

## VINSCHGAU

1	Wanderung im Schweizer Nationalpark .....	8
2	Über die Grenzen von Kloster zu Kloster .....	10
3	Waalwegwanderung am Vinschger Sonnenberg .....	12
4	Zur Lyfi-Alm im Martelltal .....	14
5	Am Waalweg in Latsch .....	16
6	Frühjahrswanderung am Vinschger Sonnenberg .....	18
7	Mit Lamas unterwegs in Tabland .....	20

## MERAN & UMGEBUNG

8	Auf den Spuren von San Romedio .....	22
9	Wanderung ins Nonstal nach Fondo .....	24
10	Schneeschuhwanderung am Gampenpass .....	26
11	Wanderung im Tisner Mittelgebirge .....	28
12	Weihnachtliche Schneeschuhtour am Vigiljoch .....	30
13	Das blaue Gold vom Vigiljoch .....	32
14	Über Longfall zum Kuenser Waalweg .....	34
15	Pilgern zum Heupapst am Niedersteinhof .....	36
16	Wanderung auf dem Urlärchenweg in Platt .....	38
17	Granatenwanderung unterm Timmelsjoch .....	40
18	Obergurgler Zirbenwald im Ötztal .....	42

## BOZEN & UMGEBUNG

19	Zu den Stoanernen Mandln auf dem Tschöggelberg .....	46
20	Terlaner Spargelwanderung .....	48
21	Wanderung zu den Rosszähnen in Südtirols Süden .....	50

22	Kurtatscher Weinlehrpfad	52
23	Auf dem Dürerweg bei der Salurner Klause	54
24	Klettern durch den Rio Secco	56
25	Porphyrwanderung im Cembratal	58
26	Pyramidenrundwanderung in Steinegg	60
27	Wanderung auf dem Geogensteig im Frötschtaal	62
28	Der Oachner Höfeweg im Völser Mittelgebirge	64
29	Zu den Seebergseen in Reinswald	66

### **EISACKTAL & WIPPTAL**

30	Wanderung nach Bad Dreikirchen in Barbian	68
31	Von Waidbruck nach Tagusens	70
32	Der Heilkräuter-Panoramaweg in Spiluck	72
33	Schneeschuhwanderung auf der Allrissalm	74
34	Schneeschuhwanderung am Brenner	76

### **PUSTERTAL & DOLOMITEN**

35	Geogenwanderung in Villnöß	80
36	Schneeschuhwanderung ins Mühlbachtal	82
37	Kneippen im Ahrntal	84
38	Zu den Sandsiedern im Keilbachmoos	86
39	Kneippwanderung im Gsieser Tal	88
40	Wasserwanderung zum Wildbad Innichen	90
41	Wanderung zu den Sextner Mühlsteinen	92
42	Wassererlebnisweg St. Jakob im Defereggental	94