

- 6 Einleitung**
- 12 Im Nordosten des Alpenbogens**
Rax-Schneeberg, Mürzsteger Alpen, Tü-
rnitzer und Ybbstaler Alpen, Hochschwab,
Ennstaler Alpen, Sengsengebirge
- 18 Zwischen Steyr und Salzach**
Totes Gebirge, Salzkammergutberge, Dach-
steinmassiv, Tennengebirge
- 28 Die Niederen Tauern**
Seckauer, Rottenmanner, Wölzer, Schlad-
minger und Radstädter Tauern
- 32 Zwischen Semmering und Drau**
Fischbacher Alpen, Grazer Bergland, Glein-,
Pack-, Kor- und Saualpe, Seetaler Alpen,
Gurktaler Alpen und Nockberge
- 36 An der Schwelle zum Balkan**
Karawanken, Steiner Alpen
- 40 Hinter den »Sieben Bergen«**
Julische Alpen
- 50 Zwischen Salzach und Inn**
Berchtesgadener Alpen, Dientner Berge,
Chiemgauer Alpen, Loferer und Leoganger
Steinberge, Kaisergebirge, Kitzbüheler
Alpen
- 60 Die Hohen Tauern**
Ankogelgruppe, Kreuzeckgruppe, Gold-
berggruppe, Glockner- und Granatspitz-
gruppe, Schobergruppe, Venedigergruppe,
Lasörlingkamm, Deferegger Alpen
- 70 Wilde Berge im Süden**
Gailtaler Alpen, Lienzer Dolomiten,
Karnische Alpen
- 80 Zwischen Inn und Fernpass**
Mangfallgebirge, Rofan, Bayerische Vor-
alpen, Karwendel, Ammergauer Alpen,
Wettersteingebirge, Mieminger Kette
- 92 Zwischen Krimml und Brennerpass**
Zillertaler Alpen, Tuxer Alpen, Rieser-
fernergruppe, Pfunderer Berge
- 100 Zwischen Eisack und Piave**
Die Dolomiten
- 118 Zwischen Sterzing und Trento**
Sarntaler Alpen, Etschtaler Berge, Lagorai
- 122 Zwischen Trento und Verona**
Vicentiner Voralpen, Monti Lessini,
Gardaseeberge
- 128 Zwischen Fernpass und Rhein**
Allgäuer Alpen, Lechtaler Alpen,
Lechquellengebirge, Bregenzer-
waldgebirge
- 136 Zwischen Landeck und Liechtenstein**
Verwallgruppe, Samnaunberge,
Silvretta, Rätikon
- 146 Zwischen Brenner und Reschenpass**
Stubai und Ötztaler Alpen
- 156 Zwischen Vinschgau und Val di Sole**
Ortlergruppe

164 Zwischen Etschtal und Val Camonica
Brenta, Presanella, Adamello

170 Zwischen Rhein und Aare
Appenzeller Alpen, Glarner Alpen, Zentralschweizer Voralpen, Urner Alpen

182 Zwischen Prättigau und Gotthard
Plessurgebirge, Albulaalpen, Plattagruppe, Rheinwald und Bündner Oberland

190 Zwischen Reschenpass und Chiavenna
Sesvennagruppe, Livigno- und Grosina-Alpen, Berninagruppe, Bergeller Berge

200 Zwischen dem Val Camonica und dem Comer See
Bergamasker Alpen (Alpi Orobie)

206 Die Sonnenstube der Schweiz
Tessiner Alpen, Misoxer Alpen, Tessiner Voralpen

216 Zwischen Aare und Genfer See
Berner Voralpen, Berner, Freiburger und Waadtländer Alpen

228 Zwischen Nufenenpass und dem Großen St. Bernhard
Die Walliser Alpen

238 Zwischen Mont Blanc und Chambéry
Mont-Blanc-Gruppe, Chablais, Faucigny, Aravis, Bornes, Bauges, Massif de la Chartreuse

250 Zwischen Aostatal und Maurienne
Gran Paradiso, Grajischer Hauptkamm, Massif de la Vanoise

258 Zwischen Grenoble und Briançon
Chaîne de Belledonne, Grandes Rousses, Galibier, Massif des Écrins (Pelvoux)

264 Zwischen Briançon und Barcelonnette
Die Cottischen Alpen

268 Im Südwesten der Alpen
Vercors, Dévoluy, Provenzalische Alpen, Seealpen, Ligurische Alpen

274 Anhang
Ein paar Tabellen: Gipfel, Gipfel, Gipfel ...
Literatur zum Thema

282 Register

288 Impressum/Bildnachweis