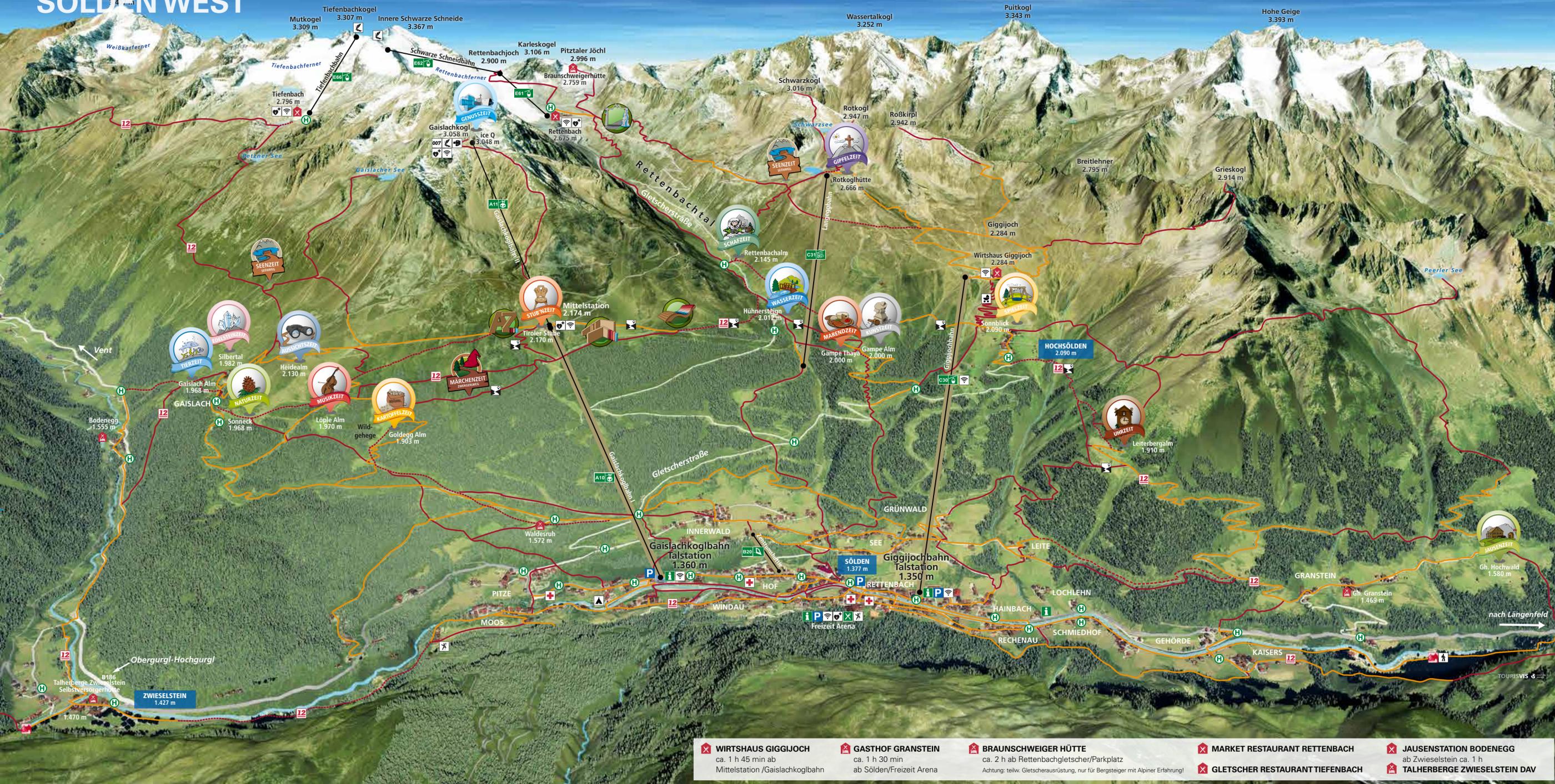


# SÖLDEN WEST



## ZEIT FÜR ABENTEUER

**ZEIT ZUM SPIELEN**  
 Sieben Buchstaben thronen frech auf der Gaislachkogelbahn-Mittelstation und läuten die ALMZEIT ein. Klettern, schweben, schaukeln, heben: Jeder Buchstabe ist drei Meter hoch und bittet kleine Wanderer zum Spielen! Und während die Kinder auf dem T schaukeln oder über das A rutschen, genießen die Eltern den magischen Blick auf die Berge.

