

Als „Wiege des alpinen Skilaufs“ wurde der Arlberg weltbekannt. Im Sommer ist das Gebiet bisher ein Geheimtipp für Bergliebhaber. Es ist also an der Zeit, sich hier zu Fuß auf eine Entdeckungsreise zu begeben. Die Region, in der die Berge der Verwallgruppe, des Lechquellgebirges und ein Teil der Lechtaler Alpen markant ineinander übergehen, ist von beeindruckender Vielfalt an alpinen Landschaften. Saftig grüne Alpwiesen, Felsen in unterschiedlichsten Farbtönen und Strukturen, Seen und Bäche, Schnee- und Firnfelder in den schattigen Hochtälern – auf deinen Wanderungen wirst du das alles entdecken können. Der Arlberg Trail verbindet alle fünf Arlbergorte Lech, Zürs, Stuben, St. Anton und St. Christoph, deren unterschiedlicher Charakter dich begeistern wird, in einer Rundtour. In drei Etappen und mithilfe von Seilbahnen erlebst du insgesamt bis zu 43 km Wanderwege in spektakulärer alpiner Landschaft. Täglich kannst du zwischen der Originalroute und weniger anspruchsvollen Alternativen wählen.

The Arlberg Trail - the mountains are calling

The Arlberg became world-famous as the „cradle of alpine skiing“ In summer, however, it remains an insider tip for mountain enthusiasts. It's time to explore this region by hiking. The area, where the mountains of the Verwall Group, the Lechquellen Mountains, and part of the Lechtal Alps merge dramatically, offers an impressive variety of alpine landscapes. Lush green alpine meadows, rocks in various colors and textures, lakes and streams, as well as snow and firn fields in the shaded high valleys – on your hikes, you will experience all of this. The Arlberg Trail connects all five Arlberg villages Lech, Zürs, Stuben, St. Anton, and St. Christoph in a circular route, each offering its own unique charm. Over three stages, and with the assistance of cable cars, you will experience up to 43 km of hiking trails through spectacular alpine landscapes. Every day, you can choose between the original route and less demanding alternatives:

ORIGINALROUTE (ANSPRUCHSVOLL) | ORIGINALROUTE (CHALLENGING)

MODERATE VARIANTE | MODERATE ROUTE

GEMÜTLICHE VARIANTE | EASY ROUTE

Unterkünfte & Gepäcktransport

Mit nur einer Buchung sicherst du dir alle Übernachtungen inklusive Gepäcktransport und Routenbeschreibungen. Bei unserem offiziellen Partner ASI Reisen stehen dir zwei Arlberg Trail Packages zur Auswahl.

Accommodation & luggage transport

With just one booking, you secure all overnight stays, including luggage transport and route descriptions. Our official partner, ASI Reisen, offers two Arlberg Trail packages for you to choose from.



ASI Reisen

Tipps für die Herausforderung Arlberg Trail

- > Informiere dich vor deiner Wanderung über Wegsperrungen und die aktuellen Bedingungen. Auch im Sommer muss man mit Altschneefeldern rechnen.
- > Der Arlberg Trail verläuft in hochalpinem Gelände. Bitte beachte stets die Wettervorhersage und wähle bei ungünstigen Wetterverhältnissen eine der Alternativrouten.
- > Bitte beachte die Öffnungszeiten der Bergbahnen und plane deine Wanderung dementsprechend. Oftmals empfiehlt es sich die erste Bergfahrt zu nehmen.
- > Die Tour kann ab St. Anton, Stuben oder Lech gestartet werden - idealerweise im Uhrzeigersinn

Tipps for the Arlberg Trail Challenge

- > Check for trail closures and current conditions before your hike. Even in summer, you may encounter old snowfields.
- > The Arlberg Trail runs through high-alpine terrain. Always check the weather forecast and choose an alternative route in case of unfavorable conditions.
- > Pay attention to the operating hours of the cable cars and plan your hike accordingly. It is often recommended to take the first ascent.
- > The tour can be started from St. Anton, Stuben or Lech - ideally in a clockwise direction.

