

# INHALT

Zeichenerklärung 3

## Einführung

8

Das Tessin: Steine, Kastanien und Seen 8 • Kulturlandschaft Tessin  
12 • Die Orte und ihre Sehenswürdigkeiten 13 • Sport im Tessin  
20 • Aus Küche und Keller 20

## 35 Wanderungen

22

### **1 Capanna Cadlimo und Val Piora** 22

Seenrunde unter dem Alpenhauptkamm

### **2 Rund um den Pizzo Colombe** 24

Passwanderung am Lukmanier

### **3 Die große Greina-Runde** 26

Gerettetes Paradies

### **4 Adulahütte** 29

Wandern unterm Rheinwaldhorn

### **5 San Carlo in Negrentino** 32

Kulturwandern in der Valle di Blenio

### **6 Chilchhorn** 34

Aussichtskanzel über dem Nufenenpass

### **7 Auf den Giübin** 36

Gotthardgranit

### **8 Die »Strada alta«** 38

Wanderklassiker in der Leventina

<b>9</b>	<b>Lago Tremorgio – Venett</b>	<b>40</b>
	Von Meteoriten und Mineralien	
<b>10</b>	<b>Burgen und Kirchen von Bellinzona</b>	<b>42</b>
	Weltkulturerbe	
<b>11</b>	<b>Auf den Sassariente</b>	<b>44</b>
	Ein richtiger Weinberg	
<b>12</b>	<b>Val Verzasca</b>	<b>46</b>
	Das »steinerne Herz« des Tessins	
<b>13</b>	<b>Cògnora – Rifugio del Barone</b>	<b>48</b>
	Abenteuerliche Höhenwege im innersten Verzascatal	
<b>14</b>	<b>Madom de Sgióf</b>	<b>52</b>
	Große Runde über dem Verzascatal	
<b>15</b>	<b>Cima della Trosa</b>	<b>56</b>
	Auf den Hausberg von Locarno	
<b>16</b>	<b>Über den Salmone</b>	<b>59</b>
	Schwitzen im Hinterland des Lago Maggiore	
<b>17</b>	<b>Lago di Mognola</b>	<b>62</b>
	Ein See und ein Tessiner Wasserwaal	

<b>18</b>	<b>Rund um die Cristallina</b>	<b>64</b>
	Höhenrunde über drei Tälern	
<b>19</b>	<b>Alpe Larèchia</b>	<b>66</b>
	Die »hängenden« Almen des Bavonats	
<b>20</b>	<b>Seenrunde von Robiei</b>	<b>68</b>
	Kontraste in der Val Bavona	
<b>21</b>	<b>Bocchetta di Fornasel</b>	<b>70</b>
	Almwanderung der besonderen Art	
<b>22</b>	<b>Üsser See</b>	<b>73</b>
	Tessiner Einwanderer	
<b>23</b>	<b>Bocchetta di Doia</b>	<b>76</b>
	Verlassene Almen über der Valle Vergeletto	
<b>24</b>	<b>Pizzo Ruscada</b>	<b>79</b>
	Gratwanderung zum Monte-Rosa-Blick	
<b>25</b>	<b>Ronco sopra Ascona</b>	<b>82</b>
	Der Monte Verità, ein Traumberg	

<b>26</b>	<b>Die Monti von Gambarogno</b>	<b>86</b>
	Maiensäße am obersten Lago Maggiore	
<b>27</b>	<b>Monte Gambarogno</b>	<b>88</b>
	See- und Bergblick	
<b>28</b>	<b>Aussichtswadern: La Traversata</b>	<b>91</b>
	Über den Monte Tamaro	
<b>29</b>	<b>Cima di Foiorina</b>	<b>94</b>
	Grenzschlängeln	
<b>30</b>	<b>Über den Monte Boglia</b>	<b>96</b>
	Der Berg über dem Berg	
<b>31</b>	<b>Lugano und Gandria</b>	<b>98</b>
	Stadt- und Uferspaziergang	
<b>32</b>	<b>Vom San Salvatore nach Morcote</b>	<b>102</b>
	»Schweizwandern«	
<b>33</b>	<b>Auf die Sighignola</b>	<b>104</b>
	Das Belvedere über Lugano	
<b>34</b>	<b>Über den Monte Generoso</b>	<b>106</b>
	Der »Rigi der Südschweiz«	
<b>35</b>	<b>Monte San Giorgio</b>	<b>110</b>
	Aus- und Rückblicke	

**Reise-Informationen** 112

**Register** 120

**Tourenkarten** 121