

# Inhalt

Vorwort von Heinrich Harrer . .	6
Eine Reise vom Himalaja ins Salzkammergut . .	8
Entdeckungsreise ins Salzkammergut . .	9
<i>Die Geschichte des Salzkammergutes im Zeitraffer . .</i>	<i>13,</i>
<i>Heidnische Bräuche, christliche Feste und eine</i>	
<i>lebendige Tradition . .</i>	<i>20, Das Nokolospiel vom Hinterberger Tal . .</i>
<i>Räucherungen und Sonnwendfeuer . .</i>	<i>22,</i>
<i>Träger des Lichts – Glöcklerlauf und Perchten . .</i>	<i>23,</i>
<i>Ausseer Fasching . .</i>	<i>25, Palmweihe . .</i>
<i>Narzissenfest . .</i>	<i>27, Prozession am „Großen Frauentag“ . .</i>
<i>zur „Maria am Stein“ . .</i>	<i>27, Flora und Fauna . .</i>
<i>Höhlen – zeitlose Zeugen der Vergangenheit . .</i>	<i>29,</i>
<i>Die Eishöhlen des Dachsteins . .</i>	<i>31, Dachstein-Mammuthöhle . .</i>
<i>Koppenbrüllerhöhle . .</i>	<i>33, Die Höhlen des Toten Gebirges . .</i>
<i>34</i>	
Sicherheit am Berg . .	34
Ausrüstung . .	35
<b>Totes Gebirge . .</b>	<b>36</b>
<i>Die Entstehung des Toten Gebirges . .</i>	<i>39,</i>
<i>Geschichtlicher Überblick . .</i>	<i>40,</i>
<i>Die Erschließung des Toten Gebirges . .</i>	<i>40</i>
Talwanderung für Genießer . .	41
Faszinierende Kammwanderung in der Warscheneckgruppe . .	43
Wanderung in die Vergangenheit . .	44
Überschreitung des Toten Gebirges, 7 Tage . .	47
Romantischer Spaziergang am Ufer des Almsees . .	52
Aussichtskanzel vor dem Toten Gebirge . .	53
Das Altausseer Wahrzeichen . .	55
Auf den Spuren Erzherzog Johanns ins Tote Gebirge . .	59
Reise nach Innen . .	60
Wanderung auf den Salzberg . .	61
Via Artis – Künstlerwege in Bad Aussee . .	63
Spaziergang zum versteckten Waldsee . .	68
Adlerperspektiven von der Trisselwand, 1755 m . .	69
Via Artis und der geheimnisvolle Toplitzsee . .	71
Auf einsamer Höhe über den Lahngangseen . .	74
Romantischer Spaziergang rund um den Offensee . .	76
Wanderung mit Weitblick . .	77
Kulturwanderung zum Steirischen Krippel . .	79
Durch die Wilde Klamm zum Spechtensee . .	81
Seenrunde auf der Tauplitzalm . .	83
Ausflug in den Karst . .	84
Wanderung auf historischen Schmugglerpfaden . .	86
Aussichtsreicher Spaziergang über dem Hinterberger Tal . .	87
Wallfahrt nach Maria Kumitz und Almwanderung	
auf den Kampl, 1685 m . .	90

## **Dachsteingruppe . . 92**

*Aus der Geschichte des Dachsteins . . 95*

Bergtour auf den Grimming, 2351 m . . 96

Geheimnisvolle Felsbilder . . 98

Wanderung in die Unterwelt . . 100

Zwischen Kalkfels und Gletschereis . . 101

Hoher Dachstein, 2995 m . . 103

Wasserspiele im Echerntal . . 105

Wanderung auf den Salzberg in Hallstatt . . 110

Rund um den Hallstätter See . . 110

Hoher Sarstein, 1975 m . . 113

Über die Ewige Wand auf den Predigtstuhl, 1278 m . . 115

Kammwanderung über den Hoch Kalmberg, 1833 m . . 116

Im Schatten des Dachsteins . . 118

Wanderung in den Salzburger Dolomiten . . 121

Spaziergang auf die stille Plankenstein-Alm, 1530 m,  
und Waldwanderung auf die Hohe Scheibe, 1659 m . . 122

Genußtour auf den Großen Donnerkogel, 2055 m . . 123

Auf dem Linzer Steig über den Dachstein, 4 Tage . . 124

## **Höllengebirge . . 126**

Wanderung auf den Thron der Götter . . 129

Aussichtsbalkon vor dem Höllengebirge . . 131

Felsensteig für Schwindelfreie . . 132

Wanderung mit Fernblick . . 133

Überschreitung des Höllengebirges . . 135

Kammwanderung über dem Attersee . . 136

## **Nordwestliches Salzkammergut . . 140**

Der Kreuzweg auf den Richtberg, 1037 m . . 143

Felsromantik in der Kaltenbachwildnis . . 144

Die Nixe vom Laudachsee . . 146

Traunstein, 1691 m . . 149

Ausflug in die Ischler Rettenbachwildnis . . 150

Panoramaweg über die Katrin, 1542 m . . 152

Vom Mondsee auf die Drachenwand . . 153

Die Bleckwand, 1541 m, über dem Wolfgangsee . . 157

Felsensteig auf den Sparber, 1502 m . . 158

Gipfelsammeln auf der Postalm . . 159

Drei-Seen-Wanderung auf den Schafberg, 1782 m . . 160

Vom Schwarzensee zur Burggrabenklamm . . 163

Auf mittelalterlichen Pilgerwegen zum Falkenstein, 717 m . . 164

Kammüberquerung Zwölferhorn, 1522 m,  
und Pillsteinkogel, 1478 m . . 165

Von der Ruine Wartenfels auf den Schober, 1328 m . . 166