Sicherheit am Berg | Safety on the mountains



Verhalten am Berg | Rules on Conduct on the mountains



LEGENDE | LEGEND

- |   |                                       |
|---|---------------------------------------|
| Startpunkt   Starting point               | Gondelbahn   Cable car                |
| Richtung   Direction                      | Sesselbahn   Chair lift               |
| Information   Information                 | Busverbindung   Bus connection        |
| Parkplatz   Parking                       | Speicherteich   Snow making reservoir |
| Bushaltestelle   Bus station              | Schlucht   Canyon                     |
| Übernachtungsmöglichkeit   Overnight stay | Berggipfel   Mountain summit          |
| Restaurant/Hütte   Restaurant/Hut         | Pass   Pass                           |

# Arlberg Trail Ticket

Mit dem Arlberg Trail Ticket werden die Bergbahnen entlang der Strecke zum Teil des Trails. Das Ticket ist für alle Bergbahnen entlang des Trails einmalig gültig. Es ist erhältlich an den Kassen der Galzig-, Rüfikopf- und Seekopfbahn.

With the Arlberg Trail Ticket, the cable cars along the route become part of the Trail. The ticket is valid once for all cable cars along the trail. It is available at the ticket offices of the Galzig, Rüfikopf, and Seekopf cable cars.

Erwachsene   Adults	Kinder   Children
€ 72,00	€ 40,00

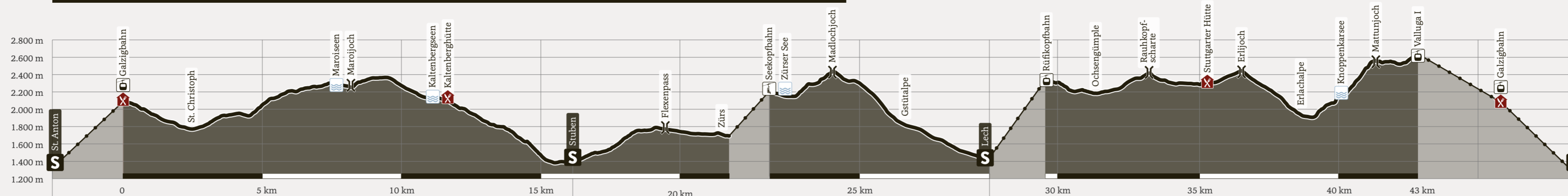
Rüfikopfbahn: 8:30 Uhr – 17:30 Uhr, 00. 30.  
Galzigbahn: 8:15 Uhr – 16:30 Uhr  
Valluga I: 8:30 Uhr – 16:10 Uhr  
Seekopfbahn: 9:00 Uhr – 17:00 Uhr

ORIGINALROUTE (ANSPRUCHSVOLL)  
ORIGINALROUTE (CHALLENGING)

MODERATE VARIANTE  
MODERATE ROUTE

GEMÜTLICHE VARIANTE  
EASY ROUTE

## GESAMTSTRECKE | OVERALL DISTANCE: ← ~ 43 km ↗ ~ 2.665 hm ↘ ~ 3.467 hm ⌚ ~ 20:00 h



### ETAPPE ST. ANTON - STUBEN

Nach der Bergfahrt auf den Galzig wanderst du mit Blick auf St. Christoph zum Berggeistweg, der dich in Serpentina zum Marojoch führt. Mit Ausblick ins Klostertal erreichst du die Kaltenberghütte, bevor der Abstieg über Wiesen und Moore, vorbei am Stubener See, nach Stuben führt.

After taking the „Galzigbahn“ cable car, you hike towards St. Christoph and follow the „Berggeistweg“ Trail, which leads in switchbacks up to the „Marojoch“ pass. With views into the Klostertal Valley, you reach the „Kaltenberghütte“ mountain hut, before descending past „Stubener See“ lake to Stuben.

- ⌚ Gehzeit | Hiking time: ~ 7:00 h
- ↔ Länge | Distance: ~ 16,1 km
- ↗ Aufstieg | Ascent: ~ 730 hm
- ↘ Abstieg | Descent: ~ 1.390 hm
- 🚠 Galzigbahn

### ETAPPE STUBEN - LECH

Von Stuben führt der Franz-Josef-Weg zum Flexenpass und weiter nach Zürs, wo die Seekopfbahn auf 2.212 m hinaufführt. Über den Zürsersee und eine Wollgrasebene erreichst du das Madlochjoch, bevor der Abstieg über die Gstättalpe nach Lech führt.

