



## Höhenprofil



## Das Wichtigste auf einen Blick

**Streckenlänge**  
15.9 km

**Höhenmeter Bergauf**  
1100 hm

**Höhenmeter Bergab**  
900 hm

**Gehzeit Gesamt**  
6:30 h

**Höchster Punkt**  
2100 m

**Schwierigkeit**  
Mittel

### Kondition:

\* \* \* \* \*

### Technik:

\* \* \* \* \*

### Öffentlicher Verkehr:

Mit der Linie 953 zur Haltestelle Maria Hilf Dorf

### Parken:

**Ausgangspunkt:**  
**Endpunkt:**  
**Beste Jahreszeit:**

Beim kleinen Kirchlein in Maria Hilf  
St. Jakob in Deferegggen - Maria Hilf  
Antholzersee  
JUN, JUL, AUG, SEP

## GPX Datei

## Interaktive Karte

[Download>](#)

[öffnen>](#)

## Beschreibung

Von Maria Hilf aus startend überquert man die Schwarzach in Richtung "Bruggen" bis man auf den Wanderweg Nr. 328 stößt, der vorbei an der Stadtn Mühle zu dem beeindruckenden Wasserfall führt. Erst vor kurzem wurde hier eine neue Aussichtsplattform errichtet, welche es nun erlaubt das tosend zu Tal stürzende Wasser des Maria-Hilfer-Wasserfalls aus nächster Nähe zu beobachten. Weiter geht es entlang des Stallerbachs über die Alpe Stalle hinauf zur Blindisalm. Diese liegt auf 1.894m Seehöhe und lädt zu einer Rast ein. Der Wanderweg Nr. 85 führt fortan über die Lappachalm hinauf bis zum Hirschbichl (2.141 m), eine historisch relevante Jägerstation. Über den Erlasboden geht es weiter in Richtung Staller Sattel. Nachdem wir die Passstraße erreicht haben, die das Defereggental mit dem Antholzertal verbindet, folgen wir dem Weg 113 über die Staller Alm zum idyllischen Obersee und weiter durch den nordseitig bis ans Ufer reichenden Zirbenwald bis zur Passhöhe des Staller Sattels.

Das Kriegerdenkmal am Passübergang erinnert an die enge Verbundenheit der beiden Täler, die nach dem 1. Weltkrieg durch die Teilung des Landes Tirol im Vertrag von Saint-Germain auf eine harte Probe gestellt wurde. Damals avancierte der Staller Sattel als Übergang zwischen Österreich und Italien zum Eldorado für Schmuggler. Bis heute sind viele Spuren und Erinnerungen an damals erhalten geblieben. Der Abstieg vom Staller Sattel erfolgt auf dem markierten Weg Nr. 11, der die Straßenserpentinien mehrfach kreuzt. Das Etappenziel, der Antholzer See, der ein Juwel aus türkisgrünem und kristallklarem Wasser ist, lädt zur Erholung und Erfrischung ein.