



INNSBRUCK - HOHE MUNDE  
SEKTOR HOHE MUNDE SÜDWAND

MITTEN DURCHS HERZ

---

# Mitten durchs Herz

Hohe Munde-Südwand, Mieminger Gebirge  
 Wandhöhe: 400m, Einstiegshöhe auf 2200m.  
 Exposition: Süd  
 Schwierigkeit: 8+  
 Ernsthaftigkeitsbewertung: S3/S4

Erste Begehung: Bernhard Hangl, Markus Praxmarer (Teils), Sommer 2010  
 Alle Seillängen wurden von unten im Vorstieg eingerichtet.  
 1. RP-Begehung: B. Hangl und M. Praxmarer am 19.9.2010

Charakter: steile alpine Route durch den zentralen Wandteil der Hohe Munde Südwand. Die Route ist durchgehend mit Bohrhaken ausgerüstet. An wenigen Stellen sind mobile Sicherungen notwendig, die leicht anzubringen sind.

Material: 60m Halb- oder Zwillingsseile,  
 1 Satz Rocks und Camelots (0,5; 1 und 2),  
 12 Expressschlingen, Bandschlingen

Zustieg: man parkt kurz vor Strassberg (Parkplatz 80m vor dem betonierten Bachbett der Grieslehinne, die nur bei Gewitter Wasser führt). Kurz vor dem betonierten Bachbett zieht rechts (östlich) ein steiler Waldweg nach oben, der sich nach ca. 300m verzweigt. Dort nimmt man den re. Ast. Nach ca. 100m gelangt man zu einem ausgetrockneten Bachbett. In diesem steigt man kurz empor (ca. 60m) bis man re. auf einen wenig ausgeprägten Steig trifft, der anfänglich nordöstlich ansteigt (Stein mit roter Markierung). Wird der Steig flach verlässt man diesen Steig und nimmt jenen, der gerade nach oben in Richtung NNO zieht. Man trifft auf einen Fahrweg<sup>1)</sup>, dem man nach links bis an sein Ende folgt. Rechts ansteigend geht man bis zum Zaun. Von dort folgt man einem Steig bis zu dem Schafböden und weiter durch den Hochwald bis zu einer markanten Felsrinne, die von rechts aus der Arzbergklamm heraufzieht. Die Rinne überqueren und anschließend dem Steig durch den sogenannten Latschenrücken folgen (Steinmann). Wenn dieser nach mehreren Aufschwüngen freies bzw. felsiges Gelände erreicht, zieht man rechts haltend direkt unter die Rinnen der Südwand (ca. auf 1950m). Diese Abzweigung ist durch einen Steinmann markiert (unbedingt beachten!). Weiter den Steinmänner bzw. den roten Markierungen in einer großen rechts-links Schliefe direkt unterhalb der Südwand bis zum Einstieg folgen.  
 Achtung: an der Abzweigung beim Steinmann ist es etwas exponiert!

<sup>1)</sup> Durch diesen Fahrweg ließe sich der Aufstieg ca. 20min. verkürzen. Dies ist jedoch nicht empfehlenswert, da man nach der Tour nicht mehr an diesen Punkt zurückgelangt und die 20min. wieder aufsteigen müsste. Außerdem könnte der Schranken am Abend geschlossen sein.

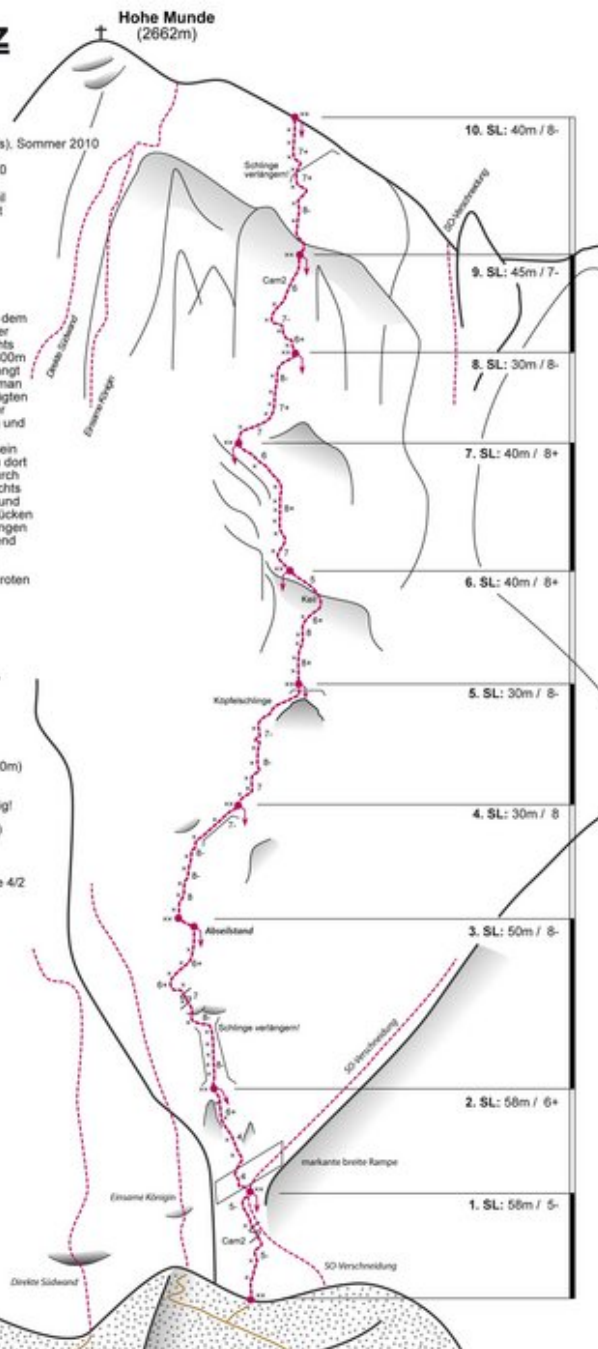
Abstieg: Normalweg über den Westgrat zur Niederen Munde und weiter nach Strassberg (2100m)