From Stuben, follow the „Franz-Joseph-Weg“ trail to the „Flexenpass“, then continue to Zürs, where the „Seekopfbahn“ cable car takes you up to 2,212 m. After crossing „Zürsersee“ lake and a cotton grass plain, ascend to „Madlochjoch“ pass, before descending over the Gstättalpe to Lech.

- ⌚ Gehzeit | Hiking time: ~ 6:00 h
- ↔ Länge | Distance: ~ 13,5 km
- ↗ Aufstieg | Ascent: ~ 695 hm
- ↘ Abstieg | Descent: ~ 1.165 hm
- 🚠 Seekopfbahn

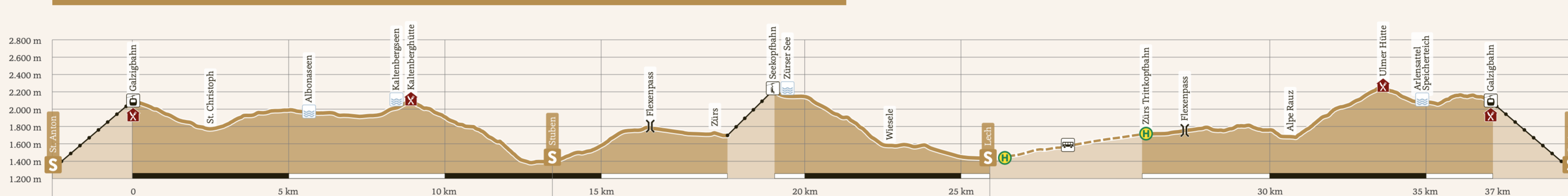
### ETAPPE LECH - ST. ANTON

Auf dem Rükopfbahn startest die anspruchsvolle Etappe des Arlberg Trails. Durch eine Hochmoorlandschaft und über die Rauhkopfscharte führt der Weg nach Tirol zur Stutgartener Hütte. Nach dem Abstieg zur Erlachalpe geht es bergauf am Knoppenkarsee vorbei zur Valluga I, die dich zusammen mit der Galzigbahn nach St. Anton bringt.

From Rükopf mountain, the most demanding stage begins, leading through high moorlands and over the „Rauhkopfscharte“ pass to „Stutgartener Hütte“ mountain hut. After descending to Erlachalpe, the trail ascends past „Knoppenkarsee“ lake to „Valluga I“ cable car, which brings you back to St. Anton.

- ⌚ Gehzeit | Hiking time: ~ 7:00 h
- ↔ Länge | Distance: ~ 13,4 km
- ↗ Aufstieg | Ascent: ~ 1.240 hm
- ↘ Abstieg | Descent: ~ 912 hm
- 🚠 Rükopfbahn (unbedingt erste Gondel nehmen!)  
Rükopfbahn (necessarily to take first cable car!)  
🚠 Valluga I und Galzigbahn (Achtung! Letzte Talfahrt beachten!)  
Valluga I and Galzigbahn (Attention! Please note the last descent!)

## GESAMTSTRECKE | OVERALL DISTANCE: ← ~ 37 km ↗ ~ 1.790 hm ↘ ~ 2.584 hm ⌚ ~ 14:00 h



### ETAPPE ST. ANTON - STUBEN

Die Tour startet mit der Galzigbahn, die dich auf 2.082 m Höhe bringt. Von dort wanderst du entlang des Paul-Bantlin-Wegs vorbei an den Albonaseen zur Kaltenberghütte, bevor der Abstieg über Wiesen und Moore zum Stubener See und schließlich nach Stuben am Arlberg führt.

The tour begins with the „Galzigbahn“ cable car, taking you up to 2,082 m. From there, you hike along the „Paul-Bantlin-Weg“ trail, past the „Albonaseen“ lakes, to the „Kaltenberghütte“ mountain hut before descending through meadows and moors to „Stubener See“ lake and finally to Stuben am Arlberg.

- ⌚ Gehzeit | Hiking time: ~ 4:30 h
- ↔ Länge | Distance: ~ 13,5 km
- ↗ Aufstieg | Ascent: ~ 482 hm
- ↘ Abstieg | Descent: ~ 1.145 hm
- 🚠 Galzigbahn

### ETAPPE STUBEN - LECH

Von Stuben führt die Tour über den Franz-Josef-Weg mit beeindruckenden Ausblicken auf die Flexengalerie zum Flexenpass. Die Seekopfbahn bringt dich zum Zürsersee auf 2.212 m, wo der Abstieg über das Wiesele nach Lech beginnt.

