

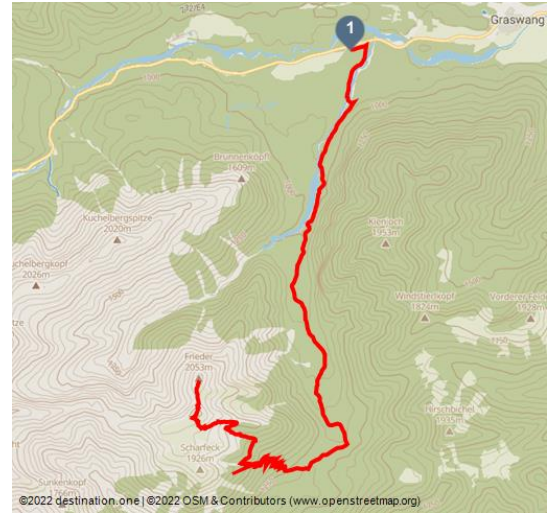


# Bike und Hike - Frieder

Bergtour



Bike and Hike Frieder - Gipfel Frieder und Friederspitz - © Thorsten Unsel, Naturpark Ammergauer Alpen



## Tourdaten:

medium  
Schwierigkeit

26,9 km  
Distanz

6 h 15 min  
Dauer

1336 m  
Höhenmeter  
(aufsteigend)

1336 m  
Höhenmeter  
(absteigend)

2049 m  
Höchster Punkt

902 m  
Niedrigster Punkt

## Bewertungen:

★★★★☆ Panorama

★★★★☆ Kondition

## Adresse:

00000 DUMMY

## Autor:

Naturpark Ranger

## Organisation:

Naturpark Ammergauer Alpen  
<https://www.ammergauer-alpen.de/>

## Empfohlene Jahreszeiten:

JAN	FEB	MRZ	APR	MAI	JUN
JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEZ

## Einsame und landschaftlich reizvolle Bike und Hike Tour zum Frieder

Kombinierte Tour mit Mountainbike und Wandern hinauf zum Frieder und der Rotmoos-Alm

## Merkmale:

**Informationen**  
Gipfel, Rundweg

## Startpunkt:



QR-Code scannen und diese Seite offline speichern, mit Freunden teilen und mehr.

<https://s.et4.de/gtj8c>

Quelle: destination.one

ID: t\_100270970

Zuletzt geändert am 25.07.2024, 01:36

Parkplatz Fürstenweg, Graswang

### Zielpunkt:

Parkplatz Fürstenweg, Graswang

### Wegbeschreibung:

Vom **Wanderparkplatz** aus geht es mit dem Mountainbike immer entlang des Elmaubachs in Richtung Rotmoosalm.

Die Landschaft ist sehr reizvoll und die Steigungen der Anfahrt halten sich in Grenzen. Auf 8 km Strecke sind es gerade einmal 300 Hm. Je nach Tempo benötigt man zwischen 45 und 55 Minuten bis zum **Abzweig auf den Frieder** in der Nähe der **Rotmoos-Alm**.

Dieser Abzweig liegt auf dem **weiten Sattel** der Rotmoos-Alm und ist beschildert. Jedoch ist das Schild für Wanderer ausgerichtet, die aus dem Loissachtal kommen und somit kann das Schild nur in der Rückschau gesehen werden. Hier lassen Sie das Fahrrad stehen.

In **zahlreichen Kehren** führt der schmale Steig nun steil nach oben. Zu Beginn geht es durch Wald, doch bald wird es lichter und deutlich sonniger. Nach der **Friederalm** erreichen Sie etwa 100 Meter oberhalb eine **Quelle** (1700 m). Nach der Durchwanderung des **grasigen Südhanges** steht man wenig später auf dem Gipfel des **Friederspitze**. Ein leichter Pfad führt von hier aus nordseitig den Friederspitze hinab in eine grasige Senke. Die hier 90 verlorenen Höhenmeter und weitere 4, geht auf der anderen Seite wieder hinauf auf den Gipfel des Frieders.

Der Abstieg und Rückfahrt sind identisch dem Aufstieg und der Anfahrt.

### Unsere Empfehlung:

Nie mehr verlaufen - Wir empfehlen die kostenlose App "Zugspitz Region" u. a. mit GPX-Tracks zu allen Touren in der Region

### Sicherheitshinweise:

Im **Notfall** verständigen Sie bitte die nächstgelegene Rettungsleitstelle. Unabhängig vom Standort erreichen Sie diese deutschlandweit unter der **Telefonnummer 112**.

### Ausrüstung:

Willkommen in der **Naturpark Teststüb**! Bei uns kannst Du Wanderstöcke, Tagesrucksäcke, Kinderkraxen und Grödeln namhafter Hersteller ausgiebig testen, bevor Du Dich für einen Kauf entscheidest. Lass Dich von unserem Team beraten, um das bestmögliche Outdoor-Abenteuer zu erleben.

Unsere **Naturpark Teststüb** findest Du in den Touristinformationen **Bad Bayersoien** und **Bad Kohlgrub** und im **Drahtesel Verleih Lukas Spindler** in Oberammergau.

Mehr Informationen: [www.ammergauer-alpen.de/teststubn](http://www.ammergauer-alpen.de/teststubn)

### Tipp des Autors:

Inbesondere im Herbst ist der Ausblick vom Kuchelberggrat auf die farbigen Wälder ein wunderschönes Naturschauspiel.

### Anfahrt:

A95, B23 über Ettal und Graswang

### Parken:

**Parkplatz Fürstenweg, Graswang**

### Öffentliche Verkehrsmittel:

keine

### Karte/Karten:

Kartenmaterial erhalten Sie in den Tourist-Informationen vor Ort.

### Weitere Infos / Links:

Prospektmaterial ansehen und/oder bestellen

