

Paznauner Höhenweg: Neun Etappen durch Tirols Bergwelt

Der Paznauner Höhenweg führt in neun abwechslungsreichen Etappen durch die Berglandschaften des Paznaun und verbindet die Ortschaften See, Kappl, Ischgl und Galtür. Auf 130 Kilometern und über 11.000 Höhenmetern erleben Wanderer ein beeindruckendes Spektrum an Landschaften – von grünen Almwiesen und dichten Wäldern bis hin zu hochalpinen Felsregionen. Übernachtungsmöglichkeiten in Hütten und Abstiegsmöglichkeiten in die Talorte bieten Flexibilität für mehrtägige Touren oder Etappenwanderungen.

Diese Rundtour verlangt aufgrund der alpinen Bedingungen eine gute Kondition, Trittsicherheit und Ausdauer. Für alle, die die Vielfalt der Tiroler Bergwelt kennenlernen möchten, ist der Höhenweg jedoch ein einmaliges Erlebnis. Die Route umfasst Höhenzüge und Berglandschaften, die einen einzigartigen Blick auf die imposanten Gipfel der Silvretta-, Verwall- und Samnaungruppe gewähren. Jede Etappe weist dabei ihre eigenen besonderen Highlights auf und reicht von grünen Almmatten bis zu felsigen Gipfeln und Gletschern.

Wanderung im Hochgebirge

Der Paznauner Höhenweg beginnt und endet in See und kann entweder als vollständige Rundwanderung oder in einzelnen Etappen begangen werden. Jede Etappe weist eigene Charakteristika auf und führt die Wanderer auf Höhen zwischen 1.400 und über 2.800 Metern. Die Routen sind gut ausgeschildert, was die Orientierung erleichtert. Aufgrund des alpinen Terrains, das teils über schmale und steile Pfade verläuft, ist der Weg jedoch nur für erfahrene Bergwanderer geeignet.

Neun Etappen mit abwechslungsreicher Landschaft

Der Höhenweg ist in neun verschiedene Etappen unterteilt, die durchschnittlich zwischen 4 und 8 Stunden in Anspruch nehmen. Die Etappen führen über Almwiesen, durch dichte Wälder und entlang imposanter Bergseen, stets begleitet von Blicken auf die umliegenden Berggipfel und das Paznaun. Besonders beeindruckende Streckenabschnitte sind beispielsweise die Etappe 3 von Kappl nach Ischgl mit Grenzüberschreitung in die Schweiz, oder Etappe 9, die zwischen Kappl und See atemberaubende Panoramen auf das Tal und die umliegende Gebirgskette ermöglicht. Viele Abschnitte bieten auch die Möglichkeit zur Tierbeobachtung, da das Gebiet Heimat für Murmeltiere, Gämsen und zahlreiche Vogelarten ist.

Einkehr und Übernachtungsmöglichkeiten

Entlang des Paznauner Höhenwegs sind zahlreiche Hütten und Almen verteilt, die sich ideal für Pausen und Übernachtungen eignen. Dazu gehören die Ascher Hütte, die Friedrichshafener Hütte, die Darmstädter Hütte, die Niederelbehütte und die Edmund-Graf-Hütte, die neben traditioneller Tiroler Küche auch Übernachtungsmöglichkeiten bieten. Wanderer haben hier die Gelegenheit, sich zu erholen, regionale Spezialitäten zu genießen und den Kontakt zur alpinen Natur hautnah zu erleben. Fast alle Etappen sind auch vom Tal aus erreichbar und können so einzeln oder in Kombination mit anderen Etappen begangen werden.

Der Paznauner Höhenweg ist zwischen Juni und September begehbar, da die hochalpinen Bereiche in den restlichen Monaten aufgrund von Schnee und Eis schwer zugänglich sind.

Weitere Informationen unter [Paznauner Höhenweg – Wanderglück in Tirol | Region Paznaun – Ischgl](#).

3120 Zeichen mit Leerzeichen

Bilder-Download: [Images Paznaun – Ischgl](#)

Alle Texte sowie Bilder gibt es unter [Presse | Region Paznaun – Ischgl](#) zum kostenlosen Download.

Copyright © TVB Paznaun – Ischgl

Paznaun High Route: nine stages through Tyrol's mountains

The Paznaun High Route leads in nine varied stages through the mountain landscapes of Paznaun and connects the villages of See, Kappl, Ischgl and Galtür. Over 130 kilometres and more than 11,000 metres in altitude, hikers experience an impressive range of landscapes – from green alpine meadows and dense forests to high alpine rocky regions. Overnight accommodation in mountain lodges and descent options to the valley villages offer flexibility for multi-day tours or stage hikes.

Due to the alpine conditions, this circular tour requires a good level of fitness, surefootedness and stamina. However, the high-altitude trail is a unique experience for anyone who wants to discover the diversity of the Tyrolean mountains. The route encompasses mountain ranges and landscapes that offer unique views of the imposing peaks of the Silvretta, Verwall and Samnaun mountains. Each stage has its own special highlights and ranges from green alpine meadows to rocky peaks and glaciers.

Hiking in the high mountains

The Paznaun High Route begins and ends in See and can be walked either as a complete circular hike or in individual stages. Each stage has its own characteristics and takes hikers to altitudes between 1,400 and over 2,800 metres. The routes are well signposted, making it easy to find your way around. However, due to the alpine terrain, some of which runs along narrow and steep paths, the trail is only suitable for experienced mountain hikers.

Nine stages with a varied landscape

The high-altitude trail is divided into nine different stages, which take between 4 and 8 hours on average. The stages lead across alpine meadows, through dense forests and along impressive mountain lakes, always accompanied by views of the surrounding mountain peaks and the Paznaun. Particularly impressive sections include stage 3 from Kappl to Ischgl, crossing the border into Switzerland, or stage 9, which offers breathtaking panoramic views of the valley and the surrounding mountain range between Kappl and See. Many sections also offer the opportunity to observe wildlife, as the area is home to marmots, chamois and numerous bird species.

Refreshments and overnight accommodation

There are numerous mountain lodges and mountain pastures along the Paznaun High Route that are ideal for breaks and overnight stays. These include the Ascher Hütte, the Friedrichshafener Hütte, the Darmstädter Hütte, the Niederelbehütte and the Edmund-Graf-Hütte, which offer traditional Tyrolean cuisine as well as overnight accommodation. Here, hikers have the opportunity to relax, enjoy regional

specialities and experience alpine nature up close. Almost all stages can also be reached from the valley and can be hiked individually or in combination with other stages.

The Paznaun High Route is accessible between June and September, as the high alpine areas are difficult to access in the remaining months due to snow and ice.

Further information at [Paznaun High Route – hiking bliss in Tyrol | Region Paznaun – Ischgl](#).

2963 characters with spaces

Image download: [Images Paznaun – Ischgl](#)

All texts and pictures are available at [Press | Region Paznaun – Ischgl](#) for free download.

Copyright © TVB Paznaun – Ischgl

TVB Paznaun – Ischgl