



Der Arlberg Trail

Als „Wiege des alpinen Skilaufs“ wurde der Arlberg weltbekannt. Im Sommer ist das Gebiet bisher ein Geheimtipp für sportliche Bergliebhaber. Es ist also an der Zeit, sich hier zu Fuß auf eine Entdeckungsreise zu begeben. Die Region, in der die Berge der Verwallgruppe, des Lechquellgebirges und ein Teil der Lechtaler Alpen markant ineinander übergehen, ist von beeindruckender Vielfalt an alpinen Landschaften. Saftig grüne Alpwiesen, Felsen in unterschiedlichsten Farbtönen und Strukturen, Seen und Bäche, Schnee- und Firnfelder in den schattigen Hochtälern – auf deinen Wanderungen wirst du das alles entdecken können. Der Arlberg Trail verbindet alle fünf Arlbergorte Lech, Zürs, Stuben, St. Anton und St. Christoph in einer Rundtour. In drei Etappen und mithilfe von Seilbahnen erlebst du insgesamt 40 km Wanderwege in spektakulärer alpiner Landschaft. Täglich kannst du zwischen der Originalroute und weniger anspruchsvollen Alternativen wählen. Untergebracht bist du in ausgesuchten Hotels in den bekannten Orten St. Anton, Stuben und Lech, deren unterschiedlicher Charakter dich begeistern wird. Dank des täglichen Gepäcktransportes kannst du die Wanderungen mit leichtem Rucksack genießen.

# Der Arlberg Trail

2ATINN50

Bereistes Land

Österreich

Schwierigkeitsgrad



Reiseart

Trekkingreisen, Wanderurlaub

Reisedauer

4 Tage

## Highlights

- > Erwandere die sportliche Herausforderung Arlberg Trail in spektakulärer alpiner Landschaft
- > Entdecke den Monzabonsee in den Lechtaler Alpen
- > Genieße vom Galzig das spektakuläre Gipfelpanorama mit Pateriol und Kuchenspitze
- > Probiere Vorarlberger Käsespezialitäten bei der Einkehr auf der Kaltenberghütte
- > Freu dich auf komfortable Hotels und ein einzigartiges Bergerlebnis

## Profil

- > 4-tägiges Trekking von Unterkunft zu Unterkunft
- > täglich Wahlmöglichkeit von Wandervorschlägen in 3 unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden
- > Gute Kondition und Trittsicherheit erforderlich
- > Mit Gepäcktransport



# Reiseverlauf

## Tag 1 Willkommen am Arlberg

Das Abenteuer Arlberg Trail startet in St. Anton am Arlberg. In den kommenden 3 Tagen wirst du das imposante Hochgebirgsland rund um den Arlberg-Pass durchqueren. Reise am besten schon etwas früher am Tag an, um den berühmten Alpenort zu erkunden und die Annehmlichkeiten deines Hotels zu nutzen.

### Unterkunft

Hotel "die Arlbergerin" ★★★★★ o.Ä.  
St. Jakober Dorfstraße 11  
6580 St. Anton am Arlberg AT

## Tag 2 St. Anton – Stuben

Die Tour beginnt mit der Galzigbahn, die dich auf 2.082m Höhe bringt. Von der Bergstation aus führt der Weg durch eine abwechslungsreiche alpine Landschaft. Der Paul- Bantlin-Weg führt dich immer auf der Höhe entlang der Albonaseen, dessen kristallklares Wasser und die umliegende Bergkulisse einen reizvollen Zwischenstopp bieten. Weiter führt der Weg zur Kaltenbergerhütte, die sich ideal für eine Rast eignet. Der Abstieg führt über Wiesen und Moore hinunter ins Tal, vorbei am Stubener See, bevor die Tour in Stuben am Arlberg endet.

**Gehzeit:** ca. 4,5 h

**Aufstieg:** ca. 428 hm

**Abstieg:** ca. 1098 hm

**Länge:** ca. 13,5 Km

---

**Anspruchsvolle Variante (Originalroute):** Diese Etappe beginnt mit der Bergfahrt auf den Galzig. Gemütlich wanderst du auf einem Weg mit Blick auf St. Christoph am Arlberg Richtung Passhöhe. Über den Bergegeistweg geht es zunächst sanft, später steiler in Serpentinauf einen Sattel mit Ausblick auf den Pateriol. Vorbei an den Maroisee erreichst du nach einem kurzen Anstieg das Maroijoch. Mit Ausblick ins Klostertal führt der Weg zur Kaltenberghütte, wo du eine wohlverdiente Pause einlegen kannst. Anschließend wanderst du mit Sicht auf den Flexenpass und Zürs über Wiesen und Moore bergab, vorbei am Stubener See, bis in deinen Etappenort Stuben.

