

Inhalt

Inhalt	6
Symbole	8
Über den Autor	8
Vorwort	9
Einleitung	11

Land und Leute 13

Steckbrief	14	Über den Äbler	19
Naturgeschichtliche Entstehung	14	Backhäuser	20
Höhlen – faszinierende Unterwelt	16	Burgen, Schlösser und Ruinen	20
Besiedlungsgeschichte	17	Flora und Fauna	21

Reise-Infos von A bis Z 25

Anforderungen und Tourencharakter	26	Information	31
Anreise	26	Karten	31
Ausrüstung	27	Klima	32
Beste Wanderzeit	27	Markierungen und Wegzustand	33
Bus- und Bahnverbindungen	28	Unterkünfte	33
Eintrittspreise	28	Wildzelten	34
Essen und Trinken	29	Zecken	34
Gefahren	30		

Albnordrandweg HW1 36

Donauwörth	38	Ipfl und Ruine Flochberg	48
1. Etappe: Donauwörth - Mönchsdeggingen	41	3. Etappe: Bopfingen - Unterkochen	49
Mönchsdeggingen, Harburg	45	Kapfenburg	52
2. Etappe: Mönchsdeggingen - Bopfingen	45	Unterkochen	52
		4. Etappe: Unterkochen - Heubach	53
		Heubach	56

5. Etappe:		9. Etappe: Bad Urach - Lichtenstein	74
Heubach - Gingen an der Fils	57	Schloß Lichtenstein	79
Gingen an der Fils	61	10. Etappe: Lichtenstein - Roßberg	79
6. Etappe: Gingen an der Fils -		Nebelhöhle	81
Ruine Reußenstein	62	11. Etappe / Roßberg - Raichberg	82
Ruine Reußenstein	65	Hangender Stein	87
7. Etappe: Ruine Reußenstein - Owen	66	12. Etappe: Raichberg - Lochenstein	87
Randecker Maar	67	13. Etappe: Lochenstein - Risiberg	91
Burg Teck	68	14. Etappe / Risiberg - Tuttlingen	95
Owen	69	Tuttlingen	97
8. Etappe / Owen - Bad Urach	70	Ruine Honberg	98
Bad Urach	74		

Albsüdrandweg HW2 **99**

Naturpark Obere Donau	100	Bannwald	124
15. Etappe: Tuttlingen - Wildenstein	101	Blautopf	126
Burg Wildenstein	104	Ulm	127
16. Etappe: Wildenstein - Thiergarten	104	22. Etappe / Ulm - Langenau	130
17. Etappe: Thiergarten - Sigmaringen	108	23. Etappe / Langenau -	
Schloß Sigmaringen	111	Giengen an der Brenz	132
18. Etappe: Sigmaringen - Zwiefalten	111	Steiff Museum	135
Zwiefalten	115	Giengen an der Brenz	136
19. Etappe: Zwiefalten - Anhausen	115	24. Etappe / Giengen an der Brenz -	
Das Große Lautertal	118	Dischingen	136
20. Etappe: Anhausen - Schelklingen	118	25. Etappe: Dischingen - Bissingen	138
Schelklingen	121	26. Etappe: Bissingen - Donauwörth	141
21. Etappe / Schelklingen - Ulm	122		

Literatur **143**

Index **144**