**ZEIT ZUM BALANCIEREN**  
 Wer kann besser balancieren, klettern oder schweben? Im Motorik-Trainingsparcours gilt es, so geschickt wie möglich verschiedene Aufgaben zu lösen und den Weg über Wackelbalken, Balancierparcours, Kletternetz, Stängendickicht, Schwebelassen u.v.m. ins Ziel auf die Aussichtsplattform zu finden!

**ZEIT ZUM ENTSPANNEN**  
 Ist mal keine Hütte zum Relaxen in der Nähe, bieten eine Holzplattform mit vier Doppelliegen und zehn Holz-Relaxliegen im Ötztal-Design einen Platz für eine kleine bequeme Auszeit!

**ZEIT FÜR DAS EIS**  
 Weit über den Gipfeln entdecken mutige Wanderer den Übergang von der kargen Gipfelwelt in die hochalpine Gletscherwelt, deren ewiges Eis kleine und große Bergfans zum Staunen bringt.

**ZEIT FÜR GESCHICHTEN**  
 Spielerisch lockt der Zwergelweg Kinder mit bunten Geschichten und Märchen und lässt sie mit viel Fantasie vergessen, dass das Ziel noch nicht erreicht ist. Und während die Kleinen staunen, erleben und entdecken, können Eltern sich entspannen – und ihre eigene Geschichte erzählen!

**ZEIT FÜR SEEN**  
 Erfahrenere Wanderer erobern in der Ötztaler Bergwelt nicht nur Almen und Gipfel, sondern auch die magische Seenwelt! Insgesamt fünf malerische Seen warten auf Natur- und Wasserliebhaber, die den Seenweg erleben wollen. Mitzubringen sind bergsteigerisches Können, Trittsicherheit und eine gute Kondition!  
**Länge:** ca. 10 km;  
**Dauer:** ca. 6,5 h;  
**Höhenmeter:** ca. 950 m Aufstieg und ca. 1.650 m Abstieg;

<b>WIRTSCHAUS GIGGIJOCH</b> ca. 1 h 45 min ab Mittelstation /Gaislachkogelbahn	<b>GASTHOF GRANSTEIN</b> ca. 1 h 30 min ab Sölden/Freizeit Arena	<b>BRAUNSCHWEIGER HÜTTE</b> ca. 2 h ab Rettenbachgletscher/Parkplatz <small>Achtung: teilw. Gletscherausrüstung, nur für Bergsteiger mit Alpiner Erfahrung!</small>	<b>MARKET RESTAURANT RETTENBACH</b> ca. 1 h 15 min	<b>JAUSENSTATION BODENEGG</b> ab Zwieselstein ca. 1 h
			<b>GLETSCHER RESTAURANT TIEFENBACH</b>	<b>TALHERBERGE ZWIESELSTEIN DAV</b>

**HEIDEALM, 2.130 m**  
 urige Atmosphäre, herrliche Aussicht ins Ventertal, hausgemachte Gerichte, Kuchen  
**ATTRAKTION:** Kinderspielplatz mit riesengroßem, hölzernem Fernrohr  
**VARIANTE 1** Gaislachkogelbahn – Mittelstation, ca. 30 min, breiter Wanderweg.  
**VARIANTE 2** Sölden/Freizeit Arena – Innerwald, ca. 2 h 45 min

**GAISLACHALM, 1.968 m**  
 vielfältige Speisekarte mit Wildspezialitäten, Forellen aus eigenem Gebirgstal  
**ATTRAKTION:** Streichelzoo, Ponyreiten, Schaukelfisch  
**VARIANTE 1** Gaislachkogelbahn – Mittelstation, ca. 50 min, breiter Wanderweg.  
**VARIANTE 2** Hochalpiner Wanderweg – Tiefenbachgletscher – Petznersee, ca. 2 h 15 min

