

1	Auf den Piz Lad	5,8 km	4:00 Std.	16
2	Auf den Äußenen Nockenkopf	7,2 km	4:30 Std.	18
3	Schöneben-Höhenweg	5,7 km	2:30 Std.	20
3	Auf die Seebodenspitz	6,8 km	4:30 Std.	24
3	Auf das Großhorn	7,2 km	6:00 Std.	28
6	Grauner Berg und Pedross-See	12,4 km	6:00 Std.	32
7	Zur Weißkugelhütte	11,1 km	4:00 Std.	36
8	Auf den Vorderen Schmied	13,7 km	7:00 Std.	40
3	Zur Watles und zum Pfaffensee	6,8 km	2:30 Std.	42
10	Zur Sesvennahütte	10 km	3:30 Std.	46
11	Auf die Spitzige Lun	7,8 km	3:40 Std.	50
12	Auf das Glurnser Köpfl	9,4 km	5:30 Std.	54
13	Zur Oberetteshütte	11,6 km	5:00 Std.	58
14	Über die Saldurseen	14 km	8:00 Std.	62
15	Churburg – Schludernser Waale	6,3 km	3:00 Std.	66
18	Auf den Piz Chavalatsch	16,1 km	7:20 Std.	70
17	Goldseeweg zum Stilfser Joch	7,5 km	4:30 Std.	74
18	Zu den Heiligen Drei Brunnen	7 km	3:00 Std.	78
19	Zur Düsseldorfer Hütte	7,7 km	4:00 Std.	82
20	Auf das Hintere Schöneck	11 km	6:00 Std.	86

21	Über den Morosiniweg	5 km	2:45 Std.	90
22	Zur Hinteren Schöntaufspitze	7,6 km	4:40 Std.	94
35	Laaser Almenwanderung	10,9 km	4:40 Std.	98
23	Auf den Saurüssel	13,4 km	7:00 Std.	100
23	Der Zaaiwaai bei Kortsch	4,1 km	1:50 Std.	104
35	Schlandrauner Höhenweg	11,3 km	3:00 Std.	108
27	Auf die Köpfipiatte	13 km	5:00 Std.	112
23	Zufallhütte–Marteller Hütte	8 km	4:15 Std.	116
23	Dreitälerwanderung Martell	11,8 km	4:15 Std.	118
23	Auf die Vordere Rotspitze	9,7 km	6:30 Std.	122
35	Göflaner Scharte und Alm	12,3 km	5:30 Std.	126
32	Latschander Waalweg	6 km	2:30 Std.	130
23	Auf die Vermoispitze	7 km	6:50 Std.	134
34	Am Schnalswaal nach Juval	7,4 km	2:30 Std.	138
35	Über Trumsberg nach St. Martin	7,7 km	4:00 Std.	142
23	Auf den Tellakopf	7,8 km	4:30 Std.	146
23	Acht-Kirchen-Wanderung	6,3 km	3:15 Std.	148
23	Vinschger Höhenweg Teil 1	29,2 km	9:00 Std.	152
35	Vinschger Höhenweg Teil 2	45 km	13:40 Std.	156
40	Vinschger Höhenweg Teil 3	39,2 km	12:00 Std.	160
	Register			164
	Impressum			168