

Inhalt

| | | |
|------|---|----|
| | Vorwort | 2 |
| | Allgemeine Hinweise | 6 |
| | Ausrüstung | 9 |
| | Gefahren | 12 |
| | Lawinenrisiko | 15 |
| | Natur und Umwelt | 18 |
| ▶ 1 | Heuberg, 1338 m Über die Bichleralm | 22 |
| ▶ 2 | Kranzhorn, 1366 m Von Erl über die Kranzhornalm | 25 |
| ▶ 3 | Feichteck, 1514 m Von der Spatenau zur Wagneralm | 28 |
| ▶ 4 | Laubenstein, 1350 m Von Frasdorf über die Frasdorfer Hütte | 31 |
| ▶ 5 | Kampenwand, 1664 m Über die Steinlingalm zum Ostgipfel | 34 |
| ▶ 6 | Rudersburg, 1430 m Über die Edernalm am Riedlberg | 37 |
| ▶ 7 | Gscheuerwand, 1106 m Vom Balsberg | 40 |
| ▶ 8 | Schnappenkirche, 1099 m Von der Burg Marquartstein zur Wallfahrtskirche | 42 |
| ▶ 9 | Hochgern, 1744 m Von Marquartstein über das Hochgernhaus | 44 |
| ▶ 10 | Maria Eck, 840 m Kurzer Spaziergang von Bergen aus | 47 |
| ▶ 11 | Hörndlwand, 1684 m Über die Branderalm ins Ostertal | 49 |
| ▶ 12 | Dürrnbachhorn, 1776 m Vom Skigebiet Winklmoosalm | 52 |
| ▶ 13 | Rauschberg, 1645 m Über die Sackgrabenalm | 56 |
| ▶ 14 | Sonntagshorn, 1961 m Vom Heutal über die Hochal | 59 |
| ▶ 15 | Grubhörndl, 1747 m Von der Loferer Alm | 63 |

| | | |
|------|--|-----|
| ▶ 16 | Maria Kirchentäl, 880 m Von St. Martin im Saalachtal | 66 |
| ▶ 17 | Stoßeralm, 1272 m Von Norden | 68 |
| ▶ 18 | Zwiesel, 1782 m Über die Zwieselalm | 71 |
| ▶ 19 | Hochstaufen, 1771 m Von Norden | 74 |
| ▶ 20 | Steinerne Agnes, 1320 m Von Süden | 78 |
| ▶ 21 | Großer Rauhenkopf, 1604 m Von Bischofswiesen auf schmalen Steigen | 81 |
| ▶ 22 | Kneifelspitze, 1189 m Von der Wallfahrtskirche Maria Gern | 84 |
| ▶ 23 | Barmsteine, 841 m und 851 m Von Mehlweg | 87 |
| ▶ 24 | Toter Mann, 1392 m Vom Schwarzeck über die Rodelbahn | 90 |
| ▶ 25 | Halsalm, 1220 m Rundtour vom Hintersee | 93 |
| ▶ 26 | Eckaualm, 1055 m Von Ramsau mit Variante über die Hochalm | 96 |
| ▶ 27 | Grünstein, 1304 m Von Hammerstiel | 98 |
| ▶ 28 | Watzmannhaus, 1930 m Von der Wimbachbrücke | 101 |
| ▶ 29 | Archenkanzel, 1346 m Mit Variante zum Dritten Watzmannkind, 2232 m | 104 |
| ▶ 30 | Kehlsteinhaus, 1837 m Vom Obersalzberg über die Kehlsteinstraße | 108 |
| ▶ 31 | Schneibstein, 2276 m Von der Bergstation der Jennerbahn | 110 |
| ▶ 32 | Feuerpalfen, 1700 m Höhenweg von der Mittelstation der Jennerbahn | 114 |
| ▶ 33 | Kärlingerhaus, 1630 m Über die Saugasse zum Funtensee | 118 |

| | | |
|------|---|-----|
| ▶ 34 | Hundstein, 2117 m Von Unterberg aus | 122 |
| ▶ 35 | Taghaubenscharte, 2136 m Über die Erichhütte | 125 |
| ▶ 36 | Mitterfeldalm, 1669 m Vom Arthurhaus | 128 |
| ▶ 37 | Glasenbachklamm, ca. 450 m Von Elsbethen | 130 |
| ▶ 38 | Nockstein, 1043 m Von Osten | 132 |
| ▶ 39 | Watzmannblick, 759 m Auf dem Ebenauer Mühlenwanderweg | 134 |
| ▶ 40 | Filbling, 1307 m Vom Steinbräu zur Sattelalm | 136 |
| ▶ 41 | Eibleck, 1516 m Über die Eibleckalm | 140 |
| ▶ 42 | Faistenauer Schafberg, 1559 m Und Loibersbacher Höhe | 143 |
| ▶ 43 | Zwölferhorn, 1521 m Rundtour von der Sausteigalm | 146 |
| ▶ 44 | Vormauerstein, 1450 m Von St. Wolfgang | 149 |
| ▶ 45 | Schienken, 1648 m Von Zillreit über den Westrücken | 153 |
| ▶ 46 | Schmittenstein, 1695 m Vom Rengerberg über die Südwestseite | 156 |
| ▶ 47 | Schwarzer Berg, 1584 m Von Nordwesten | 159 |
| ▶ 48 | Einberg, 1688 m Über den Rigausberg | 161 |
| ▶ 49 | Tauernkogel, 2249 m Von Wengerau über die Tauernscharte | 164 |
| ▶ 50 | Koreinhöhe, 1850 m Von St. Martin | 168 |
| | Stichwortverzeichnis | 172 |