**GOLDEGG ALM, 1.903 m**  
 Gemütliche Hütte, Kartoffelvariationen, Wildgehege  
**ATTRAKTION:** große Kartoffel zum Wippen, Schaukeln, Klettern, Kinderspielhaus  
**VARIANTE 1** Gaislachkogelbahn – Mittelstation über den Zwergelweg, ca. 45 min, bis Sölden nochmals 1 h 30 min  
**VARIANTE 2** Sölden/Freizeit Arena – Innerwald, ca. 2 h

**ice Q, 3.048 m**  
 Exklusivität & Genuss auf 3.048 m Seehöhe  
**ATTRAKTION:** Dachterrasse – atemberaubenden Aussicht  
**VARIANTE 1** von Sölden mit der Gaislachkogelbahn direkt zum Gipfel  
**VARIANTE 2** erfahrene Wanderer – Sölden/Freizeit Arena – Gaislach/Silbertal – Gaislachsee, hochalpinen Weg zum Gipfel, ca. 5 h 30 min

**HÜHNERSTEIG'N, 2.012 m**  
 Terrasse direkt am Wildbach, Altholz & Natursteine – heimelige Atmosphäre  
**ATTRAKTION:** kleiner Wasserspielplatz, Kneippbecken  
**VARIANTE 1** Bus – Hochsölden über die Gampe Alm, Wanderweg, ca. 45 min  
**VARIANTE 2** Gaislachkogelbahn – Mittelstation, Schotter- und Asphaltweg, ca. 45 min

**ROTKOGELHÜTTE, 2.666 m**  
 Tiroler Schmankerln, Terrasse mit Blick auf Rettenbachgletscher und Stubaier Alpen  
**ATTRAKTION:** riesiger, hölzerner Kletterschuh, kleiner Kinderspielplatz, Schmökerecke  
**VARIANTE 1** Giggijochbahn – Giggijoch, ca. 1 h 15 min  
**VARIANTE 2** vom Rettenbachgletscher über den Schwarzsee, ca. 2 h

**GAMPE THAYA, 2.000 m**  
 Sonnenterrasse, Produkte aus regionaler Landwirtschaft, Almkäse  
**ATTRAKTION:** Sandkiste mit Bagger, Rutsche, Wasser-Attraktion  
**VARIANTE 1** Bus – kurz vor Hochsölden, breite Forststraße, ca. 30 min  
**VARIANTE 2** Bus – Mautstelle Gletscherstraße, Wanderweg ca. 20 min

**LEITERBERGALM, 1.910 m**  
 Gutbürgerliche Küche, herrlicher Ausblick von der Sonnenterrasse  
**VARIANTE 1** Bus – Hochsölden, Wanderweg, ca. 45 min  
**VARIANTE 2** Sölden/Freizeit Arena über den Ortsteil Grünwald, Wander- und Asphaltweg, ca. 1 h 45 min

**SILBERTAL, 1.982 m**  
 größtes Mineralienmuseum Tirols, Panoramaterasse  
**ATTRAKTION:** große Kletterkristalle im Freien, Spielzimmer  
**VARIANTE 1** Gaislachkogelbahn – Mittelstation, ca. 50 min, breiter Wanderweg  
**VARIANTE 2** erfahrene Wanderer – hochalpinen Wanderweg vom Tiefenbachgletscher über den Petznersee ins Silbertal, ca. 2 h 15 min

**SONNECK, 1.968 m**  
 Sonnenterrasse mit Panoramablick ins Ventertal, hausgemachter Kaiserschmarren  
**ATTRAKTION:** Outdoor-Kegeln, Kinderspielplatz  
**VARIANTE 1** Sölden/Freizeit Arena – Innerwald, ca. 1 h 15 min  
**VARIANTE 2** erfahrene Wanderer – Bus nach Zwieselstein – vor dem Ortsteil Bodenegg über die Gaislachalm, ca. 2 h

