

Inhalt

Liebeserklärung an eine alpine Super-Kombination	5
Übersichtskarte	10
Wandern: Allgemeine Hinweise	14
Symbole in den Höhenprofilen	15
GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte	17
Tipps für Dips & Trips	18
Schwimmen: Von – Bis	22

Nördliche Ostalpen

1 Üble Schlucht Eine der schönsten Klammen Westösterreichs	26
2 Bödelesee und Hochälpelekopf, 1464 m Sehr einfach zu erreichender Moorsee und ein Gipfel	28
3 Seewaldsee Himmlisches Badevergnügen in Fontanella	30
4 Rickenbach-Wasserfall, 773 m Das Highlight im Wirtatobel	32
5 Körbersee, 1661 m Von See zu See in der Region Warth-Schröcken	34
6 Seebensee, 1659 m Bergee mit Zugspitzblick	36
7 Kaiserklamm Auf Kaisers Spuren entlang der Brandenberger Ache	38
8 Blaue Quelle und Trockenbach-Wasserfall Eldorado für passionierte Wildschwimmer	40
9 Prinzensee, 1253 m Ein attraktives Ausflugsziel in der Region Hochkönig	42
10 Gainfeld-Wasserfall bei Bischofshofen Zu Besuch bei den Herren von Pongow	44
11 Hinterer Gosausee, 1154 m Wildbaden mit Dachsteinblick	46
12 Unterer Eisssee, 1909 m Hochalpine Bergseewanderung zur Simonyhütte	48
13 Wildkarwasserfall bei Seeham Durch den sagenhaften Teufelsgraben	50
14 Aubach bei Voglau Herrlicher Naturpool mit Cliff-Diving-Option	52
15 Kasbach-Wasserfall Ein kleiner, aber feiner Naturpool bei Sankt Koloman	54
16 Wiesensee, 782 m Periodischer See unterhalb des Ebenseer Hochkogels	56
17 Rötelsee, 610 m Abenteuerliches Höhlenschwimmen im Traunsteinmassiv ..	58
18 Laudachsee, 896 m Die alpine Traunsee-Alternative am Grünberg	60
19 Reichramingbach Über den Triftsteig ins Reichraminger Hintergebirge	62
20 Schiederweiher – Krumme Steyr Die Perle des Stodertales	64
21 Schafferteich Empfehlenswerter Naturbadeteich bei Vorderstoder	66
22 Stromboding-Wasserfall bei Hinterstoder Am Flötzsteig entlang der Steyr	68
23 Sackwiesensee, 1414 m Vom Tor des Hochschwab zum höchstgelegenen See	70
24 Schwarza Zu den Badegumpen am 1. Wiener Wasserleitungsweg	72

25 Myrafälle	42 Plattachsee, 2201 m
Wasserwanderung bei Muggendorf mit Badeoption	Auf alten Saumpfaden in die Felbertauern
26 Erlaufschlucht bei Purgstall	43 Mittlerer Gritzer See, 2507 m
Aus mächtigem Konglomerat gemeißelt.	Reizvolles Seentrio unter dem Gritzer Hörndl
Zentrale Ostalpen	
27 Bürser Schlucht	44 Unterer Eisbodensee, 2494 m
Wanderbares Naturdenkmal im Brandnertal.	Eisschwimmen unter dem Stubacher Sonnblickkees
28 Schnadiger Weiher, 1614 m	45 Oberer Grünsee, 2513 m
Familienfreundlicher Naturbadeplatz am Kaunerberg	Anspruchsvoller Alpinsteig in der Weißsee-Gletscherwelt.
29 Smaragdsee, 2206 m	46 Medelzlacke, 2577 m
Neues Schmuckstück im Radurschltal bei Pfunds	Alpine Swimming at its best
30 Reschensee, 1500 m	47 Knappenbäuelsee, 2239 m
Wenn der Stausee zum »Staunsee« wird	Golden moments am Radhausberg bei Sportgastein
31 Unterer und Oberer Goldsee, 2591 m	48 Wildsee, 2268 m
Hochalpines Schwimmen mit Liftunterstützung.	Bergeinsamkeit am Kreuzeck-Höhenweg
32 Grünsee, 1840 m, bei Nauders	49 Unterer Zweisee, 2237 m
Vom geschützten Schwarz- zum geschätzten Grünsee	Über den Wolken
33 Soomsee, 2560 m	50 Einsee, 2150 m
Zum größten See der Gurgler Seenplatte.	»Seensuchtsort« inmitten der Kreuzeckgruppe
34 Wannenkarsee, 2647 m	51 Paarseen, 1856 m
Durchs Windachtal zum Hochgebirgssee.	Ein ungleiches Paar bei Dorfgastein
35 Blaue Lacke, 2294 m	52 Schuhflickersee, 2045 m
Seilbahnunterstützt zum Gletscherrandsee.	Sagenhaft schön
36 Schleierfall, 1899 m	53 Trögsee, 1944 m
Wasserfall-Dip am Eingang zum Weitental	Klein, aber fein
37 Eiskarsee, 2363 m	54 Unterer Hörkarsee, 1899 m
Von Tirol höchster Alm zum Hochgebirgssee	Viele Namen – nur ein empfehlenswerter Weg
38 Blaue Lagune	55 Oberer Rotgüldensee, 1999 m
Herrliche Badestelle am Ausgang der Zemmschlucht	Der »Obere« ist nur etwas für Schwindelfreie.
39 Wildseelodersee, 1869 m	56 Großer Tauernsee, 2163 m
Seilbahnunterstützt zum alpinen Schwimmvergnügen.	Durchs Anlauftal Richtung Korntauern
40 Blausee, 930 m	57 Oberer Schwarzhornsee, 2648 m
Naturbadeplatz am Eingang zum Obersulzbachtal.	»Elendig« schöne Hochgebirgstour
41 Kratzenbergsee, 2173 m	58 Blauer See, 1910 m
Der größte Bergsee im Nationalpark Hohe Tauern	Ein launischer Schmelzwasser-See bei Kleinarl
	59 Mühlbachsee, 2114 m
	Einsamer Bergsee, der einem allerhand abverlangt.

