

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	3
Übersichtskarte	6
Top-Touren	8
Wichtige Hinweise für unterwegs	10
Schwierigkeitskategorien	10
Symbole	13
GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte	14
 Ausgangsorte und Ausflugsziele	16
Wandern in der nördlichen Toskana	28
Informationen und Adressen	36
 Zwischen Pisa und Florenz	
1 4.30 h Zur Rocca di Verruca, 537 m	42
2 2.30 h Rund um Lucca	44
3 3.00 h Zu den Quellen von Lucca	46
4 3.00 h Rund um Massa e Cozzile	48
5 2.30 h Monsummano Alto	51
6 4.30 h Rund um Vinci	53
7 2.30 h Valle dei Fonti und Kirchenruine Mirteto	56
TOP 8 5.30 h Über die Monti della Calvana, 818 m	59
9 2.00 h Durch den Parco Demidoff (Parco Mediceo di Pratolino) ..	63
10 2.30 h Vallombrosa	66
11 3.00 h Monte Secchieta, 1450 m	68
 Casentino und Mugelio	
TOP 12 2.30 h La Verna und der Monte Penna, 1283 m	70
13 5.00 h Von Camaldoli auf den Monte Penna, 1331 m	72
14 3.40 h Monte Falterona, 1654 m	74
15 4.30 h Monte del Prato Andreaccio, 991 m	76
16 4.00 h Val d'Inferno – Torrente Rovigo	78
17 3.10 h Sasso di Castro, 1276 m	80
 Das Bergland von Pistoia und das mittlere Serchiotal	
18 5.30 h Poggio la Croce	82
TOP 19 5.00 h Penna di Lucchio, 1176 m	87
20 3.00 h Zum Lago Scaffaiolo	90
TOP 21 4.00 h Libro Aperto, 1937 m	92
22 3.30 h Rundtour zum Lago Nero	94
23 4.00 h Monte Giovo, 1991 m	96
TOP 24 4.30 h Monte Rondinaio, 1964 m	98
25 2.30 h Orrido di Botri	100
26 3.45 h Von Barga nach Sommocolonia	102

Garfagnana und Lunigiana

	27	5.30 h	Pania della Croce, 1858 m	105
TOP	28	5.30 h	Monte Sumbra, 1765 m, von Osten	107
TOP	29	6.00 h	Monte Sumbra, 1765 m, von Westen	110
	30	3.00 h	Alpe di San Pellegrino, 1700 m	115
TOP	31	5.00 h	Monte Prado, 2054 m	117
	32	2.15 h	Pania di Corfino	119
	33	4.00 h	Sentiero Airone 2	121
	34	1.45 h	Monte Cavalbianco, 1854 m	124
TOP	35	3.00 h	Von Vagli di Sopra nach Campocatino und San Viano . . .	126
	36	5.30 h	Monte Tambura, 1895 m	129
	37	3.15 h	Pizzo d'Uccello, 1781 m	132
	38	5.00 h	Via Ferrata Tordini-Galligani	134
	39	3.30 h	Unter dem Passo del Cerreto	137
	40	5.30 h	Monte Alto, 1904 m	139
	41	6.00 h	Cima Canuti, 1743 m	141
	42	4.30 h	Monte Marmagna, 1852 m	146

Carrara und die Versilia

TOP	43	2.30 h	Monte Gabberi von Farnocchia	148
	44	5.00 h	Monte Sagro, 1748 m	152
TOP	45	6.00 h	Via di Lizza delle Cave Cruze und Via Vandelli	154
	46	4.00 h	Monte Altissimo, 1589 m	158
	47	4.30 h	Waldwege zur Foce di Mosceta	160
TOP	48	5.00 h	Monte Forato, 1223 m	162
	49	5.00 h	Monte Nona, 1279 m	165
	50	4.00 h	Die Hügel über dem Lago di Massaciuccoli	167

Stichwortverzeichnis	170
---------------------------------------	-----