



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<p>1</p> <p>ALMENAUSFLUG ÜBER DIE HUNGERBURG ZUR RUMER ALM Nordkette 31. Mai bis 27. September</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Schwierigkeitsgrad: leicht ▶ Geeignet für: Naturliebhaber, Genussmenschen ▶ Highlight: von der Stadt in den größten Naturpark Österreichs 	<p>4</p> <p>VON INNSBRUCK ZUM LANSER SEE Mittelgebirge 1. Juni bis 28. September</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Schwierigkeitsgrad: leicht ▶ Geeignet für: Naturliebhaber ▶ Highlight: von der Stadt vorbei an der Skisprungschanze zum See 	<p>7</p> <p>ENTSPANNTE WALD-WANDERUNG Mittelgebirge 23. Juni bis 22. September</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Schwierigkeitsgrad: leicht ▶ Geeignet für: Familien, Naturliebhaber ▶ Highlight: Exkursion in den Wald für Ruhe, Atmung und Selbstfindung 	<p>11</p> <p>KULINARISCHE HIGHLIGHTS AUF DER SISTRANSER ALM Patscherkofel 3. Juni bis 30. September</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Schwierigkeitsgrad: leicht ▶ Geeignet für: Familien, Genussmenschen ▶ Highlight: lokale Spezialitäten und imposante Blicke am Innsbrucker Hausberg 	<p>14</p> <p>ALMENAUSFLUG ZUR ARZTALER ALM Arztal 4. Juni bis 24. September</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Schwierigkeitsgrad: leicht ▶ Geeignet für: Familien ▶ Highlight: unterwegs im stillsten und urigsten Seitental der Region Innsbruck
<p>2</p> <p>NATUR-ERLEBNISWANDERUNG Mieminger Plateau & Inntal ganzjährig</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Schwierigkeitsgrad: leicht ▶ Geeignet für: Familien, Naturliebhaber ▶ Highlight: Wissenswertes über Flora und Fauna für die ganze Familie 	<p>5</p> <p>ERKUNDUNGSTOUR AUF INNSBRUCKS HAUSBERG Patscherkofel 1. Juni bis 28. September</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Schwierigkeitsgrad: mittel ▶ Geeignet für: Gipfelstürmer ▶ Highlight: in Panorama-Gondeln und über den Zirbenweg zum kleinen Gipfelglück 	<p>8</p> <p>VON INNSBRUCK ZUM KASERMANDL AUF DIE UMRÜGGLER ALM Nordkette 2. Juni bis 29. September</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Schwierigkeitsgrad: leicht ▶ Geeignet für: Naturliebhaber ▶ Highlight: von einem der ältesten Stadtteile hoch zur modernsten Alm Innsbrucks 	<p>12</p> <p>GIPFELWANDERUNG AUF DIE VIGGARSPITZE Patscherkofel 3. Juni bis 30. September</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Schwierigkeitsgrad: mittel ▶ Geeignet für: Gipfelstürmer ▶ Highlight: in Panorama-Gondeln über einen abwechslungsreichen Steig zu prächtigen Ausblicken 	<p>15</p> <p>FAMILIEN-RUNDWANDERUNG IN DER „HEIMAT DES BERGDOKTORS“ Mieminger Plateau & Inntal ca. 7. Mai bis 29. Oktober</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Schwierigkeitsgrad: leicht ▶ Geeignet für: Familien, Naturliebhaber ▶ Highlight: vorbei am „Bergdoktorhaus“ zum Gerhardhof mit Ponyreit-Erlebnis
<p>3</p> <p>BARFUSSWANDERUNG FÜR GROSS UND KLEIN Viggartal 7. Juni bis 27. September</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Schwierigkeitsgrad: leicht ▶ Geeignet für: Familien, Naturliebhaber ▶ Highlight: gehen mit allen Sinnen und sehen mit den Füßen 	<p>6</p> <p>RUNDWANDERUNG VOM PLATEAU ZUR URIGEN HAIMINGER ALM Mieminger Plateau & Inntal ab 22. Juni bis Anfang September</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Schwierigkeitsgrad: mittel ▶ Geeignet für: Gipfelstürmer ▶ Highlights: Kulinarisches und 360-Grad-Panorama auf der typisch tirolerischen Almwirtschaft 	<p>9</p> <p>WANDERUNG ZUR GOURMET-ALM DER BERGSTEIGERDÖRFER Sellrain 23. Juni bis 22. September</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Schwierigkeitsgrad: mittel ▶ Geeignet für: Genussmenschen ▶ Highlight: Kulinarik der Superlative auf einer der besten Almen Tirols 	<p>13</p> <p>DIE KALKKÖGEL IM VISIER Senderstal 24. Juni bis 23. September</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Schwierigkeitsgrad: schwer ▶ Geeignet für: Gipfelstürmer ▶ Highlight: am Fuße und in ständiger Begleitung der „Nordtiroler Dolomiten“ 	<p>16</p> <p>DAS SELLRAINTAL MIT ALL SEINEN FACETTEN Sellrain 25. Juni bis 24. September</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Schwierigkeitsgrad: leicht ▶ Geeignet für: Naturliebhaber ▶ Highlight: Innsbrucks Bergsteigerdörfer im Sellrain kennenlernen
<div data-bbox="192 1354 845 2026" data-label="Complex-Block"> <p>ALLE TOUREN EINFACH & DIREKT ONLINE BUCHEN! WWW.INNSBRUCK.INFO/BERGWANDERTOUREN</p> </div>		<p>10</p> <p>RUNDWANDERUNG ZUR AUSSICHTSREICHEN PFAFFENHOFER ALM Mieminger Plateau & Inntal ca. 26. Mai bis Mitte September</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Schwierigkeitsgrad: mittel ▶ Geeignet für: Gipfelstürmer, Genussmenschen ▶ Highlights: atemberaubende Blicke ins Inntal und aufs Mieminger Plateau 	<p>17</p> <p>ALMENAUSFLUG ZUR ARZLER ALM Nordkette 4. Juni bis 1. Oktober</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Schwierigkeitsgrad: leicht ▶ Geeignet für: Familien, Naturliebhaber ▶ Highlight: über den Alpenzoo und die Hungerburg hinauf zu Innsbrucks traditionellster Alm 	<p>18</p> <p>ENTDECKUNGSTOUR DURCH DEN WESTEN DER REGION Mittelgebirge 25. Juni bis 1. Oktober</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ Schwierigkeitsgrad: mittel ▶ Geeignet für: Familien ▶ Highlight: eine Wanderung mit Blick hinter die Kulissen

