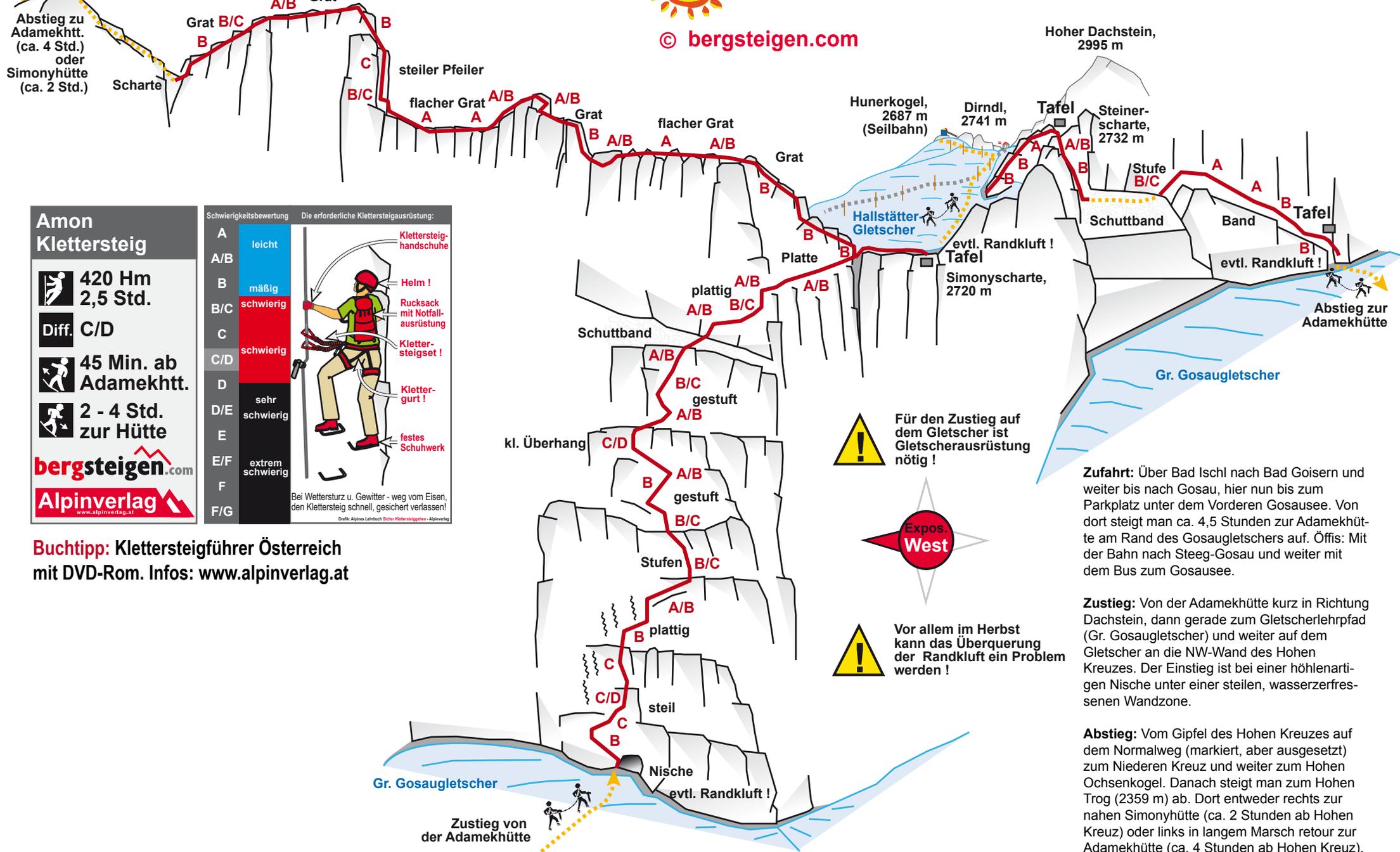


Hohes Kreuz, 2837 m  
 Abstieg zu Adamekhütte (ca. 4 Std.) oder Simonyhütte (ca. 2 Std.)



© bergsteigen.com



### Amon Klettersteig

420 Hm  
 2,5 Std.

Diff. C/D

45 Min. ab Adamekhütte.

2 - 4 Std. zur Hütte

bergsteigen.com

Alpinverlag

Schwierigkeitsbewertung	Die erforderliche Klettersteigausrüstung:
A	leicht
A/B	mäßig
B	mäßig
B/C	schwierig
C	schwierig
C/D	schwierig
D	sehr schwierig
D/E	sehr schwierig
E	sehr schwierig
E/F	extrem schwierig
F	extrem schwierig
F/G	extrem schwierig

- Klettersteighandschuhe
- Helm!
- Rucksack mit Notfallausrüstung
- Klettersteigset!
- Klettergurt!
- festes Schuhwerk

Bei Wettersturz u. Gewitter - weg vom Eisen, den Klettersteig schnell, gesichert verlassen!  
 Grafik: Alpinus Lehrbuch Sicher Klettersteigen - Alpinverlag

**Buchtip:** Klettersteigführer Österreich mit DVD-Rom. Infos: [www.alpinverlag.at](http://www.alpinverlag.at)

**Zufahrt:** Über Bad Ischl nach Bad Goisern und weiter bis nach Gosau, hier nun bis zum Parkplatz unter dem Vorderen Gosausee. Von dort steigt man ca. 4.5 Stunden zur Adamekhütte am Rand des Gosaugletschers auf. Öffis: Mit der Bahn nach Steeg-Gosau und weiter mit dem Bus zum Gosausee.

**Zustieg:** Von der Adamekhütte kurz in Richtung Dachstein, dann gerade zum Gletscherlehrpfad (Gr. Gosaugletscher) und weiter auf dem Gletscher an die NW-Wand des Hohen Kreuzes. Der Einstieg ist bei einer höhlenartigen Nische unter einer steilen, wassererfresenen Wandzone.

**Abstieg:** Vom Gipfel des Hohen Kreuzes auf dem Normalweg (markiert, aber ausgesetzt) zum Niederen Kreuz und weiter zum Hohen Ochsenkogel. Danach steigt man zum Hohen Trog (2359 m) ab. Dort entweder rechts zur nahen Simonyhütte (ca. 2 Stunden ab Hohen Kreuz) oder links in langem Marsch retour zur Adamekhütte (ca. 4 Stunden ab Hohen Kreuz).