



unlimited

As a guest in the Innsbruck region, a wide ranging hiking programme is available to you which can be enjoyed free of charge with the Welcome Card. From the end of May until about end-October, tours with mountain guides are offered by ASI Reisen and other providers. Thematic hikes and discovery tours to the Nordkette are on the programme, along with valley crossings and fun excursions for the whole family. The free hiking bus takes you from the villages to select points of departure for a total 1,200 kilometers of hikes in the region.

## DAILY GUIDED HIKING TOURS

**Provider:** ASI Reisen, Innsbruck Tourismus

**Combined Hikes:** daily from 28 May until 28 September, minimum 6 persons, two hikes on offer. You can select from between a simple, gentle hike and a medium-difficult, somewhat longer hike. The bus ride of the groups is together. From 1 October to 26 October 2018, only one hike is on offer.

**Note:** meeting points for the holiday villages not listed on the hiking bus schedule (Ampass / Grinzens / Ranggen / Rum / Sistrans / Unterperfluss / Völs / Zirl) or not listed on that particular day are at the nearest village or point of departure for the hike. More information at the local Tourist Information.

**Date:** Mon - Fri, 28 May to 26 October 2018

**Meeting point / Departure time:** 9:00 am.

Meeting points (see hiking bus schedule)

- ▶ hikes with mountain guide by ASI Reisen
- ▶ hiking bus
- ▶ tour book
- ▶ loaned hiking boots and backpack available (limited number)

**Hiking Badge:**

Bronze: 1 hike, Silver: 3 hikes,

Gold: 10 hikes, Gold with crystal: 20 hikes

**Hiking Badge for seniors (over 60):**

Bronze: 1 hike, Silver: 3 hikes, Gold: 8 hikes

Gold with crystal: 12 hikes



Adolf Pichler Hütte

**Participation:**

- ▶ free with Welcome Card
- ▶ meeting time is always 15 minutes before departure time
- ▶ hikes take place in any and all weather
- ▶ hikes with walking times of 3-4 hours
- ▶ suitable for children 8 years and older, and for seniors
- ▶ good physical condition is a prerequisite
- ▶ weatherproof clothing (hiking boots, anorak, rainwear)
- ▶ sun protection, food and enough to drink
- ▶ registration required for groups of more than 15 persons
- ▶ registration at the local Tourist Information

For more information about the destinations of the guided ASI hikes, please consult

[www.asi.at](http://www.asi.at)

## GUIDED TOURS IN THE CITY REGION

**NORDKETTE DISCOVERY TOUR**

A highly varied hike for all those interested in nature, from the Hafelekar on the Goetheweg to the superb site of the Pfeis Hut. Our expert nature guide knows everything worth knowing about flora and fauna, has lots of tales to tell and has binoculars for observations.

**Dates:** July: 22 / 28 | August: 4 / 15 / 19 / 25 | September: 1 / 9 / 15 / 23

**Meeting:** 9:00 am, Hungerburg ticket window

**Walking time:** about 6 hrs, incl. stopover

**Price:** free for everyone. For the funicular/lift, regular prices apply

**Information and registration:** max. 20 persons, at Naturpark Karwendel, Anton Heufelder, tel. +43 664 / 88 44 62 25.  
[anton.heufelder@karwendel.org](mailto:anton.heufelder@karwendel.org)

## DISCOVER THE CHARMS OF THE PRIMEVAL VIGGARTAL

Hike through an untouched and primordial high altitude valley. Very near to the city. Maximum 16 persons.

