

# Inhaltsverzeichnis

## Den Winter mit Schneeschuhen erleben 9

### Einleitung

Vom Fortbewegungsmittel zum Wintersportgerät

10

Warum Schneeschuhgehen?

10

Fitness-Aspekte des Schneeschuhgehens

11

Schneeschuhtypen

12

In welcher Größe gibt es Schneeschuhe?

13

Trekkingstöcke

13

Die richtige Karte

14

Geeignetes Gelände für Schneeschuh Touren

14

Sicher, aber trügerisch: Schneeschuhgehen im Wald

15

Genuss mit Haken: Schneeschuhgehen im Hochgebirge

15

Schneeverhältnisse, Jahreszeit und Lawinenlage

16

Die richtige Schneeschuh-Technik

17

Was lässt sich beim Schneeschuhgehen falsch machen?

19

### Erläuterungen zu den Touren

Weiterführende Informationen

20

20

## DIE TOUREN

### Bregenzer Wald

1 Argenalm, 1688 m/Klippern, 2066 m ○ 26

Gemütliche Eingehtour mit knackiger Variante

### Allgäuer Alpen

2 Hochschelpen, 1552 m/ Piesenkopf, 1629 m ○ 30

Abwechslungsreiche Hochfläche mit Aussicht

3 Tiefenbacher Eck (Rosskopf, 1596 m) ○ 34 Winterrunde am beliebten

Wanderberg

### Tannheimer Gruppe

4 Schönkahler, 1688 m ● 38

Hübscher, aber beliebter Klassiker

## Lechtauer Alpen

5 Joch, 2052 m  
Kurz, aber knackig

○ 40

## Pfaffenwinkel

6 Buchenberg-Runde  
(Hennenkopf, 1356 m)  
Waldrunde mit Aussicht auf altes  
Kulturland

● 42

## Ammergebirge

7 Hochschergen, 1396 m  
Einsame Waldtour  
zu idyllischem Gipfel

○ 44

8 Hörnle-Rundtour, 1548 m  
Almrücken überm Alpenvorland

● 48

## Mieminger Kette

9 Wankspitze, 2209 m  
Hoch überm Inntal

○ 50

13 Altlacher Hochkopf, 1328 m  
Unscheinbare Waldtour  
mit Varianten für Entdecker

● 60

## Arnsitzgruppe

10 Zunteregg, 1682 m  
Kleinod im Aschenputtel-Revier

● 52

14 Bergelskopf, 1423 m  
Einsame Tour mit spannender  
Variante

○ 62

## Isarwinkel

15 Wilfetsberg (Zwölferköpf, 1434 m) ○ 64  
Einsame Tour über urigem Tal

11 Schachen, 1866 m/  
Kämitorkopf, Steilenberg  
Variantenreiche Tagestour zum  
Jagdhaus des Königs

○ 54

16 Längenberg, 1246 m  
Idyllische Tour unter die Isarwinkler  
Wände

● 68

12 Hoher Kranzberg, 1391 m  
Kammwanderung zum kleinen  
Aussichtsberg

● 58

17 Kleiner Ahornboden  
(Denkmal, 1390 m)  
Zwischen kühnen Kalkriesen

● 72

# Inhaltsverzeichnis

18	Hochplatte, 1813 m Belebter Berg mit Hindernis	● 76	23	Höhlesteinalm, 1230 m Waldspaziergang mit Tauernblick	○ 94
<b>Tegernseer Berge</b>					
19	Silberkopf, 1540 m Hübscher Gipfel mit langem Zustieg	● 80	24	Kreuzbergalm, 1300 m Adlerhorst mit eindrucksvollem Wandblick	○ 98
20	Fockenstein, 1564 m Der lange Marsch zum kurzen Berg	● 82	25	Astenalm, 1160 m Waldspaziergang mit Kaiserblick	○ 100
<b>Rofangebirge</b>					
21	Küppal, 1691 m Überraschungsei zwischen wilden Bergen	○ 86	<b>Chiemgauer Alpen</b>		
22	Stamperstallkopf, 1524 m/Jöchl Langer Weg zu unberührten Almhügeln	○ 90	26	Zinnenberg, 1565 m Rassiger Geheimtipp zwischen bekannten Gipfeln	● 102
<b>Brandenberger Alpen</b>					
27	Niederendorfer Berg, 1055 m Entzückendes Kleinod zwischen den Gebirgen	● 106			

28 Exenberg, 1220 m/

Taubenseehütte

● 110

Tirolerisch-Bayerischer Grenzgang  
auf Chiemgauer Aussichtsterrasse

## Kitzbüheler Alpen

29 Schleidererkopf, 1802 m/

Brechhornhaus

● 114

Einsame Eingehtour im beliebten  
Revier

30 Gerstinger Joch, 2035 m

● 118

Aussichtspromenade  
für Konditionsstarke

## Zillertaler Alpen

31 Schönbichl, 2050 m

○ 122

Unerwartetes Juwel im Skigebiet

## Tuxer Alpen

32 Kreuzjoch, 2390 m

Kurztrip in die Arktis

● 126

## Stubaijer Alpen

33 Angerbergkopf, 2399 m

Schräg gestellte Fläche  
mit Überraschungsblick

● 130

34 Schafjoch, 2593 m

Idealer Schneeschuhberg  
im Skirevier

● 132

## Extra: Bayerischer Wald

35 Grosser Arber, 1456 m

Lange Kammtour  
über acht Tausender

● 136

## Register

142

## Bildnachweis/Impressum

144