

[Gilfert \(2506m, Tuxer Alpen\)](#)
[Sonntagsköpfl \(2244m, Tuxer Alpen\)](#)
[Lamarkalm \(1613m - 1985m\)](#)



Gilfert

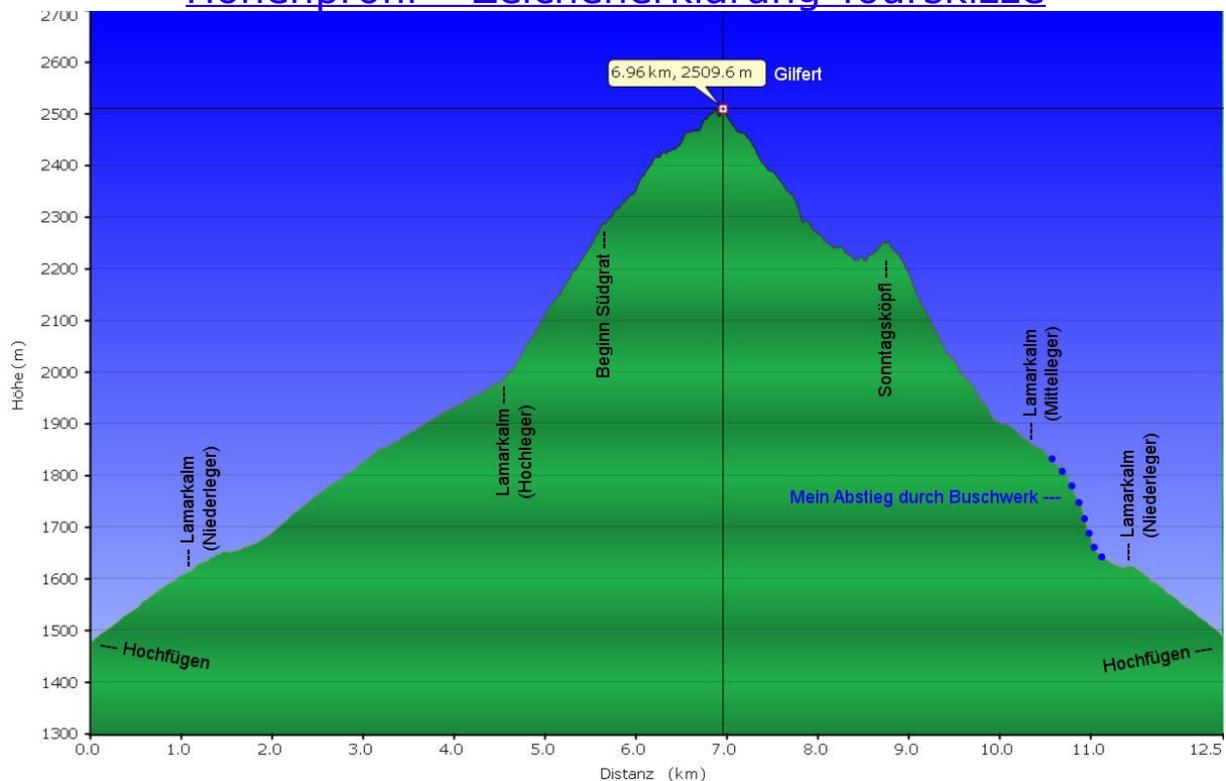


Sonntagsköpfl (Blick zum Gilfert)

Datum der Wanderung	12. Juli 2021
Start	Hochfügen, 1474m
Ziel	Gilfert, 2506m (Tuxer Alpen)
Charakter	Bergwanderung auf guten Wegen. Eine meist einfache Tour ohne Schwierigkeiten. Herrliche Aussicht.
Höhenunterschiede	Hochfügen - Gilfert: 1032m Gilfert - Sonntagsköpfl: 262m (Abstieg) Sonntagsköpfl - Hochfügen: 770m (Abstieg)
Gehzeiten	Hochfügen - Gilfert (über Lamarkalm-Hochleger): 4 h Gilfert - Sonntagsköpfl: 1 h (Abstieg) Sonntagsköpfl - Hochfügen (über Lamarkalm-Mittelleger): 1 ¾ h (Abstieg) Gesamt: 6 ¾ h
Wegbeschreibung  (Link auf die Webseite)	<p>Vom Parkplatz in Hochfügen auf einem breiten Wanderweg hinauf zum Lamarkalm-Niederleger (1613m). Von hier Richtung Südwesten weiterhin auf breitem Wanderweg (gesperrte Fahrstraße) in sechs weiten Kehren hinauf zum Lamarkalm-Hochleger (1985m). Kurz vor der Lamarkalm in der letzten Linkskurve nach rechts abzweigen in die Wiese (Wegweiser Gilfert, 2½ Stunden, Weg 26). Ab hier in nordwestlicher Richtung den Hang hinauf (sehr viele Alpenrosen!). Weiter oben zuletzt auf den Gilfert-Südgrat (2270m, kleiner See). Hier nach rechts (Norden) weiter. In nur leichter Steilheit (und herrlicher Aussicht) hinauf auf den Vorgipfel (ohne Gipfelkreuz und sogar etwas höher als der Hauptgipfel). In wenigen Schritten hinüber zum Hauptgipfel des Gilfert (2506m) mit dem großen Gipfelkreuz.</p> <p><u>Abstieg:</u> Man folgt nun dem Nordgrat des Gilfert. An der nächsten Weggabelung geht man rechts weiter (Wegweiser: Hochfügen). (Hinweis: Nach links kommt man zum Loassattel). Nun quert man den Hang und wandert anschließend geradewegs auf das Sonntagsköpfl zu. Bevor der Weg zum Gipfel Sonntagsköpfl hin ansteigt liegt rechterhand der Abstieg zum Lamarkalm-</p>

	<p>Mittelleger und nach Hochfügen. In wenigen Schritten hinauf auf das Sonntagsköpfl (2244m). Kurz zurück zum Abweig und links den Hang absteigen. Der Weg ist hier relativ steil, aber völlig problemlos. Hier gibt es wieder sehr viele Alpenrosen. Anschließend führt der Steig direkt zum Lamarkalm-Mittelleger (1870m). Hier endet der Steig und man erreicht wieder einen breiten Wanderweg (Fahrstraße). Hier muss man nun weit nach Norden wandern und weiter unten wieder zurück nach Süden um zum Lamarkalm-Niederleger zu kommen. Für die meisten Wanderer die wohl beste Möglichkeit. Außer man nimmt meine sehr unkonventionelle Variante. (Siehe unten im Fließtext, Abstieg auf eigene Gefahr hin). Vom Lamarkalm-Niederleger auf dem bekannten Wanderweg hinab nach Hochfügen (1474m).</p>
Hütte	Keine

Höhenprofil – Zeichenerklärung Tourskizze



Tourskizze

