

Die Rinnenspitze 3003m

3000er vor der Haustür

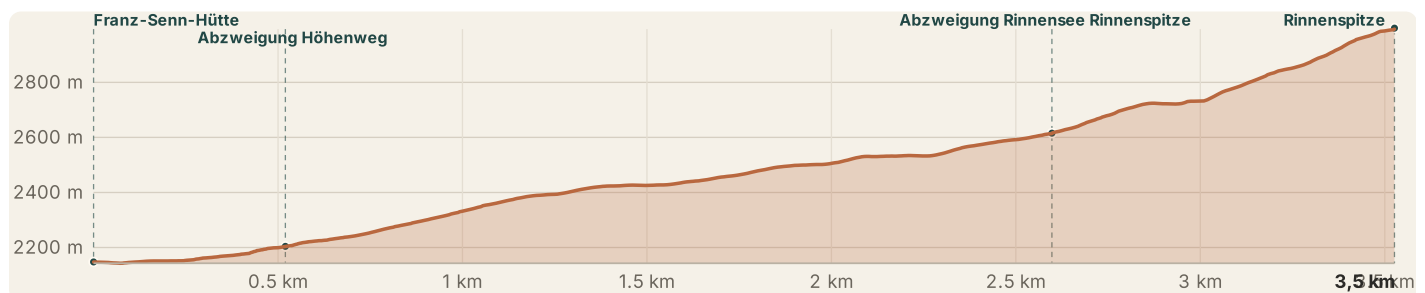
DAUER
3 hDISTANZ
3,5 kmAUFSTIEG
870 m
Abstieg 20 mHÖCHSTER
PUNKT
3000 m
ab 2150 mSCHWIERIGKEIT
Weg T3
SAC Wanderskala
(Franz-Senn-Hütte –
Abzweigung
Höhenweg)START / ZIEL
Franz-Senn-Hütte
Ziel: Rinnenspitze

Wegverlauf: Franz-Senn-Hütte 0,0 km, 2150 m – **Abzweigung Höhenweg** 0,5 km, 2200 m –
Abzweigung Rinnensee Rinnenspitze 2,6 km, 2620 m – **Rinnenspitze** 3,5 km, 3000 m



Karte · Tracklänge 3.5 km

Grundkarte: basemap.at



Höhenprofil

2143 m – 2997 m

Die Rinnenspitze ist die beliebteste Bergtour der Franz-Senn-Hütte und für viele der erste Dreitausender: ein markierter Steig bis unter den Gipfelaufbau, ein mit Stahlseilen entschärfter Ostgrat und oben ein fantastischer Rundblick über den Lüsener Ferner zum Lüsener Fernerkogel, hinüber zu Ruderhofspitze und Alpeiner Ferner und hinunter zum idyllischen Rinnensee. Gletscherkontakt gibt es keinen, Trittsicherheit und Schwindelfreiheit sind aber Pflicht.

Wegbeschreibung

■ **Franz-Senn-Hütte → Abzweigung Höhenweg**
 0,0–0,5 km · 0,5 km · ↑ 60 m ↓ 0 m · 15 min · Sommer · T3
 (SAC Wanderskala)

Hinter der Hütte über die Brücke des Alpeiner Bachs und gleich danach rechts auf den markierten Weg Richtung Starkenburger Hütte. Nach etwa 10 Minuten erreicht man die Abzweigung.

■ **Abzweigung Höhenweg → Abzweigung Rinnensee Rinnenspitze**

0,5–2,6 km · 2,1 km · ↑ 410 m ↓ 0 m · 1 h 10 min · Sommer · T2 (SAC Wanderskala)

Von der Abzweigung zunächst recht steil durch die Grashänge oberhalb der Hütte, dann gemäßigter über die sonnige, grasbewachsene Südseite stetig ansteigend; weiter oben wird der Weg steinig und quert Blockwerk, bleibt aber gut angelegt. Nach etwa 1 bis 1½ Stunden erreicht man auf rund 2600 m die Abzweigung zur Rinnenspitze (rechts).

■ **Abzweigung Rinnensee Rinnenspitze → Rinnenspitze**

2,6–3,5 km · 0,9 km · ↑ 400 m ↓ 20 m · 1 h 35 min · Sommer · T3 (SAC Wanderskala)

An der Abzweigung rechts weiter dem Weg Richtung Rinnenspitze folgen. Der Weg verläuft teils in Serpentin, teils über Blockwerk. Etwa bei 2935 m beginnt die Seilversicherung und führt bis zum Gipfel. Die Verwendung eines Klettersteigsets wird empfohlen.

<https://franzsennhuetten.at/touren/die-rinnenspitze-3003m> Stand 31.10.2026

Alle Angaben ohne Gewähr. Wetter, Verhältnisse und Lawinenlage selbst prüfen und die Tour eigenverantwortlich planen.