

INHALT

Wertvolle Tipps für unterwegs

10

KILIMANJARO

Auf den Spuren Hemingways
Uhuru Peak, Tansania

20

TIEN SHAN- UND PAMIRGEBIRGE

Sprachlos und müde auf dem höchsten Gipfel
Pik Lenin, Kirgistan

34

Gipfelglück mit Hindernissen
Khan Tengri, Kasachstan

58

Ein russischer Siebentausender
Pik Korschenevskaja, Tadschikistan

82

Liebe auf den ersten Blick
Pik Kommunismus, Tadschikistan

102

Himalaya

Jetzt will ich es wissen: 8000er in Griffweite!

Cho-Oyu, China

118

Aufbruch zum zweiten 8000er

Sisha Pangma, China

142

ANDEN

Auf den schönsten Berg der Welt
Alpamayo, Peru

160

STADTRAND-GEBIRGE

Die Normalroute auf den Südgrat
Hasenberg, Schweiz

182