STUBAIER HÖHENWEG

De Stubaier Höhenweg staat bekend als een technische tocht die als een hoefijzer het Stubaital omsluit. Een parcours voor ervaren bergwandelaars, die hutten op geregelde afstand vinden en nog enkele via ferrata's onderweg kunnen meepikken.

DE EERSTE BLAREN

Aantal wandeluren: 5 u
Hoogtemeters: 1400 m stijgen en 800 m dalen

Vanuit Neustift vertrekken we in wijzerszin langsheen de höhenweg. Er zijn diverse opties voor de eerste dag. We kiezen voor de meest aantrekkelijke route: de lift richting de Elferhütte, daarna stijgen richting de gelijknamige Elferspitze om dan via de Zwölfenieder en Gratzengrüb af te dalen naar de Karalm waar we de laatste klim naar de Innsbrücker Hutte aanvangen.
Het is zonnig en warm. Onze benen verademen als we de broekspijpen afritsen. We genieten volop van het zicht op de U-vormige valleien en imposante bergen. De eerste blaren worden gevormd door de stroeve zolen van de D-schoenen. Minder comfortabel om te wandelen maar, denken we, handiger bij het klettersteigen. Een halve liter schiwasser is bijzonder welkom op het zonnige terras van de Karalm.
De laatste klim richting de Pinnisjoch kruipt in de benen. Na een behoorlijke eerste etappe, klotst het Weissbier vlot naar binnen. Na enkele spelletjes Wiezen, hebben Ivo en ik snel door dat we ons best gaan mogen doen om deze week niet onder tafel gespeeld te worden door mijn schoonouders.

MER DE NUAGES

Aantal wandeluren: 6,5 u
Hoogtemeters: 850 m stijgen en 800 m dalen, ligt iets lager als je de klettersteig neemt op het einde van de etappe

Een sober ontbijt van yoghurt met een bodempje muesli en een bak koffie vult net de magen. We vangen aan in de mist, maar na enkele honderden klimmeters kunnen we even uitkijken over een woelige wolkenzee. Mistige bergkammen duiken op aan de horizon. Als het panoramapad weer naar beneden duikt en lager de grillige bergflank volgt, zitten we terug in de erwtensoep. Enkele zeldzame tegenliggers duiken als mysterieuze schimmen op. Ze verdwijnen al even snel terug in het decor. Dauwdruppels hangen als parelsnoeren aan de lange grasstengels.
Af en toe helpen treden en kettingen ons over technische passages heen. Enkele gedenktekens en zelfs een foto van een gehavend gezicht manen aan tot voorzichtigheid. Als Martine enkele koprollen maakt en een tiental meters lager op het zigzaggende pad terug neerkomt, worden we met onze neus op de feiten gedrukt.
Pas in de late namiddag begint het wolkendek open te scheuren. Bij de laatste splitsing splitsen onze wegen even. Martine en Willy dalen verder af en krijgen daarna een pittige klim naar de berghut voorgeschoteld. Wij nemen de hoge route naar de Bremer Hütte, waarvan het laatste stuk een korte klettersteig is. Het pad stijgt verder richting de Lautersee en snijdt de rotsige flank aan net onder de hut. De talloze treden zorgen ervoor dat de korte via ferrata eenvoudig blijft.
We zijn ruim op tijd binnen en doen ons op het terras te goed aan een ruime portie Kaiserschmarren. Dat bekopen we 's avonds als we een bord met twee grote knödels, een berg zuurkool en twee serieuze lappen varkensvlees voor de neus gezet krijgen. Onze maag ligt compleet ondersteboven.