**Date:** Wednesdays, 4 July - 17 October 2018

**Meeting time:** 10:00 am in Patsch (parking lot across from Patscher Hof)

**Time:** about 5 hr.

**Price:** free with Welcome Card

**Registration:** one day before until 6:00 pm with Claudia Muigg, tel. +43 664 / 12 04 333. Tour is cancelled in bad weather

## BIG VALLEY CROSSING FROM ARZTAL INTO VIGGARTAL WITH SUMMIT EXPERIENCE ON THE KREUZSPITZE

**Date:** Thursdays, 5 July - 18 October 2018

**Meeting place:** 9:00 am in Ellbögen

**Walking time:** about 4.5 hrs, return at about 4:00 pm

**Price:** free with Welcome Card, free taxi transfer to about 1,900 meters altitude - the point of departure for the hike

**Info and registration:** on day before until 8:00 pm with mountain hiking guide Klaus Ribis, tel. +43 664 / 24 35 365

Tour is cancelled in bad weather.

## ALM EXCURSION TO THE ARZTALER ALM

Excursion to high alpine pasture Arztaler Alm and hike to Hinterlocher Mühle, including visit to demonstration grindings.

**Date:** Fridays, 6 July - 19 October 2018

**Meeting place:** 9:30 am at parking lot in Ellbögen / Fire Department building

**Walking time:** about 1.5 hrs, return at about 4:00 pm

**Price:** free with Welcome Card, free taxi transfer to Arztaler Alm - point of departure for the hike

**Information and registrations:** one day before until 8:00 pm with mountain hiking guide Klaus Ribis, tel. +43 664 / 24 35 365



## GUIDED HIKES ON MIEMINGER PLATEAU

### DISCOVER-NATURE HIKE

Discover the beauties of nature on an easy-going hike across the sun plateau, together with our mountain hiking and nature guide. Learn things worth knowing about this magnificent landscape.

**Date:** Mondays, 10:30 am

**Meeting place:** Obsteig, Tourist Information

**Length:** appx. 2 hrs

**Registration:** until 9:00 at the Tourist Information in Obsteig, Mieming or Telfs

### PANORAMA HIKE TO THE FALTEGRATENKÖPFL (2,184 M)

Guided hike over the Marlstein to the Grünwaslkreuz and on to the highest point, the Faltegartenköpfl, with spectacular all-round views of the Mieminger Plateau and the Inn Valley. The way back goes over the Feldringalm, with the possibility of a stopover for refreshments.

**Date:** Fridays, 9:30 am

**Meeting place:** Parking lot of Raiffeisenbank Mieming. You will drive in your own private cars to the point of departure, Sattelle (parking fee €3.00).

**Overall walking time:** about 4 hrs, altitude difference: approx. 500 m

**Registration:** until day before at 4:30 pm at Tourist Information Mieming or Telfs; in Obsteig until day before at 12:00 noon



## ROUNABOUT HIKE "PFAFFENHOFER ALM"

Guided, medium-difficult hike over the so-called "Inntal Loop" in the direction of the Sonnarköpfel and on to the Oberhofer Melkalm at 1669 (stopover possible). The way back on this roundabout trail leads over the Bettlersteig. Immediately afterwards, our shuttle bus takes us back to Telfs or Mieming.

**Date:** Wednesdays, from 8:45 am

**Bus stops:**

► 8:45 am in Mieming, Raiffeisenbank parking lot

► 9:00 am in Telfs, Inntalcenter

With our shuttle bus, we ride from Mieming via Telfs to the Pfaffenhofer Alm (1,694 m), the starting point of the hike.

**Walking time:** to Oberhofer Melkalm about 2.5 hrs; back to the Pfaffenhofer Alm about 1 hr! Altitude difference: approx. 250 m - Hiking boots required.

**Price:** with Welcome Card € 10.00 per person

**Registration required:** until the day before at 11:30 am at the Tourist Information of Obsteig, Mieming or Telfs

# B E R G W A N D E R

## PROGRAMM 2018



## FREE MOUNTAIN HIKING PROGRAM 2018

unlimited

IMPRESSUM:  
Herausgeber / Konzept u. Grafik: Innsbruck Tourismus  
Druck: Alpina Druck GmbH, Innsbruck  
Bilder: Innsbruck Tourismus / Moser, Schwarz, Vorhofer  
Alle Angaben ohne Gewähr und vorbehaltlich Änderungen.

