

# SCHLEMMEN AUF SCHRITT UND TRITT

Die Skiberge im Zentrum Österreichs reüssieren auch als Wanderdestinationen. Das Netz an Wegen, Steigen und Routen zwischen Schladming und Zell am See ist dicht, das Hütten-Angebot herausragend und die sommerliche Alm- und Alpinkulissen nahe am Kitsch.

TEXT KLAUS HÖFLER

Foto: Coen Weesjes / filzmoos.at

Einmalige Naturkulisse: Der glasklare Almsee vor der majestätischen Bischofsmütze ist ein beliebtes Wanderziel in Filzmoos. Natur pur und Entspannung garantiert!

Schwindelerregend hoch über dem Abgrund: Die Dachstein Hängebrücke bietet ein atemberaubendes Panorama und Nervenkitzel pur.



## STEIRISCHES ALPENPARADIES

Die Wanderregion Schladming Dachstein bietet ein unvergleichliches Naturerlebnis in den österreichischen Alpen. Mit über 1000 Kilometern markierter Wanderwege, beeindruckenden Gipfeln und grünen Almwiesen ist die Region ein Paradies für Wanderer und Bergsteiger.

## SCHLADMING-DACHSTEIN

Evangelisch oder katholisch? Bei den Krapfen aus der Region Schladming-Dachstein wird Kulinarik zur Glaubensfrage. Denn während die - überwiegend katholischen - Bewohner in den schattigen Tauern-Nordhängen und Tallagen rund um Schladming ihre Krapfen aus Roggenmehl backen, verwendet man oben, am sonnigeren Hochplateau der protestantisch geprägten Ramsau, den dort wachsenden Weizen. Dieser wird für die »woazzanen« beziehungsweise »evangelischen« Krapfen verwendet.

Als Wanderer lassen sich beide Glaubens- und Genussregionen vergleichen und verbinden. Man kann am Ostrand der Ramsau starten. In Rössing, wo schon seit 1434, und damit länger Loden gewalkt wird als Amerika auf unseren Landkarten existiert, liegt die Silberkarklamm. Zieladresse: die dortige Alm- und Sennhütte. Über Stufen und vorbei an tosenden Wasserfällen und senkrechten Felswänden geht es rund eine halbe Stunde in die nächsthöhere Geländeetage, bis man am Talschluss den sich öffnenden Kessel erreicht. Die Silberkar- >



Die Hans-Wödl-Hütte ist ein idyllischer Rückzugsort inmitten der Schladminger Tauern. Hier erwartet Wanderer eine herzhafteste Stärkung und ein atemberaubendes Panoramablick.



Kulinarische Meisterwerke: Das Restaurant »Die Tischlerei« in Schladming begeistert Gäste mit regionalen Spezialitäten und einem unvergesslichen Geschmackserlebnis.

> hütte belohnt Wanderer mit exzeptionellem Kaiserschmarren und Bioprodukten vom eigenen Bauernhof und verwöhnt mit wunderschöner Aussicht von der weit ausragenden Sonnenterrasse. Wer weiter will, kann von hier zu Wanderungen auf den »Stein« aufbrechen oder sich in Klettersteige einklinken.

Andere Talseite, andere Landschaftspracht. Die dunkel wirkenden Urgeistsberge der Niederen Tauern sind augenscheinlicher Kontrast zu den hellen Kalksteinwänden des Dachsteinmassivs. Während dessen schroffe Karstoberfläche jedes Wasser umgehend verschluckt, liegen im kristallinen Gestein der Tauern am Fuß spitz zulaufender Gipfel in allen Höhenlagen kleinere und größere Bergseen inmitten grüner Almmatten. Mit über 300 Bergseen, tausend Quellen und hundert Wasserfällen gehören die Schladminger Tauern zu den wasserreichsten Gebirgsregionen im gesamten Ostalpenraum. Beweise finden sich auf allen möglichen Wanderungen, sei es zum steirischen Bodensee im Seewigtal, wo man nach kurzem Fußmarsch direkt am Ufer im »Forellenhof« einkehren oder weiter zur

Hans-Wödl-Hütte am Hüttensee wandern kann. Sei es beim Riesachsee, den man am Themenwanderweg »Wilde Wasser« nach vielen Wasserfällen und spektakulärer Hängebrücke bestaunen kann oder sei es beim Spiegelsee auf der Reiteralm, in dem sich an windstillen Tagen das auf der gegenüberliegenden Talseite liegende Dachsteinmassiv spiegelt.

