

INHALTSVERZEICHNIS

| | | | |
|---|----|---|----|
| SIEBEN MAL SIEBEN | | | |
| Sieben mal sieben Gipfelziele | 6 | 5 Schildenstein, 1613 m Schluchten, Almen und ein Panorama | 26 |
| Alpine Vielfalt | 7 | 6 Wendelstein, 1838 m Ganz ohne Bahn auf den viel besuchten Aussichtsberg | 28 |
| Ausrüstung | 9 | | |
| Auf Schusters Rappen | 10 | 7 Brünnstein, 1619 m Markanter Gipfelzahn über dem Inntal | 30 |
| Das Wetter | 10 | | |
| Kinder | 11 | | |
| Ein Wort zum Umweltschutz | 11 | | |
| DIE BAYERISCHEN VORALPEN | | | |
| 1 Herzogstand und Heimgarten, 1791 m Königliches Panorama | 14 | RUND UM BRUNECK | 32 |
| 2 Benediktenwand, 1800 m Eine Überschreitung der Extraklasse | 18 | 1 Astjoch, 2194 m Schöner als der Kronplatz | 36 |
| 3 Grasköpfl, 1753 m Wasserspiele und Karwendelschau | 20 | 2 Speikboden, 2517 m Was für ein Panorama! | 38 |
| 4 Roß- und Buchstein, 1701 m Zwei Gipfel und ein Wolkenhaus | 22 | 3 Napfspitze, 2888 m Gipfel und Höhenweg vor dem Zillertaler Hauptkamm | 40 |
| | 24 | 4 Große Windschar, 3041 m Eckpfeiler der Rieserfernergruppe | 42 |
| | | 5 Rammelstein, 2483 m Wandergipfel vor den Rieserferner Dreitausendern | 44 |
| | | 6 Piz da Peres, 2507 m Aussichtskanzel am Rand der Dolomiten | 46 |
| | | 7 Herrstein, 2447 m Guck-ins-Land über dem Pragser Wildsee | 48 |
| DAS HOCHABTEI | | | |
| 1 Sas de Crosta, 2396 m Wandergipfel zwischen Wengen- und Rautal | 50 | 1 Sas de Crosta, 2396 m Wandergipfel zwischen Wengen- und Rautal | 54 |
| 2 Heiligkreuzkofel, 2907 m Was für ein Profil! | 56 | 2 Heiligkreuzkofel, 2907 m Was für ein Profil! | 56 |
| 3 Col di Lana, 2452 m Aussicht und Rückblick | 58 | 3 Col di Lana, 2452 m Aussicht und Rückblick | 58 |
| 4 Piz Boè, 3152 m Auf den »leichtesten Dreitausender der Dolomiten« | 60 | 4 Piz Boè, 3152 m Auf den »leichtesten Dreitausender der Dolomiten« | 60 |
| 5 Puezspitze, 2913 m Schön oder nicht? | 62 | 5 Puezspitze, 2913 m Schön oder nicht? | 62 |

| | | | | |
|---|---|-----|---|-----|
| 6 | Sas Ciampac, 2672 m Im Schatten der Sella | 64 | BERNER OBERLAND | 104 |
| 7 | Sassongher, 2665 m Auf das Wahrzeichen von Corvara | 66 | 1 Sigriswiler Rothorn, 2051 m Schroffer Kalkfels über grünen Matten | 108 |
| | | | 2 Morgenberghorn, 2249 m Beerenparadies mit Seeblick | 110 |
| | | | 3 Jegertosse, 2154 m, und Doldenhornhütte Ein Balkon voller Blumen und eine SAC-Hütte | 112 |
| | | | 4 Wyssi Flue, 2472 m Spannende Gipfel-, Pass- und Seenwanderung | 114 |
| | | | 5 Männlichen, 2342 m Wandern vor der berühmtesten Nordwand der Alpen | 116 |
| | | | 6 Faulhorn, 2681 m Der schönste Höhenweg des Oberlandes! | 118 |
| | | | 7 Hochstollen, 2481 m Aussichtswandern zwischen Hasliberg und Melchsee | 120 |
| | | | DAS SÜDLICHE TESSIN | 122 |
| | | | 1 Sassariente, 1768 m Der Merlot-Gipfel | 126 |
| | | | 2 Salmone, 1560 m Aussichtsberg über der Mündung des Maggiatals | 128 |
| | | | 3 Corona dei Pinci, 1293 m Was für ein schöner Platz! | 130 |
| | | | 4 Pizzo Ruscada, 2004 m Ein Tessiner »End' der Welt« | 132 |
| | | | 5 Monte Gambarogno, 1734 m See- und Bergblick | 134 |
| | | | 6 Monte Boglia, 1516 m Ein Gipfel, zwei Tessiner Dörfer und ein Uferweg | 136 |
| | | | 7 Monte Generoso, 1701 m Der Rigi des Ticino – ganz ohne Bergbahn | 138 |
| | | | Register | 141 |
| | | | Impressum | 144 |
| | | | DIE GARDASEEBERGE | |
| 1 | Monte Stivo, 2059 m Einstieg von oben | 72 | | |
| 2 | Monte Altissimo di Nago, 2079 m Ein fantastisches Belvedere | 74 | | |
| 3 | Cima Valdritta, 2218 m Der Gipfel des Monte Baldo | 76 | | |
| 4 | Cima della Nara, 1376 m, und Cima al Bal, 1260 m Gratwanderung zwischen Garda- und Ledrosee | 78 | | |
| 5 | Il Corno, 1730 m Kantiges Profil über dem Ledrosee | 80 | | |
| 6 | Monte Cadria, 2254 m Kein anderer ist höher! | 82 | | |
| 7 | Monte Misone, 1803 m Steile Stirn, breiter Rücken | 84 | | |
| | | | DIE WESTLICHEN JULISCHEN ALPEN | |
| | | | 86 | |
| 1 | Jöf di Miezegnot, 2087 m Ein Aussichtsbalkon | 90 | | |
| 2 | Nabois Grande, 2313 m Rund herum und hinauf | 92 | | |
| 3 | Jöf di Montasio, 2753 m Was für ein Koloss! | 94 | | |
| 4 | Picco di Mezzodi, 2063 m Felszacken über dem Römlertal | 96 | | |
| 5 | Mangart, 2677 m Hohes Ziel, kurzer Weg | 98 | | |
| 6 | Cuel de la Bareta, 1522 m Schluchten, schmale Wege und eine Felsenfestung | 100 | | |
| 7 | Baba Grande, 2160 m Alpengipfel mit Meerblick | 102 | | |