

---

# INHALT

---

<b>1. EINLEITUNG</b>	<b>7</b>
Über Isabelle	8
<b>2. WIE ES FUNKTIONIERT</b>	<b>11</b>
Wanderung oder Badeort auswählen	12
Auswahl der Badeorte	13
Auswahl der Wanderungen	14
Spurlos	15
Schwierigkeitsgrad	16
Wanderzeit	17
Bevor es losgeht	18
Baden in der Natur	20
<b>3. KARTE &amp; INDEX</b>	<b>23</b>
Karte der Wanderungen	24
Index der Badeorte und Wanderungen	26
<b>4. DIE BADEWANDERUNGEN</b>	<b>29</b>
Romandie & Oberwallis	31
Deutschschweiz	153
Graubünden & Tessin	251
Badewandern in Zahlen	276
Isabelles Favoriten	277
Dank	278