Auf »Gehwütigere« warten der Klafferkessel und seine Seenplatte mit knapp 30 Bergseen oder im Naturpark Sölkktäler weiter östlich der Seekaralsee, der Kalkablagerungen am Grund sein intensives, fast karibisches Türkis verdankt. In Norwegens Fjordlandschaft wähnt man sich dagegen im Giglachkar, im weitläufigen Hochgebirgstal befinden sich die beiden Giglachseen. Dunkelblau reflektieren sie

die Farbe des Himmels. Den besten Blick auf die Pracht hat man von den Gipfeln der das Tal im Süden begrenzenden Lungauer und steirischen Kalkspitze. Für derartige Extrahöhenmeter zahlt es sich aus, schon im Tal ausreichend Energie zu tanken. Anbieten würde sich beispielsweise das »Julius« in Schladming, wo Küchenchef Jörg Stauer mit feinsten mediterranen Köstlichkeiten lockt. Trüffelpasta, Gourmetpizza mit Trüffel, hausgemachte Pasta und Fleischgerichte aus Piemonteser Pruiana Rind liefern einen Kontrapunkt zu regional fokussierten Hotspots wie der »Tischlerei«, dem »Pichlmayrgut« oder den ausgewiesenen »Almkulinarik«-Adressen. Über ein Dutzend Hütten aus der Region Schladming beteiligen sich an dieser Initiative, die Haubenküche in die Berge transplantiert. Dafür kriecht Richard Rauch, hochdekoriertes Koch aus der Südoststeiermark, für einzelne Hütten jeweils ein außergewöhnliches Gericht mit Fokus auf regionale und lokale Produkte. Man kann diese alpinen Spezialitätenperlen im Laufe des Sommers suchen und sammeln – nicht der schlechteste Wanderplan. >

Ein Juwel inmitten der Bergwelt: Der Spiegelsee in Schladming-Dachstein fasziniert mit seinem klaren, spiegelglatten Wasser und der atemberaubenden Aussicht auf die umliegenden Gipfel.





Zell am See begeistert mit glitzerndem See, malerischen Wanderwegen und einem spektakulären Blick auf den Gipfel des Kitzsteinhorns.



Ein Naturwunder zum Staunen: Die Sigmund Thun Klamm in Kaprun besticht durch tosende Wasserfälle, schroffe Felswände und eine beeindruckende Schlucht.

## ZELL AM SEE

Lust auf Alpenromantik? Zell am See liefert. Almen, Wiesen und Wälder sowie glasklare Seen und wilde Wasserfälle bieten eine abwechslungsreiche Kulisse für gemütliche Spaziergänge, genussreiche Wanderungen oder ambitionierte Gipfeltouren. Eingebettet zwischen den sanften Pinzgauer Grasbergen und den schroffen Wänden der Hohen Tauern stehen dafür mehr als 400 Kilometer markierte Wege, Pfade und Bergtouren zur Verfügung.

Fast monolithisch ragt gleich neben dem Zeller See mit der Schmittenhöhe eine alpine Alleskönnerin in den Himmel. Die 1965 Meter hohe »Schmitten« ist der ganzjährig bespielte Hausberg von Zell am See. Im Winter legt sich ein abwechslungsreicher Pistenteppich über die Hänge, im Sommer locken Genusswanderungen am Plateau Panoramaverliebte in die Höhe. Von hier aus hat man den Zeller See ebenso im Blick wie die Stadt Zell am See und einen »Kranz« aus bis zu dreißig Dreitausender-Gipfel. Wer sie näher kennenlernen möchte, kann entlang des Höhenpromenade-Erlebniswegs die

