges before the high mountain region of the Hohe Tauern. After a loop through this wonderful valley floor, the route leads over an ancient and very beautifully developed mule track through the deeply cut valley of the Nassfelder Ache past thundering waterfalls down to the managed Astenalmen. The route is like a journey back in time: countless relics remind us of the mining era, but also of the First World War. The planned town of Altböckstein is now the next stop – a “city” that was first completely planned and then built according to these ideas. Altböckstein was the centre of gold mining in the Hohe Tauern. As early as the 14th century, the Gastein mining regulations for jurisdiction and tax regulation were issued here by the Salzburg archbishops. Today, Altböckstein is an architectural jewel with the Mining Museum, the World Exhibition Fountain and the Czernin Hunting Lodge. The Empress Elisabeth Promenade now leads comfortably to Bad Gastein. Wonderful Belle Époque houses, steep mountain slopes and the imposing waterfall as well as the typical terrain steps apparently embody what once attracted emperors and princes to this place. Known for its healing thermal water, the Gastein Valley has developed into the epitome of summer retreat.

This stage on the Gastein Trail is deliberately shorter so that there is plenty of time to discover the treasures of Bad Gastein.

Stage course:

After waking up in the Hohe Tauern National Park, surrounded by imposing three-thousand-metre peaks, you set off from Nassfeld/Sportgastein to the sixth stage. However, before descending along the Nassfelder Ache to Bad Gastein, you do a lap through the head of the Gastein Valley. Why? Quite simply: it is beautiful – and on this day you also have the time to enjoy the imposing valley basin below the 3,122 m high Schareck.

First, it goes down a few metres from the Valeriehaus to the valley station of the mountain railway. To the right (south) of it start two hiking trails that lead to the right (south). The second (eastern) path (“Naturschauweg”) is chosen and you hike along the left bank of the Nassfelder Ache along the valley towards the head of the valley to the south. Two hiking trails branching off to the right are ignored – from the second junction the path climbs about 100 metres in altitude to an alpine road. Follow the alpine road briefly left uphill through a right-hand bend and immediately afterwards follow the turn-off

of the “Naturschauweg” to the right. You continue uphill for about 15 minutes until you reach a fork in the road – the turning point of the loop through the head of the Nassfeld valley is now reached. The hiking trail to the right now leads back to the valley floor. Soon afterwards you reach an alpine road, which is followed downhill to the left. Cross the Nassfelder Ache to the left with the help of a bridge and hike out of the valley on the left bank of the alpine road. The path leads past several managed alpine huts, a stop is worthwhile. Then follow the path until you reach the valley station of the Goldberg Cablecar again. Your round through the head of the valley, which takes about 2 hrs 15 min, is done and you now hike down to Bad Gastein.

From the valley station of the Goldbergbahn, the road leads down until after about 600 m at a power plant before a tunnel, the old road that is no longer used leads to the left in the direction of Bad Gastein. At first, the gravel path is quite steep – but soon it becomes a very pleasant hiking trail that leads down through the gorge-like valley towards Böckstein/

Bad Gastein. The old Nassfeldstraße was once an important connection for trade and mining. Bärenfall, Schleierfall and Kesselfall: Thunderous natural spectacles line the way. Impressively complemented by the tunnels and avalanche galleries of the old road. Over the Russian Bridge – named after the Russian prisoners of war who built it – you will reach the two managed Astenalmen, which are among the oldest in the Gastein Valley and serve delicious alpine delicacies as certified alpine summer huts. The upper Astenal is known for its fresh homemade farmer’s doughnuts and meat doughnuts. Genuine Gastein specialties, freshly prepared by the dairyman Michi himself.

From the alpine pastures, the promenade path widens into an alpine road, which is asphalted from the Heilstollen junction. It continues along the river “Nassfelder Ache” out of the valley until it joins the Gastein Alpine Road between Sportgastein and Böckstein behind a few houses, which was left at the very beginning at the power plant. Along this road about 250 m down to the first houses of Altböckstein. The Gastein Healing Tunnel is very close by and is unique: In addition to the highly effective thermal water, the radon-containing air of the Gastein mountains is also considered particularly beneficial for rheumatic diseases. In a healing tunnel therapy,

patients are taken inside the Radhausberg with the help of a small electric train, where they breathe in the radon-containing air for about an hour in the soothing, climatic warmth – this therapy option is unique in the world.