From Stuben, the trail follows the „Franz-Joseph-Weg“ trail with breathtaking views of the „Flexengalerie“ to the „Flexenpass“. The „Seekopfbahn“ cable car takes you up to „Zürsersee“ lake (2,212 m), from where the descent via „Wiesele“ to Lech begins.

- ⌚ Gehzeit | Hiking time: ~ 4:30 h
- ↔ Länge | Distance: ~ 12,5 km
- ↗ Aufstieg | Ascent: ~ 440 hm
- ↘ Abstieg | Descent: ~ 920 hm
- 🚠 Seekopfbahn

### ETAPPE LECH - ST. ANTON

Von Lech bringt dich der Bus zur Trittkopfbahn in Zürs. Entlang des Zürsbachs folgst du dem Gafri-Weg Richtung Alpe Rauz. Nach dem Anstieg zur Ulmer Hütte führt der Weg über den Arlensattel Speicherteich bergab zur Galzigbahn, die dich nach St. Anton bringt.

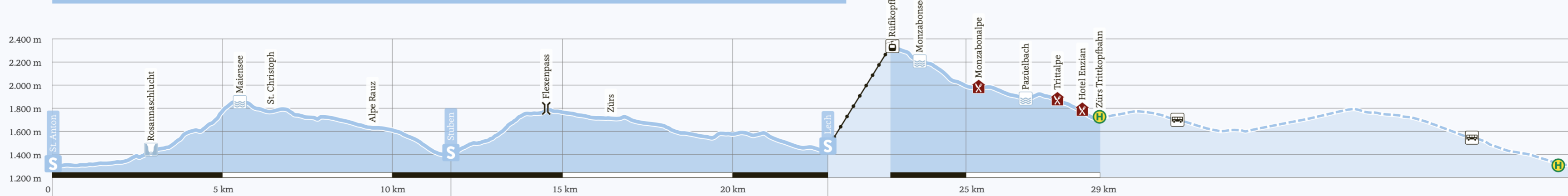
From Lech the bus takes you to „Trittkopfbahn“ cable car in Zürs. Following „Zürsbach“ creek, you take the „Gafri-Weg“ trail towards Alpe Rauz, then ascend to „Ulmerhütte“ mountain hut. From there, the trail descends past Arlensattel reservoir to the „Galzigbahn“ cable car, which takes you back to St. Anton.

- ⌚ Gehzeit | Hiking time: ~ 5:00 h
- ↔ Länge | Distance: ~ 11,0 km
- ↗ Aufstieg | Ascent: ~ 868 hm
- ↘ Abstieg | Descent: ~ 519 hm
- 🚌 Bus: 703, 750 oder 760
- 🚠 Galzigbahn

## Anfahrtsplan | Route map



## GESAMTSTRECKE | OVERALL DISTANCE: ← ~ 29 km ↗ ~ 1.192 hm ↘ ~ 1.650 hm ⌚ ~ 9:55 h



### ETAPPE ST. ANTON - STUBEN

Von St. Anton führt der Weg entlang der Rosanna ins Verwalltal und weiter ansteigend zum Maiensee. Mit Blick auf St. Christoph geht es in Richtung Passhöhe, von wo die Route entlang des Raubzaches weiter nach Stuben verläuft.

From St. Anton, follow the Rosanna river into the Verwall Valley, then ascend towards „Maiensee“ lake. With views of St. Christoph, the trail leads to the pass, then along „Raubzachel“ creek and through the „Raubzachel“ gorge to Stuben.

- ⌚ Gehzeit | Hiking time: ~ 4:00 h
- ↔ Länge | Distance: ~ 11,6 km
- ↗ Aufstieg | Ascent: ~ 610 hm
- ↘ Abstieg | Descent: ~ 526 hm

### ETAPPE STUBEN - LECH

Vom Ortszentrum Stuben geht es bis zu einem imposanten Wasserfall, bevor der Weg in Serpentina zum Flexenpass ansteigt. Anschließend führt die Route sanft bergab durch Zürs und entlang des Zürsbachs nach Lech.

The route begins in Stuben, passing an impressive waterfall, then ascending in switchbacks to the „Flexenpass“. From there, it descends gently through Zürs, following „Zürsbach“ creek to Lech.