»Viscopes« nutzen, spezielle Aussichtsfernrohre, die beim Durchschauen die Namen der erspähten Gipfel anzeigen. Optisches Superfood für die Seele. Kraftnahrung für den Körper gibt es in den Hütten, die es sich in der Alm Landschaft gemütlich gemacht haben. Der Blaubeer-Topfenstrudel in der Schmiedhof Alm ist nur ein Beispiel, wie man sich hier den Tag versüßen kann. Dazu gibt es typische Almgerichte wie Kaspressknödel, Schweinsbraten oder Wildragout. Eine lohnende Alternative bietet das Sonnkogel-Bergrestaurant. Nach der Tour entlang des Kamms von der Schmittenhöhe Richtung Hochzeller Alm und Salesbachköpfl warten regionale Pinzgauer Spezialitäten aus lokalen Produkten und heimischen Kräutern von der Wildkräuter-Limonade bis zu Wild-Spezialitäten. Urigkeit modern interpretiert serviert die AreitLounge. Sichtbeton, Naturstein, Glas, Stahl und Altholz bieten den architektonischen Rahmen für lokales Fine-Dining, bei dem sich der Bogen von Pinzgauer Tapas bis zu Edlem aus der Alm-Vinothek spannt. Immer im »Terrassenblick«: die Hohen Tauern gegenüber. >

In der AreitLounge auf der Areit Alm genießen Naturliebhaber malerische Wanderwege und kulinarische Köstlichkeiten.



> Wechselt man tatsächlich die Talseite, geht es in ähnlicher Tonlage weiter. Zunächst wird es in der Sigmund Thun Klamm jedoch enger und schattiger. Das tosende Wildwasser der Kapruner Ache bietet hier ein faszinierendes Naturschauspiel in einem engen Taleinschnitt, den der abfließende Gletscher ins Gebirge gefräst hat. Man wechselt hier von Waldwegen auf die an den senkrechten Felswänden klebenden Holzstege, bevor sich das Tal rund um die Almwirtschaft Schneckenreith aber wieder öffnet und beeindruckende Aussichten auf den Klammsee und die umliegenden Gipfel zulässt. Vor 14.000 Jahren bedeckte der Gletscher noch das gesamte Kapruner Tal. Heute hat er sich in luftige Höhen über 3000 Meter am Kitzsteinhorn zurückgezogen. Es liefert einen Kontrast zu den Almen und hochalpine Ein- und Ausblicke in die Grenzregion zwischen dem ewigen Eis des Gletschers und der vorgelagerten Felslandschaft.

Wasser statt Eis? Dieser Durst wird bei den Krimmler Wasserfällen ganz im Westen der

