

Karte „Radfahren in und um Oberstdorf“

Die Radkarte ist Dein idealer Tourenbegleiter. Denn jede Route wurde detailliert ausgearbeitet und weist auf besondere Schnittstellen hin, an denen „Zämed duss“ wortwörtlich gilt: sei es an Tageszeiten, an denen Strecken stärker frequentiert sind oder auf Wegstrecken, die durch Landschaftsschutzgebiete verlaufen.

- ♦ **Tourenvorschläge** für Familien, Genussradfahrer und E-Biker
- ♦ Erweiterungsvarianten mit steigendem Schwierigkeitsgrad
- ♦ Tipps zu Routenverlauf, Schnittstellen und **Ausflugszielen**
- ♦ **Höhenprofile** und Darstellung der Wegbeschaffenheiten
- ♦ Kennzeichnung des Naturschutzgebiets Allgäuer Hochalpen
- ♦ **Detaillierte Kartenansicht** und Kennzeichnung der Routen

Die hier abgebildeten Touren sind nur ein kleiner Vorschmack. In der Radkarte findest Du Kartenausschnitte und eine Übersichtskarte, die ideale Hilfsmittel für die Planung Deiner Radtour rund um Oberstdorf sind.

herausgegeben vom
AVA-Agrar Verlag Allgäu GmbH
87437 Kempten

Maßstab
1:30.000

Preis
9,90 Euro

Verkaufsstellen

- ♦ Tourist-Informationen Oberstdorf
- ♦ Örtliche Buchhandlungen
- ♦ Urlaubsshop von oberstdorf.de

Bestellung
AVA-Agrar Verlag Allgäu GmbH
T 0831 571 42 - 13 | **W** ava-verlag.de



INFORMATIONEN UND KONTAKT

Tourismus Oberstdorf
Prinzregenten-Platz 1 | 87561 Oberstdorf
T +49 8322 7000 | **M** info@oberstdorf.de
oberstdorf.de

Alle Angaben ohne Gewähr. Änderungen vorbehalten. Stand: Juni 2026

♻️ Druckprodukt | CO₂-e-bilanziert und -ausgeglichen
www.natureOffice.com/DE-275-PZ7ASA1



Bewahre das Miteinander

Oberstdorf ist ein Naturparadies und ideal für sportliche Aktivitäten. Jedes Jahr begeistern sich neue Besuchende für den vielfältigen Urlaubsort. Um die Natur zu bewahren und Spaß an der Bewegung zu haben, ist es wichtig, einige Grundregeln zu beachten. Das Rezept dafür ist einfach:

- 1. Rücksicht nehmen**
Es gilt „Share the trail“, also die Wege mit anderen zu teilen.
- 2. Freundlich sein**
Gerne kann man die Menschen, denen man begegnet, grüßen. Freundlichkeit kommt beim Gegenüber immer gut an. Um sich bemerkbar zu machen, kann man freundlich rufen und sich auch danach bedanken.
- 3. Vortritt lassen**
Gerade auf engen oder stark frequentierten Wegen ist es ratsam, aufeinander zu achten, als Radfahrende abzustiegen und einander vorbei zu lassen.
- 4. Die Natur schützen**
Wir sind gerne gemeinsam draußen unterwegs – deshalb ist es wichtig, die Natur achtsam zu schützen und zu bewahren. Darum gilt: immer den Müll mitnehmen, einen nachhaltigen Umgang mit der Natur pflegen, markierte Wege nicht verlassen, keine unnötigen Drifts und Bremsungen. Dass natürlich auch die Viehgatter immer geschlossen werden, versteht sich von selbst.
- 5. Ausgewiesene Wege nutzen**
Gerade im Natur- und Landschaftsschutzgebiet, in dem sich 75 Prozent der Grundfläche von Oberstdorf befindet, ist es wichtig, nicht von den ausgewiesenen Wegen abzuweichen.