KOSTENLOSE TEILNAHME AN DEN GEFÜHRTEN BERGWANDERTOUREN MIT WELCOME CARD GÜLTIG VON 1.5.2021 BIS 31.10.2021



PROGRAMM 2021
BERG WANDER



KOSTENLOSE TEILNAHME AN DEN GEFÜHRTEN E-BIKETOUREN GÜLTIG VON 1.5.2021 BIS 31.10.2021
ALLE TOUREN EINFACH & DIREKT ONLINE BUCHEN!
WWW.INNSBRUCK.INFO/EBIKETOUREN



IMPRESSUM:
Herausgeber / Konzept u. Grafik: Innsbruck Tourismus
Druck: Alpina Druck GmbH, Nordtirol
Kartografie: © 2019 OpenStreetMap contributors, 2019 Powered by Contour Maps
Bilder: Innsbruck Tourismus / Hubert, Grottel, Stock-AppFoto
Alle Angaben ohne Gewähr und vorbehaltlich Änderungen. Stand April 2021

ALMENAUSFLUG ÜBER DIE HUNGERBURG ZUR RUMER ALM

Schwierigkeitsgrad: leicht
Dauer reine Gehzeit: ca. 3 h
Aufstieg: 430 Hm | **Abstieg:** 490 Hm
Länge der Tour: 7 km
Treffpunkt: 12:00 Uhr vor dem Goldenen Dachl, Herzog-Friedrich-Straße 15
Anmeldung: bis 11:00 Uhr am Montag in allen Tourismus Informationen oder online unter www.innsbruck.info/welcome
► 31. Mai bis 27. September
► für **Naturliebhaber** und **Genussmenschen**

NATUR-ERLEBNISWANDERUNG

Schwierigkeitsgrad: leicht
Dauer reine Gehzeit: ca. 2 h
Treffpunkt: 14:00 Uhr Parkplatz Waldschwimmbad Barwies in Mieming (kostenfreie Parkplätze)
Anmeldung: bis 10:30 Uhr in allen Tourismus Informationen oder online unter www.innsbruck.info/welcome
Tipp: kostenlose Anreise aus Innsbruck mit der Welcome Card ab Innsbruck Hauptbahnhof mit der Buslinie 4176 bis Haltestelle Mieming Barwies Kirche (Gehzeit zum Treffpunkt ca. 10 min)
► ganzjährig
► für **Familien** und **Naturliebhaber**

