

# Inhalt

|                                                          |    |
|----------------------------------------------------------|----|
| <b>Vorwort</b> .....                                     | 5  |
| <b>Einführung</b> .....                                  | 6  |
| Wandern rund um Meran .....                              | 6  |
| Etschtal.....                                            | 7  |
| Passeiertal.....                                         | 8  |
| Ultental .....                                           | 9  |
| Deutschnonsberg .....                                    | 10 |
| Tschöggberg .....                                        | 11 |
| Texelgruppe .....                                        | 12 |
| <b>Hinweise zum Buch</b> .....                           | 13 |
| <b>Natur und Kultur</b> .....                            | 14 |
| Kulturelle Höhepunkte in und um Meran .....              | 15 |
| 1. Von St. Helena zu zwei Ultner Almen.....              | 17 |
| 2. Burgenwanderung über dem Etschtal .....               | 20 |
| 3. Zwischen Badehaus und Kultstätte .....                | 23 |
| 4. Aussichtsreiche Höhenwanderung am Vigiljoch .....     | 26 |
| 5. Der Aichbergweg .....                                 | 29 |
| 6. Rund um Schloss Tirol .....                           | 32 |
| 7. Im Erlebnisbergwerk St. Martin am Schneeberg.....     | 35 |
| 8. Das Almmuseum Pfistrad und St. Anna .....             | 38 |
| 9. Der Andreas-Hofer-Rundweg .....                       | 41 |
| 10. Wanderung zur Pfandleralm.....                       | 44 |
| 11. Der Passeirer Schildhöfeweg .....                    | 47 |
| <b>► Wasserwege</b> .....                                | 50 |
| Waaltechnik an Bewässerungskanälen im Meraner Land ..... | 51 |
| 1. Der Algunder Waalweg.....                             | 53 |
| 2. Der Tschermser Waalweg .....                          | 56 |
| 3. Der Marlinger Waalweg .....                           | 59 |
| 4. Der Brandiswaalweg .....                              | 62 |
| 5. Der Schenner Waalweg.....                             | 65 |
| 6. Der Maiser Waalweg .....                              | 68 |
| 7. Der Kuenser Waalweg.....                              | 71 |
| 8. Der Riffianer Waalweg.....                            | 74 |
| 9. Der Teufelsteinweg .....                              | 77 |
| 10. Der Matatzer Waalweg .....                           | 80 |
| 11. Der Passerschluhtensteig.....                        | 83 |

|                                                              |     |
|--------------------------------------------------------------|-----|
| ► <b>Genusswanderungen</b> .....                             | 86  |
| Leckere Spezialitäten, nicht nur im Meraner Land .....       | 87  |
| 1. Der Arzkar-Stausee – 2.250 m .....                        | 89  |
| 2. Rund um den Felixer Weiher .....                          | 92  |
| 3. Burgruine Eschenlohe und Baumannhof .....                 | 95  |
| 4. Vom Vigiljoch zur Bärenbadalm .....                       | 98  |
| 5. Der Seebersee im Seebertal .....                          | 101 |
| 6. Der Panoramaweg in Pfelders .....                         | 104 |
| 7. Der Tappeinerweg in Meran .....                           | 107 |
| 8. Vom Sulfner Weiher nach St. Kathrein .....                | 110 |
| 9. Der „Graf Volkmar Weg“ über dem Etschtal .....            | 113 |
| 10. Open-Air-Kino über dem Etschtal .....                    | 116 |
| 11. Von Langfenn zum Gschnoferstall .....                    | 119 |
| 12. Der Kastanienweg in Völlan – <b>BONUSWANDERUNG</b> ..... | 122 |
| <br>► <b>Höfe und Almen</b> .....                            | 125 |
| Höfe und Almen .....                                         | 126 |
| 1. Der Ultner Höfeweg .....                                  | 128 |
| 2. Urige Almen auf der Ultner Sonnenseite .....              | 131 |
| 3. Almen über dem Zoggler-Stausee .....                      | 134 |
| 4. Die Almen über Proveis .....                              | 137 |
| 5. Die Fagls Alm und ihr See .....                           | 140 |
| 6. Die Almen über Stuls .....                                | 143 |
| 7. Die Almen über Wanns .....                                | 146 |
| 8. Almenrunde am Hirzer .....                                | 149 |
| 9. Die Streitweider Alm .....                                | 152 |
| 10. Almen zwischen Hafling und Meran 2000 .....              | 155 |
| 11. Almentrio über Hafling .....                             | 158 |
| <br>► <b>Höhenwege und Hütten</b> .....                      | 161 |
| Flora und Fauna im Gebirge .....                             | 162 |
| 1. Die Höchster Hütte am Grünsee – 2.560 m .....             | 164 |
| 2. Das „Schusterhüttl“ – 2.310 m .....                       | 167 |
| 3. Hans-Frieden-Weg und Vellauer Felsenweg .....             | 170 |
| 4. Die Spronser Seenplatte .....                             | 173 |
| 5. Die Bockerhütte – 1.700 m .....                           | 176 |
| 6. Die Obisell-Almen und ihr See .....                       | 179 |
| 7. Die Stettiner Hütte – 2.875 m .....                       | 182 |
| 8. Der Passeirer Panoramaweg .....                           | 185 |
| 9. Der Passeirer Höhenweg .....                              | 188 |

|                                         |            |
|-----------------------------------------|------------|
| 10. Der Taser Höhenweg .....            | 191        |
| 11. Die Ifinger Hütte – 1.815 m .....   | 194        |
| <b>► Gipfeltouren .....</b>             | <b>197</b> |
| Flora und Fauna in der Gipfelwelt ..... | 198        |
| 1. Nagelstein – 2.469 m .....           | 200        |
| 2. Ilmspitz – 2.657 m .....             | 203        |
| 3. Hoher Dieb – 2.730 m .....           | 206        |
| 4. Große Laugenspitze – 2.434 m .....   | 209        |
| 5. Gantkofel – 1.868 m .....            | 212        |
| 6. Mutspitze – 2.295 m .....            | 215        |
| 7. Matatzspitze – 2.179 m .....         | 218        |
| 8. Sefiarspitze – 2.846 m .....         | 221        |
| 9. Hirzer – 2.781 m .....               | 224        |
| 10. Großer Mittagter – 2.422 m .....    | 227        |
| 11. Kleiner Ifinger – 2.552 m .....     | 230        |
| <b>Die Autoren .....</b>                | <b>233</b> |