

Das Urlaubserlebnis für Sportbegeisterte.

Sport und Erholung fernab vom Alltag und in traumhafter Landschaft: Damit Sie auch im Urlaub Ihren Lieblingssport genießen können, bieten wir Ihnen in Grassau & Rottau eigens beschilderte Touren zum Laufen & Joggen, Inline Skating, Nordic Walking, Radln und Wandern. Alle Touren sind von Profis erprobt, so dass vom Anfänger bis zum Leistungssportler jeder seine Tour finden kann. Auf geht's!

Wir wollen, dass Sie sich wohlfühlen.

Unsere Touren – Beschilderung und GPS

Alle beschriebenen Touren sind mit Wegweisern leicht und klar zu finden. Für Freunde der Technik - unsere Touren sind auch per GPS erfasst!

www.grassau.de/Tourenkarte

Kennen Sie auch unser tägliches Sportprogramm in Grassau?

An jedem Tag der Woche bieten wir Ihnen eine andere Sportart zum Ausprobieren und Mitmachen. Von der geführten Wanderung bis Boule im Kurpark bewegen Sie sich in netter Gesellschaft mit Einheimischen und Urlaubsgästen. Da macht Schwitzen doppelt so viel Spaß!

Hier gibt's den aktuellen Stundenplan:

www.grassau.de/genial-vital-sportprogramm

Alle Aktivitäten sind mit Ihrer Gästekarte natürlich kostenlos.

Viel trinken ist gesund!

Unser Trinkwasser kommt völlig unbehandelt aus der Leitung und zeichnet sich durch besondere Reinheit aus.

Trinken Sie sich fit mit Wasser direkt aus Grassau.

Sportanlagen in Grassau & Rottau

Auf unserer 400m Tartanbahn im Sportgelände Brandstätt können Sie Ihre Trainingseinheiten absolvieren.

Tartanbahn • Fußball • Leichtathletik • Beachvolleyball
Tennis • 18-Loch Golfplatz • Wassertretbecken • Kegelbahn



Unsere Almen

Öffnungszeiten

- Piesenhausener Hochalm** Bewirtschaftet von Pfingsten – Kirchweihmontag
1.360 Hm
- Rottauer Moieralm** Bewirtschaftet von Anfang Juni – Mitte Okt.
1.000 Hm
- Hefter Alm** Bewirtschaftet ab Mitte Mai
880 Hm
Tel: +49(0)171 52 66 145 (zw. 8 u. 9 Uhr)
- Berggasthof Staffn Alm** Winter: Bewirtschaftet vom 25. Dez. – 6. Jan. durchgehend, danach bis Ende März: Mo. und Di. Ruhetag
1.050 Hm
Sommer: Bewirtschaftet vom 1. Mai – 28. Okt.
- Rachl Alm** Bewirtschaftet von Anfang Mai – Okt.
920 Hm
- Steinling Alm** Sommer: Bewirtschaftet Mai – Okt./Nov., Mo. Ruhetag
1.476 Hm
Winter: durchgehend bewirtschaftet 26. Dez. – 6. Jan., danach bis etwa Ende März: Montag Ruhetag
- Weissen-Alm** Bewirtschaftet von 1. Juni – 1. Okt.
1.010 Hm



Tourenbeschreibung

Die Tourenbeschreibungen für Tour 1 und 2 finden Sie auf der Vorderseite.

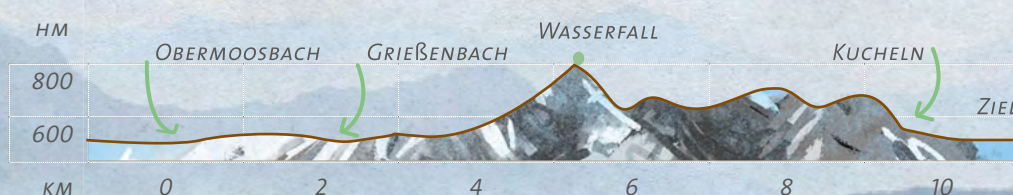
3 Moor-Wasserfall – Panoramaweg

SCHWIERIGKEIT LEICHT: EIN AUSGEDEHNTER SPAZIERGANG ÜBER 2 1/2 – 3 STUNDEN, MIT KINDER EMPFEHLENSWERT, DENN AUF DEM TEILSTÜCK „MOORNATURLEHRPFAD“ WIRD DIE DORT HEIMISCHE TIER- UND PFLANZENWELT ERKLÄRT.

