

Inhalt

Tourenübersicht

5 Fernwanderwege

Alle Touren mit Etappen, Dauer, Distanz, Aufstieg, Schwierigkeit

08–11

Übersichtskarte

Karte im Maßstab 1:1.400.000

Für die Planung der Anreise und die perfekte Übersicht der Region ..

12–13

Endlich... geht es los!

Vorwort und Einführung

Wo die Reise hingehet und was du erwarten kannst.

14–15

Packliste

Endlich alle 7 Sachen zusammen

Alles was du auf deiner Wandertour brauchst

16–17

Verhaltenskodex

Endlich gern gesehen

So verhaltst du dich richtig

18–19

Grundwissen

Wandern, Touren-1x1 & Lexikon

Das solltest du bei deiner Fernwanderung wissen

20–23

34 Etappen auf 5 Fernwanderwegen

Karte und Etappenbeschreibung

Dein Wegweiser zu den schonsten Tagesetappen

26–203

Unsere Wander-Hacks

Tipps, Tipps und Tipps

So erleichterst du dir das Wandern

206–207

Endlich was Neues ausprobieren

Was gibt es noch?

Das alles kannst du in der Region noch erleben

208–209

Von Vorteil für Mensch & Natur

Nachhaltigkeit

5 Tipps fur nachhaltiges Wandern

210–211

Impressum

Kleingedrucktes

Text & Bildnachweis

214–215