DE | EN  
WWW.INNSBRUCK.INFO  
#MYINNSBRUCK

**INNS'  
BRUCK**

Dem Gast in der Region Innsbruck steht ein umfangreiches Wanderprogramm zur Verfügung, das mit der Welcome Card kostenlos genützt werden kann. Von Ende Mai bis Ende Oktober werden Touren mit Bergwanderführern von ASI Reisen oder anderen Anbietern angeboten. Dabei stehen Themenwanderungen oder Entdeckertouren auf die Nordkette genauso auf dem Programm wie Tälerüberschreitungen oder Erlebnisausflüge für die ganze Familie. Von Innsbruck und den umliegenden Dörfern steuert der kostenlose Wanderbus verschiedene Ausgangspunkte des insgesamt 1.200 km langen Wanderwegnetzes an.

## TÄGLICH GEFÜHRTE WANDERTOUREN

**Anbieter:** ASI Reisen, Innsbruck Tourismus

**Kombiwandern:** Die Tageswanderungen werden im Zeitraum 28.Mai–28.September 2018 ab sechs Personen als Kombiwandern angeboten. Dabei gibt es die Wahlmöglichkeit zwischen einer einfachen, sanften Wanderung und einer mittelschweren, etwas längeren Wanderung. Die Busfahrt der Gruppen erfolgt gemeinsam. Im Zeitraum 1.Oktober–26.Oktober 2018 wird nur eine Wanderung angeboten.

**Hinweis:** Die Treffpunkte für die nicht in der Wanderbus-Tabelle angeführten Feriendörfer (Ampass / Grinzens / Ranggen / Rum / Sistrans / Unterperfuss / Völs / Zirl) bzw. an Tagen ohne Eintrag sind im nächstgelegenen Feriendorf bzw. am Ausgangspunkt der Wanderungen. Mehr Informationen zu dem Thema in den örtlichen Tourismus Informationen.

**Termin:** Mo–Fr, 28.5.–26.10.2018

**Treffpunkt / Abfahrt:** 9:00 Uhr, Treffpunkte siehe Wanderbustabelle

- ▶ Wanderungen mit Bergwanderführern von ASI Reisen
- ▶ Wanderbus
- ▶ Tourenbuch
- ▶ Leih-Wanderschuhe und Rucksäcke verfügbar (limitierte Anzahl)

**Wanderabzeichen:**

Bronze: 1 Wanderung, Silber: 3 Wanderungen,

Gold: 10 Wanderungen, Gold mit Kristall: 20 Wanderungen

**Wanderabzeichen für Senioren (über 60 Jahre):**

Bronze: 1 Wanderung, Silber: 3 Wanderungen,

Gold: 8 Wanderungen, Gold mit Kristall: 12 Wanderungen

**Teilnahme:**

- ▶ kostenlos mit der Welcome Card
- ▶ Treffpunkt ist jeweils 15 Minuten vor Abfahrt
- ▶ Durchführung bei jedem Wetter
- ▶ Wandertouren mit Gehzeiten zwischen drei und vier Stunden
- ▶ geeignet auch für Kinder ab acht Jahren und Senioren
- ▶ gute Kondition erforderlich
- ▶ wetterfeste Kleidung (Wanderschuhe, Anorak, Regenschutz)
- ▶ Sonnenschutz, Proviant und ausreichend Getränke
- ▶ Anmeldung ab einer Gruppengröße von 15 Personen erforderlich
- ▶ Anmeldungen in der örtlichen Tourismus Information

Mehr Informationen zu den Tourenzielen der geführten

ASI Wanderungen unter

**www.asi.at**

## GEFÜHRTE TOUREN STADTREGION

**NORDKETTE-ENTDECKERTOUR**

Eine abwechslungsreiche Wanderung für alle Naturinteressierten vom Hafelekar über den Goetheweg zur herrlich gelegenen Pfeishütte. Die fachkundigen Naturparkführer wissen allerhand über Flora und Fauna zu erzählen und haben Spektive für besondere Beobachtungen dabei.