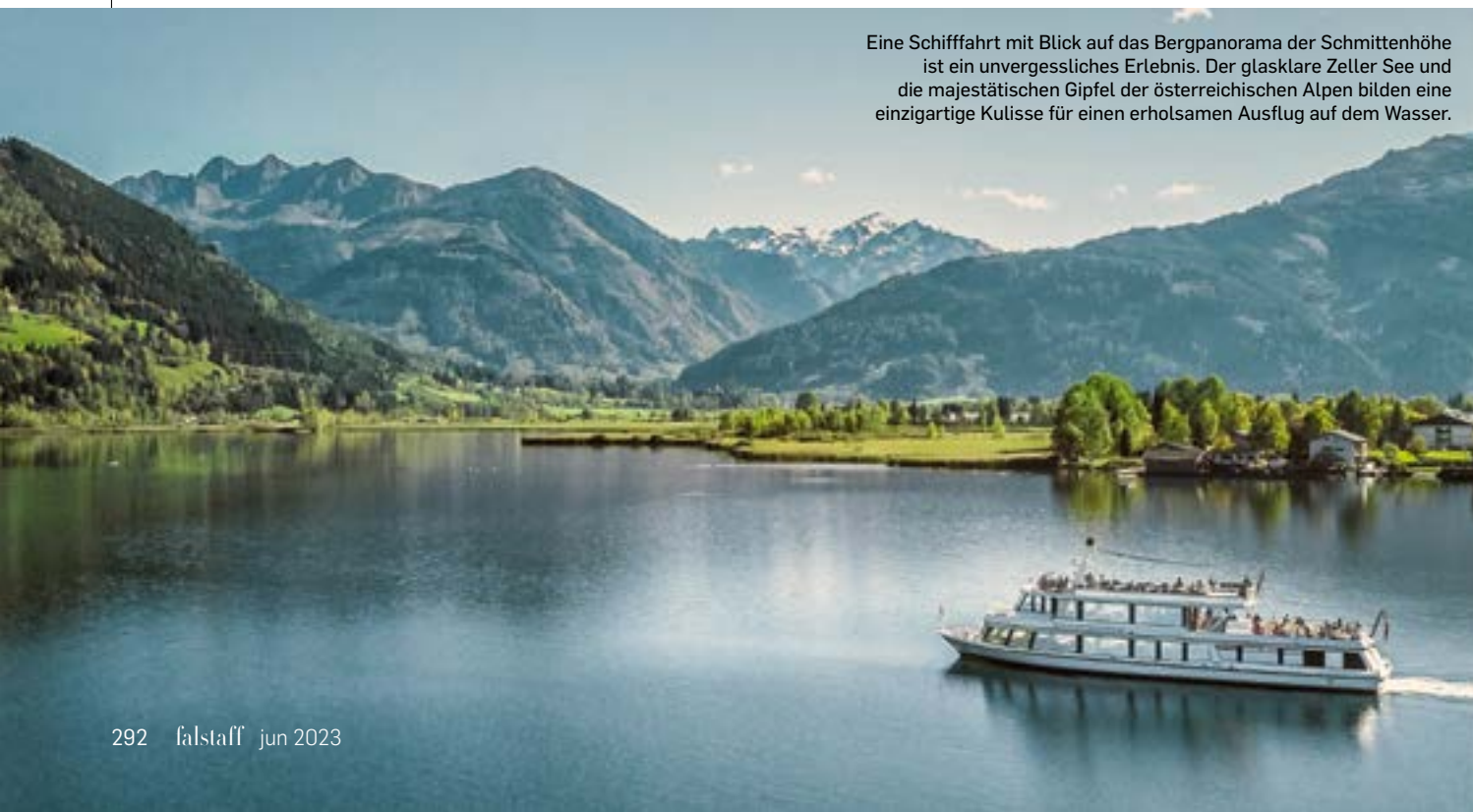
Region auf spektakuläre Weise gestillt. Über drei Stufen und eine Gesamtfallhöhe von 380 Metern stürzen Europas größte Wasserfälle am Talausgang über eine Geländeabrissekante. Am serpentinreichen Bergersteig entlang der Kaskaden hinauf ins Krimmler Achental bieten zahlreiche Aussichtspunkte immer wieder Nahkontakt mit dem Naturschauspiel. Allerdings hat man die Kulisse zwischen Kürsinger Platz, Riemann Kanzel, Bergerblick und Schettkanzel selten für sich allein. Alternativen bieten aber die 60 ausgeschilder-

te Wanderrouten und Themenwege, die in der Gegend rund um Krimml und Mittersill »ausgeflagt« sind. Am Weg über die sanften Grasberge, aber auch auf die spitzen Berggipfel der zahlreichen 3000er, kann man in Almwirtschaften und Berggasthöfen kulinarische Spezialitäten genießen. Eine Kostprobe liefert die Meilinger Alm mit ihrer kleinen Stube und großzügigen Terrasse. Einzige »Lärm-belästigung« hier: das feierliche Läuten der Kuhglocken und das aufgeregte Pfeifen der Murmeltiere. >



Die Schmittenhöhe in Zell am See bietet atemberaubende Aussichten auf die majestätischen Gipfel der österreichischen Alpen.

Eine Schifffahrt mit Blick auf das Bergpanorama der Schmittenhöhe ist ein unvergessliches Erlebnis. Der glasklare Zeller See und die majestätischen Gipfel der österreichischen Alpen bilden eine einzigartige Kulisse für einen erholsamen Ausflug auf dem Wasser.