BARFUSSWANDERUNG FÜR GROSS UND KLEIN

Schwierigkeitsgrad: leicht
Dauer reine Gehzeit: ca. 30 min
Aufstieg: 80 Hm | **Abstieg:** 80 Hm
Länge der Tour: 1,5 km
Treffpunkt: 14:00 Uhr bei der Feuerwehrhalle Ellbögen (kostenfreie Parkplätze)
Anmeldung: bis 10:00 Uhr in allen Tourismus Informationen oder online unter www.innsbruck.info/welcome
Tipp: kostenlose Anreise aus Innsbruck mit der Welcome Card ab Innsbruck Hauptbahnhof mit der Buslinie 4141 bis Haltestelle Gättinger, kostenloser Taxitransfer in das Viggartal buchbar online unter www.innsbruck.info/welcome
► 7. Juni bis 27. September
► für **Familien** und **Naturliebhaber**

VON INNSBRUCK ZUM LANSER SEE

Schwierigkeitsgrad: leicht
Dauer reine Gehzeit: ca. 3 h
Aufstieg: 360 Hm | **Abstieg:** 50 Hm
Länge der Tour: 8 km
Treffpunkt: 9:00 Uhr vor dem Goldenen Dachl, Herzog-Friedrich-Straße 15
Anmeldung: bis 16:00 Uhr am Vortag in allen Tourismus Informationen oder online unter www.innsbruck.info/welcome
Tipp: kostenlose Rückfahrt nach Innsbruck mit der Welcome Card mit der Waldstraßenbahn der Linie 6
► 1. Juni bis 28. September
► für **Naturliebhaber**

ERKUNDUNGSTOUR AUF INNSBRUCKS HAUSBERG

Schwierigkeitsgrad: mittel
Dauer reine Gehzeit: ca. 3 h
Aufstieg: 200 Hm | **Abstieg:** 200 Hm
Länge der Tour: ca. 6 km
Treffpunkt: 10:00 Uhr bei der Talstation der Patscherkofelbahn in Igls, Römerstrasse 81
Anmeldung: bis 16:00 Uhr am Vortag in allen Tourismus Informationen oder online unter www.innsbruck.info/welcome
Tipp: kostenlose Anreise aus Innsbruck mit der Welcome Card ab Haltestelle Maria-Theresien-Straße mit der Buslinie | bis Haltestelle Patscherkofel. Die Fahrt mit der Patscherkofelbahn ist nicht inkludiert.
► 1. Juni bis 28. September
► für **Gipfelstürmer**

RUNDWANDERUNG VOM PLATEAU ZUR URIGEN HAIMINGER ALM

Schwierigkeitsgrad: mittel
Dauer reine Gehzeit: ca. 5 h
Aufstieg: 500 Hm | **Abstieg:** 750 Hm
Länge der Tour: ca. 12 km
Treffpunkt: 9:00 Uhr am Parkplatz Grünberg, Obsteig (kostenfreie Parkplätze)

1

Anmeldung: bis 11:30 Uhr am Vortag in allen Tourismus Informationen oder online unter www.innsbruck.info/welcome
Tipp: kostenlose Anreise aus Innsbruck mit der Welcome Card ab Innsbruck Hauptbahnhof mit der Buslinie 4176 bis Haltestelle Obsteig Mooswaldsiedlung (Gehzeit zum Treffpunkt ca. 15-20 min)
► ab 22. Juni bis Anfang September
► für **Gipfelstürmer**

ENTSPANNTE WALD-WANDERUNG

Schwierigkeitsgrad: leicht
Dauer der Tour (inkl. Pausen): ca. 2 h
Aufstieg: 100 Hm | **Abstieg:** 100 Hm
Länge der Tour: ca. 3 km
Treffpunkt: 16:00 Uhr an der Bushaltestelle Camping Natterer See
Anmeldung: bis 16:00 Uhr am Vortag in allen Tourismus Informationen oder online unter www.innsbruck.info/welcome
Tipp: kostenlose Anreise aus Völs/Götzens/Mutters/Natters mit der Welcome Card mit der Buslinie 4161 bis Haltestelle Camping Natterer See
► 23. Juni bis 22. September
► für **Familien** und **Naturliebhaber**