- Sie beginnen Ihren Weg am Kirchplatz, gehen zwischen der Bäckerei und dem Schuhhaus durch die Niederfeldstraße, halten sich nach ca. 150 m links und biegen in die Moosbacherstraße ein
- Am Ende der Moosbacherstraße beginnt das Naturschutzgebiet „Kendlmühlfilzen“
- Sie gehen geradeaus weiter und folgen den Schildern „Moorrundweg“. Nach einigen hundert Metern führt Sie Ihre Tour links abbiegend direkt durch das Hochmoor
- Nach kurzem Weg gehen Sie wieder nach links in Richtung Berge und kommen so am Reiterhof vorbei, weiter geht es in Richtung Moorerlebnisweg und Rottau nach Westen
- Sie gehen ein Stück parallel zur B305, biegen aber, nachdem Sie links das Museum Klauhäusl „Salz & Moor“ erblickt haben, nach rechts in den „Moorerlebnisweg“
- Am Ende des Lehrpfades sehen Sie im Westen die Ortschaft Rottau
- Sie gehen aber links und folgen dem Weg in Richtung Griesenbach
- Dort überqueren Sie die B305 und kommen an einigen Häusern vorbei, leicht aufsteigend auf dem Weg zum Wasserfall. Von hier aus wandern Sie wieder ein Stück zurück und gehen auf dem Panoramaweg in Richtung Grassau
- Am Biotop des ehemaligen Bergbades angekommen folgen Sie der Straße nach Grassau hinab und kommen über den Ortsteil Kucheln wieder an die Grassauer Kirche

Infos kompakt

START UND ZIEL	TOURIST-INFO GRASSAU, RUNDTOUR	GEHZEIT	2,5 – 3 STD.
SCHWIERIGKEIT	LEICHT	HÖHENDIFFERENZ	183 M



Tourenbeschreibung

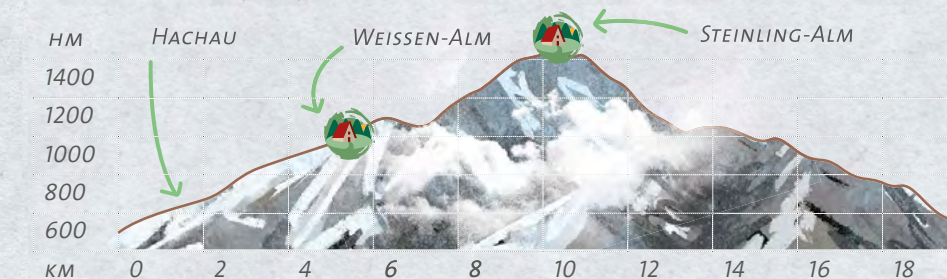
4 Bergtour zur Kampenwand

SCHWIERIGKEIT SCHWER: WER DIESE TOUR SCHAFFT, SOLLTE SIE MACHEN! BEI UNS GIBT ES EIN NETTES SPRICHWORT: „ICH GANGAD AUF DEI KAMPENWAND, WENN I MIT MEINER WAMPEN KANN!“

- Sie starten gegenüber dem Gasthof „Messerschmied“ in den „Mühlwinkel“ bis zum letzten Haus, dort folgt ein kurzer steiler Anstieg, bevor Sie auf die Forststraße, die ins Rottauer Tal führt kommen
- Sie halten sich links und wandern den Bach entlang, an der „Hachau“ vorbei, bis nach rund einer Stunde die Vorder-Alm auf der linken Seite erscheint
- Kurz nach der Vorder-Alm, auf einer großen Kreuzung, zeigt Ihre Beschilderung nachrechts in Richtung Weissen-Alm/Maurer-Alm, die Sie nach einer halben Stunde erreichen
- Ihr Weg führt Sie auf einen Wiesenpfad über die Maurer-Alm, bevor Sie dann wieder eine Forststraße erreichen
- Nach einer kurzen, flachen Strecke (hier treffen Sie auf den Weg aus Bernau) wird der Pfad immer steiler. Auf einem steinigen „Steig“ folgen Sie den Serpentin an einer Mutter Gottes Grotte vorbei und erreichen dann den „Sulten“
- Der letzte Teil des Weges führt über den Rücken des Sultens über Almwiesen in Richtung „Steinling-Alm“, die Sie auch schon bald sehen
- Hier besteht noch die Möglichkeit den Gipfel der Kampenwand in Angriff zu nehmen, dieser Weg ist nicht für Anfänger geeignet, festes Schuhwerk ist Pflicht
- Der Rückweg erfolgt wie der Aufstieg

Infos kompakt

START UND ZIEL	TOURIST-INFO ROTTAU / RUNDTOUR	HÖHENDIFFERENZ	897 M
SCHWIERIGKEIT	SCHWER	HÖCHSTER PUNKT	1446 M
GEHZEIT	5,5 – 6,5 STD.		