At the first houses of Altböckstein, a small asphalt road turns left (signpost “Kaiserin-Elisabeth-Promenade”). The Kaiserin Elisabeth Promenade leads past the Mining Museum through the historic centre of Böckstein, which is well worth seeing. At a crossroads in front of the pilgrimage church “Maria, Mutter zum Guten Rat” on a hill – it offers a beautiful view of the planned town of Böckstein – the small asphalt road on the left is chosen. Past some hotels, it leads to a beautiful gravel promenade on the left side of the Ache, which is followed along the water to Bad Gastein. Before an underpass under the railway and the main road, the valley station of the Stubnerkogelbahn appears on the left. The car park of the Stubnerkogelbahn is crossed and the valley station of the mountain railway is reached as today’s stage destination. From there, the centre of Bad Gastein is not far away.





Etappe 7 Bad Gastein – Bad Hofgastein

Begleitet von imposanter Natur und dem historischen Erbe der Kaiserzeit

4 h | 11,5 km | 228 Hm im Aufstieg | 459 Hm im Abstieg



Die andere Seite des Gasteinertales: Ist bisher am Gastein Trail eher die großartige Berglandschaft – also die Natur – im Vordergrund gestanden, lernt man (wie schon teilweise auf der vorigen Etappe) eine andere Seite des Tales kennen: nämlich das kulturelle Erbe. Und das ist ungeheuer reich: Schon in der Kaiserzeit waren Bad Gastein und Bad Hofgastein berühmte Kurorte. Wer was auf sich hielt, stieg in diesen Orten zur Sommerfrische ab. Kein Wunder, dass zu dieser Zeit viele architektonische Juwelen wie Hotels, Promenaden oder auch die Inszenierung des Wasserfalls mitten in Bad Gastein entstanden. Heute kann bequem auf den Spuren der damaligen High Society gewandert werden: Die Etappe bietet zwar keinen alpinen Anspruch, verbindet jedoch die schönsten Promenaden zwischen Bad Gastein und Bad Hofgastein wie die Kaiser-Wilhelm-Promenade und den 1934 erbauten Gasteiner Höhenweg miteinander. Zwischen den beiden Orten trifft man auch auf uralte Bergbauernhöfe, liebevoll gepflegte bäuerliche Kulturlandschaften und Highlights in der Natur wie z.B. die Gadaunerer Schlucht (offiziell gekürt zum „schönsten Platz Österreichs 2024“), bevor man zum Abschluss der Wanderung am Gastein Trail in der Fußgängerzone Bad Hofgasteins feiern oder in der Alpentherme abtauchen und mit echten Meeresfischen schwimmen kann.





Route:

Die letzte Etappe des Gastein Trails startet bei der Talstation der Stubnerkogelbahn. Rechts an den Kassen vorbei führt ein Durchgang zu einem gläsernen Übergang über die Hauptstraße durch Bad Gastein. Auf der anderen Seite links hinab zur Hauptstraße und vor der Shell Tankstelle schräg rechts in die Grillparzerstraße. Hier startet der historisch höchst interessante Ortskern von Bad Gastein mit mehr als 100 Jahre alten architektonischen Juwelen: vor dem Salzburger Hof führt der Gastein Trail links hinab auf den Weg und weiter links am Hotel wie auch an der berühmten Bar „Silverbullet“ vorbei. Gegenüber des Hotels Eden Rock biegt man scharf rechts auf einen Weg ab, der den Wanderer hinab ins historische Ortszentrum von Bad Gastein bringt. Nun geradeaus am Kongressplatz vorbei in Richtung Straubingerplatz – diese Plätze sind das historische Zentrum von Bad Gastein und bilden zusammen mit dem mitten in das Ortsbild eingefügten und doch so imposanten Gasteiner Wasserfall ein einmaliges Ensemble. Etwa 100 m nachdem die Brücke, die den Wasserfall überspannt, überquert wurde, zweigt links ein Fußweg ab, der über