**Gehzeit:** ca. 7 h

**Aufstieg:** ca. 714 hm

**Abstieg:** ca. 1367 hm

**Länge:** ca. 16,3 Km

---

**Gemütliche Variante:** Vom Ortszentrum St. Anton am Arlberg führt der Weg zunächst entlang der Rosanna Richtung Verwalltal. Bei der Rosannaschlucht erreichen wir die Straße Richtung Rasthaus Verwall. Die Straße wird überquert und anschließend geht es immer ansteigend bis zum Maiensee. Von hier aus hat man einen wunderbaren Blick auf den

Passort St. Christoph am Arlberg. Wenig später erreichen wir die Ortschaft auf 1.800m Seehöhe. Der Arlberg Trail auf seiner Originalstrecke führt hinter der Albona auf dem Berggeistweg weiter. Die kürzere Variante verläuft entlang des Rauzbaches durch das Hochtal. Bei Rauz führt der Weg durch das Tobel direkt nach Stuben am Arlberg.

**Gehzeit:** ca. 4:00 h

**Aufstieg:** ca. 561 hm

**Abstieg:** ca. 466 hm

**Länge:** ca. 11,6 Km

Verpflegung

Frühstück

Unterkunft

Hotel "Haus Flexen" ★★★ o.Ä.

Stuben 13b

6762 Stuben am Arlberg AT

## Tag 3 Stuben – Lech

Von Stuben, dem Tor zum Arlberg führt die Tour über einen Forstweg in Richtung Flexental. Anschließend steigt der Weg auf dem Franz-Josef-Weg kurz steiler in Richtung Flexenpass an. Während der Wanderung genießt du immer wieder beeindruckende Ausblicke auf das 1.407 m hoch gelegene Stuben. Schon bald erreichst du die europäische Wasserscheide, die die Grenze zwischen Nord- und Südeuropa markiert. Von hier verläuft der Weg leicht abfallend in Richtung Zürs bis zur Seekopfbahn. Diese bringt dich bequem auf 2.212 m Höhe. Oben angekommen, genießt du nicht nur den traumhaften Blick auf den Zürsersee, sondern auch die Möglichkeit einer Stärkung im Seekopf Panorama Restaurant. Von dort wanderst du über das Wiesele entspannt bergab, bis du schließlich das charmante Lech am Arlberg erreichst, wo die Tour endet.

**Gehzeit:** ca. 5:00 h

**Aufstieg:** ca. 388 hm

**Abstieg:** ca. 880 hm

**Länge:** ca. 12 Km

-----  
**Anspruchsvolle Variante (Orginalroute):** Von der malerischen Ortschaft Stuben, dem Tor zum Arlberg, wanderst du auf dem Franz-Josef-Weg in Richtung Flexenpass, der hier die europäische Wasserscheide bildet. Leicht abfallend verläuft der Wanderweg nun Richtung Zürs, wo dich die Seekopfbahn auf 2.212 m bringt und im Panoramarestaurant Gelegenheit für eine Stärkung ist. Nach dem Zürsersee steigt der Weg steil bergan bis zu einer kleinen Wollgrasebene. Ein paar Höhenmeter sind es noch bis auf das 2.450 m hohe Madlochjoch. Mit Blick auf Lech am Arlberg und die umliegenden Felsgipfel führt dich die Route über die Gstüatalpe talwärts zu deinem nächsten Ziel, das 1.450 m hoch gelegene Lech am Arlberg.

**Gehzeit:** ca. 6:00h

**Aufstieg:** ca. 682 hm

**Abstieg:** ca. 1158 hm

**Länge:** ca. 13,8 Km

---

**Gemütliche Variante:** Der Weg führt direkt vom Ortzentrum Stuben in das Flexental, an dessen Ende ein imposanter Wasserfall liegt. Über eine Brücke wird der Bach überquert und es geht in Serpetinen Richtung Flexenpass, wo sich auch die Europäische Wasserscheide befindet. Von nun an geht es immer leicht bergab durch den Passort Zürs am Arlberg und immer direkt am Zürsbach Richtung Lech am Arlberg. Diese Variante ist um einige Kilometer kürzer und ist vor allem bei unsicheren Wetterbedingungen zu empfehlen.

