

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 Klammern Westösterreichs | 26 |
| 2 Bödelesee und Hochälpelekopf, 1464 m Sehr einfach zu erreichender Moorsee und ein Gipfel | 28 |
| 3 Seewaldsee Himmliches 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 Bergsee 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 Pongowe | 44 |
| 11 Hinterer Gosausee, 1154 m Wildbaden mit Dachsteinblick | 46 |
| 12 Unterer Eissee, 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 Flötzersteig 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 | |
| Wasserwanderung bei Muggendorf mit Badeoption | 74 |

| | |
|--|----|
| 26 Erlaufschlucht bei Purgstall | |
| Aus mächtigem Konglomerat gemeißelt. | 76 |

Zentrale Ostalpen

| | |
|--|----|
| 27 Bürser Schlucht | |
| Wanderbares Naturdenkmal im Brandnertal. | 80 |

| | |
|---|----|
| 28 Schnadiger Weiher, 1614 m | |
| Familienfreundlicher Naturbadeplatz am Kaunerberg . . . | 82 |

| | |
|---|----|
| 29 Smaragdsee, 2206 m | |
| Neues Schmuckstück im Radurschltal bei Pfunds | 84 |

| | |
|---|----|
| 30 Reschensee, 1500 m | |
| Wenn der Stausee zum »Stausee« wird | 86 |

| | |
|--|----|
| 31 Unterer und Oberer Goldsee, 2591 m | |
| Hochalpines Schwimmen mit Liftunterstützung. | 88 |

| | |
|--|----|
| 32 Grünsee, 1840 m, bei Nauders | |
| Vom geschützten Schwarz- zum geschätzten Grünsee . . . | 90 |

| | |
|---|----|
| 33 Soomsee, 2560 m | |
| Zum größten See der Gurgler Seenplatte. | 92 |

| | |
|---|----|
| 34 Wannenkarsee, 2647 m | |
| Durchs Windachtal zum Hochgebirgssee. | 94 |

| | |
|---|----|
| 35 Blaue Lacke, 2294 m | |
| Seilbahnunterstützt zum Gletscherrandsee. | 96 |

| | |
|---|----|
| 36 Schleierfall, 1899 m | |
| Wasserfall-Dip am Eingang zum Weitental | 98 |

| | |
|---|-----|
| 37 Eiskarsee, 2363 m | |
| Von Tirol höchster Alm zum Hochgebirgssee | 100 |

| | |
|--|-----|
| 38 Blaue Lagune | |
| Herrliche Badestelle am Ausgang der Zemmschlucht . . . | 102 |

| | |
|---|-----|
| 39 Wildseelodersee, 1869 m | |
| Seilbahnunterstützt zum alpinen Schwimmvergnügen. . . | 104 |

| | |
|--|-----|
| 40 Blausee, 930 m | |
| Naturbadeplatz am Eingang zum Obersulzbachtal. | 106 |

| | |
|--|-----|
| 41 Kratzenbergsee, 2173 m | |
| Der größte Bergsee im Nationalpark Hohe Tauern | 108 |

| | |
|--|-----|
| 42 Plattachsee, 2201 m | |
| Auf alten Saumpfaden in die Felbertauern | 110 |

| | |
|---|-----|
| 43 Mittlerer Gritzer See, 2507 m | |
| Reizvolles Seentrio unter dem Gritzer Hörndle | 112 |

| | |
|--|-----|
| 44 Unterer Eisbodensee, 2494 m | |
| Eisschwimmen unter dem Stubacher Sonnblickkees . . . | 114 |

| | |
|--|-----|
| 45 Oberer Grünsee, 2513 m | |
| Anspruchsvoller Alpinsteig in der Weißsee-Gletscherwelt. . | 116 |

| | |
|--|-----|
| 46 Medelzlacke, 2577 m | |
| Alpine Swimming at it's best | 118 |

| | |
|--|-----|
| 47 Knappenbäuelsee, 2239 m | |
| Golden moments am Radhausberg bei Sportgastein . . . | 120 |

| | |
|---|-----|
| 48 Wildsee, 2268 m | |
| Bergeinsamkeit am Kreuzeck-Höhenweg | 122 |

| | |
|----------------------------------|-----|
| 49 Unterer Zwisee, 2237 m | |
| Über den Wolken | 124 |

| | |
|--|-----|
| 50 Einsee, 2150 m | |
| »Seensuchtsort« inmitten der Kreuzeckgruppe. | 126 |

| | |
|--|-----|
| 51 Paarseen, 1856 m | |
| Ein ungleiches Paar bei Dorfgastein. | 128 |

| | |
|-----------------------------------|-----|
| 52 Schuhflickersee, 2045 m | |
| Sagenhaft schön | 130 |

