

	Seite
Zum Geleit / Vorwort der Verfasser	8
Zum Gebrauch des Führers	
Interpretation der Piktogramme.....	11
Interpretation der Routenfotos.....	11
Sicherer unterwegs in den Bergen	
SAC-Schwierigkeitsbewertung für Schneeschuhtouren	12
Planen und Entscheiden im Winter	14
Lawinenniedergang – Rettung	22
Allgemeine Informationen Winter/Notruf	23
Umweltfreundlich unterwegs	
Anreise	24
Campieren und Biwakieren.....	25
Abfall	25
Natürliche Bedürfnisse	25
Schneeschuhtouren mit Rücksicht – den Wildtieren zuliebe	
Bergwinter.....	26
Überleben im Kühltank.....	27
Wer wohnt in der alpinen Eiskälte	28
Was passiert, wenn Wildtiere gestört werden.....	32
Wildruhezonen und Schutzgebiete	35
Sensibilisierungskampagne «Respektiere deine Grenzen»	36
Schneeschuh- und Skitourenkarten	36
Schneeschuh- und Skispuren	37
85 Touren zwischen Genfer- und Thunersee	
<i>Von der Rhone zur Saane</i>	
1. Gros Châtillon – Croix de Javerne	42
2. Vallon de Nant – Col des Martinets	44
3. Col des Essets	46
4. Pas de Cheville	49
5. La Motte.....	50
6. Pointe d'Arpille	52
7. Plan Savoie	54
8. Tour de Famélon	56
9. Pic Chauvry	60
10. Les Diablerets.....	62

11. Walighürli.....	64
12. Tête de Clé	66
13. Col de Jable.....	68

Vom Genfersee zum Jaunpass

21. Rochers de Naye – Villeneuve.....	72
22. Le Molard.....	74
23. Le Creux.....	76
24. Col de Lys – Lys Derrey	78
25. Col de la Belle Chaux.....	80
26. Crête du Moléson	82
27. Vanil Blanc.....	84
28. Les Merlas	86
29. Col des Combes.....	88
30. Gros Mont	90
31. Haut Crêt Nord	92
32. Pertet à Bovets.....	94
33. Chalet du Régiment	96
34. Garten	98
35. Husegg	100
36. Wandflue	102
37. Chaux de Culand – L'Aiguille	104
38. Corne des Brenlaires	106
39. Monts Chevreuils.....	108
40. Planachaux.....	110
41. Rochers des Rayes.....	112
42. Les Rodomonts	114
43. Schneitgrat – Wannehörli	117
44. Hundsrügg	118
45. Bäderhorn	120

Von Jaun und der Lenk bis zum Thunersee

50. Euschelspass – Fochsenflue.....	124
51. Schopfenspitz	126
52. Patraflon	128
53. La Patta	130
54. La Berra	132
55. Schwyberg.....	134
56. Hohmattli – Ättenberg	137
57. Widdersgrind.....	138
58. Bürglen.....	141
59. Chrummfadeflue	142
60. Schüpfenflue – Pfyffe	144
61. Wildhorn	146

62. Rothorn (Lenk)	149
63. Tube – Trüttlisbergpass	152
64. Wistätthorn	154
65. Flöschhore	156
66. Schatthore	158
67. Albristhubel	160
68. Fromattgrat	162
69. Mariannehubel	164
70. Rauflihorn	166
71. Niderhorn	168
72. Meniggrat – Stand	170
73. Turnen – Pfaffen	172
74. Mäggisserehorè	175
75. Cheibenhorn	178
76. Heitihubel	180

Vom Wildstrubel zum Hohgant

100. Elsigenalp – Adelboden	184
101. Bunderspitz	186
102. Trunegggrat	188
103. Engstligengrat	190
104. Wildstrubel	193
105. Steghorn	196
106. Unteres Tatelishorn	198
107. Aermigchnubel	200
108. Chistihubel	202
109. Aabeberg	204
110. Standflue	206
111. (Verzicht aus Wildschutzgründen)	
112. Zettenalp	208
113. Sigriswiler Rothorn	210
114. Gemmenalphorn	212
115. Sieben Hengste	214
116. Hohgant West – Wysschüzgrat	216
117. Hohgant	218
118. Bolberg	222
119. Brunni	224
120. Rengghorn	226

Anhang

Rundtouren	228
Touren nach Schwierigkeit	230
Stichwortverzeichnis	231