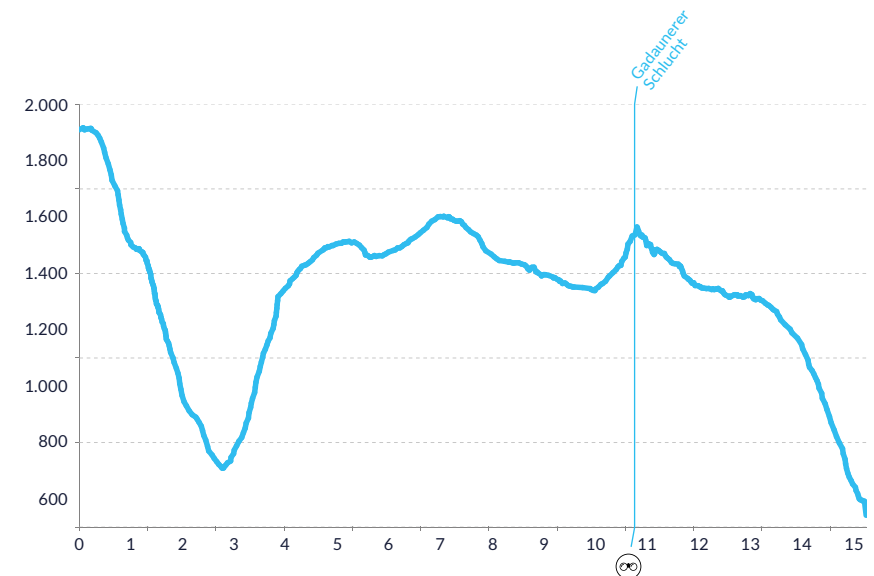
viele Treppenstufen hinab bis zu einer Fußgängerbrücke führt, die wiederum die Gasteiner Ache überspannt. Diese wird nicht überquert, sondern dem Fußweg gefolgt, der am rechten Ufer der Gasteiner Ache weiter hinab führt. Nach etwa 10 Minuten wird aus dem Fußweg eine kleine Straße, dem weitere 5 Minuten gefolgt wird. Bei Beginn der Häuser zweigt nun rechts ein Fußweg ab, der hinauf zur Badbergstraße und zur Nikolauskirche leitet. Hinter der Kirche überquert man die Kaiserhofstraße und wandert den kurzen steilen Fußweg hinauf zur Kaiser-Wilhelm-Promenade. Mit etwas Glück kann eines der hier beheimateten Eichhörnchen gesichtet werden.

Dieser wunderbare Spazierweg über die Kaiser-Wilhelm-Promenade führt auf mehr oder weniger gleichbleibender Höhe zunächst noch durch das historische Bad Gastein und später durch Wälder Richtung Kötschachtal. Bei einer Abzweigung zweigt ein Spazierweg links hinab Richtung „Poserhöhe“ (Weg Nr. 514). Der Bach wird überquert und dem Weg kurz links hinauf zu einer kleinen Asphaltstraße gefolgt. Nun kurz die Straße

nach links, bis nach 150 m der rechten Straße (Ww. „Martin Lodinger Höhenweg“) bis zum Gasthof Gamskar gefolgt wird. Unterhalb des Gasthofes (Einkehrmöglichkeit) vorbei – die kleine Asphaltstraße wird nun zu einer Schotterstraße und verkleinert sich nach ein paar Gehöften bald zu einer Promenade: dem Gasteiner Höhenweg. Man folgt ihm immer auf gleichbleibender Höhe über dem Talgrund des Gasteinertales – der Weg ist ganz wunderbar zu gehen und führt durch eine liebevoll gepflegte bäuerliche Kulturlandschaft – bis zu einer kleinen Asphaltstraße. Nach Überquerung dieser wandert man abwechselnd Wanderwege und kleine Asphaltstraßen (immer den Ww. „Höhenweg“ folgend) weiter den Hang entlang bis zur Gadaunerer Schlucht (offiziell gekürt zum „schönsten Platz Österreichs 2024“). Diese Schlucht ist noch einmal ein Highlight: vor etwa 70 Jahren wurde ein 50 m langer heute stimmungsvoll beleuchteter Stollen in die Felsen der Schlucht geschlagen, damit Wanderer sicher die Schlucht passieren

