

Kategorien: [Klettergebiet](#) Bayerische Alpen Bayerische Voralpen

## Sebaldstein, Sportkletterperle im Rotwandgebiet

14.09.2025 von Markus Stadler



Sebaldstein-Ostwand

Interessantes Sportklettergebiet in idyllischer alpiner Lage

Der Sebaldstein liegt direkt gegenüber der Westwand der Ruchenköpfe. Die etwa 100 m breite und bis zu 50 m hohe Wand besteht aus kompaktem, teils wassererzessenem Kalk. Im zentralen und rechten Teil ist die Wand senkrecht bis überhängend und sehr geschlossen. Hier bieten nur einige wenige Riss- und Verschneidungslinien moderatere Schwierigkeiten im 6. bis 7. Grad. Ansonsten herrscht technisch anspruchsvolle Kletterei in den oberen Schwierigkeitsgraden vor. Wer technisch anspruchsvolle Routen im 8. bis 10. Grad mag findet hier eine absolute Perle der Voralpen, die den aufwändigen Zustieg mehr als wert ist. Als Stützpunkt bietet sich das nahe gelegene [Rotwandhaus](#) an, das etwa 20 - 30 Minuten Fußmarsch entfernt ist.

Anfahrt

ÖPNV: Die Oberlandbahn hält auf der Strecke Miesbach-Bayrischzell in Schliersee und in Geitau. Von Schliersee fahren regelmäßig Busse zum Spitzingsee.

PKW: Von München kommend über die A8 bis Weyarn und über Miesbach und Schliersee zum Spitzingsee oder nach Geitau. Von Rosenheim über Bad Feilnbach, Hundham und Fischbachau dorthin.

Zustiege

1. Vom Spitzingsee zu Fuß: Vom Südenende des Sees über eine Fahrstraße (anfangs geteert) immer der Ausschilderung zum Rotwandhaus folgend (besser mit MTB, zwei längere Steilstücke vor und an der Wildfeldalm), ca. 1,5 h. Vom Haus dem Wanderweg nach Osten hinab zur Kämpfelscharte folgen und weiter abwärts in Richtung Großtiefentalalm, bis der Weg nahe am nördlichen Ende des Sebaldstein vorbeiführt. Von hier in wenigen Metern zu den ersten Routen am untersten Eck der Ostwand. (15 Min. vom Rotwandhaus).

2. Vom Spitzingsee mit der Taubensteinbahn zur Bergstation. Über Kleintiefental-Alm und Miesingsattel bis zur Einmündung in den Weg, der von der Großtiefentalalm heraufkommt. Nun ca. 2 Min. dorthin absteigen und vom Weg rechts abzweigen auf Steigpuren ums Eck an die Ostwand (ca. 45 Min. von der Bergstation).

3. Mit dem Bike von Geitau: Zuerst flach am Segelflugplatz vorbei zur Mieseiben-Diensthütte. Abzweigungen rechts werden

ignoriert, man verlässt den Wald bei der Untersteilenalm (1180 m). Bis hierher ist das Radeln auch ohne Motor für einen halbwegs fiten Kletterer gut zumutbar (ca. 45 Minuten vom Bahnhof). Nun wird die Straße langsam etwas steiler und spätestens das letzte Stück von der Schellenbergalm zum Soimsee (1459 m) erfordert sehr kräftige Wadln (bzw. wer Kletterausrüstung dabei hat und nachher noch klettern möchte, schiebt besser). Nun am See entlang nach rechts wieder flach zur Großtiefentalalm. Vom Bahnhof sollte man ohne Motor bis hierher ca. 1 ¼ bis 1 ½ h rechnen. Man folgt nun dem Wanderweg in Richtung Rotwandhaus bis vor die Nordwand des Sebaldsteins, wo Pfadspuren nach links zur Wand abzweigen (15 Min. von der Großtiefentalalm).

