

## Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b> . . . . .	5
<b>Zum Gebrauch des Führers</b> . . . . .	8
<b>Sicher unterwegs</b> . . . . .	12
<b>Umweltfreundlich unterwegs</b> . . . . .	14
<b>Nützliche Telefonnummern und Adressen</b> . . . . .	17
<b>Tourengebiet Süd- und Osttiroler Pustertal</b> . . . . .	18
<b>Talorte und Tourismusvereine</b> . . . . .	20
<b>Übersichtskarte</b> . . . . .	24
 <b>Südtiroler Pustertal Nord –</b>	
<b>Valser Tal, Tauferer-Ahrntal, Antholzer Tal und Gsieser Tal</b>	
1 Wilde Kreuzspitze, 3132 m . . . . .	26
2 Wurmaulspitze, 3022 m . . . . .	28
3 Bärentaler Spitze, 2450 m . . . . .	30
4 Magerstein, 3273 m . . . . .	32
5 Schneebiger Nock, 3358 m . . . . .	36
6 Merbjoch, 2828 m . . . . .	38
7 Rötspitze, 3495 m . . . . .	40
8 Ahrner Kopf, 3051 m . . . . .	44
9 Schientalkopf, 2773 m . . . . .	46
10 Dreiecker, 2892 m . . . . .	48
11 Fünfte Hornspitze, 3148 m . . . . .	50
12 Henne (Gorner Berg), 2475 m . . . . .	52
13 Speikboden, 2517 m . . . . .	54
14 Hoher Weißzint, 3370 m . . . . .	56
15 Großer Möseler, 3479 m . . . . .	60
16 Eisbruggspitze, 2787 m . . . . .	62
17 Rote Wand, 2818 m . . . . .	64
18 Hinterbergkofel, 2727 m . . . . .	66
19 Hoher Mann, 2593 m . . . . .	70
20 Rotlahner, 2748 m . . . . .	72
21 Toblacher Hochhorn, 2623 m . . . . .	74
 <b>Osttiroler Pustertal –</b>	
<b>Villgraten und Tiroler Gailtal</b>	
22 Vom Thurntaler zum Marchkinkele, 2545 m . . . . .	76
23 Hochrast, 2436 m . . . . .	80
24 Marchkinkele, 2545 m . . . . .	82
25 Pürglesungge, 2500 m . . . . .	84

26 Kreuzspitze, 2624 m . . . . .	86
27 Gabesitten, 2665 m . . . . .	88
28 Dorfberg, 2114 m . . . . .	90
29 Golzentipp, 2317 m . . . . .	92
30 Steinrastl, 2184 m . . . . .	94
31 Hoher Bössring, 2324 m . . . . .	96
32 Öfenspitze, 2334 m . . . . .	98
 <b>Südtiroler Pustertal Süd –</b>	
<b>Sextental, Höhlensteintal, Pragser Tal und Gadertal</b>	
33 Roteck, 2390 m . . . . .	100
34 Sextner Stein, 2539 m . . . . .	102
35 Rund um die Drei Zinnen . . . . .	106
36 Strudelkopf, 2307 m . . . . .	110
37 Dürrenstein, 2839 m . . . . .	112
38 Kleiner Jaufen, 2372 m . . . . .	114
39 Großer Jaufen, 2480 m . . . . .	116
40 Seekofel, 2810 m . . . . .	118
41 Monte Sella di Sennes, 2787 m . . . . .	120
42 Äußere Eisengabelspitze, 2534 m . . . . .	122
43 Col Becchei di Sopra (Pareispitze), 2794 m . . . . .	124
44 Zehnerspitze, 3026 m . . . . .	126
45 Sankt Antoni Spitze, 2655 m . . . . .	130
46 Col Costac, 2199 m . . . . .	132
47 Muntejela, 2676 m . . . . .	134
48 Zwölferkofel, 2384 m . . . . .	136
49 Sobutsch, 2486 m . . . . .	138
50 Großer Peitlerkofel, 2875 m . . . . .	140
 <b>Stichwortverzeichnis . . . . .</b>	142