MIJN EERSTE VIA FERRATA

Aantal wandeluren: 7 u
Hoogtemeters: 1000 m stijgen en 1250 m dalen

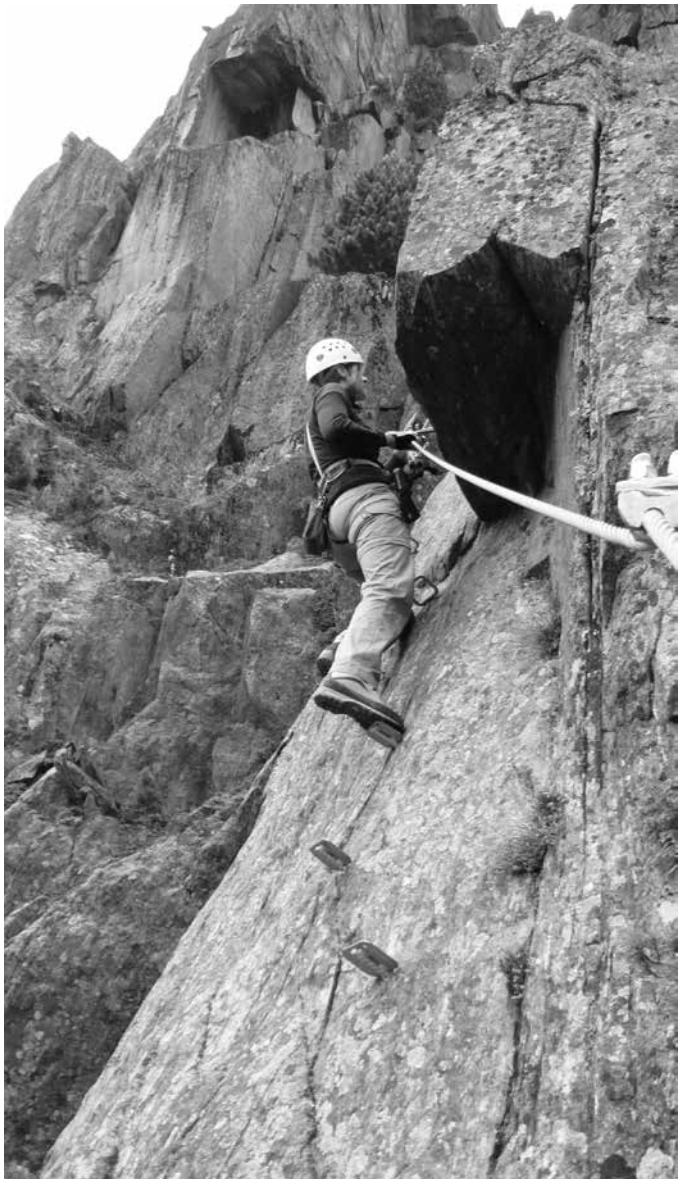
Het is volledig opgeklaard. De ochtendzon werpt een warme gloed over de bergen. Voor het eerst lijken de gletsjers dichtbij. Een pittige klim leidt ons naar Simmingjöchl. Via kabels trekken we ons omhoog over de gekantelde kalksteenplaten.
Na een tussenstop in de Nurnberger Hütte zetten we verder koers naar de Sulzenau Hütte over een droomwandelparcours. Een blokkenterrein en enkele staalkabels leiden ons naar de Niederl bergkam. Een koppel daalt hier op kousenvoeten af, duidelijk niet op hun plaats in dit ruwe terrein.
Vanaf de gelijknamige berg op de grens met Italië, duikt de Wilder Freiger Ferner abrupt de diepte in. De groenblauwe Grünausee wordt afgedamd door een lange zijmorene van de gletsjer. Het is er best druk, heel wat dagjesmensen klimmen vanuit de vallei naar het meer. We lopen verder over een morenerug omlaag richting de Sulzenauhütte.
Onze vroege start zorgt ervoor dat we enkele uurtjes tijd over hebben voor het avondmaal. We pikken nog een klettersteig mee die deels bovenlangs maar ook in de kloof van de bulderende Sulzaubach is aangelegd. Bijzonder indrukwekkend, en enkele stukken zijn best technisch.
Af en toe zetten we het verstand op nul als een sprong gewaagd moet worden over het wassende water. Dankzij onze bergtochten heb ik mijn

hoogtevrees grotendeels overwonnen, maar van zodra het echt technisch wordt, komt de onzekerheid terug. Ik durf niet meteen met gestrekte armen aan de kabel te hangen en voeten tegen de wand te plaatsen. Ik sla een afdalend stukje over maar krijg spijt. Na het avondmaal vergezelt Martine me nog eens voor een tweede poging. Dankzij haar aanwijzingen lukt het deze keer wel. Al voel ik me nog soms erg onrustig, waardoor ik enkele keren vergeet mijn setje over te pikken. Alweer een grens verlegd.

DE RATIO EN HET HART

Aantal wandeluren: 3 u, 's morgens naar Aussichtspunkt Hundsheim gestapt en terug (+ 3 uur)
Hoogtemeters: 500 m stijgen en 400 m dalen (+ 630 m stijgen en 630 m dalen)

Met slechts een halve etappe op het programma, besluiten we een poging te wagen de Aperer Freiger te beklimmen, een drieduizender temidden de gletsjers maar via paden en een rotsige graat door wandelaars te bereiken. De Lübecker Weg leidt ons langsheen het Blaue Lacke, ontstaan door het afsmelten van de Sulzenauferner die zich intussen al veel dieper in de vallei heeft teruggetrokken. De sporen van het grijze puin tegen de bergflanken zijn tekenend.
Na het Aussichtspunkt Hundsheim begint het weer om te slaan. Wolken komen nu snel opzetten vanuit het zuiden. Het verhoopte uitzicht over de Wilder Pfaff en Zückerhutl, de hoogste toppen van de streek, zit er duidelijk niet meer in. Omdat we vrezen voor mist en regen op de top van de Aperer Freiger en een riskante afdaling over granieten rotsblokken, keren we met tegenzin terug naar de Sulzenauhut. Geregeld kijken we nog eens over onze schouder heen naar de bergtop. Verstand en gevoel zijn soms moeilijk te verzoenen.