Egal mit welchem Bike!
Ob mit Mountainbike, Rennrad, Gravelbike oder dem E-Bike, rund um Oberstdorf findest Du Deine perfekte Tour. Weitere Touren unter **oberstdorf.de/rad-bike**



ZEICHENERKLÄRUNG

- Rad**
Du legst auf genussvolle Touren bis max. 20 km Wert ohne viele Höhenmeter (max. 250 hm) und ohne technische Schwierigkeiten.
- Gravel**
Graveln ist eine Mischung aus Rennrad-Feeling und Offroad-Fahren. Du bist erfahren im Rennradfahren/Mountainbiken und schätzt die Kombination beider Fahrstile. Neben dem Naturerlebnis suchst Du die sportliche Herausforderung – selbst auf steileren Passagen, unbefestigten Wegen und abseits asphaltierter Straßen.
- MTB**
Du bist geübter im Radfahren/Mountainbiken und magst neben dem Naturerlebnis die sportliche Herausforderung. Du beherrschst das Fahrrad auch in steilerem Gelände sowie außerhalb asphaltierter Straßen.
- E-Bike**
Du kombinierst Genuss und sportliche Herausforderungen mit einer elektronischen Unterstützung und passt dabei Dein Fahrkönnen an die Geschwindigkeit an. Du kennst die besonderen Eigenschaften eines E-Bikes, speziell im Bergabfahren und sitzt regelmäßig im Sattel.

- Techniklevel E-Bike**
- ♦ **einfach:** keine besonderen Schwierigkeiten
 - ♦ **mittelschwer:** steile und kurvenreiche Straßen
 - ♦ **anspruchsvoll:** steile Abfahrt auf teils unbefestigter Fahrbahn (bis 20 %)
 - ♦ **sehr anspruchsvoll:** extrem steile und kurvenreiche Abfahrt (ab 20 %)

ASPHALT SCHOTTER KIESWEG WALD- + WIESENWEG

RADVERLEIH, TOUREN UND ZUBEHÖR

In Oberstdorf gibt es eine große Auswahl rund um das Thema Rad: Radverleih, Radtourenanbieter und Zubehör.

- Geführte Bike Touren & Verleih**
E-Bike oder MTB
- ♦ **Alpensport Oberstdorf / Neue Skischule**
Nebelhornstraße 61 | **T** 08322 3372 | **W** alpensportoberstdorf.de
 - ♦ **BERGSPORT JA** Nur Bike Touren!
Pfarrstraße 3 | **T** 08322 9874047 | **W** bergsportja.de
 - ♦ **NTC Sports**
Nebelhornstraße 67e | **T** 08322 989601 | **W** ntc-oberstdorf.de
 - ♦ **Zweirad Center Hasselberger** Nur Verleih!
Bahnhofplatz 1c | **T** 08322 4467 | **W** zweiradcenter-oberstdorf.de

Bilder: Tourismus Oberstdorf/Frithjof Kjer Photography

OB ERST DORF



Radfahren

Ausgewählte Touren aus der Radkarte in und um Oberstdorf



1

Trettachtal

1100 m

1000 m

900 m

800 m

Start 1b

5 km

10 km

Länge: 15,1 km

Höhenmeter: 259 m

min. Höhe: 810 m

max. Höhe: 1.004 m

QR

Länge: 15,1 km

Höhenmeter: 259 m

min. Höhe: 810 m

max. Höhe: 1.004 m

Kurzbeschreibung:

Mühlenbrücke – Café Jägerstand – Gruben – Dietersberg – Christlessee – Spielmannsau – Alpe Oberau – zurück über Golfplatz

Zämed Duss!

Insbesondere der Bereich zwischen Gruben und Gottenried wird tagsüber sehr stark von Wandern den frequentiert. Wir empfehlen daher die Benutzung am frühen Vormittag. Bitte halte Dich an die empfohlenen Fahrtrichtungen, die in der Karte eingezeichnet sind.

Tip:

Wer auf sportliches Fahren Wert legt, sollte die Strecke über den Burgstallsteig und den Christlessee für den Hin- und Rückweg wählen, da hier weniger Personen zu Fuß unterwegs sind.