**LÖPLE ALM, 1.970 m**  
 Gemütliche Stube mit Bauernofen, Kneippbecken  
**ATTRAKTION:** riesengroßer, hölzerner Kontrabass, teilw. Live Musik  
**VARIANTE 1** Gaislachkogelbahn – Mittelstation, Wanderweg, ca. 35 min  
**VARIANTE 2** Sölden – Innerwald, ca. 2 h

**TIROLER STUBE, 2.170 m**  
 Sonnenterrasse, Panoramablick, Tiroler Grillspezialitäten, Knödelspezialitäten  
**ATTRAKTION:** Spielpark & Motorik-Park, Slackline  
**VARIANTE 1** Bus – Mautstelle Gletscherstraße, Schotter- und Asphaltweg, ca. 50 min  
**VARIANTE 2** Bus Gaislachalm – Mittelstation, 1 h

**RETENBACHALM, 2.145 m**  
 Sonnenterrasse mit Blick zum Gletscher, traditionelle Gerichte sowie Spezialitäten vom Schaf  
**VARIANTE 1** Bus – Hochsölden, Wanderweg ca. 55 min  
**VARIANTE 2** Gaislachkogelbahn – Mittelstation, Schotter- & Asphaltweg, ca. 1 h

**GAMPE ALM, 2.000 m**  
 Terrasse mit Sonnenliegen, traditionelle Almkost  
**ATTRAKTION:** selbst gezmilmerte Malerstühle, Staffelei, großzügiger Kinderspielplatz  
**VARIANTE 1** Bus – kurz vor Hochsölden, breite Forststraße, ca. 30 min  
**VARIANTE 2** Bus – Mautstelle Gletscherstraße, Wanderweg, ca. 20 min

**SONNBLICK, 2.090 m**  
 Panorama-Sonnenterrasse, heimische Spezialitäten  
**ATTRAKTION:** Spielplatz mit riesengroßer Rutsche, Schaukel und Trampolin  
**VARIANTE 1** Bus – Hochsölden, ca. 10 min  
**VARIANTE 2** Bus – Mautstelle Gletscherstraße, Wanderweg ca. 50 min

**JAUSENSTATION HOCHWALD, 1.580 m**  
 Gemütliches Bauernhaus, Sonnenterrasse, hausgemachte Wurst  
**VARIANTE 1** Bus – Hochsölden, Wanderweg, ca. 2 h  
**VARIANTE 2** Sölden/Freizeit Arena über den Ortsteil Leite nach Hochwald, ca. 1 h 45 min



# SÖLDENS STILLE SEITE



- breiter Weg (meist doppelt genutzt)
- schmaler Wanderweg (nur für Fußgänger)
- schmaler Weg (doppelt genutzt Wanderer/Biker)
- Restaurant
- Hütte, bewirtschaftet
- Hütte, bewirtschaftet mit Übernachtungsmöglichkeit
- Kinderwagenfreundlich
- Themenweg
- Ötztaler Urweg
- Ötztal Trek
- Wasserläufer Rundwege
- Free Wifi
- Defibrillator
- Klettergarten
- Haltestelle
- ice Q
- BIG 3
- 007 ELEMENTS
- Parkplatz
- Arzt | Erste Hilfe
- Informationen
- Camping
- Ötztal Radweg
- Wandern
- Distanz
- Höhenmeter Bergauf
- Höhenmeter Bergab
- Gehzeit
- Gaislachkogelbahn I
- Giggijochbahn
- Gaislachkogelbahn II
- Langeggbahn
- Zentrumschuttl
- Tiefenbachbahn
- Schwarze Schneidbahn

