

<u>Über den Autor</u>	8		
<u>Symbole & Abkürzungen</u>	8		
<u>Einleitung</u>	9		
<u>Reise-Infos von A bis Z</u>	11		
An- und Abreise	12	Kosten	18
Abkürzungen, Alternativen, Abstecher	12	Mountainbike	18
Anforderungen	12	Nahverkehr	18
Ausrüstung	12	Notruf	18
Essen und Trinken	13	Reisezeit	18
Etappeneinteilung und -planung	14	Sicherheit	19
Geld	14	Tiere und Pflanzen	20
Geschichte	15	Trinkwasser	21
Handy	15	Touristinfo	21
Höhenmeter	16	Übernachten	21
Hund	16	Umgebung	22
Information	16	Updates	22
Karten und GPS	17	Wandernadel	22
Kinder	17	Wegezustand	23
Klima	17	Zeitangaben	23
<u>Der Salzburger Almenweg</u>	25		
1. Etappe: Pfarrwerfen bis Arthurhaus	26		
2. Etappe: Arthurhaus bis Dientner Sattel	31		
3. Etappe: Vom Dientner Sattel zum Schneebergkreuz	34		
4. Etappe: Schneebergkreuz bis Goldeck/Meislsteinalm	35		
5. Etappe: Meislsteinalm bis Lend	37		
6. Etappe: Von Lend bis zur Drei-Waller-Kapelle	39		
7. Etappe: Drei-Waller-Kapelle bis Heinreichalm (Dorfgastein)	42		

8. Etappe: Heinreichalm bis Biberalm	45
9. Etappe: Biberalm bis Schlossalm Bergstation	47
10. Etappe: Schlossalm Bergstation bis zum Waldgasthof Angertal	51
11. Etappe: Waldgasthof Angertal bis Sportgastein	54
12. Etappe: Sportgastein bis Talstation Stubnerkogelbahn	59
13. Etappe: Stubnerkogelbahn bis „Grüner Baum“ im Kötschachtal	61
14. Etappe: Von „Grüner Baum“ im Kötschachtal bis Hüttschlag	64
15. Etappe: Von Hüttschlag bis zu den Draugsteinalmen	66
16. Etappe: Von den Draugsteinalmen bis zur Ellmaualm	71
17. Etappe: Elmaualm bis Bergstation Grafenbergbahn (Wagrain)	75
18. Etappe: Von der Bergstation Wagrain bis nach Kleinalrl	78
19. Etappe: Kleinalrl bis Kogelalm	82
20. Etappe: Kogelalm bis Flachau	86
21. Etappe: Flachau bis Zauchensee	87
22. Etappe: Oberzauchenseealm bis Vordergnadenalm	92
23. Etappe: Von der Vordergnadenalm bis zum Ort Obertauern	94
24. Etappe: Obertauern bis zur Oberhütte	96
25. Etappe: Oberhütte bis zum Ort Forstau	100
26. Etappe: Von Forstau nach Radstadt	102
27. Etappe: Radstadt bis Filzmoos	106
28. Etappe: Filzmoos bis Hofbürglhütte	108
29. Etappe: Hofbürglhütte bis zum Ort St. Martin	112
30. Etappe: St. Martin bis Dr.-Heinrich-Hackel-Hütte	116
31. Etappe: Dr.-Heinrich-Hackel-Hütte bis Pfarrwerfen	119