| | |
|----------------------------|-----|
| 53 Trögsee, 1944 m | |
| Klein, aber fein | 132 |

| | |
|---|-----|
| 54 Unterer Hörkarsee, 1899 m | |
| Viele Namen – nur ein empfehlenswerter Weg. | 134 |

| | |
|---|-----|
| 55 Oberer Rotgüldenensee, 1999 m | |
| Der »Obere« ist nur etwas für Schwindelfreie. | 136 |

| | |
|---|-----|
| 56 Großer Tauernsee, 2163 m | |
| Durchs Anlaufthal Richtung Korntauern | 138 |

| | |
|--|-----|
| 57 Oberer Schwarzhornsee, 2648 m | |
| »Elendig« schöne Hochgebirgstour | 140 |

| | |
|---|-----|
| 58 Blauer See, 1910 m | |
| Ein launischer Schmelzwasser-See bei Kleinarl | 142 |

| | |
|---|-----|
| 59 Mühlbachsee, 2114 m | |
| Einsamer Bergsee, der einem allerhand abverlangt. | 144 |

| | | |
|-----------|--|-----|
| 60 | Blausee, 2015 m | |
| | Das blitzblaue Auge über dem Lantschfeld | 146 |
| 61 | Tennfall, 1276 m | |
| | Spektakuläres »Fallbeispiel« der Südlichen Taurach | 148 |
| 62 | Wildalmsee, 1902 m | |
| | Almidylle unter dem Treberling | 150 |
| 63 | Hakarsee, 1792 m | |
| | Das dunkle Geheimnis unter dem Hakopf | 152 |
| 64 | Wildsee, 1925 m | |
| | Wildswimming in Reinkultur bei Obertauern | 154 |
| 65 | Zehnerkarsee, 2192 m | |
| | Karibik-Feeling im Hochgebirge | 156 |
| 66 | Twenger Almsee, 2122 m | |
| | »Almerisch« baden mit Zusatznutzen | 158 |
| 67 | Klammlsee, 1826 m | |
| | In aussichtsreichem Auf und Ab zur Bergseeidylle. | 160 |
| 68 | »Regenbogensee«, 2042 m, bei Obertauern | |
| | Namenlos, aber bei jedem Wetter faszinierend | 162 |
| 69 | Unterer Wirpitschsee, 1700 m | |
| | Eine weitere Perle unter den Lungauer Bergseen | 164 |
| 70 | »Jagasee«, 1906 m, bei Hintergöriach | |
| | Weitgehend unbekannt und unbenannt | 166 |
| 71 | Oberer Landawirsee, 2047 m | |
| | Bergsee(n) in imposanter Felsarena | 168 |
| 72 | Oberer Landschitzsee, 2069 m | |
| | Bergsee-Trilogie im hinteren Lessachtal | 170 |
| 73 | Riesachsee, 1338 m | |
| | Durch die »Höll« ins Bergseeparadies | 172 |

| | | |
|-----------|---|-----|
| 74 | Salzwasserfall | |
| | Leicht erreichbar – leicht beschwimmbar | 174 |
| 75 | Kleiner und Großer Scheibelsee, 1744 m | |
| | Seerundweg unterhalb des Großen Bösensteins | 176 |
| 76 | Rosaninsee, 2061 m | |
| | Bergseewandern im Dreiländereck | 178 |
| 77 | Friesenhalsee, 2157 m | |
| | Nicht in der Nordsee, sondern in den Nockbergen | 180 |
| 78 | Mixnitzbach und Bärenschützklamm | |
| | Wildswimming-Quickie mit Klamm-Option | 182 |

Südliche Ostalpen

| | | |
|-----------|---|-----|
| 79 | Kleiner Laserzsee, 2253 m | |
| | Zum (Bade-)Glück gibt's den Kleinen. | 186 |
| 80 | Wolayersee, 1956 m | |
| | Attraktiver Bergsee am Karnischen Höhenweg | 188 |
| 81 | Mauthner Klamm | |
| | Spektakuläre Schluchtwanderung | 190 |
| 82 | Tröpolacher Wasserfall | |
| | Wo der Oselitzenbach vom Nassfeld fällt | 192 |
| 83 | Hinterer Bodensee | |
| | Unglaubliche Klarwasserseen unterhalb des Nassfelds . . | 194 |
| 84 | Garnitzenklamm | |
| | Beeindruckene Natur und Brücken-Architektur | 196 |
| 85 | Linsendorfer See | |
| | Kontrastreiche Wanderung unter dem Hochobir. | 198 |

| | |
|---------------------------------------|-----|
| Stichwortverzeichnis | 202 |
|---------------------------------------|-----|