

# Inhalt

|          |                                                                                                             |    |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
|          | Wandern in Schottland                                                                                       | 6  |
|          | Schottischer Nationalismus                                                                                  | 10 |
|          | Traditionen und Mythen                                                                                      | 12 |
|          | Whisky – Wasser des Lebens                                                                                  | 14 |
|          | Munro-bagging – Berge zum Einsammeln                                                                        | 16 |
| <b>1</b> | Eine spirituelle Höhle –<br>Von der Isle of Whithorn zur St Ninian's Cave<br>(5 Std.; mittelschwer)         | 18 |
| <b>2</b> | Die Höhen Galloways –<br>Aus dem Glen Trool auf den Merrick<br>(4.30 Std.; mittelschwer)                    | 22 |
| <b>3</b> | Im Land der Bleiminen – Von Wanlockhead<br>über den Southern Upland Way<br>(4.30 Std.; mittelschwer)        | 25 |
| <b>4</b> | Mit Cuthbert zu Walter Scott –<br>Von Melrose nach St Boswells<br>(4 Std.; mittelschwer)                    | 28 |
| <b>5</b> | Die grüne Grenze zu England – Von Cocklawfoot<br>über den Pennine Way zum Cheviot<br>(6 Std.; mittelschwer) | 33 |
| <b>6</b> | Zu Besuch bei den Stuarts –<br>Von Falkland zum West Lomond Hill<br>(4.30 Std.; mittelschwer)               | 37 |
| <b>7</b> | Fisch und Salz im East Neuk –<br>Von Elie über Anstruther nach Crail<br>(4.30 Std.; einfach)                | 40 |

|           |                                                                                                                   |           |
|-----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>8</b>  | Oberhalb des Glen Doll – Aus dem Glen Doll auf die Munros Driesh und Mayar<br>(4.30 Std.; mittelschwer)           | <b>45</b> |
| <b>9</b>  | Graf Draculas Heimat – Zwischen Cruden Bay und den Bullers of Buchan<br>(2.30 Std.; einfach)                      | <b>48</b> |
| <b>10</b> | Mystischer Bennachie – Über den Gordon Way auf das Hochplateau des Bennachie<br>(4 Std.; mittelschwer)            | <b>52</b> |
| <b>11</b> | Zum Alten Mann von Lochnagar – Vom Spittal of Glenmuick auf den Lochnagar<br>(7 Std.; schwer)                     | <b>57</b> |
| <b>12</b> | Auf dem Whisky Trail – Über den Speyside Way zum Carn Daimh<br>(3.30 Std.; mittelschwer)                          | <b>62</b> |
| <b>13</b> | Im Glenmore Forest Park – Vom Glenmore Visitor Centre auf den Meall a' Bhuachaille<br>(3.30 Std.; mittelschwer)   | <b>66</b> |
| <b>14</b> | Subarktische Cairngorms – Von der Talstation des Mountain Railway zum Cairn Lochan<br>(3.30 Std.; mittelschwer)   | <b>70</b> |
| <b>15</b> | Die Wälder Kaledoniens – Rund um Loch an Eilein und zum Allt Druidh<br>(4 Std.; einfach)                          | <b>73</b> |
| <b>16</b> | Der nördlichste Munro – Aus dem Strath More auf den Ben Hope<br>(4.30 Std.; mittelschwer)                         | <b>76</b> |
| <b>17</b> | Ein magischer Sandstrand – Von Blairmore an die Sandwood Bay<br>(4.30 Std.; mittelschwer)                         | <b>79</b> |
| <b>18</b> | Wasserfall und weite Wildnis – Von Inverkirkraig zu den Falls of Kirkraig und dem Fionn Loch<br>(3 Std.; einfach) | <b>83</b> |
| <b>19</b> | Ein Berg zum Genießen – Vom Loch Lurgainn auf den Stac Pollaidh<br>(2 Std.; mittelschwer)                         | <b>86</b> |

|           |                                                                                                                    |            |
|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>20</b> | Zu Füßen des An Teallach –<br>Vom Dundonell River ins Strath na Sealga<br>(6 Std.; mittelschwer)                   | <b>88</b>  |
| <b>21</b> | Im Beinn-Eighe-Naturpark –<br>Vom Loch Maree zum Loch Allt an Daraich<br>(3 Std.; mittelschwer)                    | <b>92</b>  |
| <b>22</b> | Am Beinn Alligin – Vom Upper Loch<br>Torridon zum Bealach a' Chòmhla<br>(4 Std.; mittelschwer)                     | <b>95</b>  |
| <b>23</b> | Eine wehmütige Prinzessin –<br>Von Coire-chat-achan auf den Beinn na Caillich<br>(4.30 Std.; anspruchsvoll)        | <b>98</b>  |
| <b>24</b> | Die »Alpen« von Skye – Von Kirkibost<br>über Camasunary zum Loch an Athain<br>(5 Std.; mittelschwer)               | <b>102</b> |
| <b>25</b> | Im Felsengarten Quiraing –<br>Durch den Quiraing zum Meall na Suiramach<br>(3 Std.; mittelschwer)                  | <b>105</b> |
| <b>26</b> | Einsame Hochlandtäler –<br>Vom Loch Cluanie zum Glen Affric Youth Hostel<br>(6 Std.; mittelschwer)                 | <b>109</b> |
| <b>27</b> | Im Glen Affric –<br>Vom Loch Affric zum Glen Affric Youth Hostel<br>(7 Std.; mittelschwer)                         | <b>112</b> |
| <b>28</b> | Teetrinken mit Nessie – Von Invergarry<br>durch das Great Glen nach Fort Augustus<br>(3.30 Std.; einfach)          | <b>116</b> |
| <b>29</b> | Schottlands höchster Berg –<br>Auf den 1344 Meter hohen Ben Nevis<br>(7 Std.; anspruchsvoll)                       | <b>120</b> |
| <b>30</b> | Das schottische »Himalayatale« –<br>Ins obere Glen Nevis<br>(2.30 Std.; einfach)                                   | <b>124</b> |
| <b>31</b> | Das einsame Rannoch Moor – Von Corroul<br>Station und Loch Ossian zur Rannoch Station<br>(4.30 Std.; mittelschwer) | <b>126</b> |

|           |                                                                                                                |            |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>32</b> | Ins Glen Tilt –<br>Von Blair Castle ins Glen Tilt zur Gow's Bridge<br>(4 Std.; einfach)                        | <b>131</b> |
| <b>33</b> | Hoch über Loch Tay –<br>Zum Beinn Ghlas und Ben Lawers<br>(4.30 Std.; anspruchsvoll)                           | <b>135</b> |
| <b>34</b> | Viehdiebe und Romantiker –<br>Vom Loch Ard auf den Ben Venue<br>(4.30 Std.; mittelschwer)                      | <b>138</b> |
| <b>35</b> | Mit Runrig zu Rob Roy – Von Rowardennan<br>am Loch Lomond entlang nach Inversnaid<br>(6.30 Std.; mittelschwer) | <b>142</b> |
|           | Kleiner Sprachführer                                                                                           | <b>146</b> |
|           | Register                                                                                                       | <b>149</b> |