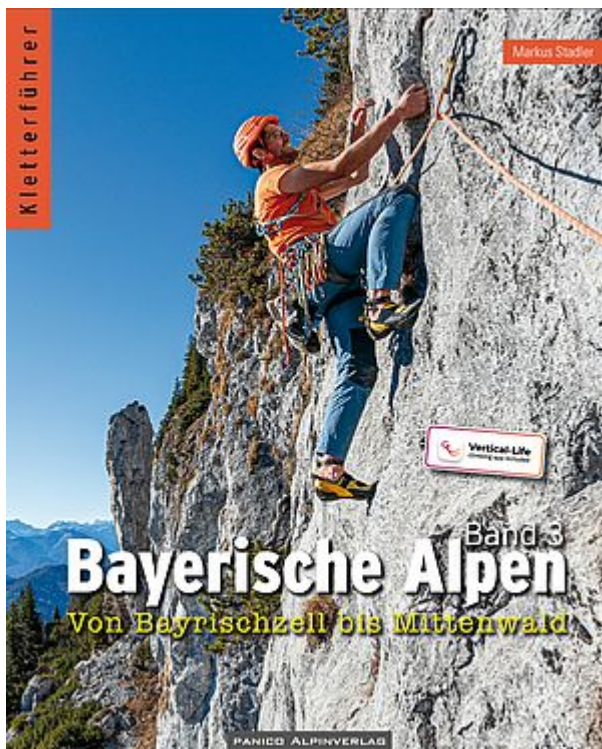
#### Kletterführer

Der [Kletterführer Bayerische Alpen Band 3 - Bayrischzell - Mittenwald](#) beschreibt die Kletterrouten am Sebaldstein aktuell und ausführlich.

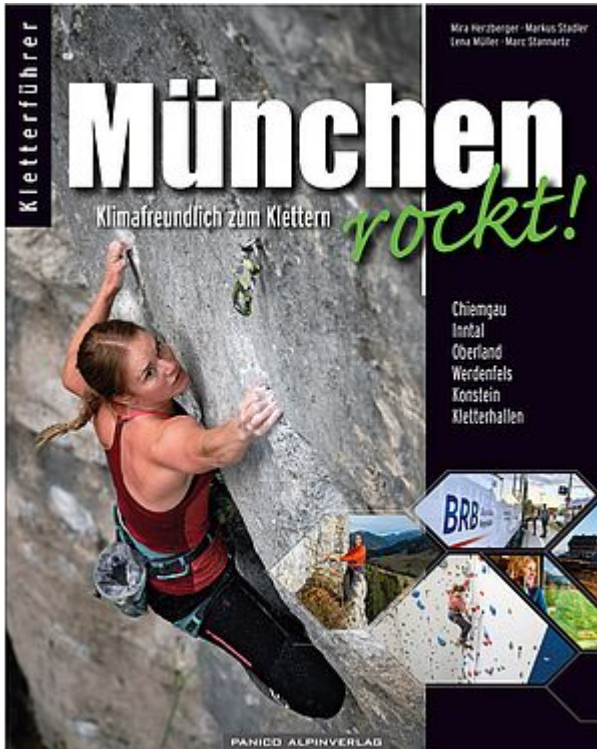
Ein Großteil der Routen wird zudem im [Kletterführer München rockt](#) beschrieben, der einen besonderen Fokus auf die Anreise mit Öffentlichen Verkehrsmitteln hat. Allerdings sind die Informationen hier schon etwas älter und es sind einige neue Routen hinzugekommen bzw. wurden Projekte inzwischen geklettert.

Wer einen Fehler entdeckt oder eine neue Route klettern konnte oder einen anderen Hinweis für den Autor oder die Leser des Buches hat, schickt mir am besten eine E-Mail.

### Bayerische Alpen Band 3: Kletterführer Bayerischzell bis Mittenwald



## München rockt! Klimafreundlich zum Klettern



Ähnliche Beiträge

## Ruchenköpfe, Klettern über dem Soinsee



## Klettern an Ruchenköpfen und Sebaldstein



## Taubenstein, Spitzingsee



## Klettern Sebaldstein, Rotwandgebiet, Mangfallgebirge



## Krettenburg



