

Inhaltsverzeichnis

Seiten 8–21
**Fröhlich geplant
ist halb gereist:
Einführung**

- 11 Die Schweiz erwandern
- 14 Unterwegs mit Kindern
- 16 Mit dem Velo durch die Schweiz
- 19 Mit dem Schlauchboot, Kanu oder Kajak ...
- 20 Fit sein, fit werden

Seiten 22–67
**Straßenkarte
Schweiz 1: 301 000
mit Ausgangspunkten**

- 25 Zeichenerklärung, Ausschnittsverzeichnis
- 26 Kartenblätter mit Ausgangspunkten und Randspalten mit Kurzbeschreibungen der Routen
- 48 Alphabetisches Ortsverzeichnis

Seiten 68–271
**Wanderbeschreibungen
mit Panoramabildern**

- 70 Übersichtskarte mit Ausgangspunkten
- 72 Westschweiz Routen 1–15
- 102 Wallis Routen 16–27
- 126 Bern Routen 28–43
- 158 Zentralschweiz Routen 44–55
- 182 Nordwestschweiz Routen 56–61
- 194 Ostschweiz Routen 62–76
- 224 Graubünden Routen 77–91
- 254 Tessin Routen 92–100

Seiten 272–375
**Velorouten
mit Gelände-
aufsichten**

- 274 Übersichtskarte mit Routennetz und Streckennumerierung
- 276 Gegen den Uhrzeigersinn durch die Schweiz Routen 1–18
- 312 Mittelland und Ajoie Routen 19–49
- 374 quer durch die Alpen Route 50

**Seiten 376–403
Paddelfahrten
auf Flüssen und Seen**

**378 Übersichtskarte
380 Routen 1–12**

**Seiten 404–495
Natur aus der Nähe**

**406 Wie wird das Wetter?
416 Wo es wächst und blüht:
Botanische Beobachtun-
gen unterwegs
442 Begegnung mit Tieren
476 Faszination der unbeleb-
ten Natur
486 Versteinertes Leben**

**Seiten 496–511
Bauten und
Geschichte am Weg**

**498 Die Burg: ein Mehrzweck-
bau
502 Aus Burgen werden
Schlösser (15.–18. Jh.)
504 Städtegründungen des
Mittelalters
508 Bauernhäuser: Konstruk-
tionen mit reicher
Tradition**

**Seiten 512–527
Ergänzende touristi-
sche Informationen
und Tips**

**514 Naturschutz
518 Naturmuseen, botanische
und zoologische Gärten
520 Campingplätze in der
ganzen Schweiz
524 Jugendherbergen
526 Wer, was, wie, wo in der
Schweiz?
528 Autoren, Illustratoren;
Bildnachweis**