können. Die Promenade des Höhenwegs führt weiter über angenehm zu begehende Waldwege ganz wunderbar den Hang entlang bis oberhalb von Bad Hofgastein. Zunächst bewegt sich der Weg auf gleichbleibender Höhe und steigt später ein bisschen ab – so wird eine Weggabelung erreicht. Beide Wege weisen nach Bad Hofgastein, der Gasteiner Höhenweg nimmt jedoch den geradeaus führenden Weg und bringt den Wanderer abwechselnd über Wege und kurze Asphaltstücke immer den Wegweisern mit den Gastein Trail Stickern folgend direkt bis an den oberen Rand von Bad Hofgastein beim Friedhof.

Links am Friedhof und an der sich darunter befindlichen Kirche vorbei erreicht man die Fußgängerzone von Bad Hofgastein, die der Endpunkt des Gastein Trails ist. Das mondäne, mit Leben erfüllte Ortszentrum lädt zum Verweilen und zum Träumen von den vergangenen Tagen ein – der krönende Abschluss der siebentägigen Wanderung.



Stage 7 Bad Gastein – Bad Hofgastein

Accompanied by impressive nature and the historical heritage of the imperial era

4 h | 11.5 km | 228 m Ascent | 459 m Descent



The other side of the Gastein Valley: While the Gastein Trail has so far tended to focus on the magnificent mountain landscape – i.e. nature – you get to know another side of the valley (as was partly the case on the previous stage): namely the cultural heritage. And that is tremendously rich: Bad Gastein and Bad Hofgastein were already famous health resorts in the imperial era. Those who were self-respecting stayed in these places for a summer retreat. No wonder that many architectural gems such as hotels, promenades or even the staging of the waterfall in the middle of Bad Gastein were built at that time. Today, you can comfortably hike in the footsteps of the high society of the time: Although the stage does not offer any alpine demands, it connects the most beautiful promenades between Bad Gastein and Bad Hofgastein, such as the Kaiser Wilhelm Promenade and the Gasteiner Höhenweg, built in 1934. Between the two places, you will also find ancient mountain farms, lovingly tended rural cultural landscapes and highlights in nature such as the Gadaunerer Schlucht (officially named “Austria’s most beautiful place 2024”), before you can celebrate at the end of the hike on the Gastein Trail in the pedestrian zone of Bad Hofgastein or dive into the Alpentherme and swim with real sea fish.

Stage course:

The last stage of the Gastein Trail starts at the valley station of the Stubnerkogelbahn. On the right past the ticket offices, a passageway leads to a glass crossing over the main road through Bad Gastein. On the other side, turn left down to Hauptstraße and in front of the Shell petrol station, turn diagonally right into Grillparzerstraße. This is where the historically highly interesting centre of Bad Gastein starts with more than 100-year-old architectural jewels: in front of the Salzburger Hof, the Gastein Trail leads down to the left onto the path and further left past the hotel and the famous bar “Silverbullet”. Opposite the Hotel Eden Rock, turn sharply right onto a path that takes the hiker down to the historic centre of Bad Gastein. Now continue straight on past the Kongressplatz towards Straubingerplatz - these squares are the historic centre of Bad Gastein and together with the impressive Gastein Waterfall, which is integrated into the centre of the town, form a unique ensemble.