## ST. JOHANN

Hier bleibt keine Bewegung unbemerkt. Das hochsensible Monitoringsystem nimmt Veränderungen in den senkrechten, teils überhängenden und bis zu 200 Meter hohen Felswänden im Millimeterbereich wahr. Die Observierung sorgt für Sicherheit beim Staunen. Denn die Liechtensteinklamm am Ortsrand von St. Johann zählt zu einer der spektakulärsten Naturarenen des Landes. Sie fasziniert mit dem tosenden Rauschen der Großarler Ache, den moosbewachsenen Steinen und Sonnenstrahlen, die im feinen Wasserstaub Regenbögen in die Luft zaubern. Auf knapp einem Kilometer ist die Schlucht für Besucher erschlossen und entsprechend ausgebaut, im Zentrum führt eine eindrucksvolle Freiluft-Wendeltreppe aus Stahl gut 30 Meter in die Tiefe. Für die Bewältigung der insgesamt über 400 Stufen, die man auf dem Wandersteig durch die Klamm zurücklegt, kann man sich beispielsweise abends in der Reinbachstube belohnen, wo Alfred Mössler einen detailverliebten Mix aus regionaler und internationaler Küche bietet.



Die idyllische Almhütte Obersthofalm in Filzmoos lockt mit regionalen Köstlichkeiten.

Mit frischen Kräften lässt es sich am nächsten Tag entweder gemütlich, geschichtlich oder geh-intensiver starten. Bei der konditionsschonenden Variante bringt einen die Gondel vom Alpendorf in die weitläufigen Wanderreviere am Gern- und

Sonntagskogel – mit abschließender Einkehrmöglichkeit in der Oberforsthofalm. Geschichtsinteressierte absolvieren den Themenweg »Zeitreise« quer durch St. Johann, auf dem man bei den einzelnen Stationen unter anderem erfährt, was die Kapellen an den Ortseinfahrten mit Seuchen zu tun haben. Oder man macht sich auf den Weg aufs Hochgründeck. Der 1827 Meter hohe Berg soll einer der höchsten bewaldeten Berggipfel Europas sein, jedenfalls ist er Etappenort des Salzburger »Gipfelspiels«, bei dem es um das landesweite »Sammeln« von entsprechenden Gipfel-Stempeln geht. Am Hochgründeck wartet einer. Die untermauert zudem die Tradition als uralter Kraft- und Ritualplatz. Das gilt im übertragenen Sinn auch kulinarisch: Das Heinrich Kienerhaus mit seiner markanten Holzschindelfassade setzt auf herzhaft-kraftigenden, heimischen Spezialitäten und Produkte von Bauern aus der Region, garniert mit einer umfassenden Aussicht, die vom Salzachtal über den Hochkönig, die Berchtesgadener Alpen und Hohen Tauern bis zum Großglockner und Dachstein reicht. Lohnend: Hier den Tag beginnen oder enden lassen, denn die Sonnenauf- und -untergänge sind sehenswert.

Ein spiritueller Ort inmitten der Natur: Die St. Venz-Friedenskirche liegt auf 1808 Meter am Hochgründeck.



Ein Naturjuwel der Superlative: Die Liechtensteinklamm in St. Johann im Pongau fasziniert mit einer einzigartigen Atmosphäre. Wanderer und Naturliebhaber können hier die Kraft und Schönheit der Natur hautnah erleben.



## SCHLADMING

### ARX RESTAURANT

Feine Linie aus regionalen Produkten und interessante Überraschungsmenus im Restaurant-Bereich. Gut sortierte Naturwein-Auswahl. Rohrmoosstraße 91, 8971 Schladming  
T: +43 3687 61493, das-arx.at

### DIE TISCHLEREI

Kreative Kompositionen vom See bis zum Meer sowie von der Wiese und aus dem Wald. Empfehlung: das Degustationsmenü. Roseggerstraße 676, 8970 Schladming  
T: +43 3687 22192  
dietschlerei.co.at

### JOHANN IM POSTHOTEL

Genussvolle Vielfalt mit steirisch-österreichischen Wurzeln – immer wieder kommen Klassiker im neuen Outfit und abwechslungsreicher Weinbegleitung daher. Hauptplatz 10, 8970 Schladming  
T: +43 3687 22571  
johann-schladming.at

