



**MTBSEPP.DE**  
dein mountainbike tourenguide in den alpen

## Von Lüsen über den Parkplatz Herol und die Reaswiesenhütte hinein in die Lüsner-Rodenecker Alm zur aussichtsreich gelegenen Rastnerhütte

Zunächst geht es von Lüsen Dorf über zahlreiche Serpentinen hinauf bis zum Parkplatz Herol (1617m) und vorbei an der Reaswiesenhütte (1660m) hinein in die Lüsner-Rodenecker Alm. Durch saftig grüne Almwiesen führt der Weg über den Tulper-Gampis hinauf zur aussichtsreich gelegenen Rastnerhütte (1903m). Eine abwechslungsreiche und landschaftlich traumhafte Tour, die je Kondition auch abgekürzt werden kann.

**Autor:** Martin Schindler

**Quelle:** [www.mtbsepp.de](http://www.mtbsepp.de)

<b>Tour-ID</b>	#164
<b>Region, Land</b>	Dolomiten, IT
<b>Startort</b>	39040 Lüsen
<b>Streckenlänge</b>	20.1 km (hin und zurück)
<b>Anstieg</b>	1092 m
<b>Abstieg</b>	1092 m
<b>Dauer</b>	2:29 Std.
<b>Beschaffenheit</b>	Asphalt, Schotter, Wald-/Wiesen-/Wanderweg
<b>Panorama</b>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Kondition</b>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Niveau</b>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Fahrtechnik</b>	<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>
<b>Eigenschaften</b>	E-Bike tauglich

### Anfahrtsbeschreibung

Aus Richtung Innsbruck fahren wir über Europabrücke und die Brennerautobahn nach Italien. Nachdem wir die Mautstelle Sterzing durchfahren haben, verlassen die Autobahn A22 an der Ausfahrt Bressanone/Brixen und folgen der Beschilderung anschließend über die SS12 durch Brixen. Über die Otto-von-Guggenberg-Straße gelangen wir auf die Lüsener Straße sowie im weiteren Verlauf auf die Landesstraße 30. Nach etwa fünfzehn Kilometern und zahlreichen Serpentinen erreichen wir das Zentrum der Gemeinde Lüsen.

### Parkmöglichkeiten

Kostenlose Parkmöglichkeiten nahe der Freiwilligen Feuerwehr Lüsen im Ortskern (ca. 996m), Lüsen.

### Ausführliche Tourenbeschreibung

Diese Tour hinauf auf eines der größten Hochplateaus Europas - die Rodenecker und Lüsner Alm - beginnt bereits etwa eintausend Höhenmeter unterhalb in der beschaulichen Gemeinde Lüsen (Luson) im Eisacktal. Vom Parkplatz nahe der Freiwilligen Feuerwehr von Lüsen fahren wir entlang der Berger Straße in nördlicher Richtung vorbei an Spielplatz, Sportanlagen und dem Lüsner Naturbadeteich. Nach kurzer, flacher Anfahrt nimmt dabei die Steigung gewaltig zu und es wird erst wieder etwa achthundert Meter später deutlich flacher - nämlich als wir in einer Linkskurve die Brücke über den Gfasebach queren.

Im Verhältnis angenehm flach geht es anschließend weiter auf der geteerten Berger Straße durch die Lüsner Fraktion Berg (Monte) Serpentine für Serpentine bergauf. Je höher wir kommen, desto mehr können wir das ausgezeichnete Panorama genießen, in das Lüsen gebettet ist. Vom Peitlerkofel (2875m) über den Plosebübel (2275m) und den Telegraph (2486m) südlich von uns bis hinüber in die Sarntaler Alpen, deren hohe Gipfel sich weit hinter Brixen auftürmen. Reichlich Ablenkung also um gemütlich und ohne Hast auf der schmalen Teerstraße, die in der Regel nicht besonders stark frequentiert ist, Meter für Meter hinauf zu treten.

Etwas mehr als fünf Kilometer und gut über fünfhundert Höhenmeter weiter oben gelangen wir schließlich an eine Abzweigung, die scharf rechts in Richtung Hotel Heroler Hof \*\*\* (1650m) führt. Wir folgen der schmalen Straße nicht einmal zweihundert Meter weit und finden uns plötzlich auf einem freien Gebiet mit grandiosem Ausblick auf den Peitlerkofel.

Von dort weist uns ein Schild den Weg links hinauf in Richtung Lüsner-Rodenecker Alm und Astjoch. Kurz darauf passieren wir den Parkplatz Herol (1617m) und fahren in den gekiesten Wanderweg Nummer 3 ein. Wer sich die bisherige Auffahrt von Lüsen Dorf sparen möchte, kann die Tour auch bequem von hier oben beginnen. Bei einer durchschnittlichen Steigung von circa zwölf Prozent geht es gemütlich weiter, vorbei an der privaten Reaswiesenhütte (1660m) und nach einigen Kurven durch den Nadelwald ebenfalls vorbei an der Abzweigung zur Plansolalm (1814m) bis zum, durch ein Schild markierten Wegpunkt mit dem Namen Tulper-Gampis.

Hier beginnt zugleich das weitläufige Hochplateau welches sich aus Rodenecker und Lüsner Alm zusammensetzt und das Erscheinungsbild der Lüsner Berge prägt. Wir folgen der Beschilderung weiter in Richtung Rastnerhütte und nehmen nach einem kurzen Flachstück die letzten Anstiege dieser Tour in Angriff. Der bislang gut gepflegte Weg verwandelt sich nun zu einem weniger komfortablen Waldweg, der

insbesondere in der Nähe des Weidegatters aufgrund von Wurzeln und Auswaschungen ein wenig Fahrgeschick erfordert. Doch weder die Beschaffenheit noch die Steigung stellen ein großes Problem dar und so erreichen wir etwa siebenhundert Meter später den Mittelpunkt der Rodenecker Alm und fahren halb rechts in den Wanderweg Nummer 2 ein.

Mit Blick auf das Astjoch (2194m) geht es einen halben Kilometer geradeaus nach Osten in Richtung Starkenfeldhütte (1936m), biegen anschließend jedoch der Beschilderung folgend links ab in Richtung Rastnerhütte (1903m) und erreichen diese nach weiteren vierhundert Metern schließlich. Windgeschützt in einer Mulde liegend, genießt man rund um die Rastnerhütte eine grandiose Aussicht auf die Pfunderer, Rieserferner und Tauferer Bergketten sowie die Zillertaler Gletscher im Hintergrund. Die in den Sommermonaten täglich geöffnete Hütte lädt zur gemütlichen Rast ein, sei es um den krönenden Abschluss dieser Tour zu genießen oder um sich zu stärken ehe es weiter durch das weitläufige Gebiet der Lüsner Alm geht.

**Hinweis:** Die Nutzung dieser Daten ist ausschließlich für den privaten Gebrauch gestattet und erfolgt stets auf eigene Gefahr. Eine Weitergabe an Dritte oder die Veröffentlichung der Daten ist nicht gestattet.