
INHALT

1. EINLEITUNG	7
Über Isabelle	8
2. WIE ES FUNKTIONIERT	11
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
3. KARTE & INDEX	23
Karte der Wanderungen	24
Index der Badeorte und Wanderungen	26
4. DIE BADEWANDERUNGEN	29
Romandie & Oberwallis	31
Deutschschweiz	153
Graubünden & Tessin	251
Badewandern in Zahlen	276
Isabelles Favoriten	277
Dank	278