VON INNSBRUCK ZUM KASERMANDL AUF DIE UMBRÜGGLER ALM

Schwierigkeitsgrad: leicht
Dauer reine Gehzeit: ca. 3 h
Aufstieg: 530 Hm | **Abstieg:** 260 Hm
Länge der Tour: ca. 7 km
Treffpunkt: 9:00 Uhr vor dem Goldenen Dachl, Herzog-Friedrich-Straße 15
Anmeldung: bis 16:00 Uhr am Vortag in allen Tourismus Informationen oder online unter www.innsbruck.info/welcome
► 2. Juni bis 29. September
► für **Naturliebhaber**

WANDERUNG ZUR GOURMET-ALM DER BERGSTEIGERDÖRFER

Schwierigkeitsgrad: mittel
Dauer der Tour (inkl. Pausen): ca. 6 h
Aufstieg: 750 Hm | **Abstieg:** 750 Hm
Länge der Tour: ca. 10 km
Treffpunkt: 9:45 Uhr bei der Tourismus Information Gries im Sellrain (kostenfreie Parkplätze)
Anmeldung: bis 16:00 Uhr am Vortag in allen Tourismus Informationen oder online unter www.innsbruck.info/welcome
Tipp: kostenlose Anreise mit der Welcome Card ab Innsbruck Hauptbahnhof mit der Buslinie 4166 bis Haltestelle Gries im Sellrain Kirche
► 23. Juni bis 22. September
► für **Genussmenschen**

RUNDWANDERUNG ZUR AUSSICHTSREICHEN PFAFFENHOFER ALM

Schwierigkeitsgrad: mittel
Dauer reine Gehzeit: ca. 2 h 30 min
Aufstieg: 320 Hm | **Abstieg:** 320 Hm
Länge der Tour: 4,7 km
Treffpunkt: 8:45 Uhr am Parkplatz Raiffeisenbank Mieming (kostenfreie Parkplätze)
Anmeldung: bis 11:30 Uhr am Vortag in allen Tourismus Informationen oder online unter www.innsbruck.info/welcome
Tipp: kostenlose Anreise mit der Welcome Card ab Innsbruck Hauptbahnhof mit der Buslinie 4176 bis Haltestelle Mieming Gemeindeamt
► ca. 26. Mai bis Mitte September
► für **Gipfelstürmer** und **Genussmenschen**

KULINARISCHE HIGHLIGHTS AUF DER SISTRANSER ALM

Schwierigkeitsgrad: leicht
Dauer reine Gehzeit: ca. 4 h
Aufstieg: 660 Hm | **Abstieg:** 660 Hm
Länge der Tour: 10 km
Treffpunkt: 9:00 Uhr vor dem Goldenen Dachl, Herzog-Friedrich-Straße 15
Anmeldung: bis 16:00 Uhr am Vortag in allen Tourismus Informationen oder online unter www.innsbruck.info/welcome
Tipp: kostenlose Hin- und Rückfahrt von/nach Innsbruck mit der Welcome Card mit der Buslinie |
► 3. Juni bis 30. September
► für **Familien** und **Genussmenschen**

GIPFELWANDERUNG AUF DIE VIGGARSPITZE

Schwierigkeitsgrad: mittel
Dauer reine Gehzeit: ca. 3 h 30 min
Aufstieg: 400 Hm | **Abstieg:** 400 Hm
Länge der Tour: ca. 8,1 km
Treffpunkt: 9:30 Uhr bei der Talstation der Patscherkofelbahn in Igls, Römerstrasse 81
Anmeldung: bis 16:00 Uhr am Vortag in allen Tourismus Informationen oder online unter www.innsbruck.info/welcome
Tipp: kostenlose Anreise aus Innsbruck mit der Welcome Card ab Haltestelle Maria-Theresien-Straße mit der Buslinie | bis Haltestelle Patscherkofel. Die Fahrt mit der Patscherkofelbahn ist nicht inkludiert.
► 3. Juni bis 30. September
► für **Gipfelstürmer**

