

Inhalt

Vorwort	2
Allgemeine Hinweise	6
Die Gebiete im Überblick	9
1 Pfänder, 1064 m	
Rundtour über den Kanzelfelsen	14
2 Staufen, 1465 m	
Teilrunde über Schuttannen	17
3 First und Hohe Kugel, 1645 m	
Rundtour über den Treietpass	20
4 Hoher Freschen, 2004 m	
Aus dem Laternser Tal auf dem Garnitzaweg	23
5 Hohes Känzele, 635 m	
Rundtour von Feldkirch	26
6 Kuhspitze und Hüttenkopf, 1976 m	
Rundtour über die Tälispitze	28
7 Falvkopf, 1849 m	
Teilrunde von Blons	32
8 Brüggelekopf, 1182 m	
Rundtour über Kaltenbrunnen	34
9 Hochälpelekopf, 1464 m	
Rundtour vom Bödele	36
10 Hittisberg, 1328 m	
Rundtour über den Westgipfel	38
11 Winterstaude und Bullerschkopf, 1877 m	
Rundtour über den Tristenkopf	40
12 Guntenkopf und Mörzelspitze, 1830 m	
Teilrunde mit Besuch der Hangspitze	44
13 Kanisfluh, 2044 m	
Über die Feuersteinalpe	48
14 Elsenkopf und Damülser Mittagspitze, 2095 m	
Rundtour mit Hochblanken und Portlahorn	50
15 Steinmandl und Grünhorn, 2039 m	
Teilrunde durch das Subersachtal	54
16 Guntlespitze und Üntschen spitze, 2135 m	
Rundtour durch das Schrecksbachtal	59

17	Höferspitze, 2131 m Südaufstieg von Schröcken	62
18	Annalper Joch, 1997 m Rundtour über die Annalpe	65
19	Hochkünzelspitze, 2397 m Nordroute über die Oberschalzbachalpe	68
20	Mohnenfluh, 2542 m Von Schröcken auf dem Geislanger Steig	71
21	Zafernhorn, 2107 m Rundtour vom Faschinajoch	74
22	Glattmar, 1930 m Teirlunde von Stein	76
23	Braunarlspitze, 2649 m Rundtour von der Metzgertobelalpe	78
24	Hoher Frassen, 1979 m Rundtour aus dem Großen Walsertal	82
25	Rote Wand, 2704 m Über die Laguzalpe	84
26	Roggelskopf, 2284 m Von Braz auf dem Masonweg	88
27	Warther Horn und Karhorn, 2416 m Überschreitung von Nord nach Süd	92
28	Spuller Schafberg, 2679 m Rundtour von Lech	96
29	Mahdlochspitze, 2546 m Rundtour über den Zürser See	100
30	Erzberg, 2297 m Vom Flexenpass	103
31	Westlicher und Östlicher Maroikopf, 2529 m Teirlunde über die Alpe Albona	105
32	Zwölferkopf und Davennaspitze, 1881 m Von Lorüns über Valleu	108
33	Kreuzjoch und Zamangspitze, 2395 m Teirlunde über die Wormser Hütte	111
34	Lobspitze, 2605 m Teirlunde aus dem Silbertal	114

35	Grappeskopf, 2206 m Über Sasarscha	118
36	Gurtisspitze, 1778 m Rundtour von Gurtis	121
37	Naafkopf, 2571 m Zweitägestour durch das Gamperdonatal	124
38	Mondspitze und Schillerkopf, 2006 m Rundtour über die Furkla-Alpe	129
39	Großer Valkastiel, 2449 m Über die Sarotlahütte	132
40	Schesaplana, 2965 m Zweitägestour über die Oberzalimhütte	136
41	Saulakopf, 2517 m Von Vandans über die Heinrich-Hueter-Hütte	140
42	Tschagggunser Mittagspitze, 2168 m Rundtour von Grabs	144
43	Kreuzjoch und Kreuzspitze, 2351 m Mit Geißspitze von der Bergstation Golm	147
44	Sulzfluh, 2818 m Zweitägestour durchs Gampadelstal	150
45	Riedkopf, 2552 m Teirlunde über den Gafiersee	154
46	Vorderberg, 2553 m Durch das Vergaldatal	157
47	Madrisella und Heimspitze, 2685 m Teirlunde von der Versettlabahn	160
48	Westliche Plattenspitze, 2883 m Zweitägestour durchs Garneratal	164
49	Breiter Spitz, 2196 m Vom Kops-Stausee	167
50	Hohes Rad, 2934 m Durch das Ochsental	169
	Stichwortverzeichnis	172
	Impressum	176