## THEMENWEGE

- 1. DIE ERLEBNISMEILE**  
Die Highlights von Sölden auf einer Meile  
1,5 km ⌚ 30 min ⬆️ 53 hm ⬆️ 40 hm
- 2. DEN NATURERFAHRUNGSWEG**  
Der Lehrpfad beinhaltet Themen von der Fauna und Flora über uralte Bräuche und Traditionen bis hin zu Gefahren am Berg.  
7 km ⌚ 2 h ⬆️ 102 hm ⬆️ 450 hm
- 3. WAALWEG MOOSER STEGLE**  
Der Waalweg aus einer früheren Zeit, die Waale hatten einen hohen Stellenwert zum Bewässern der Weiden.  
5,4 km ⌚ 2,5 h ⬆️ 250 hm ⬆️ 250 hm
- 4. ZWERGERLWEG**  
Spielerisch lockt der Zwergerlweg Kinder mit bunten Geschichten und Märchen.  
1,4 km ⌚ 1 h ⬆️ 8 hm ⬆️ 282 hm
- 5. ÖTZTALER URWEG**   
In 12 Etappen führt der Weg durch das gesamte Ötztal immer wieder vom Tal über Flüsse und Wiesen, hinauf zu aussichtsreichen Hochlagen.
- 6. WASSERLÄUFER RUNDWEGE**   
Wanderungen die alle Facetten des Wassers im Ötztal aufzeigen. Ein abenteuerliches Erlebnis für die ganze Familie!

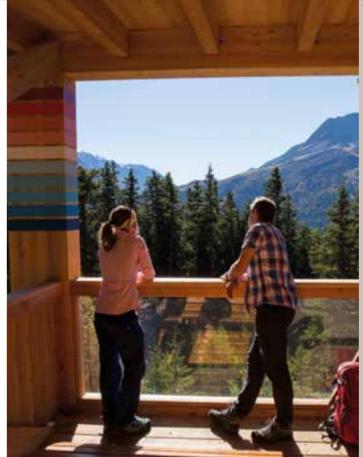
**IMPRESSUM**  
Alle Informationen und Preisangaben beruhen auf Angaben der Leistungspartner. Der Herausgeber/Ötztal Tourismus übernimmt für fehlerhafte Angaben keine Haftung. Änderungen bei Preisen, Öffnungszeiten, Fahrplänen und Produkten vorbehalten. Ötztal Tourismus leistet keine Rückvergütungen bei Ausfall oder Nichtbetrieb diverser Leistungen.  
Bildnachweis: Ötztal Tourismus, A. Lohmann, B. Ritschel, A. Klocker



<b>FIGEL'S HÜTTE/WINDACHALM</b> ca. 2 h 15 min ab Sölden/Freizeit Arena	<b>HOCHSTUBAIHÜTTE</b> ab Windachalm ca. 4 h, ab Sölden/Freizeit Arena ca. 6 h	<b>SAHNESTÜBERL</b> ab Zwieselstein ca. 1 h 15 min
<b>LOCHLEALM</b> ca. 1 h 45 min ab Sölden/Freizeit Arena	<b>SIEGERLANDHÜTTE</b> ab Windachalm ca. 3 h, ab Sölden/Freizeit Arena ca. 5 h <small>Achtung: hochalpine Wanderung, nur für erfahrene Bergsteiger</small>	<b>LENZENALM</b> ab Haltestelle „Lenzen Alm“ ca. 1 h

## ZEIT FÜR STILLE

- ZEIT FÜR ALM & ALPEN**  
Der ALMENRAUM der Ötztaler Berge bezaubert mit saftigen Wiesen und Matten und öffnet den Blick für die Natur; im ALPENRAUM können kleine Berghexen und große Wanderer den Ausblick genießen und Zeit für ein bisschen Stille finden.
- ZEIT ZUM SCHWEBEN**  
Liegen, hängen, schweben: Bei der ALMZEIT sorgen mehrere schwebende Hängematten für eine kleine Auszeit und lassen die Seele zwischendurch mal baumeln.
- ZEIT ZUM GENIEßEN**  
Im WALDRAUM entdecken hungrige Wanderer auf dem Grillplatz eine grüne Oase und vor allem einen Ort, an dem sich die ganze Familie ihre gemeinsame Zeit mit knusprigen Schmankerln vom Grill schmecken lässt.



