

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte	6
Übersichtskarten	8
Schwierigkeitsbewertung	13
Schwierigkeitsskala	14
Sicherheit	17
Top-Klettersteigtouren	19
Hütten	21
Literatur und Navigation	22
Alpines Wörterbuch	23
 Julische Alpen West	
1 9.00 Std. Via ferrata Norina auf den Monte Cimone	26
2 10.00 Std. Via Amalia Zuani-Bornettini auf den Jôf di Montasio	28
3 6.30 Std. Findeneggweg auf den Jôf di Montasio	32
4 6.00 Std. Leiterweg auf den Jôf di Montasio	34
TOP 5 6.30 Std. Sentiero attrezzato Leva auf die Cima di Terrarossa	36
6 10.00 Std. Sentiero attrezzato Ceria Merlone	38
7 9.00 Std. Über die Cime Castrein	42
8 9.00 Std. Über die Forcella Mosè auf den Jôf Fuart	44
9 9.00 Std. Normalweg auf den Jôf Fuart	46
10 10.00 Std. Sentiero attrezzato Anita Goitan	48
11 7.30 Std. Sentiero del Centenario	51
12 7.00 Std. Teils gesicherter Steig auf den Monte Nabois Grande	54
13 8.30 Std. Carlo-Chersi-Steig über die Sella Nabois	56
14 3.00 Std. Teils gesicherter Steig auf die Cima del Cacciatore	59
15 6.30 Std. Steig auf den Jôf di Miezegnot	61
16 5.30 Std. Sentiero Battaglione Alpini Gemona im Mittagkofel-Zug ...	64
17 5.30 Std. Teils gesicherter Steig auf den Due Pizzi	66
18 2.00 Std. Via ferrata Ferrante am Rio degli Uccelli	68
19 10.00 Std. Via ferrata Divisione Julia auf den Kanin	70
20 11.00 Std. Normalweg auf den Kanin	72
 Julische Alpen Zentral	
21 4.30 Std. Slowenischer Klettersteig auf den Mangart	74
TOP 22 3.30 Std. Via Italiana auf den Mangart	76
23 10.00 Std. Via della Vita auf die Veunza	79
24 17.00 Std. Überschreitung des Ponzagrates	82

25	8.00 Std.	Klettersteig auf die Hohe Ponza	85
26	12.00 Std.	Normalweg auf den Jalovec	88
TOP 27	11.00 Std.	Über den Nordwestgrat auf den Jalovec	92
28	5.00 Std.	Klettersteig auf die Mala Mojstrovka	94
29	9.00 Std.	Teils gesicherter Steig auf den Bavški Grintavec	96
30	9.00 Std.	Klettersteig Silva Koren auf den Krn.	99

Julische Alpen Ost

TOP 31	7.00 Std.	Fensterweg auf den Prisojnik	102
32	9.00 Std.	Jubiläumsweg über den Prisojnik	105
33	8.00 Std.	Hanzasteig auf den Prisojnik	108
34	9.00 Std.	Teils gesicherter Steig durch die Kriška stena auf den Križ ..	111
35	8.00 Std.	Überschreitung des Špik	114
36	10.00 Std.	Normalweg auf die Škrlatica	116
37	9.00 Std.	Komarsteig und Nordwandbänderweg am Kanjavec	118
TOP 38	12.00 Std.	Bamberg-Weg auf den Triglav	120
39	11.00 Std.	Prag-Weg auf den Triglav	123
40	11.00 Std.	Tominšek-Weg auf den Triglav	126
41	10.00 Std.	Teils gesicherter Steig auf den Cmir	128
42	8.30 Std.	Klettersteig auf die Vrbanova špica	130
43	9.00 Std.	Klettersteig auf die Rjavina	133

Steiner Alpen

44	5.30 Std.	Über den Skozi žrelo auf den Krainer Storžič	136
45	11.00 Std.	Klettersteig auf die Jezerska und Kokrska Kočna	138
TOP 46	10.00 Std.	Klettersteig auf den Grintovec	140
47	9.00 Std.	Normalweg auf den Grintovec	142
48	11.00 Std.	Klettersteig über den Dolgi hrbet auf die Skuta	144
49	9.00 Std.	Teils gesicherter Steig auf die Rinke	146
50	8.00 Std.	Teils gesicherter Steig auf die Mrzla gora	148
51	8.00 Std.	Klettersteig auf die Turska gora	150
52	10.00 Std.	Über die Brana auf die Turska gora	152
53	9.00 Std.	Kopinšek-Steig auf die Ojstrica	154

Karawanken

54	5.00 Std.	Teils gesicherter Steig auf den Kordeschkopf	156
55	2.30 Std.	Walter-Mory-Klettersteig	158
56	4.30 Std.	Zu den Felsentoren der Uschowa	160
TOP 57	3.00 Std.	Klettersteig auf den Türkenkopf	162
58	4.00 Std.	Krainersteig auf den Kärntner Storschitz	164
59	5.00 Std.	ÖTK-Steig auf den Koschutnikurm	166
60	7.00 Std.	Klettersteig auf den Lärchenturm	169
61	6.00 Std.	Teils gesicherter Steig auf den Hochturm	172

TOP 62	6.30 Std.	Klettersteig auf den Hochstuhl	174
63	2.00 Std.	Rotschitza-Klettersteig	176

Karnischer Hauptkamm

64	4.00 Std.	Däumling-Klettersteig	178
65	4.30 Std.	Klettersteig über den Winkelturm	180
66	6.00 Std.	Via ferrata Enrico Contin auf den Rosskofel	182
67	5.00 Std.	Via ferrata Crete Rosse auf den Trogkofel	184
68	4.30 Std.	Uiberlachersteig auf den Trogkofel	186
TOP 69	6.00 Std.	Überschreitung von Monte Zermula und Zuc della Guardia	188
70	4.00 Std.	Klettersteig auf den Hohen Trieb	191
71	2.30 Std.	Klettersteig durch den Cellonstollen	194
72	3.00 Std.	Oberst-Gressel-Gedenkweg auf die Cellonschulter	196
73	5.00 Std.	Steinbergerweg auf den Frischenkofel	198
TOP 74	6.00 Std.	Weg ohne Grenzen auf den Frischenkofel	200
75	11.00 Std.	Weg der 26er auf die Hohe Warte	202
76	12.00 Std.	Sentiero Spinotti auf die Hohe Warte	206
77	6.00 Std.	Teils gesicherter Steig auf die Westliche Raudenspitze	208
78	8.00 Std.	Via ferrata Sartor auf den Monte Peralba	210
79	4.30 Std.	Klettersteig auf den Monte Chiadenis	214
80	8.30 Std.	Via ferrata CAI Portogruaro auf den Monte Chiadenis	216
81	5.30 Std.	Überschreitung der Porze	219
82	8.00 Std.	Sentiero attrezzato d'Ambros über die Filmoorhöhe	222
83	7.30 Std.	Klettersteig auf die Große Kinigat	225

Stichwortverzeichnis	228
---------------------------------------	------------