**Termine:** Juli: 22.+28.7. | August: 4.+15.+19.+25.8.

September: 1.+9.+15.+23.9.

**Treffpunkt:** 9:00 Uhr Kassa Hungerburg

**Gehzeit:** ca. 6 h, inkl. Einkehr

**Preis:** kostenlos für jeden, für die Bahnfahrt gelten reguläre

Preise, das Freizeitticket ist gültig

**Info und Anmeldung:** max. 20 Personen, bei Naturpark Karwendel,

Anton Heufelder, Tel. +43 664 / 88 44 62 25,

anton.heufelder@karwendel.org

**DEN CHARME DES URSPRÜNGLICHEN VIGGARTALS KENNENLERNEN**

Wanderung durch ein unberührtes und uriges Hochtal, in unmittelbarer Stadtnähe gelegen.

Maximal 16 Personen

**Termin:** mittwochs, 4. Juli–17. Oktober 2018

**Treffpunkt:** 10:00 Uhr in Patsch

(Parkplatz gegenüber Patscher Hof)

**Dauer:** ca. 5 h

**Preis:** kostenlos mit der Welcome Card

**Anmeldung:** am Vortag bis 18:00 Uhr, bei Claudia Muigg,

Tel. +43 664 / 12 04 333, Absage bei Schlechtwetter

**GROSSE TÄLERÜBERSCHREITUNG VOM ARZTAL INS VIGGARTAL MIT GIPFELERLEBNIS AUF DER KREUZSPITZE**

**Termin:** donnerstags, 5. Juli–18. Oktober 2018

**Treffpunkt:** 9:00 Uhr in Ellbögen

**Gehzeit:** ca. 4,5 h, retour ca. 16:00 Uhr

**Preis:** kostenlos mit der Welcome Card, gratis Taxitransfer bis

ca. 1.900 m Seehöhe – Ausgangspunkt der Wanderung

**Info und Anmeldung:** am Vortag bis 20:00 Uhr bei Bergwanderführer

Klaus Ribis, Tel. +43 664 / 24 35 365, Absage bei Schlechtwetter

**ALMENAUSFLUG ZUR ARZTALER ALM**

Almenausflug zur Arztaler Alm und Wanderung zur Hinterlocher Mühle mit Besichtigung der Schaumahlungen.

**Termin:** freitags, 6. Juli–19. Oktober 2018

**Treffpunkt:** 9:30 Uhr beim Parkplatz in Ellbögen/Feuerwehrhalle

**Gehzeit:** ca. 1,5 h, retour ca. 16:00 Uhr

**Preis:** kostenlos mit Welcome Card, gratis Taxitransfer zur

Arztaler Alm – Ausgangspunkt der Wanderung

**Info und Anmeldung:** am Vortag bis 20:00 Uhr bei Bergwanderführer

Klaus Ribis, Tel. +43 664 / 24 35 365

## GEFÜHRTE TOUREN MIEMINGER PLATEAU NATUR-ERLEBNISWANDERUNG

Gemütliche Wanderung über das Mieminger Plateau, gemeinsam mit einem Bergwander- und Naturführer die Schönheit der Natur entdecken und dabei Wissenswertes über die wunderbare Landschaft erfahren.

**Termin:** montags, 10:30 Uhr

**Treffpunkt:** Obsteig, Tourismus Information

**Dauer:** ca. 2 Stunden

**Anmeldung:** bis 9:00 Uhr, in den Tourismus Informationen

Obsteig, Mieming oder Telfs

**PANORAMAWANDERUNG ZUM FALTEGARTENKÖPFL (2.184 M)**

Geführte Wanderung über Marlstein zum Grünwaslkreuz und weiter zum höchsten Punkt, dem Faltegartenköpfl, mit wunderschönem Panoramablick auf das Mieminger Plateau und das Inntal. Zurück geht es über die Feldringalm mit Einkehrmöglichkeit.

