

Vorwort	4
Einleitung	5

Rabland – Naturns – Schnalstal – Kastelbell

1 Aschbach – Vigiljoch – Naturnser Alm	10
2 Lodnerhütte – Zielalm	12
3 Meraner Höhenweg (Giggelberg–Unterstell).....	14
4 Ohrnknot (2258 m)	16
5 Zielspitze (3006 m).....	18
6 Kirchbachspitze (3053 m).....	20
7 Meraner Höhenweg (Katharinaberg–Unterstell)	22
8 Naturns – Grub – Unterstell	24
9 Naturnser Hochwart (2608 m)	26
10 Finailspitze (3415 m)	28
11 Grawandspitze (3252 m)	30
12 Niederjöchl – Schnals – Penaudalm – Latsch	32
13 Tascheljöchl – Heilbronnerhütte – Berglalm	36
14 Zirmtalsee – Zirmtalalm – Marzoner Alm	38

Latsch – Martelltal – Schlanders – Laas

15 Großes Hasenohr (3257 m) – Tarscher Alm (1939 m).....	42
16 Überschreitung vom Kleinen zum Großen Hasenohr.....	44
17 Kofelraster Seen – Hoher Dieb (2730 m) – Tarscher Alm	48
18 Vermoispitze mit Überschreitung zum Niederjöchl	50
19 Vinschger Höhenweg – Etappe 2	52
20 Zerminiger Spitze (3109 m)	56
21 Zwölferkreuz (2512 m) – Morterer Alm – Latscher Alm	58
22 Butzenspitze – Überschreitung zur Eisseespitze	60
23 Ebenes Jöchl (2799 m).....	62
24 Laaser Spitze (3305 m) – Schludertal	64
25 Madritschspitze (3265 m)	66
26 Vordere Rotspitze (3033 m).....	68

27	Weißwand – Friedensstele (2786 m)	70
28	Zufrittspitze (3439 m)	72
29	Göflaner Scharte – Kreuzjöchl (2053 m)	76
30	Jennwand (2962 m)	78
31	Saurüssel (2729 m)	80
32	Taitschroi (3139 m)	82

Stilfs – Suldner – Trafoi

33	Piz Chavalatsch (2764 m) – Obere Stilfser Alm	86
34	Großer Angelus (3521 m)	88
35	Payerhütte – Tabarettahütte – Langenstein	90
36	Vorderes und Hinteres Schöneck	94
37	Suldner Gletscherweg – Hüttenwanderung	96
38	Tschenglser Hochwand – Klettersteig (3375 m)	100
39	Vertainspitze (3545 m)	104
40	Berglhütte – Trafoi – Edelweißhütte	106
41	Stilfserjoch – Rifugio Garibaldi – Furkelhütte – Trafoi ...	108

Mals – Reschen

42	Glurnser Köpfl (2395 m)	112
43	Piz Rims (3070 m) – Sesvennahütte	114
44	Saldurseen (3010 m) – Oberetteshütte	116
45	Spitzige Lun (2324 m)	118
46	Vinschger Höhenweg – Etappe 4 + 5	120
47	Sonnenuntergangstour am Watles (2555 m)	124
48	Elferspitz (2926 m) – Haideralm	126
49	Drei-Köpfl-Tour	128
50	Piz Lad (2808 m)	132