### 1117

Fine Dining in luftiger Höhe vom Hotel Höflehner mit Blick über das halbe Ennstal. Kreative Kombination aus regionalen Produkten und ausgefallenen Zutaten. Gumpenberg 2, 8967 Haus/Ennstal  
T: +43 3686 2548  
hoeflehner.com

### JULIUS

Die Karte spannt einen schönen Bogen von Pastagerichten und saftigen Steaks mit hausgemachten Saucen bis hin zu Fisch und Meeresfrüchten. Martin-Luther-Straße 31, 8970 Schladming  
T: +43 664 2513399  
julius-kitchen.com

### LANDALM

Ein optisches Schmuckstück: Holzbänke, Eichenboden, Leinenvorhänge und ein alter Ziegelboden. Traditionelle Küche mit Wirtshausklassikern und saisonalen Schmankerln. Bachweg 120, 8970 Schladming  
T: +43 3687 61573  
landalm.at

### STADTHOTEL BRUNNER

Das À-la-carte-Restaurant des modernen Stadthotels serviert eine Mischung aus österreichischer, ayurvedischer und basischer Küche. Spannend! Hauptplatz 14, 8970 Schladming  
T: +43 3687 22513  
stadthotel-brunner.at

### PICHLMAYRGUT

Rindfleisch vom eigenen Hof, der Saibling schwimmt im Becken des prächtigen Spa-Hoteldorfs, der Rest kommt in Bio-Qualität meist aus der Region. Gehobene Küche. Pichl 54, 8973 Schladming  
T: +43 6454 7305, pichlmayrgut.at



Design trifft auf Tradition: Das Interieur des ARX Boutiquehotels in Flachau verbindet modernes Design mit traditionellem Flair.

## ST. JOHANN IM PONGAU

### OBERFORSTHOFALM

Die Aussicht rittert hier mit kulinarischer Weltläufigkeit um den Platz an der Sonne. Wildspezialitäten, Pongauer Schmankerl und typische Pfandlgerichte in alpinrustikaler Kulisse. Alpendorf 12, 5600 St. Johann im Pongau  
T: +43 6412 6396  
oberforsthofalm.at

### SONNHOF »KRÄUTERREICH BY VITUS WINKLER«

Ein Besuch im »Kräutergarten« von Ausnahmeköchner Vitus Winkler ist für den Gaumen, was die Wanderrunde über den Hochklingberg fürs Gemüt ist: ein sinnlicher Genuss auf höchstem Niveau. >



Romantik pur mit Feuer und Flamme: Das »Brunner«-Boutiquehotel in Schladming begeistert Gäste mit einem schicken Kamin-Interieur.



Kulinarischer Hochgenuss im Erlhof: Das traditionelle österreichische Gericht Tafelspitz wird hier mit viel Liebe zum Detail zubereitet und serviert.

> Kirchweg 2, 5621 St. Veit im Pongau  
T: +43 6415 4323  
sonnhof-vituswinkler.at

**REINBACHSTUBE**  
Das Gourmetrestaurant heißt jetzt Fredl's. Fredl junior kocht mittags feine Menüs und am Wochenende ein monatlich wechselndes köstliches Fünf-Gänge-Menü.  
Bundesstraße 9, 5600 Sankt Johann im Pongau  
T: +43 6412 6023  
reinbachstube.at

**STÖCKLWIRT**  
Familie Rosian serviert in der Weinstube Stöcklwirt-Klassiker wie Zwiebelrostbraten, Fisch, Wild, Pasta und vegetarische Schmankerl. Reichhaltiges Weinsortiment.  
Hauptstraße 22a, 5600 Sankt Johann im Pongau  
T: +43 676 7168471  
hotel-stoecklwirt.at

**ZINNKRÜGL**  
Nach einem Ausflug in die Liechtensteinklamm empfehlen sich die Kreationen von Küchenchef Valentin Hochleitner und die ausführliche Weinkarte.  
Alpendorf 7, 5600 St. Johann im Pongau  
T: +43 6412 6179  
zinnkruegl.at