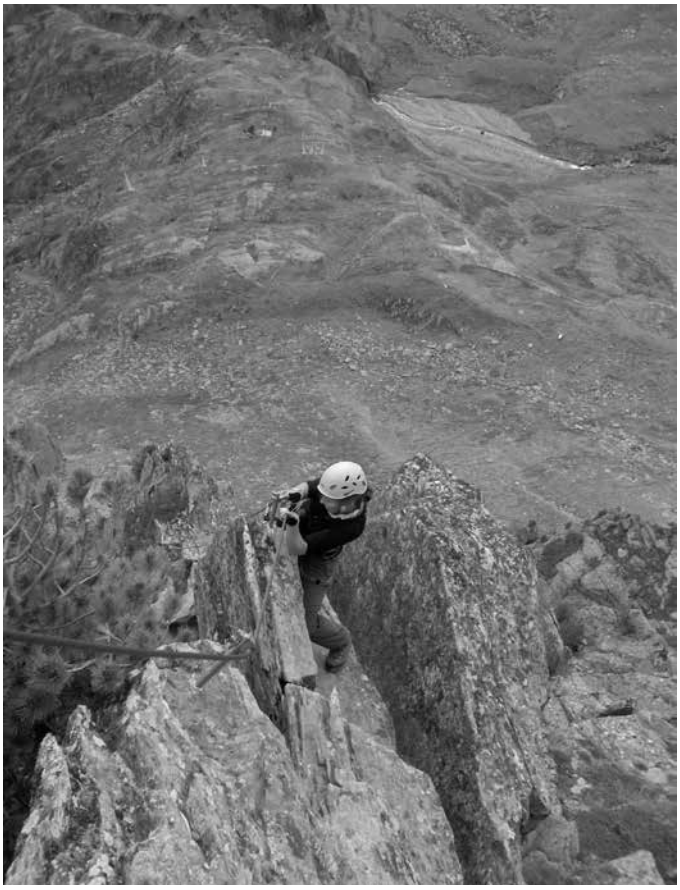


Als we terug zijn, begint het al te druppelen. De meeste hikers kiezen voor het pad dat de rivier volgt richting de Sulzenauferner om daarna te stijgen naar de Beiljoch. Wij houden het bij de traditionele route langsheen de bergflank, iets technischer maar wel met een mooi uitzicht over het kronkelende smeltwater van de gletsjers. Intussen begint onder onze laag regenkledij het zweet ook al serieus te meanderen. Van het ademvermogen van ons technisch gerief is weinig te merken.
Op de col staan honderden steenmannetjes bijna tegen elkaar aan geschurkt. Meerdere wolkenlagen omsluiten het landschap. Behoedzaam dalen we af door rotsblokken en puin. De Dresdnerhütte is een waar berghotel. Het is er gelukkig rustig en we laten ons de luxe in dit grauwe donkere weer welbevallen. Gratis warme douches en tapijt in de kamers, wat kan een mens nog meer wensen. Willy en Ivo hebben nog wat 'poer' over en wagen zich aan de klettersteig naar de Egesengrat, goed voor 230 hoogtemeters en categorie C met twee stukjes D. Voor de meer geoefende klettersteigers dus. Na een tweetal uurtjes verschijnen ze bezweet terug. Na het aanhoren van hun ervaringen, zien Martine en ikzelf dit ook wel zitten.