About 100 m after crossing the bridge that spans the waterfall, a footpath branches off to the left, which leads down many steps to a pedestrian bridge,

which again spans the Gasteiner Ache. This is not crossed, but followed the footpath that continues down the right bank of the Gasteiner Ache. After about 10 minutes, the footpath becomes a small road, which is followed for another 5 minutes. At the beginning of the houses, a footpath branches off to the right, which leads up to Badbergstraße and the Nikolauskirche. Behind the church, cross Kaiserhofstraße and hike up the short steep footpath to the Kaiser Wilhelm Promenade. With a bit of luck, one of the squirrels that live here can be spotted.

This wonderful walk along the Kaiser Wilhelm Promenade leads at a more or less constant height, first through the historic Bad Gastein and later through forests towards the Kötschachtal. At a junction, a footpath branches off to the left in the direction of “Poserhöhe” (path no. 514). Cross the stream and follow the path briefly left up to a small asphalt road. Now take the road to the left for a short time until after 150 m you follow the right-hand road (signpost “Martin Lodinger Höhenweg”) to the Gasthof Gamskar. Past below the inn (refreshment stop) - the small asphalt road now becomes a gravel road and,

after a few farmsteads, soon becomes a promenade: the Gastein Höhenweg. You follow it always at a constant height above the valley floor of the Gastein Valley - the path is wonderful to walk and leads through a lovingly maintained rural cultural landscape - to a small asphalt road. After crossing this, you hike alternately along hiking trails and small asphalt roads (always following the “Gastein Trail” stickers) further along the slope to the Gadaunerer Schlucht (officially named “Austria’s most beautiful place 2024”).

This gorge is another highlight: about 70 years ago, a 50 m long tunnel, now atmospherically illuminated, was carved into the rocks of the gorge so that hikers can pass the gorge safely. The promenade of the Höhenweg continues along pleasant forest paths along the slope to above Bad Hofgastein.

At first, the path moves at a constant height and later descends a bit - this is how a fork in the road is reached. Both paths point to Bad Hofgastein, but the Gastein Höhenweg takes the path leading straight ahead and takes the hiker alternately over paths and short asphalt sections, always following the signpost “Höhenweg” and the “Gastein Trail stickers directly to the upper edge of Bad Hofgastein at the cemetery.

Passing the cemetery on the left and the church below, you reach the pedestrian zone of Bad Hofgastein, which is the end point of the Gastein Trail. The sophisticated, lively town centre invites you to linger and dream of the past days - the crowning glory of the seven-day hike.



Almen entlang des Weges / Almen along the way

Etappe 1

Amoseralm

T. +43 699 100 65 330

geöffnet von Mitte Mai bis Ende Oktober
open from mid-May until the end of October

Kögerlalm

T. +43 664 121 77 91
T. +43 664 241 3862

geöffnet von Juli bis Ende Oktober
open from July until the end of October

Heinreichalm

T. +43 664 924 85 01

geöffnet von Ende Juni bis Mitte September
open from the end of June until mid-September
Stockbetten, Hüttenschlafsack erforderlich
Bunk beds, please bring your own sleeping bag

Etappe 2

Präau Hochalm

T. +43 699 100 276 36

geöffnet von Ende Juni bis Mitte September
open from the end of June until mid-September

Biberalm

T. +43 6432 74 38
T. +43 664 593 20 45

geöffnet von Ende Mai bis Mitte Oktober
open from the end of May until the middle of October
1 Doppelzimmer, 8 Betten in einer kleinen Hütte nebenan
1 double room, 8 beds in a small hut next-door

Etappe 3

Schmaranzhütte

T. +43 677 646 488 24

geöffnet von Anfang Juli bis Mitte September
open from early in July until mid-September

Fundnerheimalm

T. +43 664 738 154 34

geöffnet von Ende Mai bis Anfang Oktober
open from the end of May until early in October

Maurachalm

T. +43 650 997 97 60

geöffnet von Ende Juni bis Mitte Oktober
open from the end of June until mid-October

Brandner Hochalm

T. +43 664 639 14 34

geöffnet von Mitte Juni bis Mitte September
open from mid-June until mid-September
Montag Ruhetag/Monday closed