**Termin:** freitags, 9:30 Uhr

**Treffpunkt:** Parkplatz Raiffeisenbank Mieming. Man fährt gemeinsam mit den Privat-PKWs zum Ausgangspunkt Sattelle (Parkgebühr € 3,00).

**Gesamtgehzeit:** ca. 4 Stunden; Höhenunterschied ca. 500 m

**Anmeldung:** bis zum Vortag, 16:30 Uhr in den Tourismus

Informationen Mieming oder Telfs, in Obsteig bis zum Vortag, 12:00 Uhr

**RUNDWANDERUNG PFAFFENHOFER ALM**

Geführte, mittelschwere Wanderung über die sogenannte Inntalschlaufe Richtung Sonnarköpfel und weiter zur Oberhofer Melkalm auf 1.669 m (Einkehrmöglichkeit). Retour führt diese Rundwanderung über den Bettlersteig. Anschließend fährt ein Busshuttle wieder retour nach Telfs bzw. Mieming.

**Termin:** mittwochs, ab 8:45 Uhr

**Zustiegsmöglichkeiten:**

- ▶ 8:45 Uhr Mieming, Parkplatz Raiffeisenbank
- ▶ 9:00 Uhr Telfs, Inntalcenter

Mit dem Busshuttle fahren Sie von Mieming über Telfs auf die Pfaffenhofer Alm (1.694 m), dem Startpunkt der Wanderung.

**Gehzeit:** zur Oberhofer Melkalm ca. 2,5 Stunden, zurück zur Pfaffenhofer Alm ca. 1 Stunde. Höhendifferenz: ca. 250 Höhenmeter - Bergschuhe erforderlich!

