

# Inhalt

- 9 Vorwort
  
- 10 So wird Gratwandern zum Hochgenuss
- 14 Die Touren nach Schwierigkeitsgrad
  
- 17 **Graubünden, Glarus, Liechtenstein**
  
- 18 Weg der roten Erde  
**Vom Schilt zum Gufelstock**
- 20 Fürstenweg  
**Von den Drei Schwestern zum Alpspitz**
- 22 Heinzenbergweg  
**Von Tschappina nach Präz**
- 24 Heidelbeerweg  
**Vom Piz Scalottas zum Dreibündenstein**
- 26 Walserweg  
**Vom Glattwang zur Blackter Flüe**
- 28 Marathonweg  
**Von Monstein über den Stulsergrat nach Filisur**
- 30 Davoserweg  
**Vom Jakobshorn nach Sertig Dörfli**
- 32 Berninaweg  
**Vom Piz Surlej zum Piz Mezdi**
  
- 35 **Ostschweiz, Zürich**
  
- 36 Steinbockweg  
**Vom Tanzboden zum Speer**
- 38 Kurweg  
**Von Gais nach Heiden**
- 40 Beizentour  
**Von Brülisau über Roslen- und Chreialpfirst nach Wildhaus**
- 42 Seealpweg  
**Von Wasserauen über den Marweesgrat zur Meglisalp**
- 44 Lägernweg  
**Von Baden nach Regensberg**
- 46 Zürcherweg  
**Von Adliswil über den Albis nach Sihlbrugg**
- 48 Nagelfluhweg  
**Von Steg übers Schnebelhorn nach Wald**
- 50 Gnadenweg  
**Vom Etzelpass übers Stöcklichrüz nach Willerzell**

53 **Nordwestschweiz, Jura**

54 Belchenweg

**Vom Unteren Hauenstein nach Waldenburg**

56 Planetenweg

**Vom Balmberg über den Weissenstein zum Grenchenberg**

58 Parkweg

**Vom Chasseral nach Frinvillier**

60 Waadtländerweg

**Vom Mont de Baulmes zum Suchet**

62 Promenadenweg

**Von der Vue des Alpes zum Mont Racine**

65 **Berner Oberland, Westschweiz**

66 Voralpenweg

**Vom Gantrisch zum Stockhorn**

68 Zenweg

**Vom Leiterli zum Wasserngrat**

70 Hüttenweg

**Von Mitholz übers Gehrihorn ins Kiental**

72 Sichleweg

**Vom Niederhorn zum Sigriswiler Rothorn**

74 Greyerzerweg

**Vom Moléson zum Teysachaux**

76 Festungsweg

**Von den Rochers de Naye zum Malatraix**

79 **Zentralschweiz**

80 Dohlenweg

**Vom Briener Rothorn zum Höch Gummen**

82 Schrattenweg

**Vom Hengst zum Schibengütsch**

84 Drachenweg

**Vom Pilatus zum Mittaggüpfli**

86 Mittelweg

**Vom Höch Dossen über den Arnigrat zur Wandelen**

88 Arvenweg

**Vom Stanserhorn über den Arvigrat zum Gräfimattstand**

90 Vierwaldstätterweg

**Vom Glattigrat zum Oberbauenstock**

92 Mythenweg

**Vom Nüsellstock zur Haggenegg**

94 Furgelenweg

**Vom Furgelenstock zum Spirstock**

96 Mergelweg

**Vom Gnipen zur Langmatt**

- 98 Bergblumenweg  
**Vom Fronalpstock zum Chlingenstock**
- 100 Oberländerweg  
**Vom Pazolastock zum Piz Badus**
- 102 Lucendroweg  
**Vom Winterhorn zum Pizzo dell'Uomo**
  
- 105 **Tessin**
- 106 Tessinerweg  
**Vom Monte Tamaro zum Monte Lema**
- 108 Weg der alten Zähne  
**Von den Denti della Vecchia zum Monte Boglia**
- 110 Mauerweg  
**Vom Sassariente zur Cima di Sassello**
- 112 Wilder Weg  
**Von der Capanna Efra zur Alpe Fümegna**
  
- 115 **Wallis**
- 116 Weg ins Nichts  
**Vom Magehorn zum Straffelgrat**
- 118 Aletschweg  
**Von der Riederalp zum Bettmerhorn**
- 120 Gletscherweg  
**Vom Gornergrat zum Stockhorn**
- 122 Vispertaler Sonnenweg  
**Vom Augstbordhorn zum Dreizehntenhorn**
- 124 Weg des Grand Combin  
**Vom Mont Rognieux zum Pierre Avoi**
- 126 Rhoneweg  
**Vom Col de la Forclaz zum Mont de l'Arpille**
- 128 Kaiserweg  
**Von der Crêt du Midi zum Roc d'Orzival**
  
- 130 Register
- 131 Autoren
- 131 Bildnachweis