oder: Abseilen über die Route möglich; eine umsichtige Seilführung ist unbedingt notwendig!

Zustiegszeit: 2 Std. vom Parkplatz (von 1150m auf 2200m)  
 Kletterzeit: 5 bis 7 Std.  
 Abstiegszeit: 2,5 Std. Normalweg zum Strassberghaus

Karte: AV-Karte "Wetterstein- und Mieminger Gebirge" Mitte 4/2

Ein besonderer Dank gilt:



Seillänge	Länge	Grad
1	58m	4c
2	58m	5c
3	50m	6c+
4	30m	7a
5	30m	6c+
6	40m	7b
7	40m	7b
8	30m	6c+
9	45m	6a+
10	40m	6c+

## **BESCHREIBUNG**

Erstbegeher: Hangl-Praxmarer

### **ZUSTIEG**

Zustieg: man parkt kurz vor Strassberg (Parkplatz 80m vor dem betonierten Bachbett der Grieslehnrinne, die nur bei Gewitter Wasser führt). Kurz vor dem betonierten Bachbett zieht rechts (östlich) ein steiler Waldweg nach oben, der sich nach ca. 300m verzweigt. Dort nimmt man den re. Ast. Nach ca. 100m gelangt man zu einem ausgetrockneten Bachbett. In diesem steigt man kurz empor (ca. 60m) bis man re. auf einen wenig ausgeprägten Steig trifft, der anfänglich nordöstlich ansteigt (Stein mit roter Markierung). Wird der Steig flach verlässt man diesen Steig und nimmt jenen, der gerade nach oben in Richtung NNO zieht. Man trifft auf einen Fahrweg<sup>1</sup>), dem man nach links bis an sein Ende folgt. Rechts ansteigend geht man bis zum Zaun. Von dort folgt man einem Steig bis zu den Schafböden und weiter durch den Hochwald bis zu einer markanten Felsrinne, die von rechts aus der Arztbergklamm heraufzieht. Die Rinne überqueren und anschließend dem Steig durch den sogenannten Latschenrücken folgen (Steinmann). Wenn dieser nach mehreren Aufschwüngen freies bzw. felsiges Gelände erreicht, zieht man rechts haltend direkt unter die Rinnen der Südwand (ca. auf 1950m). Diese Abzweigung ist durch einen Steinmann markiert (unbedingt beachten!). Weiter den Steinmänner bzw. den roten Markierungen in einer großen rechts-links Schleife direkt unterhalb der Südwand bis zum Einstieg folgen.

### **GEHZEIT ZUSTIEG**

2 h

### **ABSTIEG**

Abstieg: Normalweg über den Westgrat zur  
Niederer Munde und weiter nach Strassberg (2100m)  
oder: Abseilen über die Route möglich;  
eine umsichtige Seilführung ist unbedingt notwendig!

---

#### Climbers Paradise Tirol

Das größte Kletterportal Tirols bietet euch tausende Routen in 15 Regionen, gratis Topos in Druckqualität und aktuelle Infos rund ums Thema Klettern.

Eine solche Vielfalt an verschiedensten Klettermöglichkeiten aller Schwierigkeitsgrade findet man selten auf so engem Raum. Zudem findet ihr Unterkunftsvorschläge für jede Geldtasche.



© Climbers Paradise 2022

Alle Inhalte sind urheberrechtlich geschützt.