60 Blausee, 2015 m		74 Salzawasserfall	
Das blitzblaue Auge über dem Lantschfeld146	Leicht erreichbar – leicht beschwimmbar.....	.174
61 Tennfall, 1276 m		75 Kleiner und Großer Scheibelsee, 1744 m	
Spektakuläres »Fallbeispiel« der Südlichen Taurach148	Seerundweg unterhalb des Großen Bösensteins176
62 Wildalmsee, 1902 m		76 Rosarinsee, 2061 m	
Almidylle unter dem Treberling150	Bergseewandern im Dreiländereck178
63 Hakarsee, 1792 m		77 Friesenhalssee, 2157 m	
Das dunkle Geheimnis unter dem Hakopf152	Nicht in der Nordsee, sondern in den Nockbergen180
64 Wildsee, 1925 m		78 Mixnitzbach und Bärenschützklamm	
Wildswimming in Reinkultur bei Obertauern154	Wildswimming-Quickie mit Klamm-Option182
65 Zehnerkarsee, 2192 m		Südliche Ostalpen	
Karibik-Feeling im Hochgebirge156		
66 Twenger Almsee, 2122 m		79 Kleiner Laserzsee, 2253 m	
»Almerisch« baden mit Zusatznutzen158	Zum (Bade-)Glück gibt's den Kleinen.....	.186
67 Klammlsee, 1826 m		80 Wolayersee, 1956 m	
In aussichtsreichem Auf und Ab zur Bergseeidylle.160	Attraktiver Bergsee am Karnischen Höhenweg188
68 »Regenbogensee«, 2042 m, bei Obertauern		81 Mauthner Klamm	
Namenlos, aber bei jedem Wetter faszinierend162	Spektakuläre Schluchtwanderung.....	.190
69 Unterer Wirpitschsee, 1700 m		82 Tröpolacher Wasserfall	
Eine weitere Perle unter den Lungauer Bergseen164	Wo der Oselitzenbach vom Nassfeld fällt192
70 »Jagasee«, 1906 m, bei Hintergöriach		83 Hinterer Bodensee	
Weitgehend unbekannt und unbenannt.....	.166	Unglaubliche Klarwasserseen unterhalb des Nassfelds ..	.194
71 Oberer Landawirsee, 2047 m		84 Garnitzkenklamm	
Bergsee(n) in imposanter Felsarena.....	.168	Beeindruckene Natur und Brücken-Architektur196
72 Oberer Landschitzsee, 2069 m		85 Linsendorfer See	
Bergsee-Trilogie im hinteren Lessachtal170	Kontrastreiche Wanderung unter dem Hochobir.198
73 Riesachsee, 1338 m		Stichwortverzeichnis202
Durch die »Höll« ins Bergseeparadies172		