5 Vorder-Alm – Adersberg

SCHWIERIGKEIT LEICHT – MITTEL: AUCH MIT KINDERN BEGEBBAR, EINE MISCHUNG AUS BERGTOUR UND HÖHENWANDERWEG ÜBER 2-3 STUNDEN

- Sie gehen zum Gasthof Messerschmied, gegenüber dem Gasthof folgen Sie der Straße „Mühlwinkel“ bis zum letzten Haus
- Hier steigt der Weg ein kurzes Stück steil an
- Am Holzlagerplatz halten Sie sich links ins Rottauer Tal
- Auf einem ausgebauten Forstweg kommen Sie nach ca. einer Stunde zur Vorder-Alm
- (Links sehen Sie die Almhütte und einen Holzbrunnen) Ihr Weg führt Sie aber nach rechts über eine Brücke in Richtung Berggasthof „Adersberg“
- Auch dieser Forstweg ist gut ausgebaut und bringt Sie ohne größere Höhenunterschiede weiter
- Der letzte Teil des Weges ist ein schmaler, schöner alter Pfad, der Sie über Almwiesen zu Fischweihern und zum Berggasthof führt
- Zurück nach Rottau können Sie sowohl über die ausgebauten Straße gehen als auch über einen schmalen Steig, der unterhalb des Gasthofes beginnt
- Dieser Pfad führt Sie durch den Wald, am Nussbaum vorbei, in den Mühlwinkel nach Rottau

Infos kompakt

START UND ZIEL	TOURIST-INFO ROTTAU / RUNDTOUR	HÖHENDIFFERENZ	345 M
SCHWIERIGKEIT	LEICHT – MITTEL	HÖCHSTER PUNKT	893 M
GEHZEIT	2 – 3 STD.		



Genial Vital, Sport zwischen Almen & Chiemsee

GRASSAU & ROTTAU
im Chiemgau

Tourist-Information Grassau

KIRCHPLATZ 3 • D-83224 GRASSAU
TEL. +49 (0) 8641/69796-0 • MAIL: hallo@grassau.info

Tourist-Information Rottau

GRASSAUER STR. 7 • D-83224 ROTTAU
TEL. +49 (0) 8641/2773 • MAIL: hallo.rottau@grassau.info

www.grassau.de



1

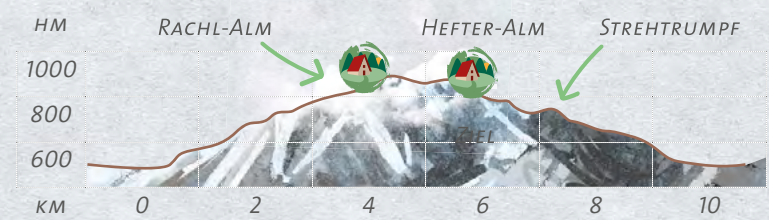
Grassauer & Rottauer Almen

SCHWIERIGKEIT MITTEL: KEINE GROßEN HÖHENUNTERSCHIEDE ABER EINE GEHZEIT VON 3-4 STUNDEN MIT 399M HÖHENUNTERSCHIED

- Sie gehen ein kurzes Stück die Rottauer Straße entlang, vor dem Haushaltswarengeschäft biegen Sie links ins Oberdorf ein
- Danach halten Sie sich rechts und folgen der Beschilderung „Grassauer Almen“ und kommen über Wiesen zum Waldrand
- Dort beginnt ein leichter Anstieg im schattigen Wald
- Sie kommen dann an einen kleinen Steg, der über den Bach führt, dort kreuzen sich mehrere Wanderwege
- Sie überqueren den Steg und gehen geradeaus der Beschilderung „Grassauer Almen“ folgend
- Der Steig mündet in den Torgrabenweg, den Sie weiter nach rechts aufsteigen, nach ca. 15 Minuten biegen Sie nach links in einen weiteren Steig ab
- Auf diesem etwas steileren Weg kommen Sie nach kurzer Zeit auf einen Fahrweg
- Dieser führt von Niedernfels (Marquartstein) zur Rachl- und Hufnagel-Alm, folgen Sie diesem bis zur Hufnagel-Alm, dem höchsten Punkt der Tour
- Nach der Hufnagel-Alm führt Sie ein Pfad über die Almwiesen in Richtung Hefter-Alm, dort gehen Sie Richtung Grassau weiter und bleiben auf dem beschilderten Rundweg
- Auf einer ausgebauten Straße gehen Sie jetzt am Biotop Bergbad vorbei über den Ortsteil Kucheln nach Grassau zurück

Infos kompakt

START UND ZIEL TOURIST-INFO GRASSAU | HÖHENDIFFERENZ 399 M
 SCHWIERIGKEIT MITTEL RUNDTOUR | HÖCHSTER PUNKT 933 M
 GEHZEIT 3 – 4 STD.