**Gehzeit:** ca. 4:00 h

**Aufstieg:** ca. 447 hm

**Abstieg:** ca. 404 hm

**Länge:** ca. 11,1 Km

Verpflegung

Frühstück

Unterkunft

Hotel Roggal ★★☆☆ o.Ä.

Omesberg 184

6764 Lech am Arlberg

## Tag 4 Lech – St. Anton

Von Lech aus nimmst du den Linienbus bis zur Trittkopfbahn in Zürs. Von dort führt dich der Weg entlang des Zürsbaches und vorbei am Flexenpass auf einem bereits bekannten Wegstück. Unmittelbar vor der Flexengalerie folgst du dem Gafri-Weg vorbei am Hölltobel in Richtung Alpe Rauz. Hier folgt der Anstieg zur Ulmer Hütte auf 2.255 Metern, die mit einer großartigen Aussicht auf die umliegenden Berge zur Rast einlädt. Von der Hütte aus führt der Weg, vorbei am Arlensattel Speichersee, bergab zur Bergstation der Galzigbahn, die dich entspannt nach St. Anton bringt.

**Gehzeit:** ca. 5 h

**Aufstieg:** ca. 850 hm

**Abstieg:** ca. 480 hm

**Länge:** ca. 11 Km

---

**Anspruchsvolle Variante (Originalroute):** Nach der Fahrt mit der Rüfikopf-Seilbahn beginnt deine herausforderndste Etappe des Arlberg Trails auf 2.350 m Höhe. Oberhalb vom Monzabonsee geht es leicht abwärts in das Ochsenzümpel. In sanftem Auf und Ab wanderst du durch eine herrliche Hochmoorlandschaft, bevor du an der Rauhkopfscharte die Landesgrenze zwischen Vorarlberg und Tirol überquerst. In einer traumhaften Bergkulisse geht es weiter zur Stuttgarter Hütte – Zeit für eine kurze Mittagspause. Nach dem Aufstieg zum Erljoch erfolgt der Abstieg zur Erlachalpe auf 1.922 m. Der letzte Aufstieg führt dich vorbei am Knoppenkarsee durch ein Geröllfeld bis zur Bergstation der Valugabahn I. Die 1.300 m talwärts nach St. Anton übernehmen die Valluga- und die Galzigbahn für dich und dein Abenteuer Arlberg Trail endet.

**Gehzeit:** ca. 7:00 h

**Aufstieg:** ca. 1200 hm

**Abstieg:** ca. 900 hm

**Länge:** ca. 14 Km

---

**Gemütliche Variante:** Identisch zur Originalroute startet die Tour mit einer Fahrt mit der Rüfikopf Seilbahn. Von der Bergstation auf 2.350 m führt der Weg bergab über das Monzabonjoch zum malerisch gelegenen Monzabonsee mit seiner alpinen Vegetation. Ein etwas steilerer Weg führt dich vorbei an der Monzabonalpe (1.979 m). Danach überquerst du den Pazuelbach und steigst, nach einem kurzen Anstieg, auf einer asphaltierten Straße bis nach Zürs ab. Von hier gelangst du mit dem Linienbus 760 weiter bis nach St. Anton am Arlberg.

**Gehzeit:** ca. 2 h

**Aufstieg:** ca. 74 hm

**Abstieg:** ca. 693 hm

**Länge:** ca. 6,4 Km

Verpflegung

Frühstück

# Leistungen

- > 3 Nächte in ausgewählten 3- und 4-Sterne-Hotels, Zimmer mit Bad/Dusche und WC
- > 3x Frühstück
- > Gepäcktransfer von Unterkunft zu Unterkunft
- > Detaillierte Routenbeschreibung und GPS-Daten zu den Wanderungen
- > Gutschein für Reiseliteratur
- > ASI Tourenbuch
- > CO2-Kompensation aller Reise-Emissionen

## exkludierte Leistungen

- > Kurtaxe/Ortstaxe zahlbar vor Ort
- > Arlberg Trail Ticket (enthält alle benötigten Bahnfahrten, € 72,-)

## Termine

Für individuelle Termine sehen sie auf unserer Webseite nach.



## ASI Reisen

Tschurtschentalerhof 1

6161 Natters

Österreich

Du erreichst unsere Reisespezialistinnen von

Montag bis Freitag: 9 – 18 Uhr, Samstag & Sonntag 9 – 13 Uhr & 14 – 18 Uhr unter:

T +43 512 546 000 60

E [buchung@asi.at](mailto:buchung@asi.at)

**2ATINN50**