

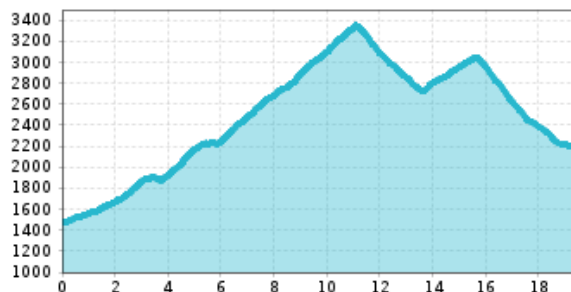


Wir starten in Ströden am letzten Ende des Virgentales in Osttirol und nicht wie bei der Hoch Tirolder meisten Leute im italienischen Ahrntal.

# Hoch Tirol plus: Etappe 1 Prägraten am Großvonediger- Essener-Rostocker-Hütte



## Altitude profile



## The most important at a glance

altitude meters uphill 2230 m	highest point 3348 m	distance 19.4 km	altitude meters downhill 1500 m
----------------------------------	-------------------------	---------------------	------------------------------------

difficulty  
difficult

starting point: Hinterbichl / Ströden  
 destination point: Essener-Rostocker-Hütte  
 best season: FEB, MAR, APR, MAY

Gpx file

Interactive map

[download>](#)

[open>](#)