**Preis:** mit Welcome Card **€ 10,00 pro Person**

**Verpflichtende Anmeldung:** bis zum Vortag, 11:30 Uhr in den

Tourismus Informationen Obsteig, Mieming oder Telfs

# WANDERBUS | HIKING BUS

ABFAHRTSZEITEN | TREFFPUNKTE | WANDERZIELE  
DEPARTURE TIMES | MEETING POINTS | DESTINATIONS

	MONTAG   MONDAY	DIENSTAG   TUESDAY	MITTWOCH   WEDNESDAY	DONNERSTAG   THURSDAY	FREITAG   FRIDAY
<b>INNSBRUCK</b>	9:00 Uhr   9 am Congress Innsbruck Bergwald & Zirbenweg Patscherkofel - Glungezer	9:00 Uhr   9 am Congress Innsbruck Bergsteigerdörfer Sellraintal Kühtai-Sellraintal	9:00 Uhr   9 am Congress Innsbruck Alpin - Urban Hungerburg - Nordkette	9:00 Uhr   9 am Congress Innsbruck Gipfelglück & Panoramablick Rangger Köpfl	9:00 Uhr   9 am Congress Innsbruck Die Nordtiroler Dolomiten Axamer Lizum - Muttereralm
<b>ALDRANS</b>	9:10 Uhr   9.10 am Busstop Dorfzentrum   Village centre bus stop Bergwald & Zirbenweg Patscherkofel - Glungezer	9:10 Uhr   9.10 am Busstop Dorfzentrum   Village centre bus stop Bergsteigerdörfer Sellraintal Kühtai-Sellraintal	Einstiegsmöglichkeit   Entry opportunity Congress Innsbruck  *kein Bus   no bus	9:10 Uhr   9.10 am Busstop Dorfzentrum   Village centre bus stop Gipfelglück & Panoramablick Rangger Köpfl	9:10 Uhr   9.10 am Busstop Dorfzentrum   Village centre bus stop Die Nordtiroler Dolomiten Axamer Lizum - Muttereralm
<b>AXAMS</b>	8:30 Uhr   8.30 am Tourismus Information Von Kaisern & Knappen Obernberg	8:30 Uhr   8.30 am Tourismus Information Die Nordtiroler Dolomiten Axamer Lizum - Muttereralm	8:30 Uhr   8.30 am Tourismus Information Bergwald & Zirbenweg Patscherkofel - Glungezer	8:30 Uhr   8.30 am Tourismus Information Bergsteigerdörfer Sellraintal Kühtai-Sellraintal	8:30 Uhr   8.30 am Tourismus Information Gipfelglück & Panoramablick Rangger Köpfl
<b>BIRGITZ</b>	8:35 Uhr   8.35 am Busstopp Traube   Traube bus stop Von Kaisern & Knappen Obernberg	8:35 Uhr   8.35 am Busstopp Traube   Traube bus stop Die Nordtiroler Dolomiten Axamer Lizum - Muttereralm	8:35 Uhr   8.35 am Busstopp Traube   Traube bus stop Bergwald & Zirbenweg Patscherkofel - Glungezer	8:35 Uhr   8.35 am Busstopp Traube   Traube bus stop Bergsteigerdörfer, Sellraintal Kühtai-Sellraintal	8:35 Uhr   8.35 am Busstopp Trauben   Traube bus stop Gipfelglück & Panoramablick Rangger Köpfl
<b>GÖTZENS</b>	8:40 Uhr   8.40 am Kirchplatz   Church square Von Kaisern & Knappen Obernberg	8:40 Uhr   8.40 am Kirchplatz   Church square Die Nordtiroler Dolomiten Axamer Lizum - Muttereralm	8:40 Uhr   8.40 am Kirchplatz   Church square Bergwald & Zirbenweg Patscherkofel - Glungezer	8:40 Uhr   8.40 am Kirchplatz   Church square Bergsteigerdörfer Sellraintal Kühtai-Sellraintal	8:40 Uhr   8.40 am Kirchplatz   Church square Gipfelglück & Panoramablick Rangger Köpfl
<b>GRIES IM SELLRAIN</b>		9:25 Uhr   9.25 am Tourismus Information regionales Wanderprogramm, Details bei Voranmeldung   regional hiking program, detailed information upon reservation		9:50 Uhr   9.50 am Tourismus Information Bergsteigerdörfer Sellraintal Kühtai-Sellraintal	
<b>IGLS</b>	9:20 Uhr   9.20 am Tourismus Information Bergwald & Zirbenweg Patscherkofel - Glungezer	9:20 Uhr   9.20 am Tourismus Information Bergsteigerdörfer Sellraintal Kühtai-Sellraintal	Einstiegsmöglichkeit   Entry opportunity Congress Innsbruck  *kein Bus   no bus	9:20 Uhr   9.20 am Tourismus Information Gipfelglück & Panoramablick Rangger Köpfl	9:20 Uhr   9.20 am Tourismus Information Die Nordtiroler Dolomiten Axamer Lizum - Mutterer Alm
<b>KEMATEN</b>				9:30 Uhr   9.30 am Busstopp Bierwirt   Bierwirt bus stop Bergsteigerdörfer Sellraintal Kühtai-Sellraintal	
<b>KÜHTAI</b>		9:45 Uhr   9.45 am Tourismus Information regionales Wanderprogramm Details bei Voranmeldung   regional hiking program, detailed information upon reservation			

\* kein Bus ab hier; Selbstanreise des Gastes bis zur angegebenen Einstiegsmöglichkeit des jeweiligen Wanderprogrammes |

