

INHALT

| | |
|--|-----|
| Vorwort | 5 |
| Tourenauswahl | 8 |
| Anforderungen | 10 |
| Gefahren | 12 |
| Ausrüstung | 14 |
| Verpflegung und Trinkwasser | 15 |
| Unterkunft | 16 |
| Karten | 17 |
| Beste Jahreszeit | 18 |
| 1 Rätikon-Höhenweg Grenzgang zwischen Prättigau und Montafon | 20 |
| 2 Durch die Silvretta Das Montafon von seiner schönsten Seite | 26 |
| 3 Hauptkamm der Allgäuer Alpen Mit Heilbronner Weg und Jubiläumsweg | 32 |
| 4 In den Lechtaler Alpen Abwechslungsreiche Rundtour von Gramais | 40 |
| 5 Große Karwendel-Durchquerung Von Pertisau nach Mittenwald | 46 |
| 6 Durch Zahmen und Wilden Kaiser Über Pyramidenspitze und Scheffauer | 54 |
| 7 Rund um den Königssee Nationalpark Berchtesgaden | 60 |
| 8 Rund um den Gosaukamm Ein Wochenende im Dachstein | 66 |
| 9 Schladminger Schmankerl An den Fuß des Hochgolling | 70 |
| 10 Venediger-Höhenweg Durch den Nationalpark Hohe Tauern | 76 |
| 11 Lasörling-Höhenweg Kleinod südlich des Virgentals | 86 |
| 12 Berliner Höhenweg Durch die Zillertaler Alpen | 92 |
| 13 Durch die Pfunderer Berge In den südlichen Zillertaler Alpen | 102 |
| 14 Stubaier Höhenweg Rund um Neustift | 108 |

| | |
|--|-----|
| 15 Pflerscher Höhenweg Von St. Anton im Pflerschtal | 118 |
| 16 Rund um den Kaunergrat Von Feichten zum Gepatschhaus | 124 |
| 17 Wochenendtour im Bergell Hoch über dem Val Bondasca | 130 |
| 18 Sentiero delle Orobie Orientale Durch die Bergamasker Alpen | 134 |
| 19 Durch die Berninagruppe Im »Festsaal der Alpen« | 142 |
| 20 König Ortler Von Sulden nach Trafoi | 148 |
| 21 Sentiero Adamello Von Temù nach Locanda Gaver | 152 |
| 22 Bocchette-Wege Klettersteig-Runde in der Brentagruppe | 162 |
| 23 Durchquerung der Lagoraigruppe Unbekanntes Trentino | 170 |
| 24 Rosengarten-Runde In den westlichen Dolomiten | 178 |
| 25 Naturpark Puez-Geisler Von Campill | 182 |
| 26 Dolomiten-Höhenweg Nr. 1 Klassiker zwischen Pragser Wildsee und Belluno | 186 |
| 27 Im Banne der Drei Zinnen Von Sexten nach Misurina | 200 |
| 28 Karnischer Höhenweg Entlang dem Karnischen Hauptkamm | 206 |
| 29 Durch die Kreuzeckgruppe Einsame Gipfel über dem Drautal | 218 |
| 30 Durch die Ankogelgruppe Rund um Mallnitz | 224 |
| 31 Durch die Julischen Alpen Über den Triglav ins Sieben-Seen-Tal | 232 |
| 32 Durch die Steiner Alpen Dem Balkan ganz nah | 238 |
| Stichwortverzeichnis | 242 |