Hofgasteinerhaus der Naturfreunde

T. +43 664 271 36 79

geöffnet von Ende Juni bis Mitte September
open from the end of June until mid-September
16 DZ mit Dusche & WC und Bettenlager mit 4 Stockbetten (8 Schlafplätze)
16 double rooms with shower and WC and dormitory with 4 bunk beds

Etappe 4

Angerblick

T. +43 664 200 86 11

geöffnet von Anfang Juli bis Anfang September
open from early July until mid-September

Waldgasthof

T. +43 664 587 81 44

geöffnet von Anfang Juni bis Mitte Oktober
open from the early in June until mid-October

Etappe 5

Kressebenalm / Jungeralm

T. +43 664 120 68 22
T. +43 664 659 96 01

geöffnet von Ende Mai bis Ende September
open from end of May until end of September

Stubneralm

T. +43 650 930 02 00

geöffnet von Mitte Juni bis Ende September
open from mid-June until end of September

Gipfelrestaurant Stubner

T. +43 6434 2429

geöffnet wie Seilbahnbetrieb Stubnerkogelbahn
open same as cable car Stubnerkogelbahn

Bockhartseehütte

T. +43 664 183 22 18

geöffnet von Mitte Mai bis Mitte Oktober
open from mid-May until mid-October

Etappe 6

Moiesshütte

T. +43 664 910 66 18

geöffnet von Mitte Juni bis Mitte September
open from the end of June until mid-September

Pottingerhütte

T. +43 664 181 51 88

geöffnet von Mitte Juni bis Ende September
open from the end of June until end of September

Veitbauern/Pichleralm

T. +43 664 534 61 02

geöffnet von Mitte Juni bis Mitte September
open from the end of June until mid-September

Schareckalm

T. +43 664 341 57 03
T. +43 6433 7273

geöffnet von Mitte Juni bis Mitte September
open from the end of June until mid-September

Nassfeldalm

T. +43 6434 3425
T. +43 680 208 66 50

geöffnet von Anfang Juni bis Ende September
open from beginning of June until early September

Alpen Restaurant Valerichaus

T. +43 660 289 24 00

geöffnet von Anfang Juni bis Anfang November
open from beginning of June until early November

Obere Astenalmen

T. +43 664 914 55 83

geöffnet von Mitte Mai bis Mitte September
open from mid-May until mid-September

Untere Astenalmen

T. +43 664 592 90 63

geöffnet von Mitte Mai bis Ende September
open from mid-May until end of September

Viehauserhütte

T. +43 664 732 894 50

geöffnet von Anfang Juni bis Mitte September
open from early June until the mid-September

Offizielles Gastein Trail Info- & Buchungscenter Trail Angels

Heute eröffnet Ihnen der Gastein Trail die Services und ungeahnten Wahlmöglichkeiten eines individuell buchbaren Weitwanderweges. Wählen Sie einfach aus den vielfältigen und sorgsam zusammengestellten Wanderpaketen oder planen und buchen Sie eine ganz auf Ihre persönlichen Bedürfnisse zusammengestellte Wanderreise.

Ein kompetentes Team von Wanderexpert*innen der Trail Angels stehen Ihnen dabei im Offiziellen Gastein Trail Info- & Buchungscenter gerne mit Rat und Tat zur Seite.

Reiseplaner, Packages und
weitere Informationen

*Travel planner, packages and
further information*



[https://www.bookyourtrail.com/
trail/gastein-trail](https://www.bookyourtrail.com/trail/gastein-trail)

Official Gastein Trail Info & booking centre Trail Angels

Today, the Gastein Trail opens up to you the services and undreamed-of options of an individually bookable long-distance hiking trail. Simply choose from the diverse and carefully compiled hiking packages or plan and book a hiking trip tailored to your personal needs. A competent team of Trail Angels hiking experts will be happy to provide you with advice and assistance at the Official Gastein Trail Information & Booking Center.



Trail Angels GmbH

Obervellach 15
9821 Obervellach
Österreich
info@trail-angels.com
T. +43 4782 93093





Der perfekte Wandergastgeber *The perfect hiking businesses*

Im Rahmen der Zertifizierung zu den Österreichischen Wanderdörfern haben sich in Gastein auch vier Wandergastgeber unter den Prüfstand gestellt.