DIE KALKKÖGEL IM VISIER

Schwierigkeitsgrad: schwer
Dauer der Tour (inkl. Pausen): ca. 5 h
Aufstieg: 450 Hm | **Abstieg:** 450 Hm
Länge der Tour: 8,4 km
Treffpunkt: 9:30 Uhr am Parkplatz Kemater Alm (kostenpflichtige Mautstraße)
Anmeldung: bis 17:00 Uhr am Vortag in allen Tourismus Informationen oder online unter www.innsbruck.info/welcome
Tipp: kostenloser Taxitransfer von den Orten Natters, Mutters, Götzens, Birgit und Axams zur Kemater Alm buchbar online unter www.innsbruck.info/welcome
► 24. Juni bis 23. September
► für **Gipfelstürmer**

12

ALMENAUSFLUG ZUR ARZTALER ALM

Schwierigkeitsgrad: leicht
Dauer reine Gehzeit: ca. 1 h 30 min
Aufstieg: 248 Hm | **Abstieg:** 248 Hm
Länge der Tour: 3,9 km
Treffpunkt: 9:30 Uhr beim Feuerwehrhaus in Ellbögen (kostenfreie Parkplätze)
Anmeldung: bis 16:00 Uhr am Vortag in allen Tourismus Informationen oder online unter www.innsbruck.info/welcome
Tipp: kostenlose Anreise aus Innsbruck mit der Welcome Card ab Innsbruck Hauptbahnhof mit der Buslinie 4141 bis Haltestelle Gättinger; kostenloser Taxitransfer zur Arztaler Alm buchbar online unter www.innsbruck.info/welcome
► 4. Juni bis 24. September
► für **Familien**

FAMILIEN-RUNDWANDERUNG IN DER „HEIMAT DES BERGDOKTORS“

Schwierigkeitsgrad: leicht
Dauer reine Gehzeit: ca. 2 h
Aufstieg: 70 Hm | **Abstieg:** 70 Hm
Länge der Tour: ca. 5,2 km
Treffpunkt: 10:30 Uhr am Parkplatz Gemeinde Wildermieming (kostenfreie Parkplätze)
Anmeldung: bis 11:30 Uhr am Vortag in allen Tourismus Informationen oder online unter www.innsbruck.info/welcome
► ca. 7. Mai bis 29. Oktober
► für **Familien** und **Naturliebhaber**

14

DAS SELLRAINTAL MIT ALL SEINEN FACETTEN

Schwierigkeitsgrad: leicht
Dauer der Tour (inkl. Pausen): ca. 5 h
Aufstieg: 400 Hm | **Abstieg:** 400 Hm
Länge der Tour: 10,2 km
Treffpunkt: 9:45 Uhr bei der Tourismus Information Gries im Sellrain (kostenfreie Parkplätze)
Anmeldung: bis 16:00 Uhr am Vortag in allen Tourismus Informationen oder online unter www.innsbruck.info/welcome
Tipp: kostenlose Anreise mit der Welcome Card ab Innsbruck Hauptbahnhof mit der Buslinie 4166 bis Haltestelle Gries im Sellrain Kirche
► 25. Juni bis 24. September
► für **Naturliebhaber**