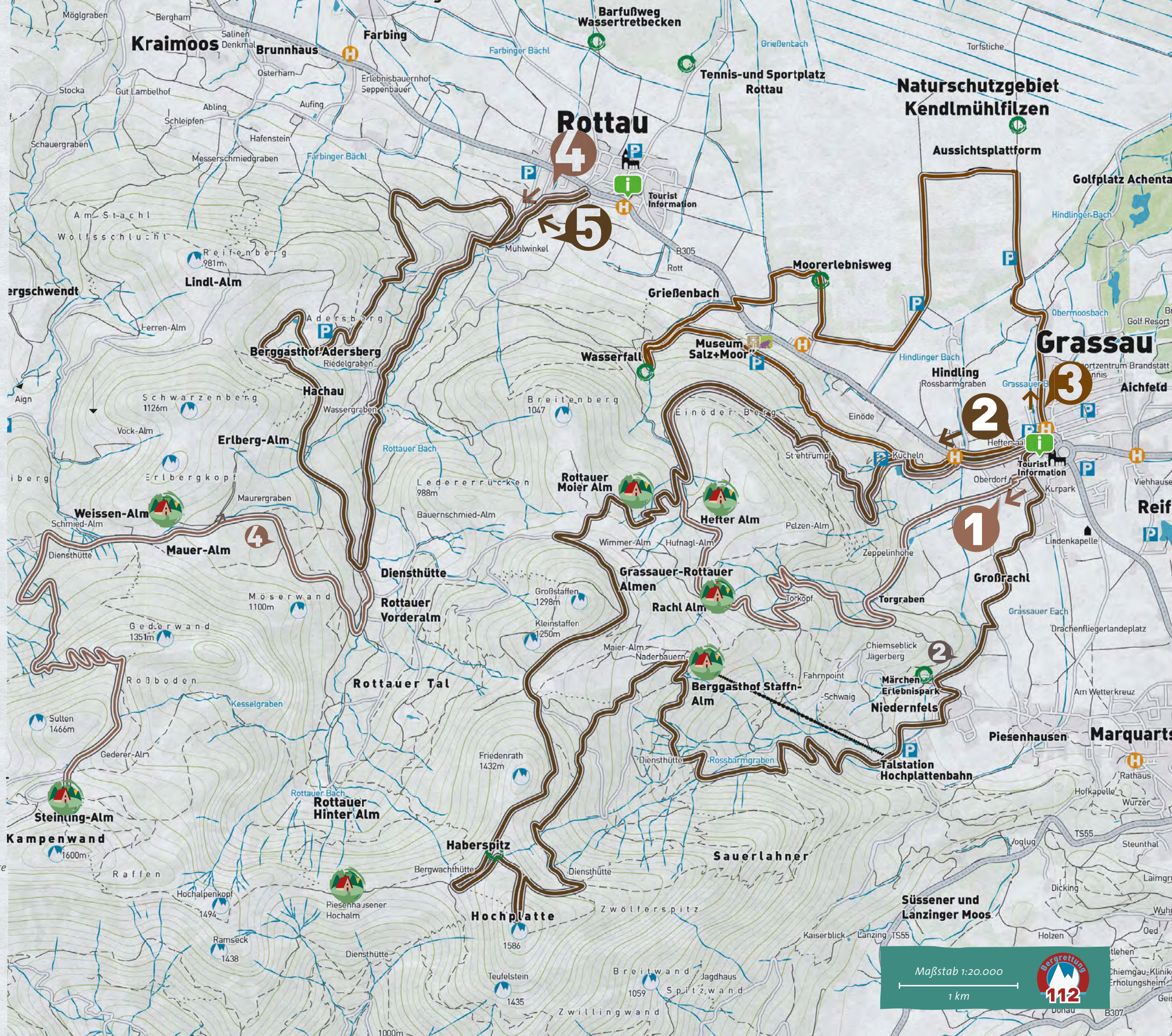


2

Bergtour Hochplatte

SCHWIERIGKEIT SCHWER: MIT EINER HÖHENDIFFERENZ VON 1009 M UND EINER GEHZEIT VON 5-6 STUNDEN ÜBER FORSTWEGE ABER AUCH MIT STEILEN STEIGEN, Z.T. AUSGESETZT (GIPFEL). BERGSCHUHE DRINGEND EMPFOHLEN!

