

Strecke ohne Gipfel

Tag	Start	Ende	Details zur Strecke	Km	Hm aufwärts	Hm abwärts	Ca. Dauer
1. Tag	Arzl	Wenns	Arzl - Plattenrainalm - Venetalm - Wenns	15,60	1.269,00	1.114,00	3 h
2. Tag	Wenns	Wiese	Wenns - Matzlewald - Graßlehn - Söllbergalm - Wiese	14,70	1.136,00	964,00	2,5 h
3. Tag	Wiese	Piösmes	Wiese - Söllbergalm - Mauchele Alm - Neubergalm - Tiefentalalm - Piösmes	18,20	1.594,00	1.392,00	5,5 h
4. Tag Var. I	Piösmes	Plangeroß	Piösmes - Arzler Alm - Neuruer Berg - Mittelbergle See - Sassen - Plangeroß	17,30	1.945,00	1.714,00	5 h
Var. II	Plangeroß	Mandarfen	Pitztal Bike	2,30	79,00	12,00	0,25 h
Var. III	Piösmes	Mandarfen	Piösmes - Arzler Alm - Neuruer Berg - Trenkwald - Plangeroß - Mandarfen	16,10	1.451,00	1.151,00	4,25 h
5. Tag	Mandarfen	Mandarfen	Mandarfen - Hirschtal - Offenbacher HW - Plodersee - Fuldaer HW - Taschachhaus - Mandarfen	26,00	1.600,00	1.600,00	4,5 h
6. Tag	Mandarfen	Mandarfen	Gletscherquerung - Braunschweiger Hütte - Mittelberg - Mandarfen	15,70	1.610,00	1.610,00	4,5 h

Strecke mit Gipfel

Tag	Start	Ende	Details zur Strecke	Km	Hm aufwärts	Hm abwärts	Ca. Dauer
1. Tag	Anreise nach Arzl	Wenns	Arzl - Plattenrainalm - Venetalm - Wannejoch (2.497 m) - Wenns	19,40	1.699,00	1.544,00	4,5 h
2. Tag	Wenns	Wiese	Wenns - Matzlewald - Graßlehn - Söllbergalm - Wiese	14,70	1.136,00	964,00	2,5 h
3. Tag	Wiese	Piösmes	Wiese - Söllbergalm - Mauchele Alm - Neubergalm - Tiefentalalm - Rosskopf (2.305 m) - Piösmes	21,30	2.124,00	1.924,00	6 h
4. Tag Variante	Piösmes	Plangeroß	Piösmes - Arzler Alm - Neuruer Berg - Mittelbergle See - Sassen - Plangeroß	17,60	2.156,00	1.927,00	5,25 h
Variant	Plangeroß	Mandarfen	Pitztal Bike	2,30	79,00	12,00	0,25 h
Variante	Piösmes	Mandarfen	Piösmes - Arzler Alm - Neuruer Berg - Trenkwald - Plangeroß - Mandarfen	16,70	1.571,00	1.274,00	4,5 h
5. Tag	Mandarfen	Mandarfen	Mandarfen - Hirschtal - Offenbacher HW - Plodersee - Fuldaer HW - Taschachhaus - Mandarfen	26,00	1.600,00	1.600,00	4,5 h
6. Tag	Mandarfen	Mandarfen	Gletscherquerung - Braunschweiger Hütte - Mittelberg - Mandarfen	15,70	1.610,00	1.610,00	4,5 h