ALMENAUSFLUG ZUR ARZLER ALM

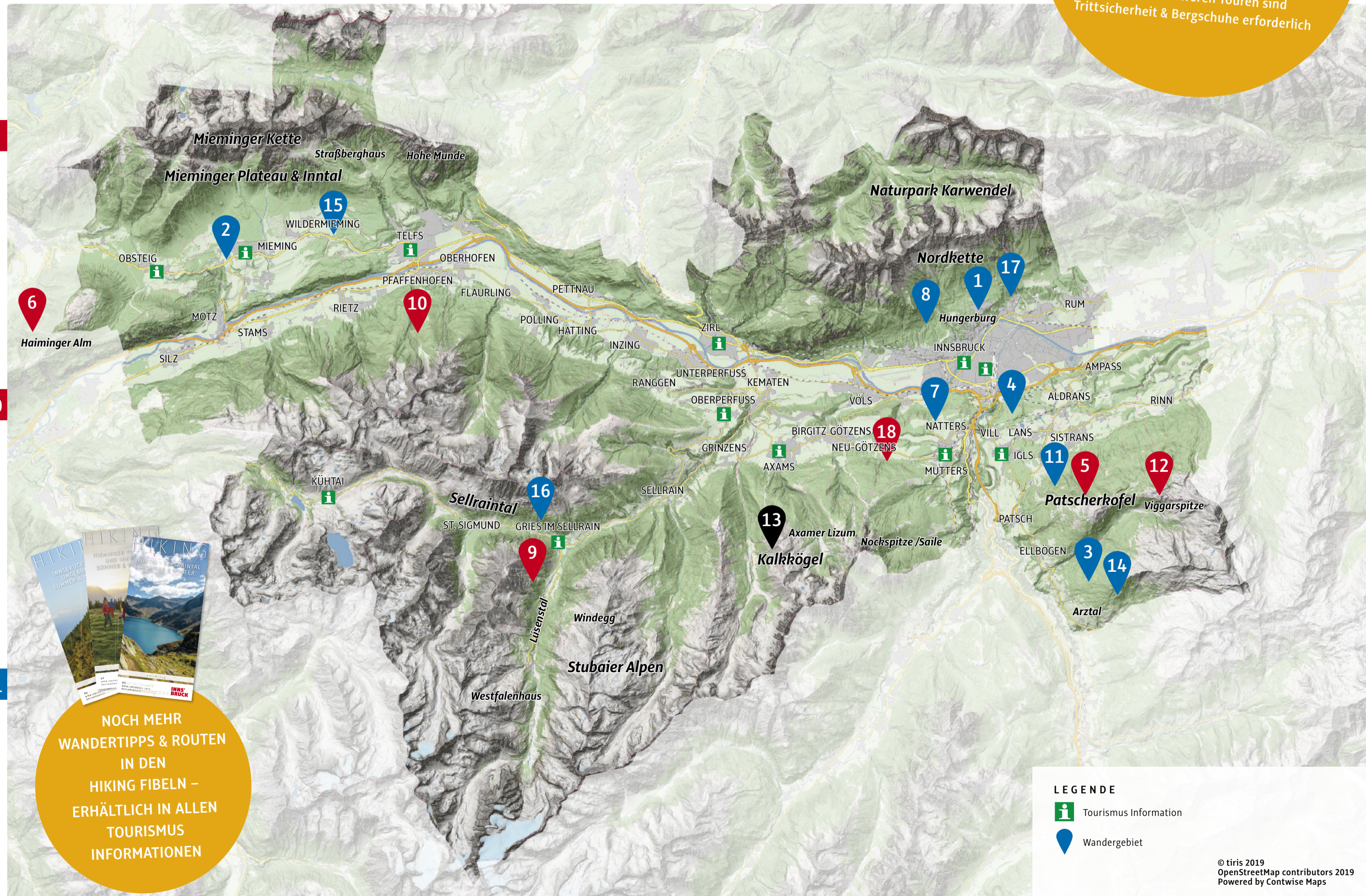
Schwierigkeitsgrad: leicht
Dauer reine Gehzeit: ca. 3 h
Aufstieg: 480 Hm | **Abstieg:** 250 Hm
Länge der Tour: 7,5 km
Treffpunkt: 9:00 Uhr vor dem Goldenen Dachl, Herzog-Friedrich-Straße 15
Anmeldung: bis 16:00 Uhr am Vortag in allen Tourismus Informationen oder online unter www.innsbruck.info/welcome
Tipp: kostenlose Rückfahrt nach Innsbruck mit der Welcome Card mit der Buslinie |
► 4. Juni bis 1. Oktober
► für **Familien** und **Naturliebhaber**

16

ENTDECKUNGSTOUR DURCH DEN WESTEN DER REGION

Schwierigkeitsgrad: mittel
Dauer der Tour (inkl. Pausen): ca. 5 h
Aufstieg: 550 Hm | **Abstieg:** 550 Hm
Länge der Tour: 9,6 km
Treffpunkt: 9:30 Uhr bei der Tourismus Information Mutters
Anmeldung: bis 16:00 Uhr am Vortag in allen Tourismus Informationen oder online unter www.innsbruck.info/welcome
Tipp: kostenlose Anreise aus Innsbruck mit der Welcome Card ab Innsbruck Hauptbahnhof mit der Stubaitalbahn bis Haltestelle Mutters Bahnhof
► 25. Juni bis 1. Oktober
► für **Familien**

18



NOCH MEHR WANDERTIPPS & ROUTEN IN DEN HIKING FIBELN – ERHÄLTlich IN ALLEN TOURISMUS INFORMATIONEN

LEGENDE
i Tourismus Information
Wanderggebiet