

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	2
Übersichtskarte	6
Touristische Hinweise	8
Symbole	9
Top-Touren im südlichen Piemont	10
Wichtige Telefonnummern und Adressen	12
Provinz Cuneo	20
Cottische Alpen	22
1 8 Tage Vom Val Pellice ins Stura-Tal	24
Val Po	
3 4.00 Std. Rocce Founs, 2697 m	36
3 2.30 Std. Colle Lago Lausetto, 2389 m	38
4 7.30 Std. Rifugio Quintino Sella, 2640 m, und Rifugio Alpetto, 2268 m	40
5 2.00 Std. Viso Mozzo, 3019 m	43
6 9.00 Std. Monviso, 3841 m	45
7 3 Tage Giro del Viso	48
{8} 1.30 Std. Balma Boves, 652 m	53
Val Varaita	
3 5.00 Std. Garitta Nuova, 2385 m	55
10 4.45 Std. Col Longet, 2675 m	57
11 2 Tage Monte Losetta, 3054 m	60
12 6.00 Std. Laghi delle Forciolline, 2807 m	63
13 3.30 Std. Rifugio Bagnour, 2017 m	65
14 6.00 Std. Punta Malta, 2995 m	68
15 1.30 Std. Der Sonnenuhrenweg	70
16 4.00 Std. Rocca Senghi, 2450 m	72
Valle Maira	
17 11 Tage Der Mairaweg	74
18 3.00 Std. Via Ferrata Camoglieres	90
19 2 Tage Monte Chersogno, 3026 m, und Pelvo d'Elva, 3064 m	92
20 5.00 Std. Passo della Cavalla, 2539 m	96
21 4.30 Std. Colle Greguri, 2319 m	98
22 6.00 Std. Bivacco Barengni, 2815 m	100
23 4.15 Std. Colle Oserot, 2640 m	103
24 4.30 Std. Colletto della Meja, 2551 m	106

25	4.15 Std.	Lago Nero, 2246 m	109
26	2 Tage	Rund um den Monte Buch	111
27	3.00 Std.	Punta Tempesta, 2679 m, und Monte Tibert, 2647 m	115

Seealpen	118
-----------------	-----

Val Stura

28	4 Tage	Rund um den Monte Ténibres	120
29	4.00 Std.	Lago di San Bernolfo, 1913 m, und Lago di Mezzo, 2282 m	126
30	3.00 Std.	Rifugio Migliorero, 2094 m	128
31	3.45 Std.	Sant'Anna di Vinadio – Colle Saboulé, 2460 m	130

Val Gesso

32	2.00 Std.	Gorgie della Reina, 1180 m	132
33	4.00 Std.	Funs di Entracque, 1605 m	134
34	6.15 Std.	Lago della Vacca, 2263 m	136
35	2 Tage	Rifugio Pagari – Rifugio Soria-Ellena	138
36	5.00 Std.	Rifugio Dante Livio Bianco, 1910 m	142
37	2 Tage	Rifugio Emilio Questa, 2388 m	144
38	7.00 Std.	Cima di Fremamorta, 2731 m	148
39	8 Tage	»Alta Via« durch die Seealpen	150
40	6 Tage	Hüttentrek ins Tal der Wunder	158
41	4 Tage	Giro dell'Argentera	165

Val Vermenagna

42	4.15 Std.	Laghi del Frisson, 2057 m	170
43	6.00 Std.	Fort de Giaure, 2254 m	172

Ligurische Alpen	175
-------------------------	-----

Val Pesio

44	3.45 Std.	Piscio del Pesio, 1426 m, und Cascata del Saut, 1184 m	176
45	3 Tage	Rund um die Punta Marguareis	178
46	3 Tage	Cima delle Saline, 2612 m	183

Val Tanaro

47	3.30 Std.	Monte Armetta, 1739 m	186
48	4.10 Std.	Rifugio Mongioie, 1555 m	188
49	2 Tage	Monte Mongioie, 2630 m	190
50	7.20 Std.	Rocca del Fera, 2221 m	194

Stichwortverzeichnis	196
Italienisch-deutsch-französisches Lexikon für Wanderer	198