\* no bus from here; self-drive to the starting point of the hike

	MONTAG   MONDAY	DIENSTAG   TUESDAY	MITTWOCH   WEDNESDAY	DONNERSTAG   THURSDAY	FREITAG   FRIDAY
<b>LANS</b>	9:15 Uhr   9.15 am Busstop Dorfzentrum   Village centre bus stop Bergwald & Zirbenweg Patscherkofel - Glungezer	9:15 Uhr   9.15 am Busstop Dorfzentrum   Village centre bus stop Bergsteigerdörfer Sellraintal Kühtai-Sellraintal	Einstiegsmöglichkeit   Entry opportunity Congress Innsbruck  *kein Bus   no bus	9:15 Uhr   9.15 am Busstop Dorfzentrum   Village centre bus stop Gipfelglück & Panoramablick Rangger Köpfl	9:15 Uhr   9.15 am Busstop Dorfzentrum   Village centre bus stop Die Nordtiroler Dolomiten Axamer Lizum - Mutterer Alm
<b>MUTTERS</b>	8:45 Uhr   8.45 am Tourismus Information Von Kaisern & Knappen Obernberg	8:45 Uhr   8.45 am Tourismus Information Die Nordtiroler Dolomiten Axamer Lizum - Mutterer Alm	8:45 Uhr   8.45 am Tourismus Information Bergwald & Zirbenweg Patscherkofel - Glungezer	8:45 Uhr   8.45 am Tourismus Information Bergsteigerdörfer Sellraintal Kühtai-Sellraintal	8:45 Uhr   8.45 am Tourismus Information Gipfelglück & Panoramablick Rangger Köpfl
<b>NATTERS</b>	9:05 Uhr   9.05 am Dorfplatz, Natterer See   Village square, Natterer See Von Kaisern & Knappen Obernberg	9:05 Uhr   9.05 am Dorfplatz, Natterer See   Village square, Natterer See Die Nordtiroler Dolomiten Axamer Lizum - Mutterer Alm	9:05 Uhr   9.05 am Dorfplatz, Natterer See   Village square, Natterer See Bergwald & Zirbenweg Patscherkofel - Glungezer	9:05 Uhr   9.05 am Dorfplatz, Natterer See   Village square, Natterer See Bergsteigerdörfer Sellraintal Kühtai-Sellraintal	9:05 Uhr   9.05 am Dorfplatz, Natterer See   Village square, Natterer See Gipfelglück & Panoramablick Rangger Köpfl
<b>OBERPERFUSS</b>		9:15 Uhr   9.15 am Tourismus Information regionales Wanderprogramm Details bei Voranmeldung   regional hiking program, detailed information upon reservation			
<b>PATSCH   ELLBÖGEN</b>	Einstiegsmöglichkeit   Entry opportunity Tourismus Information Igls  *kein Bus   no bus	9:25 Uhr   9.25 am Grünwalderhof, Patscher Hof Bergsteigerdörfer Sellraintal Kühtai-Sellraintal	Einstiegsmöglichkeit   Entry opportunity Congress Innsbruck  *kein Bus   no bus	9:25 Uhr   9.25 am Grünwalderhof Gipfelglück & Panoramablick Rangger Köpfl	9:25 Uhr   9.25 am Grünwalderhof, Patscher Hof Die Nordtiroler Dolomiten Axamer Lizum - Mutterer Alm
<b>RINN</b>	Einstiegsmöglichkeit   Entry opportunity Tourismus Information Igls  *kein Bus   no bus	8:55 Uhr   8.55 am Dorfzentrum   Village centre Bergsteigerdörfer Sellraintal Kühtai-Sellraintal	Einstiegsmöglichkeit   Entry opportunity Congress Innsbruck  *kein Bus   no bus	8:55 Uhr   8.55 am Dorfzentrum Gipfelglück & Panoramablick Rangger Köpfl	8:55 Uhr   8.55 am Dorfzentrum   Village centre Die Nordtiroler Dolomiten Axamer Lizum - Mutterer Alm Voranmeldung
<b>SELLRAIN</b>		9:20 Uhr   9.20 am Gemeindeamt   Municipal Office regionales Wanderprogramm Details bei Voranmeldung   regional hiking program, detailed information upon reservation			10:00 Uhr   10.00 am Bushaltestelle Gasthaus Neuwirt   Restaurant Neuwirt bus stop Bergsteigerdörfer Sellraintal Kühtai-Sellraintal
<b>ST. SIGMUND-PRAXMAR</b>		9:35 Uhr   9.35 am Tourismus Information regionales Wanderprogramm Details bei Voranmeldung   regional hiking program, detailed information upon reservation			