

	Seite
Zum Geleit	8
Vorwort des Verfassers	9
Interpretation der Piktogramme	10
Interpretation der Routenfotos	11
Interpretation der Routenskizzen	11
SAC-Schwierigkeitsbewertung für Schneeschuhtouren	12
Zur Planung von Schneeschuhtouren	14
Lawinengefahr – Lebensgefahr	14
Andere Gefahren	20
Helikopter-Rettung	21
Umweltfreundlich unterwegs	24
Schneeschuhtouren mit Rücksicht – den Wildtieren zuliebe	26
Bergwinter	26
Überleben im «Kühlschrank»	27
Wer wohnt in der alpinen Eiskälte?	28
Was passiert, wenn Wildtiere gestört werden?	32
Bitte nicht stören!	34
Wildruhezonen und Wildschutzgebiete	35
Sensibilisierungskampagne «Respektiere deine Grenzen»	36
SAC Führerliteratur	37
Nützliche Informationen	37
Schneeschuh- und Skitourenkarten	39
Schneeschuhe und Ski	40
Hinweise, nützliche Adressen und Literatur	41

E Einsteigertour

Landschaft Davos	42
1 Pischa – Pischahorn	44
2 Wägerhus – Jöriseen	46
3 Teufi – Chamanna Grialetsch – Flüelapass	48
4 Jakobshorn – Sertig Dörfli (E)	52
5 Monstein – Büelenhorn	54
6 Bergün – Keschhütte	56
7 Latsch – Cuolm da Latsch (E)	60
8 Alp Darlux – Tschimas da Tisch	62
9 Preda – Palpuogna (E)	64

Julier und Avers	68
10 Rona – Plaz Bleischen – Proschen – Tinizong (E)	70
11 Sur – Alp Flix (Marmorera) (E)	72
12 Julierpass – Valletta dal Güglia – Spelm Ravulaunas	74
13 Bivio – Crap da Radons	76
14 Julier Hospiz – Fuorcla Grevasalvas (E)	78
15 Avers-Cröt – Val Madrisch (E)	80
16 Bergalgatal – Sascetpass	82
17 Juf – Uf da Flüe	84
18 Maloja/Plaun da Lej – Blaunca (E)	86

Oberengadin und Puschlav	88
19 Sils – Ca d'Starnam (– Maloja) (E)	90
20 Furtschellas – Piz Chüern	92
21 Las Trais Fluors – Cho d'Valletta – Samedan	94
22 Muottas Muragl – Lej Muragl	96
23 St.Moritz – Alp da Staz (E)	98
24 Pontresina/Roseg – Chna Coaz	100
25 Morteratsch – Chamanna Boval (E)	102
26 Rund um den Piz Lagalb	104
27 Bernina Suot – Alp Grüm (E)	106
28 Sfazù – Saoseo (Rundwanderung) (E)	108
29 Saoseo – Val Viola	110

Mittleres Engadin	112
30 La Punt – Albulapass (E)	114
31 Chamuesch – Alp Müsella	116
32 Madulain – Chamanna d'Es-cha – Fuorcla Pischa	118
33 Madulain – Alp Belvair	120
34 Zuoz/Resgia – Piz Arpiglia	122
35 S-chanf – Alp Griatschouls (E)	124
36 La Resgia – Val Susauna (E)	126
37 Zernez – Clüs	128
38 Zernez – Bellavista	130

Unterengadin und Müstair	132
39 Buffalora – Munt Buffalora	134
40 Fuldera – Santa Maria (E)	136
41 Lü – Murters da Champatsch – Minschuns	138
42 Fuldera Daint – Alp Sadra (E)	140
43 Guarda – Chamanna Tuoi (E)	142
44 Guarda – Chamanna Cler	144
45 Ftan – Alp Laret	148

46 Ardez – Val Tasna (E)	150
47 Tarasp/Fontana – Alp Laisch	152
48 S-charl – Alp Astra – Minschuns oder Lü (E)	154
49 Vnà – Hof Zuort (E)	156
50 Vnà – Alp Discholas	158
51 Tschlin – Pra Grond (E)	160

Inhaltsverzeichnis nach Schwierigkeit	162
Stichwortverzeichnis	165