- ⌚ Gehzeit | Hiking time: ~ 3:55 h
- ↔ Länge | Distance: ~ 11,1 km
- ↗ Aufstieg | Ascent: ~ 492 hm
- ↘ Abstieg | Descent: ~ 451 hm

### ETAPPE LECH - ST. ANTON

Von der Bergstation der Rükopfbahn führt der Weg bergab über den Monzabonsee, vorbei an der Monzabonalpe nach Zürs. Von hier gelangst du mit dem Linienbus 760 weiter bis nach St. Anton am Arlberg.

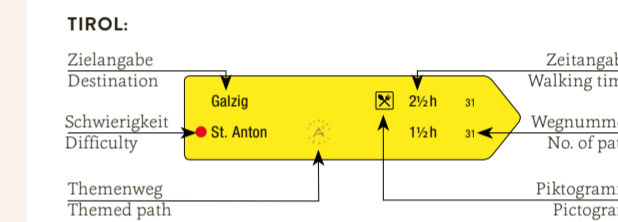
From the top station of the „Rükopfbahn“ cable car, the trail descends past „Monzabonsee“ lake and Monzabonalpe to Zürs. From there, you can take bus 760 to St. Anton am Arlberg.

- ⌚ Gehzeit | Hiking time: ~ 2:00 h
- ↔ Länge | Distance: ~ 6,3 km
- ↗ Aufstieg | Ascent: ~ 90 hm
- ↘ Abstieg | Descent: ~ 673 hm
- 🚠 Rükopfbahn
- 🚌 Bus: 760

# ARLBERG TRAIL

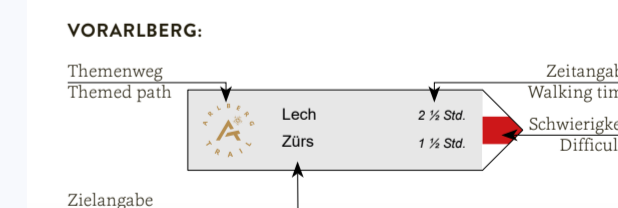


## Leitsystem | Sigange system



Alle Ziele ohne Farbpunkt sind leichte Wanderwege. All destinations without color dot are easy hiking paths.

- Mittelschwierige („rote“) Bergwege sind oft schmal und steil angelegt und können stellenweise ausgesetzt sein. Kurze versicherte Gehpassagen oder kurze Abschnitte, für die der unterstützende Gebrauch der Hände vorteilhaft ist, können enthalten sein. Diese Wege sollten nur von trittsichereren und ausdauernden Bergwanderern mit entsprechender Bergausrüstung und alpiner Erfahrung begangen werden.
- Red-marked Mountain Footpaths: Some rocky terrain, uneven footing and/or moderate slopes; short scrambles over rugged terrain with permanently fixed cables for protection should be expected. These paths require a reasonable fitness level and basic hiking gear.
- Schwierige („schwarze“) Bergwege sind schmal, großteils steil und ausgesetzt angelegt. Es können Kletterpassagen oder längere versicherte Abschnitte enthalten sein. Diese Wege sollten nur von trittsichereren, schwindelfreien, konditionsstarken und alpin erfahrenen Bergsteigern mit entsprechender Bergausrüstung begangen werden.
- Black-marked Mountain Footpaths: Singletrack with difficult footing and/or steep slopes on major portions of the section; difficult scrambles with steep drop-offs on all sides and permanently fixed cables for protection should be expected. Those paths should only be attempted by those who are sure footed, comfortable on unstable ground and have appropriate mountaineering skills, experience and hiking gear.



- ▶ LEICHT - GELB  
leicht begehbare Spazier- oder Wanderweg
- EASY - YELLOW  
easy-to-walk-path
- ▶ MITTELSCHWIERIG - ROT  
Bergwanderweg, Schuhe mit griffiger Sohle zu empfehlen
- MEDIUM - RED  
Mountain hiking trail, shoes with a grippy sole recommended
- ▶ SCHWIERIG - BLAU  
Alpines Steig für Wanderer mit Bergerfahrung, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit
- DIFFICULT - BLUE  
Alpine trail for hikers with mountain experience, sure-footedness, and a head for heights

© Arlberg Trail / Photo: Zuercher