

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
Zu Fuß über die Alpen – ein Traum	10
Kunst und Kultur am Wegesrand	11
Ein wenig Geschichte	11
Kulinarisches	12
Unterwegs im Einklang mit der Natur	13
Sehen, erleben und staunen	13
Praktische Hinweise	14

ALPENTREK-VARIANTE 1 –

Von Garmisch-Partenkirchen nach Meran

- | | | |
|----------|--|-----------|
| 1 | Von Garmisch-Partenkirchen in die Leutasch
Aussichtsreich vor dem Wettersteingebirge | 20 |
| 2 | Über Seefeld und Innsbruck ins Stubaital
Hohe Munde, Kalkkögel und Habicht | 24 |
| 3 | Von Serles und Maria Waldrast weiter nach Sterzing
Matrei, Brenner und Gossensass | 28 |
| 4 | Über den Jaufenpass nach St. Leonhard
Auf den Spuren von Andreas Hofer | 32 |
| 5 | Von St. Martin über Mörrle nach Obertal
Uralte Höfe über dem Passeiertal | 36 |
| 6 | Hüttenwanderung unter dem Hirzer
Zu Alpenrosen und Murmeltieren | 40 |
| 7 | Über Videgg, Taser und Schenna nach Meran
Waalwege und Apfelhaine | 44 |

ALPENTREK-VARIANTE 2 –

Von Hohenschwangau nach Meran

- | | | |
|-----------|---|-----------|
| 8 | Von Hohenschwangau über Heiterwang nach Ehrwald
Königsschlösser und Seen | 50 |
| 9 | Ab Ehrwald über das Marienbergjoch nach Nassereith
Hoch über dem Fernpass | 54 |
| 10 | Entlang des Gurglbachs nach Imst und weiter
nach Landeck
Mieminger Kette und Kaunergrat | 58 |
| 11 | Durch das Inntal über Pfunds zum Reschenpass
Am Dreiländereck | 62 |
| 12 | Reschensee, Haldensee, Mals
Ein einsamer Kirchturm im See | 66 |
| 13 | Über Laas und Schlanders nach Naturns
Weißer Marmor und ein herrliches Tal | 68 |
| 14 | Von Naturns nach Meran
Kulturwanderweg und Marlinger Waal | 72 |

ALPENTREK-VARIANTE 3

Vom Tegernsee nach Meran

- | | |
|---|-----------|
| 15 Vom Tegernsee nach Pertisau am Achensee | 78 |
| Schiffahrt mit Blick auf das Rofangebirge | |
| Variante 15a: Von Valepp durch die Kaiserklamm zum Kaiserhaus | 82 |
| Weite Almen und Wasserfälle | |
| Variante 15b: Durch die Tiefenbachklamm nach Kramsach in Tirol | 84 |
| Entlang der wilden Brandenberger Ache | |
| 16 Achensee – Jenbach – Mayrhofen | 86 |
| Unterwegs mit historischen Eisenbahnen | |
| 17 Über das Pfitscher Joch nach St. Jakob im Pfitschertal | 90 |
| Vom Schlegeis Speicher nach Südtirol | |

18 Talauswärts nach Sterzing	94
Bäuerliche Kultur in einem abgelegenen Tal	
19 Über das Penser Joch ins Sarntal	98
Bequeme Talwanderung	
20 Nach Sarnthein	102
Ins Zentrum der Federkielstickerei	
21 Über die Auener Alm und Hafling nach Meran	106
Ausblicke auf Texel- und Ortlergruppe und die Dolomiten	
 DER ABSCHLUSS	
Von Meran zum Gardasee	
22 Von Meran nach Vöran	112
Zu den Haflinger Pferden	
23 Über St. Jakob in Langfenn nach Jenesien (Bozen)	114
Uralte Lärchen und Dolomitenblick	
24 Nach Deutschnofen	118
Auf dem E 5 mit Ausblick auf den Latemar	
25 Über Maria Weißenstein nach Aldein	122
Zur größten Südtiroler Wallfahrtskirche	
26 Von Aldein über Mezzocorona nach Molveno	124
Etschtal und Brenta	
27 Entlang des Lago Molveno zum Lago Toblino	126
Auf alten Kriegsstraßen	
28 Durch das Sarca-Tal nach Riva del Garda	130
Faszinierende Felsformationen	
29 Mit dem Schiff nach Malcesine und weiter bis Castelletto di Brenzone	132
An einem der schönsten Seen Europas	
30 Über Pai und Albisano nach Garda und mit dem Schiff nach Desenzano	136
Mediterraner Schlussakkord	
Register	140
Impressum	144