

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Übersichtskarte	6
Touristische Hinweise	8
Symbole	8
10 Top-Touren im Lungau	9
GPS-Tracks	10
Informationen und Adressen	13
Freizeitaktivitäten	16
Land und Leute	17
Klimatabelle Lungau	18
1 7.00 Std. Weißgrubenkopf, 2369 m	24
TOP 2 6.30 Std. Riedingtal-Höhenweg	26
3 6.15 Std. Mosermändl, 2680 m	28
TOP 4 4.20 Std. Hirschwandsteig	30
5 5.30 Std. Gamskarlspitz, 2411 m	32
6 3.45 Std. Blausee, 2015 m	34
7 8.00 Std. Lungauer Kalkspitze, 2471 m	36
TOP 8 7.15 Std. Zinkwand, 2442 m	38
9 5.30 Std. Großes Gurpitscheck, 2526 m	40
10 7.00 Std. Karnereck, 2380 m	42
11 4.45 Std. Lignitzhöhe, 2205 m	44
12 5.30 Std. Zechnerkarspitze, 2452 m	46
13 7.00 Std. Leßhöhe, 2490 m	48
14 4.30 Std. Landwierseen, 1985 m und 2047 m	50
TOP 15 8.00 Std. Hochgolling, 2862 m	52
16 4.15 Std. Gralatisee, 1816 m	54
TOP 17 8.30 Std. Greifenberg, 2618 m	56
18 5.15 Std. Landschitzseen, 2060 m	58
19 5.30 Std. Gummaberg, 2315 m, und Granglitzalm, 1839 m	60
20 3.00 Std. Lachriegel, 2132 m	62
21 3.30 Std. Rundtour über dem Prebersee	64
22 7.00 Std. Speiereck, 2411 m	66
23 6.15 Std. Fanninghöhe, 2115 m	68
24 4.00 Std. Rund um Mariapfarr	70
TOP 25 7.15 Std. Preber, 2740 m	72
26 7.45 Std. Rantentörl, 2166 m, und Prebertörl, 2194 m	74
27 5.15 Std. Wildenkarseen, 1891 m und 2053 m	78

28	5.30 Std.	Trübeck, 2367 m	80
29	5.15 Std.	Zwiefelderseen, 1809 m und 1925 m	82
30	2.15 Std.	Hornfeldspitze, 2277 m	84
31	3.00 Std.	Greim, 2474 m	86
TOP 32	4.30 Std.	Gstoder, 2140 m	88
33	5.00 Std.	Lasaberg, 1935 m	90
34	2.30 Std.	Tamsweger Rundweg	92
TOP 35	3.15 Std.	Rund um den Mitterberg, 1399 m	94
36	4.30 Std.	Kleiner Königstuhl, 2254 m	96
TOP 37	6.00 Std.	Großer Königstuhl, 2336 m	98
38	5.30 Std.	Gaipahöhe, 2192 m	100
39	4.45 Std.	Durch den Leisnitzgraben	102
40	5.00 Std.	Laußnitzsee, 2001 m	104
41	7.30 Std.	Kareck, 2481 m	106
42	2.45 Std.	Stöcklalm, 1757 m	108
43	4.45 Std.	Treberling Spitze, 2083 m	110
44	7.30 Std.	Schareck, 2466 m	112
45	3.30 Std.	Am Fuße des Speiereck	114
46	5.00 Std.	Ins Wastlkar, 1920 m	116
47	5.30 Std.	Mühlbachsee, 2120 m	118
48	6.30 Std.	Weißbeck, 2711 m	120
49	7.45 Std.	Über die Schrovinscharte zu den Rotgüldenseen	122
TOP 50	5.45 Std.	Murursprung, 1898 m, und Schmalzscharte, 2444 m	124
Stichwortverzeichnis			126