## WALDRAUM

**BEGEGNUNG UNTER BAUMWIPFELN** – eine Welt voller kleiner Wunder und Geräusche. Es rauscht, es wisper, es krabzelt, es knistert: Taucht ein in den Waldraum!

**GASTHOF MOOSALM, 1.500 m**  
Traditionsgasthof mit umwerfendem Blick, getäfelte Stube, Tiroler Küche

**VARIANTE 1** Sölden/Gaislachkogelbahn – Ortsteil Windau - Windauer Mühle – über Waalweg, ca. 45 min  
**VARIANTE 2** Bus – Zwieselstein – Kühtrainschlucht – Moosalm, ca. 45 min

## ALMENRAUM

**ABENTEUER AUF DER ALMWIESE** – Über saftige Almwiesen und sanfte Matten führt der Weg langsam nach oben, vorbei an Kühen, Ziegen und Schafen: Rauf auf die Alm!

**BRUNNENBERG ALM, 1.972 m**  
Älteste, bewirtschaftete Almhütte in Tirol, gemütliche Stub'n, Sonnenterrasse  
**VARIANTE 1** Sölden/Gaislachkogelbahn - Windau, ca. 2 h  
**VARIANTE 2** erfahrene Wanderer gehen über Zwieselstein, ca. 2 h 30 min

**KLEBLE ALM, 2.015 m**  
Urige Hütte, Sonnenterrasse, Köstlichkeiten aus der eigenen Landwirtschaft, Übernachtungsmöglichkeit

**VARIANTE 1** Bus – Windachalm, ca. 1 h  
**VARIANTE 2** Sölden/Freizeit Arena – Granbichl, ca. 2 h

**STALLWIES ALM, 1.842 m**  
Tiroler Spezialitäten wie Schweinschax'n, Rip-pelen, Kassspatzl'n auf Vorbestellung, Kaiser-schmarren, Terrasse

**VARIANTE 1** Bus – Windachalm, ca. 1 h  
**VARIANTE 2** Sölden/Freizeit Arena - Granbichl, ca. 1 h 45 min

## ALPINRAUM

**ACTION AUF DEM GIPFEL** – Ist der Berg dann erklommen, kommt man aus dem Staunen nicht mehr heraus!

**HILDESHEIMER HÜTTE, 2.899 m**  
Sonnenterrasse mit Blick auf viele 3000er der Stubaier Alpen

**VARIANTE 1** Bus – Windachalm, Ludwig Aschenbrennerweg ca. 3 h 30 min  
**VARIANTE 2** Gaiskarweg ca. 3 h 15 min

**Achtung:** beide Wege führen über hochalpine Wege, eignen sich nur für erfahrene Bergsteiger!

**BRUNNENKOGELHAUS, 2.738 m**  
Gigantischer Rundblick über die Gipfel der Ötztaler und Stubaier Alpen

**VARIANTE 1** Bus – Windachalm, ca. 3 h  
**VARIANTE 2** Bus – Timmelsjoch, ca. 4 h, hochalpiner Panoramaweg

**Achtung:** beide Varianten eignen sich nur für erfahrene & schwindelfreie Bergsteiger!



**WANDERTIPP – Söldens stille Seite: WANDERN VON HÜTTE ZU HÜTTE**  
Auch in Sölden herrscht Stille, tief im Windachtal spiegelt sich die Schönheit der Natur wieder. Entlang der Ötztaler Gipfel und den Gletschern, der weiten Steinwiesen und Bergmahdern offenbart sich die Stille Seite Söldens. Wo es einst rege Schmutzlerpfade gab, führt nun ein ausgezeichnetes Wanderwegesnetz von Hütte zu Hütte!

26,5 km ⬆️ 2.460 hm ⬆️ 2.800 hm

Hochstubaithütte (3.174 m) – Hildesheimer Hütte (2.899 m) – Siegerlandhütte (2.710 m) – Gasthaus Hochfirst (1.860 m) – Brunnenkogelhaus (2.738 m)

[www.oetztal.com/oetztal-trek](http://www.oetztal.com/oetztal-trek)  
[www.soelden.com/wandern](http://www.soelden.com/wandern)