

Fockenstein ab Lenggries

Beliebte Mountainbikerunde mit Gipfelvariante

Der Fockenstein, zwischen Lenggries und dem Tegernsee, ist ein immer wieder gern besuchter Gipfel. Neben der hervorragenden Aussicht hat nicht zuletzt hierzu auch die nahe Aueralm beigetragen, die bei Wanderern und Mountainbikern gleichermaßen beliebt ist. Die hier beschriebene Mountainbiketour kann gut als Klassiker bezeichnet werden. Sie verläuft problemlos und zuerst zum Aufwärmen flach über Lenggries und Hohenburg, um anschließend durch das Hirschbachtal lang und stetig anzusteigen. Am Fuß des Fockensteins angekommen, sollten wir die Gelegenheit nutzen und auf den Gipfel aufsteigen. Bevor wir dann durch das Steinbachtal unsere Runde beenden, lockt die Einkehr in der Aueralm.

Toureninfo

| | |
|--------------------------|---|
| Region: | Bayerische Voralpen |
| Erreichte Gipfel: | Fockenstein 1564 m |
| Dauer: | ca. 4,5 Std. |
| Höhenunterschied: | ca. 1010 hm (ohne Gipfelvariante ca. 200 hm weniger) |
| Streckenlänge: | 27,7 km |
| Schwierigkeit: | mittel Asphaltstraßen und Forststraße. Nach der Aueralm beginnt eine Schiebestrecke von mehreren Minuten. Für größere Kinder geeignet |
| Hunde: | Für Hunde geeignet |

Start

PP Grundern zwischen Lenggries und Bad Tölz , 720m

GPS-Wegpunkt:

N47 42.758 E11 35.311 (Wegpunkt kopieren und in das Suchfeld bei Google Maps eingeben)

Umweltfreundliche Anfahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln:

Den Ausgangspunkt erreichen wir nur mit einem Fussweg von ca. 2,5 km. Wir fahren mit der Bahn über Bad Tölz in Richtung Lenggries bis zum Bahnhof in Obergries. Von dort geht es dann per Pedes nach Osten auf die Lenggrieser Straße (nicht die normale Autostraße nach Lenggries), auf die wir bei Rain stoßen. Dort links (also nach Norden) ca. 300 Meter bis zum Weiler Kellern. Hier biegen wir rechts ab, dieser Weg führt uns dann in weiteren 700 Metern in gerader Linie bis zum Wanderparkplatz in Grundern.

Mit dem Pkw:

Über die Autobahn A8 München-Salzburg fahren wir bis zur Ausfahrt Holzkirchen oder Irschenberg, von München-West kommend auch direkt über Bad Tölz. Kurz nach Bad Tölz biegen wir links bei der Ausfahrt Untergries nach Gaissach ab. Durch den Ort hindurch fahren wir über die Ortschaften Moosen und Oberreuth nach Grundern. Der Wanderparkplatz liegt hinter dem Ortsende

- Ab Rosenheim: 55 km / 0:50 Std
- Ab München: 55 km / 0:50 Std
- Ab Bad Tölz: 7 km / 0:10 Std
- Ab Salzburg: 130 km / 1:35 Std

Tourenplaner / Online-Fahrpläne:

<https://www.roberge.de/index.php/topic,7336.msg48575.html#msg48575>

Tourenbeschreibung**Start: PP Grundern zwischen Lenggries und Bad Tölz****Auffahrt:**

