



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

## Rundtour von Marienstein über die versteckte Fockensteinhütte mit optionaler Weiterfahrt zur Sigrizalm am Fuße des Rechelkopf

Von Marienstein geht es zunächst in Richtung Bad Wiessee Höhenstraße. Am höchsten Punkt führt eine Sackgasse rechts bis zur versteckten Fockensteinhütte (1320m). Nach kurzer Schiebestrecke geht es auf einer Forststraße bergab bis zu einer Kreuzung und weiter über die Mariensteiner Auffahrt zur sporadisch bewirteten Sigrizalm (1150m) am Fuße des Rechelkopfes (1330m).

Autor: [Martin Schindler](#)  
Quelle: [www.mtbsepp.de](http://www.mtbsepp.de)

<b>Tour-ID</b>	#186
<b>Region, Land</b>	Bayerische Voralpen, DE
<b>Startort</b>	83666 Marienstein
<b>Streckenlänge</b>	19.7 km (Rundtour)
<b>Anstieg</b>	760 m
<b>Abstieg</b>	765 m
<b>Dauer</b>	2:25 Std.
<b>Beschaffenheit</b>	Schotter, Tragen/Schieben

<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>	<input checked="" type="checkbox"/> Rundtour
	<input checked="" type="checkbox"/> E-Bike tauglich

### Anfahrtsbeschreibung

<p>Von der Autobahnausfahrt Holzkirchen (A8) kommend folgen wir der Bundesstraße B318 in Richtung Tegernsee bis wir an der Kreuzstraße rechts in die B472 abbiegen und dieser weiter in Richtung Bad Tölz folgen. Kurz darauf nehmen wir am Kreisverkehr nahe Waakirchen die dritte Ausfahrt, folgen der Straße immer geradeaus und weiter bis nach Marienstein. Stets entlang der Hauptstraße fahren wir vorbei am Zementwerk ans Ende des bebauten Gebietes von Marienstein bis zu einem Wanderparkplatz nahe dem Waldrand.</p>

### Parkmöglichkeiten

Kostenloser Wanderparkplatz (ca. 800m), Marienstein.

### Ausführliche Tourenbeschreibung

Wir folgen der Forststraße vom kleinen Wanderparkplatz am Waldrand aus nach Süden, genauer gesagt gemäß Beschilderung in Richtung Sigrizalm, Aueralm und Holzeralm. Entlang der Großen Gaißach und des Plattenbachs fahren wir in den schattigen Bergwald ein und folgen der ausgewiesenen Mountainbike-Route 34 "Auer Alm über Gmund" am Gefällberg (1070m) entlang. Nach etwas mehr als zwei Kilometern fahren wir gemäß Wegweiser geradeaus und gelangen nur etwa einen Kilometer später an eine weitere Weggabelung von welcher eine Brücke nach rechts **hinauf zur Sigrizalm** führt. Diesen Wegpunkt merken wir uns für die Talfahrt und halten uns weiter geradeaus in Richtung Aueralm und Holzeralm.

Der Weg wird langsam steiler und so treten wir entlang der breiten Forststraße für weitere drei Kilometer bei bis zu achtzehn Prozent bergauf. Diverse Stichstraßen ignorieren wir - meist zeigen Wegweiser uns die Weiterfahrt zur Aueralm an - und so erreichen wir schließlich eine deutlich ausgeschilderte Abzweigung am Rande einer großen Lichtung. Während es links weiter über den **Trail zur Holzeralm** gehen würde, bleiben wir auf dem Hauptweg in Richtung Aueralm.

Dieser wird anschließend wieder zunehmend steiler und führt uns nach einer Linkskehre in weitem Bogen um den bewaldeten Kogelkopf (1324m) herum bis zu der Stelle an welcher der Weg wieder deutlich bergab führt. Nur wenige Meter weiter zweigt nach rechts eine unscheinbare Straße in den Wald. An einem Baum auf der rechten Seite ist ein Schild "Sackgasse" zu lesen. Hier verlassen wir die **Bad Wiesseer Höhenstraße zur Aueralm** und fahren rechts entlang des Waldwegs bei nur leichter Steigung auf die Fockensteinhütte (1320m) zu, welche wir nach knapp einem Kilometer erreichen. Weil die Hütte im Besitz eines Vereins ist und privat genutzt wird steigen wir ab und schieben die Räder langsam durch das Hüttengelände bis an die Westseite wo wir einem schmalen Weg etwa dreißig Meter hinunter zu einer Forststraße folgen.

Nach der kurzen Schiebestrecke wieder auf festem Boden angekommen fahren wir am Gronetseck (1278m) vorbei, folgen nach etwa einem Kilometer einer Rechtskurve und erreichen über den verwitterten Wirtschaftsweg nach etwas mehr als einem halben Kilometer eine breite Forststraße. Zügig geht es auf dieser bergab bis zu einer Weggabelung und anschließend noch rund fünfhundert Meter weiter bis wir uns an einer T-Kreuzung befinden. Wer hier rechts abfährt, gelangt an die Betonbrücke an welcher wir bei der Auffahrt von Marienstein vorbeigefahren sind und kommt so auf direktem Wege zum Ausgangspunkt zurück.

Wir allerdings halten uns links, passieren die Schranke und kurbeln noch etwa zwei Kilometer bergauf, vorbei an der Schaftlacher Hütte (1060m) bis zur Sigrizalm (1150m) am Fuße des Rechelkopfes (1330m), die wir nach einer relativ moderaten Auffahrt circa einhundertsechzig Höhenmeter höher schließlich erreichen. Die von der DAV Sektion Waakirchen gepachtete Almhütte ist sporadisch geöffnet und bietet sich auf der sonst so schattigen Tour für eine gemütliche Rast an. Insbesondere weil es fortan nur noch bergab geht. Wer noch genügend Reserven hat, sperrt sein Bike vor der Hütte ab und wandert auf den grasigen Gipfel. Ein Grund mehr den Abstecher zur Sigrizalm auf sich zu nehmen.

Nach einer ausgiebigen Pause geht es auf dem Hauptweg zurück ins Tal, wo wir nach Überqueren der Betonbrücke nach links fahren und zurück zum Ausgangspunkt bei Marienstein gelangen.

**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.