

Der GR 5

Reise-Infos von A bis Z

Die französischen Westalpen

Tourenvorbereitung

Der GR 5 in sechs Teiletappen

Index

INHALT

Der GR 5 11

Die Fédération Française de la Randonnée Pédestre (FFRP), Der GR 5	12
Wegmarkierung	15
Wegezustand	17

Reise-Infos von A bis Z 18

Anfahrt zu günstig gelegenen Talorten	19
Aufstiegshilfen, Bergrettung	24
Geld	25
Kartenmaterial	26
Literatur, Medizinische Versorgung, Post und Telekommunikation	29
Die Rucksack-Apotheke	30
Touristikinformationen	31
Unterkunft	34
Zoll	37

Die französischen Westalpen 38

Die National- und Regionalparks der Westalpen	39
Fauna	44
Flora	46
Geologie	48
Klima	52

Tourenvorbereitung 57

Anforderungen, Tourenplanung	58
Ernährung	60
Getränke	63
Reisezeit	65
Meteorologie, Verhaltensregeln	67

1. Teiletappe:**Von St. Gingolph nach Les Houches 70****2. Teiletappe:****Von Les Houches nach Landry 84****3. Teiletappe:****Von Landry nach Modane 94****4. Teiletappe:****Von Modane nach Ceillac 113****5. Teiletappe:****Ceillac nach St. Étienne-de-Tinée 129****6. Teiletappe:****St. Étienne-de-Tinée nach Nizza 139****Index****155**