Kondition: einfach

Technik: einfach

1b

Variante Dietersbachtal

1400 m

1300 m

1200 m

1100 m

1000 m

900 m

2,5 km

5 km

7,5 km

10 km

Länge: 10,3 km

Höhenmeter: 538 m

min. Höhe: 902 m

max. Höhe: 1.328 m

1+1b: 25,4 km/797 hm

QR

Länge: 10,3 km

Höhenmeter: 538 m

min. Höhe: 902 m

max. Höhe: 1.328 m

1+1b: 25,4 km/797 hm

Kurzbeschreibung:

ab Dietersberg – Gerstruben – Alpe Dietersbach

Achtung!

Der Anstieg nach Gerstruben ist stellenweise sehr steil. Insbesondere E-Biker sollten unbedingt an den Rückweg denken und die Geschwindigkeit bergab ihrem Können anpassen.

Zämed Duss!

Die Wanderwege im Bereich Dietersberg und Dietersbachtal werden stark von Wandern den frequentiert. Bitte fahre rücksichtsvoll!

Kondition: mittelschwer

Technik: anspruchsvoll

Kondition: mittelschwer

Technik: mittelschwer

Kondition: mittelschwer

Technik: anspruchsvoll

2

Stillachtal

1100 m

1000 m

900 m

Start 2c

5 km

10 km

15 km

Start 2a+2b

Länge: 18,2 km

Höhenmeter: 216 m

min. Höhe: 804 m

max. Höhe: 968 m

QR

Länge: 18,2 km

Höhenmeter: 216 m

min. Höhe: 804 m

max. Höhe: 968 m

Kurzbeschreibung:

Lorettokapellen – Renksteg – Stillachdamm (ostseitig) Skiflugschanze – Fellhornbahn – Birgsau – Alpe Eschbach

Zämed Duss!

Wir empfehlen auf den Wanderweg zwischen der Fellhornbahn Talstation und der Alpe Eschbach zu verzichten und auf die parallel führende, für den öffentlichen Verkehr gesperrte, Talstraße auszuweichen. Zu viele Personen, die zum Wandern unterwegs sind, machen sportliches Fahren hier unmöglich!

Tip:

Plane bei gutem Wetter einen Abstecher über den Weiler Schwand zum Freibergsee ein.

Kondition: einfach

Technik: einfach

5

Rohrmoostal

1300 m

1200 m

1100 m

1000 m

900 m

800 m

700 m

5 km

10 km

15 km

20 km

25 km

Länge: 29,2 km

Höhenmeter: 791 m

min. Höhe: 785 m

max. Höhe: 1.264 m

QR

Länge: 29,2 km

Höhenmeter: 791 m

min. Höhe: 785 m

max. Höhe: 1.264 m

Kurzbeschreibung:

Nördlichster Kreisverkehr (Anfahrt Oberstdorf) – Tiefenbach – Alpenrose – Rohrmoostal – Rohrmoos – zurück über die Alpe Osterberg – um den Engenkopf – Breitachklamm

Achtung!

Auf dem finalen Anstieg zur Alpe Osterberg und auf der Abfahrt von der Alpe Dornach nach Tiefenbach sind steile Wegabschnitte zu überwinden. Übung empfehlenswert!

Tip:

Am Weiler Rohrmoos vorbei sind es nur wenige Fahrminuten bis zur europäischen Wasserscheide (Rhein/Donau).

Kondition: mittelschwer

Technik: einfach

Kondition: mittelschwer

Technik: einfach

Kondition: einfach

Technik: mittelschwer

Die schöne Tour ins malerische Trettachtal lockt verheißungsvoll mit einem beeindruckenden Bergpanorama und dem kristallklaren Christlessee. Die Trettachspitze immer im Blick, führt diese Radtour zum imposanten Talschluss.

