

INHALT

Orts- und Sachverzeichnis	9
Vorwort	14
Kurze Geologie Osttirols	15
Einige Tips für unsere Wanderungen	16
Übersichtskarte	18/19
10 Regeln für richtiges Verhalten in den Bergen	221
Wanderausrüstung	222
Anschriften	224

Rundwanderungen

Kleinregion Kals am Großglockner

Nr.		Seite
1.8	Rundgang Großdorf – Spöttling – Großdorf (5 km)	33

Kleinregion Großvenediger

2.1	Das Zedlacher Paradies (etwa 5 km)	35
2.6	Matrei – Innere Steiner Alm – Äußere Steiner Alm – Matrei (7 km)	48
2.7	Matrei – Äußere Steiner Alm – Glanz – Matrei (9 km)	50
2.9	Matrei – Zunigalm – Zunigsee – Agnitzalm – Matrei (10 km)	54
2.10	Matrei – Lukasser Kreuz – Mitteldorf – Virgerberg – Matrei (9,5 km)	56
2.11	Virgen – Bobojach – Virgen (12 km)	58
2.14	Virgen – Obermauern – Marin – Virgen (3,5 km)	64
2.16	Prägraten – Laßnitzalm – Bergersee – Prägraten (10,5 km)	67
2.20	Prägraten – Bichl – Sajat-Hütte – Timmeltal – Bichl (11 km)	75
2.22	Iselrundwanderweg: Huben – St. Johann im Walde – Huben (10 km)	78
2.23	Iselweg: Unterpeischlach – Oberleibning – Unterpeischlach (8 km)	80

Lienz und Umgebung: von Ainet bis Nikolsdorf; von Aßling bis Iselsberg

4.9	Sternalm – Rundweg Stelze (2,2 km)	121
-----	------------------------------------	-----