

# Inhalt

Vorwort .....	7
Geschichte und Entwicklung des Schneeschuhs .....	10
Ausrüstung und Bekleidung – alles muss passen .....	13
Laufen will gelernt sein – Tipps zur Technik .....	18
Sicherheit – Planung und Vorbereitung einer Tour .....	25
Die Natur sagt Danke.....	31
<b>Die schönsten Schneeschuhtouren in Bayern .....</b>	<b>34</b>
1 Von Obermaiselstein durch das Bolgental zum Berghaus Schwaben .....	36
2 Von Obermaiselstein auf das Riedberger Horn.....	40
3 Von der Schwarzwasserhütte zum Hählekopf .....	44
4 Von Bad Hindelang über die Hirschhalpe auf den Spieser .....	48
5 Von Obergschwend auf das Wertacher Hörnle.....	52
6 Von Unterammergau auf den Teufelstättkopf .....	56
7 Von Garmisch-Partenkirchen auf den Wank .....	60
8 Durchs Hasental zur Pfeiffer-Alm und zum Gschwandtnerbauer .....	64
9 Über den Wamberger Höhenrücken zur Elmauer Alm .....	68
10 Rund um den Seeberg zum Sillberghaus.....	72

# Inhalt

<b>Die schönsten Schneeschuhtouren in Tirol . . . . .</b>	<b>76</b>
1 Von Zöblen auf den Schönkahler . . . . .	78
2 Durch den Klausenwald zum Schlosskopf . . . . .	82
3 Von Obsteig auf den Simmering . . . . .	86
4 Auf den Brunschkopf . . . . .	90
5 Von Steinberg über das Kögljoch . . . . .	94
6 Von der Glungezerhütte über die Viggarspitze auf den Patscherkofel . . . . .	98
7 Auf den Hausberg von Alpbach . . . . .	102
8 Zur Sunnseite Hüttn an der Hohen Salve . . . . .	106
9 Auf das Brentenjoch . . . . .	110
10 Auf die Glanz-Alm im Defereggental . . . . .	114
11 Von Nauders zum Schwarzen See . . . . .	118
<b>Die schönsten Schneeschuhtouren im Salzburger Land . . . . .</b>	<b>122</b>
1 Auf den Braunkogel und den Frühmesser . . . . .	124
2 Durch das Dürnbach- und Trattenbachtal auf das Trattenbachcheck . . . . .	128
3 Von Rauris durch die Wälder nach Kolm Saigurn . . . . .	132
4 Von der Karneralm auf den Kleinen Königstuhl . . . . .	136
5 Auf den Faistenauer Schafberg . . . . .	140
6 Über die Pillsteinhöhe auf das Zwölferhorn . . . . .	144
7 Von Dienten auf den Gabühel . . . . .	148
8 Auf dem Hinterdientner Wanderweg . . . . .	152
9 Von Hinterglemm auf den Stemmerkogel . . . . .	156