**BERGHOF**  
Cappuccino Muskatkürbis, gelbes Curry, Rinderfilet unter Kräuterkruste: Vielseitiger Genuss-Mix auf Basis regionaler Produkte mit tollem Ausblick auf die Berge.  
Hauptstraße 22a, 5600 Sankt Johann im Pongau  
T: +43 6412 6181  
hotel-berghof.com

**HEINRICH-KIENER-HAUS**  
Der im Anstieg gezüchtete Hunger wird hier mit regionalen Köstlichkeiten gestillt. Fleisch, Brot aus

Steinbacköfen und Milchprodukte kommen von Bauern aus der Gegend.  
Ginau 17, 5600 Sankt Johann im Pongau  
T: +43 664 2774558  
hochgruendeck.at

## ZELL AM SEE

**MAYER'S AUF SCHLOSS PRIELAU**  
Spitzenkoch Andreas Mayer lebt hier seine Leidenschaft auf höchstem Niveau aus. Eigene Aromaküche mit Menüs aus 120 Parfum-Essenzen.  
Hofmannsthalstraße 10, 5700 Zell am See  
T: +43 6542 72911  
mayers-restaurant.at

**ERLHOF**  
Tradition und Regionalität sind bei Familie Brüggler im alten Erlhof gelebte Kultur. Feine Fischgerichte und Salzburger Nockerln zum Niederknien.  
Erlhofweg 11, 5700 Zell am See  
T: +43 6542 56637  
erlhof.at

**SALZBURGERSTUBE IM SALZBURGERHOF**  
Küchenchef Stefan Reiter und sein Team stehen für erlesene Köstlichkeiten vom Amuse Gueule bis zum Sorbet-Sortiment. Dazu Dessertvariationen und exzellente Weinauswahl.  
Auerspergstraße 11, 5700 Zell am See  
T: +43 6542 765  
salzburgerhof.at

**FLOS RESTAURANT**  
Regionalität trifft Weitblick, Aal trifft Goldrube: Florian Zillner kocht mit Blick über den Tellerrand. Feines Casual-Dining mit viel Liebe zum Detail.  
Schmittenstraße 79, 5700 Zell am See  
T: +43 6542 72123, flosrestaurant.at

**KRAFTWERK**  
Mix aus Restaurant und Weinbar in einem alten Kraftwerk. Überzeugt mit vielen Produkten vom eigenen Biohof und einer kreativen Küchenlinie.  
Schmittenstraße 12a, 5700 Zell am See  
T: +43 664 3888016  
kraftwerk-restaurant.at

**SEENSUCHT IM SEEHOTEL BELLEVUE**  
Crossover-Küche zwischen Salzburger Schmankerln aus regionalen Zutaten und mediterranen Köstlichkeiten mit exklusivem Touch von Michael Schnell.  
Seeuferstraße 41, 5700 Zell am See  
T: +43 6542 21828  
restaurant-am-see.at

**SPEISENMEISTEREI**  
Der alte Lohninghof wird perfekte Bühne für die »Speisenmeister« Irene und Thomas Schwab, die mit einer asiatisch-mediterranen Küche und feiner Vinothek locken.  
Seeuferstraße 6, 5700 Zell am See  
T: +43 6542 47448, speisenmeisterei.at

**AREITLOUNGE**  
Sushi nach Pinzgauer Art, Fingerfood und knackig frische Salate mit frischem Bauernbrot in chilliger Atmosphäre auf einer weit ausragenden Sonnenterrasse.  
Bergstation Areitxpress, 5700 Zell am See  
T: +43 6542 57177  
areitlounge.at

**SCHMIEDHOFALM**  
Im Bergrestaurant auf der Schmittenhöhe überrascht Küchenchef Christian Rossbach mit einer Fusion aus traditionellen Hüttenklassikern und feinen Fischgerichten. Selbstgebackenes Bergbrot!  
Schmitten 117, 5700 Zell am See  
T: +43 664 1826290  
schmiedhofalm.at