- Sie gehen die Rottauer Straße entlang zum Ortsteil Kucheln
- Dort biegen Sie links ab in die Straße „Hinterm Bichl“ und beachten die Markierung Hochplatte
- Auf einem ausgebauten Weg kommen Sie am Biotop Bergbad vorbei zum ehemaligen Gasthof Strehtrumpf. Auf einem schattigen Waldweg, der gleichmäßig ansteigt, kommen Sie nach einer Stunde zur Hefter-Alm
- Von hier aus geht der Weg weiter über Almwiesen und steigt auf bis zur Rottauer Moier-Alm, die Sie rechts sehen
- Nach dieser Alm mündet der Weg in die Staffenstraße (Schranke), die vom Rottauer Tal her zum Staffenrundweg führt
- Sie wandern die Straße hoch und sehen links unten die Bergstation des Hochplattenlifts und die „Staffn-Alm“. Kurz bevor Sie den höchsten Punkt erreicht haben, können Sie auch, ohne viel Umweg in Kauf zu nehmen, den Staffenrundweg „mitnehmen“, der Ihnen einige schöne Ausblicke beschert
- Beide Wege treffen sich wieder an einem zur Kiesgewinnung ausgehobenen freien Platz, hier verlassen Sie den ausgebauten Weg und biegen nach rechts in einen Steig ein
- Dieser Weg steigt gleichmäßig an und Sie kommen nach ca. einer Stunde durch den schattigen Bergwald zu den Grassauer Hochalmen
- Sie halten sich an den Almhütten links und gehen zum „Haberspitz“ weiter
- Hier beginnt (rechts hoch) das letzte steile Stück des Gipfelsteiges, der schwierigste Teil des Weges. Nach einer knappen Stunde erreichen Sie das Gipfelkreuz und können den herrlichen Rundblick genießen
- Rückweg zurück zum Haberspitz: Gehen Sie rechts die Forststraße bergab und kommen zur Bergstation der Hochplattenbahn und dem Berggasthof „Staffn-Alm“. Sollten Sie schon recht müde sein, können Sie mit der Seilbahn gemütlich ins Tal fahren
- Andernfalls gehen Sie den kleinen Forstweg nach Marquartstein hinab
- Im Ortsteil Niedernfels angekommen, halten Sie sich links und spazieren am Märchen-Erlebnispark Marquartstein vorbei in Richtung Grassau
- Über Feldwege erreichen Sie nach einer knappen Stunde (am „Großbrachlhof“ vorbei) wieder den Ausgangspunkt Grassau (Infos rechte Seite)



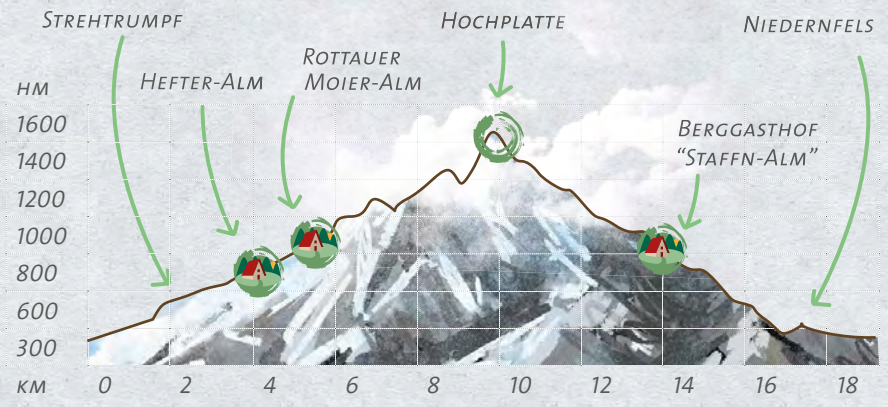
Maßstab 1:20.000
 1 km
 Bergsteige 112

2

(Tourenbeschreibung linke Seite unten)

Infos kompakt

START UND ZIEL TOURIST-INFO GRASSAU / RUNDTOUR
 SCHWIERIGKEIT SCHWER
 GEHZEIT 5 – 6 STD.
 HÖHENDIFFERENZ 1009 M
 HÖCHSTER PUNKT 1543 M



Folgen Sie unserer Genial Vital Beschilderung

FARBERKENNUNG DER SPORTART → ← GESAMTKILOMETER
 TOURNUMMER → ← ENTFERNUNG BIS ZUM AUSGANGSPUNKT
 → ← RICHTUNG

Detailkarte Startpunkte der Touren

