

# Inhalt

Wandern in Slowenien	6
Landschaftliche Vielfalt	8
Sitten und Bräuche	10
Die Welt der Thermen	12
Von deftig bis zuckersüß	14

## Wandern in Slowenien

<b>1</b>	Zwei Wasserfälle – In die Schlucht des Flüsschens Martuljek (2.30 Std.; mittelschwer)	16
<b>2</b>	Im Tal der Sava Dolinka – Wanderung zwischen Kranjska Gora und Srednji vrh (3.30 Std.; leicht)	19
<b>3</b>	Grüne Wiesen in der Höhe – Hinauf zu den Blumenwiesen der Golica (3.30 Std.; leicht)	23
<b>4</b>	Hoch über dem Vršič-Pass – Auf steinigten Pfaden hinauf zur Mala Mojstrovka (3.30 Std.; mittelschwer)	26
<b>5</b>	Die Blumenidylle der Alpen – Vom Vršič-Pass zur Slemenova špica (2.30 Std.; leicht)	28
<b>6</b>	Die Quelle der Soča – Von der Soča-Quelle zum Vršič-Pass und zurück (4.30 Std.; mittelschwer)	30
<b>7</b>	Durch die Wälder um Bovec – Zur Quelle Glijuna und zum Wasserfall Virje (2 Std.; leicht)	34

<b>8</b>	Im kargen Hochgebirge – Hinauf zum höchsten Gipfel der westlichen Julischen Alpen (5.30 Std.; anspruchsvoll)	<b>37</b>
<b>9</b>	Auf dem Roten Kopf – Durch schroffe Gebirgslandschaft zum Mangart (3 Std.; anspruchsvoll)	<b>40</b>
<b>10</b>	Zwischen Bunkern und Blumen – Zum Gipfel des Krn-Massivs (9 Std.; anspruchsvoll)	<b>42</b>
<b>11</b>	Alpenspiegelung im See – Rund um den See von Bohinj (4 Std.; leicht)	<b>46</b>
<b>12</b>	Von See zu See – Durchs Tal der sieben Seen zum Triglav (8.30 Std.; anspruchsvoll)	<b>50</b>
<b>13</b>	Auf dem dreiköpfigen Gott – Auf den Triglav und hinab ins Trenta-Tal (9.30 Std.; anspruchsvoll)	<b>54</b>
<b>14</b>	Ruinen im Hochtal – Vom Savica-Fall auf den Mahavšček und zurück (7.30 Std.; mittelschwer)	<b>58</b>
<b>15</b>	Vom See ins Hochgebirge – Entlang moderner Skipisten zum Vogel hinauf (7 Std.; mittelschwer)	<b>62</b>
<b>16</b>	Weites Tal und enge Schlucht – Von Bled in die Vintgar-Schlucht (3 Std.; leicht)	<b>66</b>
<b>17</b>	Grat zwischen Wäldern und Fels – Von der Pokljuka auf die Debela peč (5.30 Std.; mittelschwer)	<b>71</b>
<b>18</b>	Im Süden der Karawanken – Hinauf zur Dobrča (4.30 Std.; mittelschwer)	<b>74</b>
<b>19</b>	Sloweniens schönste Aussicht – Auf den Stol (5 Std.; mittelschwer)	<b>77</b>

<b>20</b>	Almen und Wälder – Von der Velika Planina ins Tal der Kamniška Bistrica (3 Std.; leicht)	<b>80</b>
<b>21</b>	Die Wildnis der Steiner Alpen – Vom Tal Kamniška Bistrica zum Kamniško sedlo (9 Std.; anspruchsvoll)	<b>84</b>
<b>22</b>	Aussichtsreicher Gipfel – Hinauf zum höchsten Berg der Steiner Alpen (8.30 Std.; mittelschwer)	<b>88</b>
<b>23</b>	Köhler und Quellen – Durchs Logar-Tal zum Rinka-Wasserfall (5.30 Std.; leicht)	<b>92</b>
<b>24</b>	In die Steinzeit – Zur Höhle Potočka zijalka am Fuß des Olševa (4 Std.; leicht)	<b>96</b>
<b>25</b>	Die östlichen Karawanken – Auf den Gruberjev vrh (2.30 Std.; leicht)	<b>100</b>
<b>26</b>	Wehrhafte Kirchen im Gebirge – Von Dravograd zur österreichischen Grenze (7.30 Std.; mittelschwer)	<b>102</b>
<b>27</b>	Von Königen und Bergmandl – Vorbei an Sagengestalten zur Peca (5 Std.; anspruchsvoll)	<b>107</b>
<b>28</b>	Moor-Seen auf dem Pohorje – Durch Wälder zum Hochmoor von Lovrenško (3 Std.; leicht)	<b>110</b>
<b>29</b>	Das Mariborer Mittelgebirge – Von der Rogla zum Pragozd und zum Črno jezero (6.30 Std.; leicht)	<b>113</b>
<b>30</b>	Im schattigen Dschungel – In der Klamm der Bistrica (4.30 Std.; leicht)	<b>117</b>
<b>31</b>	Einmalige Pflanzenwelt – Zur Donačka gora (4 Std.; mittelschwer)	<b>121</b>

<b>32</b>	Fruchtbare Dolinen im Karst – Höhenwanderung um die Ortschaft Grašiče (5.30 Std.; mittelschwer)	<b>124</b>
<b>33</b>	Zauberreich des Karstes – Durch die Karstlandschaft um das Gestüt Lipica (2.30 Std.; leicht)	<b>128</b>
<b>34</b>	Wo die Burja bläst – Von Razdrto zum Gipfel des Nanos-Gebirges (3.30 Std.; mittelschwer)	<b>132</b>
<b>35</b>	Von Bergen und Bären – Hinauf zum Slavnik (2.30 Std.; leicht)	<b>135</b>
	Kleiner Sprachführer	<b>138</b>
	Register	<b>140</b>