DE AANHOUDER WINT

Aantal wandeluren: 6 u (door te starten met de via ferrata naar de Egesengrat hebben we er zeker 1 u tot 1,5 u langer over gedaan)
Hoogtemeters: 850 m stijgen en 900 m dalen

Dromen van kabels, treden en afgronden, het valt niet te ontkennen dat er bij mij wat spanning leeft. Na zo'n rusteloze nacht ben ik niet erg uitgeslapen, maar de adrenaline zorgt voor de nodige energie. Na een copieus ontbijt, trekken we de hele klettersteiguitrusting aan: klimgordel, klettersteigset, handschoentjes zonder vingers en klimhelm. Ook nog een lange bandschling en musketon hangen we aan de gordel, mocht het nodig zijn



om even uit te rusten. Onze ventjes hebben beloofd onze rugzak mee te nemen naar de top van de Egesengrat waar we samen verder trekken richting de Neue Regensburger Hütte. Intussen is de mist verdwenen en valt er opnieuw van de omgeving te genieten.
Martine gaat voorop. Ze is duidelijk geboren met de nodige portie durf. Als mid-veertiger wist ze haar man te overtuigen om te leren rotskimmen en enkele jaren later om een hooggebergtecursus te volgen. Geduldig geeft ze me duidelijke instructies bij de moeilijke passages. Terugkeren is hier geen optie, dus volg ik gehoorzamend. Ik laat mezelf geen ruimte

om in paniek te slaan. Soms zijn de stappen erg groot, en geregeld is het dus optrekken of duwen met volle kracht. Een tikkeltje opgelucht bereik ik de top van de Egesengrat. Snel pakken we de rugzakken in voor de rest van de etappe.

We dalen af langs een brede grintweg. Een groepje mountainbikers zwoegen er omhoog. Wat later is het wandelspoor opnieuw twee bergschoenen breed. Gestaag gaat het bergop langsheen de bergflank. Aan de horizon verschijnt een keten van rotsige toppen en spaltige gletsjers.
De laatste meters naar de Grawaggruabennieder pijnigen de kuiten. Vanop de col zien we waarom dit als de sleuteletappe beschouwd wordt. We kijken uit over een vallei vol grijze en roestkleurige blokken. De steile afdaling over los puin en grint op een bedje van gletsjerijs is doenbaar voor ervaren stappers.
Nabij de Falbesoner See is er opnieuw een uitgetreden pad. In de verte duikt de Neue Regensburger Hütte op aan de rand van de vlakke Hochmoos. Na het zoveelste laatste bultje komen we eindelijk aan de hut waar we de laatste zonnestralen opvangen op het terras.

SCHIWASSER

Aantal wandeluren: 9 u
Hoogtemeters: 1030 m stijgen en 1090 m dalen

Onder een wolkenloze hemel klimmen we in alle vroegte naar de Schrimmennieder. In de Platzengrübe laat een bergkoe zich zowaar aaien. Na een lange traversée bereiken we nog voor de middag de Franz-Senn-Hütte waar we ons schiwasserreservoir opnieuw aanvullen. Morgen wordt slecht weer aangekondigd dus beslissen we door te gaan naar de Starkenburger Hütte. Na een mobiel belletje is onze reservatie geregeld.
In een bakkende zon gaat het terug langzaam bergop. De Seducker Hochalm komt als geroepen. Een oude man baat er zijn almhutje uit. We klinken met schiwasser gevulde bierglazen.
De witte rotsen van de Schlicker Seepitze doen terugdenken aan het pre-Alpentijdperk toen dode schaal- en schelpdieren neerdaalden op de bodem van de zee en door druk van bovenliggende lagen kalksteen gevormd werd. Het is heerlijk om 's avonds nog onderweg te zijn. De zon zakt stilaan dieper en een indringende rust daalt neer over de bergen.

TERUG IN DE BESCHAVING

Aantal wandeluren: 2 u
Hoogtemeters: om stijgen en 1240 m dalen

Tussen de lorken en groene almen dalen we in een tweetal uurtjes af naar Neustift. Niet veel later zitten we terug in de auto op weg naar Innsbrück. Op naar de Dolomieten!
Debbie Sanders

STEEKKAART

ROUTE EN BEWEGWIJZERING

De route is uitstekend gemarkeerd. Er zijn diverse kettingen en af en toe zwaardere passages over blokken en puin. Tredzekerheid en bergwandelervaring zijn absoluut noodzakelijk.
De klettersteigs nabij de hutten zijn optioneel. De nodige uitrusting is hierbij noodzakelijk.

BEREIKBAARHEID

Neustift is zowel bereikbaar met de auto als het openbaar vervoer. De Stubaibus van Innsbrück rijdt voorbij Neustift diep de vallei in waardoor in- en uitpikken op de route perfect mogelijk is.

OVERNACHTING

Op de höhenweg sliepen we in comfortabele berghutten (vaak warme douche). Reserveren is aangeraden. Bivakkeren is mogelijks langs de route maar de plekjes liggen er niet voor het rapen.

BEVOORRADING

Er is geen herbevoorrading mogelijk maar er zijn tal van hutten waar je kan eten en drinken.

Uitgebreide praktische informatie op www.debbiesanders.be (verslag op pagina 'Europa')