Im Beherbergungsbetrieb kann sich der Wanderer ausruhen, zu neuen Kräften kommen und sich auf die Naturerlebnisse vorbereiten. Aus diesem Grund legt das Österreichische Wandergütesiegel großen Wert auf ein gastfreundliches, bedarfsorientiertes und speziell für Wanderer optimiertes Serviceprogramm der Wanderbetriebe.

As part of the certification process for the Austrian Hiking Villages, four of the hiking hotels in Gastein were scrutinised and tested. It is a place where the hiker can relax, unwind and recharge the batteries as well as prepare for unforgettable moments in nature. For these reasons, the Austrian Hiking Seal of Quality puts great emphasis on an optimal programme which is suited to the needs of hikers and which is at the same time hospitable.



Hotel BLÜ

Kaiser-Franz-Platz 1
5630 Bad Hofgastein
T. +43 6432 6230
info@hotelblue.at
www.hotelblue.at



Impuls Hotel Tirol

Gründlandstraße 5
5630 Bad Hofgastein
T. +43 6432 6394
info@hotel-tirol.at
www.hotel-tirol.at



Aktivhotel Gasteiner Einkehr

Bergbahnstraße 44
5632 Dorfgastein
T. +43 6433 7248
info@einkehr.com
www.einkehr.com



Hapimag Resort Gastein Der Kaiserhof

Kaiserhofstraße 6
5640 Bad Gastein
T. +43 6434 300 20
badgastein@hapimag.com
www.hapimag.com

Mobilität *Mobility*

Mit öffentlichen Verkehrsmitteln stressfrei und komfortabel ins und durch das Gasteinertal: Reisen Sie bequem und stressfrei in alle drei Orte mit dem Zug an. Bus und Zug bringen Sie zu den spannendsten Attraktionen oder zu diversen Wander-Ausgangspunkten im Gasteinertal. Mit dem **Guest Mobility Ticket** haben Sie Zugang zu allen öffentlichen Verkehrsmitteln im Bundesland Salzburg.

*You can travel comfortably and without stress with the public transportations through the Gasteinertal. Travel comfortably and stress-free to all three towns by train. You can take the bus or train to one of the many exciting attractions, as well as the starting point of one of the various hiking trails in the Gasteinertal. The **Guest Mobility Ticket** gives you access to all public transport in the province of Salzburg.*

Bushaltestellen, Bahnhöfe,
Parkmöglichkeiten
Bus stops, train stations,
parking facilities



Parkmöglichkeiten?

Parkmöglichkeiten sind die Parkflächen der Fulseckbahn in Dorfgastein (kostenfrei) und das Parkhaus der Schlossalmbahn in Bad Hofgastein (kostenpflichtig). In Bad Gastein kann im zentral gelegenen Parkhaus (kostenpflichtig) ebenso für mehrere Tage geparkt werden.

Parking facilities?

Parking is available at the Fulseckbahn car park in Dorfgastein (free of charge) and the Schlossalmbahn car park in Bad Hofgastein (subject to a charge). In Bad Gastein you can also park for several days in the centrally located multi-storey car park (for a fee).

Neben den öffentlichen Verkehrsmitteln haben Sie bei uns auch die Möglichkeit sich individuell und ganz einfach eines unserer **Elektroautos** zu leihen.

Alle Infos finden Sie unter bäm.at/carsharing-pongau.php

*In addition to the regular service, you also have the possibility to rent one of our **electric cars** individually and easily. You can find all the information at bäm.at/carsharing-pongau.php.*



