

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
 Die schönsten Schneeschuhtouren in Bayern	 34
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 Hirschalpe auf den Spieser	 48
5 Von Oberschwend 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

Die schönsten Schneeschuhtouren in Tirol	76
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 Sunnseit Hüttln an der Hohen Salve	106
9 Auf das Breitenjoch	110
10 Auf die Glanz-Alm im Defereggental	114
11 Von Nauders zum Schwarzen See	118
 Die schönsten Schneeschuhtouren im Salzburger Land	122
1 Auf den Braunkogel und den Frühmesser	124
2 Durch das Dürnbach- und Trattenbachtal auf das Trattenbacheck	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