

# Inhalt

	<b>Vorwort</b>	2
	<b>Allgemeine Vorbemerkungen</b>	6
	<b>Zum Gebrauch des Buches</b>	9
▶ 1	<b>Lichtbrenntjoch, 1961 m</b> Vom Plansee durchs Pitzental	16
▶ 2	<b>Altenbergrunde über Kreuzkopf, 1909 m</b> Im Bogen vom Ochsenälpeleskopf zum Schlagstein	19
▶ 3	<b>Scheinbergspitze, 1926 m – Lösertalkopf</b> Über den Ostrücken und zum Hasentalkopf	22
▶ 4	<b>Kuchelberg und Kreuzspitze, 2185 m</b> Über den langen Nordostausläufer	26
▶ 5	<b>Vom Kienjoch, 1953 m, zur Notkarspitze</b> Rund um das Kuhalmtal	30
▶ 6	<b>Vom Kofel bis zum Hennenkopf, 1768 m</b> Über Brunnberg, Sonnenberg und Co.	34
▶ 7	<b>Friederspitz, 2049 m – Schellschlicht, 2053 m</b> Von Griesen zum abgelegenen Kreuzspitzl	40
▶ 8	<b>Vorderer Igelskopf, 2224 m</b> Schleife durch Brendlkar und Igelskar	45
▶ 9	<b>Großer Waxenstein, 2277 m</b> Mit Rückweg über den Oberen Schafsteig	48
▶ 10	<b>Hoher Fricken, 1940 m</b> Überschreitung von Farchant	52
▶ 11	<b>Hohe Kisten, 1922 m</b> Rundtour durch Archtal und Pustertal	54
▶ 12	<b>Meilerhütte, 2375 m</b> Hirschbichlschlucht mit Kämitor- und Zirbelkopf	57
▶ 13	<b>Arnsnitz-Überschreitung, 2196 m</b> Via Große Arnsnitz zur Arnplattenspitze	62
▶ 14	<b>Lalidererwand – Grubenkarspitze, 2663 m</b> Ein Teil der Roßloch-Umrahmung	66
▶ 15	<b>Toni-Gaugg-Weg</b> Von der Pleisenhütte zum Karwendelhaus	71
▶ 16	<b>Kreuzwand, 2132 m</b> Durchs Vordere Dammkar	76
		3

- ▶ **17 Steinkarkopf, Soiernspitze und Seinskopf**  
Rund um das Seinsbachtal 78
- ▶ **18 Galgenstangenjoch – Krapfenkarspitze**  
Kammtour über Baierkarspitze und Dreierspitze 82
- ▶ **19 Rappenklammspitze – Wechselkopf, 1835 m**  
Rundtour über die Wechselschneid 87
- ▶ **20 Kotzen und Stierjoch, 1908 m**  
Von Fall mit Rückweg durchs Krottenbachtal 90
- ▶ **21 Probstenstein und Hennenkopf, 1613 m**  
Zwei Routen aus dem Arzbachtal 94
- ▶ **22 Vom Geigerstein zum Rechelkopf**  
Große Schleife über den Fockenstein 97
- ▶ **23 Schildenstein und Platteneck, 1617 m**  
Durch die Wolfsschlucht 102
- ▶ **24 Von der Marbichler zur Schreckenspitze**  
Achenkircher Grattour via Kafell und Rether Kopf 105
- ▶ **25 Bettlerkarspitze, 2268 m**  
Von der Plumsjochhütte über den Nordgrat 110
- ▶ **26 Rotspitz, Hochiss, 2299 m, und Klobenjoch**  
Über den Dalfazer Kamm 112
- ▶ **27 Thaler Joch, 1775 m**  
Rundtour von der Kaiserklamm 116
- ▶ **28 Bodenschneid, 1668 m**  
Überschreitung von Enterrottach 119
- ▶ **29 Aiplspitz, 1759 m, und Jägerkamp, 1746 m**  
Die Umrahmung des Auracher Kessels 122
- ▶ **30 Maroldschneid und Rotwand, 1884 m**  
Aus dem Ursprungtal 125
- ▶ **31 Großer Traithen, 1852 m, und Trainsjoch**  
Die Nesseltal-Umrahmung 128
- ▶ **32 Rampoldplatte und Hochsalwand, 1625 m**  
Rundtour aus dem Jenbachtal 132
- ▶ **33 Via Zellerhorn bis zum Spitzstein, 1596 m**  
Von Aschau über die Berge bis nach Sachrang 135
- ▶ **34 Vom Scheffauer zum Sonneck, 2260 m**  
Über die Hackenköpfe 140

▶ 35	<b>Roßkaiser, 1970 m</b> Von Durchholzen über den Heuberg	144
▶ 36	<b>Mitterkaiser-Hauptgipfel, 2001 m</b> Das Griesener Hufeisen	147
▶ 37	<b>Zwölferhörnl und Seehorn, 2155 m</b> Über den Brunnkopf zum Nuaracher Höhenweg	150
▶ 38	<b>Grießener Hochbrett – Ritzenkarscharte</b> Über das Hundshörnl ins Ebersbergkar	155
▶ 39	<b>Hörndlwand und Gurnwandkopf, 1691 m</b> Rundtour am Hochkienberg	160
▶ 40	<b>Hochfelln, 1671 m</b> Über die Strohschneid bis zum Gröhrkopf	162
▶ 41	<b>Sonntagshorn, 1961 m</b> Durch die Kraxenbachtäler	166
▶ 42	<b>Ristfeuchthorn, 1566 m</b> Rundtour aus dem Saalachtal	170
▶ 43	<b>Über den Zwiesel, 1782 m, zum Hochstaufen</b> West-Ost-Überschreitung des Staufenzuges	172
▶ 44	<b>Vom Predigtstuhl zum Karspitz</b> Die Längsüberschreitung des Lattengebirges	176
▶ 45	<b>Edelweißlahner, 1953 m, und Eisberg</b> Direttissima vom Hintersee	180
▶ 46	<b>Steinberg, 2065 m</b> Von der Schärtenalm zur Blaueshütte	184
▶ 47	<b>Kleiner Watzmann, 2307 m</b> Überschreitung von Kühroint	186
▶ 48	<b>Funtenseetauern, 2578 m</b> Von der Wasseralm zum Kärlingerhaus	190
▶ 49	<b>Rotspielscheibe und Fagstein, 2164 m</b> Via Königstalalm zur Priesbergalm	196
▶ 50	<b>Hohes Brett und Hoher Göll, 2522 m</b> Über die Brettgabel und durchs Alpeltal	200
	<b>Stichwortverzeichnis</b>	204
	<b>Telefonnummern und Internetadressen</b>	207
	<b>Impressum</b>	208