

<b>ab München</b>	1,5–2 Std.
<b>Bus &amp; Bahn</b>	Bahn über Garmisch-Partenkirchen nach Mittenwald
<b>Talorte</b>	Mittenwald, 912 m
<b>Schwierigkeit*</b>	Bergtour
<b>Kondition</b>	groß
<b>Ausrüstung</b>	kompl. Bergwanderausrüstung
<b>Dauer</b>	8–9 Std.
<b>Strecke</b>	↗ 1450 Hm

# Auf den Spuren des Dammkarwurms

## Westliche Karwendelspitze (2385 m) und Dammkar

*Eine Tour zur Westlichen Karwendelspitze und ins Dammkar ist lehrreich und beeindruckend – dort liegen Trubel und Stille, Bauwerke und wilde Natur nah beieinander.*

**Ausgangspunkt:** Parkplatz Raineck, bei der Unterführung der Umgehungsstraße über die Alpenkorpsstraße

**Stützpunkte:** Mittenwalder Hütte, 1515 m. Bew. von Mai bis Mitte Okt., Tel. 0151/17 30 31 18 – [www.mittenwalder-huette.de](http://www.mittenwalder-huette.de); Bergstation Karwendelbahn, 2243 m – [www.karwendelbahn.de](http://www.karwendelbahn.de); Dammkarhütte, 1667 m. Bew. April bis Ende Sept., Tel. 0173/351 46 59 – [www.dammkarhuette.de](http://www.dammkarhuette.de)

**Karte:** AV-Karte 5/1 „Karwendelgebirge – Westliches Blatt“ 1:25 000

**Weg:** In etwa zwei Stunden führt der Weg zu der schon vom Tal aus gut sichtbaren Mittenwalder Hütte. Nach der Hütte wird der Weg schwieriger. Auf einem Grat geht es steil aufwärts und dann links zum Teil auf einem drahtseilgesicherten Weg durch die sogenannte Wanne. Etwa 2,5 Stunden nach der Mittenwalder Hütte passiert man die Bergstation der Karwendelbahn und die umstrittene „Karwendelröhre“ (vgl. Umweltartikel ab S. 24). Bis zum Gipfel der Westlichen Karwendelspitze sind es von der Bergstation aus noch einmal etwa 30 Minuten. Vom Gipfel aus schweift der Blick bis weit hinüber zu den Glet-

schern des Alpenhauptkamms und hinunter in einsame Täler. Der Abstieg durch das Dammkar, wo im Frühjahr das berühmte Skitourenrennen des Dammkarwurms stattfindet, führt in

einer Stunde zunächst durch den Fußgängerstollen und dann hinunter zur Dammkarhütte, 1667 m. Weitere zwei Stunden braucht man dann noch hinunter nach Mittenwald.

**Hintergrund:** Einen Rekord, der auch heute kaum zu übertreffen ist, hat 1934 der damals 28 Jahre alte Bergführer Heinrich Hornsteiner aufgestellt. Die Strecke vom Raineck über die Mittenwalder Hütte zur Westlichen Karwendelspitze und hinunter zum Ziel des Berglaufs in der Bahnhofstraße von Mittenwald legte er in einer Stunde und 56 Minuten zurück.



Text: Stephanie Geiger, Foto: Wolfgang Ehn