Felsentherme Bad Gastein

vom Berg in die Therme

Vom Berg in die Therme
Von der Talstation des Stubnerkogels gelangt man in wenigen Schritten über einen Panorama Über-gang in die Felsentherme Bad Gastein. Nach einem Tag in den Bergen genießen Sie hier die einzig-artige Kombination aus Aktivität und Regeneration. Egal ob Sie die Bergwelt Gasteins im Sommer oder Winter erkundet haben, die Felsentherme lädt im Anschluss zum Kraft tanken und Relaxen ein. Knapp 1 Million Liter frisches Thermalwasser aus dem Jahrtausende altem Gestein der Hohen Tauern füllen täglich die Becken der Felsentherme. Natürliche Felswände prägen die einzigartige Architektur der Therme bis hin zum Sauna- und Wellnessbereich hoch oben auf 1.100m Seehöhe. Die Sauna-meister verwöhnen dich in acht verschiedenen Saunen und Dampfbädern mit geführten Aufgüssen währenddessen dein Blick zurück auf die Gipfel schweift – Entspannung auf höchstem Niveau!

**Die Felsentherme Bad Gastein hat
täglich ab 9.00 Uhr geöffnet.
(Saunabereich ab 10.00 Uhr)**
www.felsentherme.com

Bahnhofplatz 5,
5640 Bad Gastein
T. +43 6434 22230
www.felsentherme.com



Felsentherme Bad Gastein

From the mountain to the thermal spa

The Felsentherme in Bad Gastein can be easily reached via a panoramic crossing from the Stubnerkogel valley station. Here, after a day in the mountains, you can enjoy a unique combination of activity and regeneration. It makes no difference if you have been exploring the Gastein mountain world in summer or winter, the Felsentherme is a perfect place to end your day, recharge your batteries and relax. Approximately 1 million litres of fresh thermal waters from the millennia-old rocks of the Hohen Tauern fill the pools of the Felsentherme on a daily basis. The natural rock walls contribute to the unique character of the architecture of the spa to the sauna and wellness area at an elevation of 1,100 m above sea level. Let both your body and soul be pampered in one of the eight saunas and steam rooms as you take in the views of the surrounding mountain summits and deeply inhale the various infusions. Relaxation of the highest order.

**Felsentherme Bad Gastein is open
daily starting at 9 am.
(Sauna area from 10 am)**
www.felsentherme.com

Alpentherme Gastein

Zeit für Elementares

Was für ein Glücksgefühl, eine oder gar alle sieben Etappen des malerischen Gastein Trails bewältigt zu haben! An den Ufern der einzigartigen Thermalwasser Badeseen in der Alpentherme in Bad Hofgastein lässt sich dieses Gefühl herrlich auskosten. Von dort wandern der Blick und die Gedanken noch einmal zu den erklommenen Höhen, während der Körper im wohligen Thermalwasser oder bei anregenden Sauna-Aufgüssen frische Energien für neue Trails sammelt.

**Die Alpentherme Gastein hat
täglich ab 9.00 Uhr geöffnet.**
www.alpentherme.com

Sen. W. Wilflingplatz 1,
5630 Bad Hofgastein
T. +43 6432 82930
www.alpentherme.com



Alpentherme Gastein

Time for elemental experiences

What a tremendous feeling to have mastered one or all six stages of the picturesque Gastein Trail! Cherish the time you spend in the unique thermal water pools at the Alpentherme in Bad Hofgastein. Take in the views and let your mind wander once again to the lofty heights while enjoying the soothing thermal waters before heading to the sauna and let your energy levels be replenished in order to tackle new trails.

**Alpentherme Gastein is open
daily starting at 9 am.**
www.alpentherme.com

Neu/New
„Alpe Adria Dom“

Gastein



Produziert nach der Richtlinie des
österreichischen Umweltzeichens,
„Druckerzeugnisse“
Gutenberg-Werbering GmbH, UW-Nr. 844



visitgastein



visitgastein

Gastein Tourismus

Gasteiner Bundesstraße 367

5630 Bad Hofgastein, Österreich

T. +43 6432 3393 0, info@gastein.com



Nationalpark
Hohe Tauern



Lebensgefühl
Österreich



gastein.com

Änderungen vorbehalten | Herausgeber: Gasteinertal Tourismus GmbH & Tourismusverbände Gastein |
© Fotos: Gastein Tourismus GmbH, Manuel Marktl, creatina, Christoph Oberschneider, Lydia Troppacher, Michael Königshofer