Von der Mühlenbrücke aus geht es entlang der Trettach über das Café Jägerstand nach Gruben. Dabei immer im Blick: die markante Trettachspitze, die dem Fluss und dem Trettachtal als Namensgeberin dient. Vom Café Gruben aus geht es weiter nach Dietersberg. Sonntig führt die Tour am Berggasthof Riefenkopf und dem Mummee-Stüble vorbei, bevor der Fluss sowie die Fahrstraße nach Spielmannsau in Richtung Christlessee überquert werden. Vom See aus führt die Tour weiter nach Süden, bis der Weiler Spielmannsau erreicht wird. Nur noch 500 m geht es weiter in südliche Richtung ins Trettachtal hinein bis zur Sennalpe Oberau. Bei einer deftigen Brotzeit werden die Energiereserven wieder aufge tankt, bevor es auf den Rückweg über den Golfplatz nach Oberstdorf geht.

Vom Dietersberg aus geht es bei dieser Tourenvariante über das historische Bergbauerndorf Gerstruben bis ans Ende des Seitentals zur Alpe Dietersbach.

Rund 250 Höhenmeter müssen auf diesem etwa 2 km langen, teils steilen Anstieg bewältigt werden. Oben im denkmalgeschützten Bergdorf angekommen, geht es vorbei an alten Bauernhäusern und einer kleinen Kapelle weiter hinein ins Tal.

Die Strecke führt nun über eine etwas holprige Schotterstraße. Majestätisch thronen dabei die Gipfel der Höfats über allem. Dieser Oberstdorfer Grasberg ist bekannt für seine vier markanten Gipfel, die sich gerade in den Himmel strecken.

Nach etwa 3 Kilometern ist die Alpe Dietersbach – das Ziel der Tour – erreicht.

Entlang der Stillach, den Blick stets auf die markanten Gipfel des Allgäuer Hauptkamms gerichtet, ist das sonnige Stillachtal ein ausgezeichnetes Ziel für alle Radbegeisterten.

An den Lorettokapellen beginnt die gemütliche Radtour, bald schon ist der Renksteg und das Nordic Zentrum Oberstdorf/Allgäu erreicht. Weiter führt die Tour am Stillachdamm entlang, bis das erste große Highlight der Strecke erreicht wird: die Skiflugschanze Oberstdorf. Nun geht es, dem Fuß- und Radweg folgend, weiter ins Tal hinein, bis zur Talstation der Fellhornbahn. Ab hier ist die Fahrstraße für den öffentlichen Verkehr gesperrt, trotzdem muss auf vorbeifahrende Linienbusse geachtet werden. Vorbei am Weiler Birgsau geht es noch weiter hinein ins Tal, und schon ist das Tagesziel – die urige Alpe Eschbach – erreicht.

Das Stillachtal bietet mit der Variante in das Rappental auch für sportlich ambitionierte Radfahrer puren Radgenuss. Die detaillierte Beschreibung dazu findest Du in der Radkarte.

Zahlreiche Highlights locken auf dieser Radtour in das bekannte Tiefenbacher Seitental. Neben der alten Holzkapelle St.-Anna, einer europäischen Wasserscheide und der tiefsten Schlucht Mitteleuropas, bieten sich den Radfahrern grandiose Talblicke.

Vom nördlichen Ortsausgang Oberstdorfs verläuft die Strecke parallel zur Bundesstraße B 19 bis zur Breitachbrücke. An der Brücke führt der Radweg nach links in Richtung Tiefenbach. Im Tiefenbacher Ortskern angekommen, biegt die Radtour nach der Tourist-Information Alpenrose links in Richtung Rohrmoostal ab. Über gute Wege geht es in das ursprüngliche Tal. Zurück führt der Weg südlich der Starzach in Richtung Osterbergalpe. Bei dem Anstieg auf 1.263 m Höhe geht es steil bergauf. Deshalb ist hier und auf der späteren Abfahrt von der Alpe Dornach nach Tiefenbach entsprechendes Fahrenkönnen notwendig. Von der Alpe Osterberg geht es um den Engenkopf herum, über die Alpe Dornach, bis zum Eingang der Breitachklamm. Über Tiefenbach führt die Radtour schließlich wieder zurück zum Ausgangspunkt.