Am Ende des Parkplatzes zweigen zwei Wege ab - wir nehmen den rechten, der genau nach Süden verläuft und biegen nach 300 Metern nochmals rechts ab. Nun folgen wir längere Zeit der Radweg-Beschilderung, die uns am Ende bis nach Hohenburg führt. Zuerst einmal aber biegen wir nach einer leichten Abfahrt und insgesamt 2,3 Kilometern kurz vor einer Autostraße bei einem Holzschuppen links ab. Stand 09/2019 fehlt hier eine Radweg-Beschilderung). Durch Wiesen und an Bauernhöfen vorbei, dann über den östlichen und später südlichen Stadtrand gelangen wir schließlich zu den Parkplätzen bei Hohenburg. Ab hier geht es endlich aufwärts - zuerst recht flach, dann aber in mittlerer Steigung durch das schattige Hirschbachtal. Die etwas eintönige, immer gleichbleibende Auffahrt endet schließlich auf 1227 m beim Hirschtalsattel. Rechts über uns ragt der Ochsenkamp empor, wir halten uns jedoch links in die entgegengesetzte Richtung und richten uns nach den Wegweisern zur Aueralm bzw. zum Fockenstein. Hier beginnt auch der erste Trail. Wer zu wenig Kraft in den Wadeln hat, schiebt sein Bike ein wenig, bis der Weg wieder besser befahrbar wird. Bald erblicken wir nach einem kleinen Höhenverlust vor uns die Gebäude der Neuhüttenalm und darüber den Fockenstein.

Fockenstein:

Hier müssten wir rechts zur Aueralm abbiegen. Da der Gipfel aber nicht mehr weit entfernt ist, wollen wir diesen besteigen, denn die weite Fernsicht in das Alpenvorland und die Alpenhauptkette ist wirklich einmalig. Allerdings benötigen wir zum Aufstieg festes Schuhwerk - keine Turnschuhe! Zwischen den Almhöfen halten wir uns links und fahren soweit nach oben, wie es der Weg erlaubt. Dann stellen wir das Rad ab und folgen den Wegweisern zum Fockenstein. Wenige Meter vor dem Gipfel müssen wir ggf. etwas Hand anlegen, dann erreichen wir das Gipfelkreuz und genießen die prächtige Aussicht. Im Osten erblicken wir auch schon unser nächstes Ziel, die Aueralm und hinter ihr der Tegernsee. Nach der Gipfelrast steigen wir auf dem gleichen Weg ab zu unserem Bikedepot und fahren hinunter zur Neuhüttenalm.

Abfahrt:

Die Aueralm ist in wenigen Minuten erreicht. Direkt beim Gebäude verlässt links ein Wiesenweg die Forststraße. Auf diesem fahren wir bis zu einem Gatter am Waldrand. Ein Hinweisschild bittet uns darum, auf dem nun folgenden Steig das Rad zu schieben. Ca. 15 Minuten und 130 Höhenmeter später stoßen wir auf eine Forststraße, in die wir rechts einbiegen - spätestens hier können wir wieder aufsteigen. Nun folgt der Downhill: Wir bleiben immer auf dem Hauptweg, beachten eventuelle Abzweigungen nicht und rauschen durch das Steinbachtal nach unten. Dort, wo sich der Wald lichtet und es wieder flacher wird, sehen wir auch schon linker Hand den Wanderparkplatz liegen, von dem aus wir gestartet sind.

Flora und Fauna

Schwarze Flockenblume, Kratzdistel, Fransenenzian, Wollgras, Kriechender Hahnenfuß, Habichtskraut, Glockenblume, Fingerkraut, Eberwurz (Wetterdistel)

Literatur**Mountainbike-Führer**

Moser Bike Guide Band 1 - Tegernsee, Schliersee, Walchensee
von Moser, Elmar
<https://www.roberge.de/buch.php?id=77>

Mountainbike-Führer

Der EMTB-Führer

Die 50 schönsten E Mountainbike Touren südlich von München

von *Renate Brümmer - Burkhard Martens*<https://www.roberge.de/buch.php?id=529>**Mountainbikeführer**

Das Mountainbike-Buch

Richtig gute Touren und neue Trails in den Bayerischen Voralpen

von *Kiermeier, Jürgen*<https://www.roberge.de/buch.php?id=440>**Autor****Autor:** Reinhard RolleAutorenportrait / <https://www.roberge.de/index.php/topic,7010.0.html>