

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	2
<b>Allgemeine Hinweise</b>	6
<b>Urlaubsregion Salzkammergut</b>	14
<b>1 Spielberg und Wieserhörndl, 1567 m</b> Von der Spielbergalm über beide Gipfel	20
<b>2 Hoher Zinken, 1764 m, und Osterhorn</b> Anstieg von der Genneralm	22
<b>3 Filbling, 1307 m</b> Südanstieg aus der Tiefbrunnau	26
<b>4 Mondseeberg-Kulmspitze-Überschreitung</b> In West-Ost-Richtung über den Höhenrücken	28
<b>5 Almkogel, 1030 m</b> Der Ostzugang über die Mühlauer Alm	30
<b>6 Zwölferhorn, 1521 m</b> Große Abstiegsrunde nach St. Gilgen	32
<b>7 Schafberg, 1782 m</b> Der Westabstieg über die Schafbergalm	36
<b>8 Hoheneck, 1165 m, und Haleswiessee</b> Von Rußbach zu beiden Wanderzielen	40
<b>9 Bleckwand-Runde</b> Von der Niedergaden- über die Schartenalm	42
<b>10 Breitenberg, 1260 m</b> Die Nordroute von Abersee	44
<b>11 Rinnkogel, 1823 m</b> Der westseitige Steilanstieg	46
<b>12 Labenberg, 1642 m</b> Ostanstieg vom unteren Postalm-Parkplatz	48
<b>13 Roßmoos, 1015 m</b> Anstieg von Nußdorf über den Ostrücken	50
<b>14 Meistereben Alm und Atterseeblick, 1200 m</b> Der Steilanstieg von Weißenbach am Attersee	52
<b>15 Rund um den Wachtberg</b> Umrundung im Uhrzeigersinn	54
<b>16 Häfelberg, 715 m, und Gahberg</b> Gipfelüberschreitung mit Schiffsrückfahrt	56

<b>17 Kleiner und Großer Sonnstein, 1037 m</b> Die Nord-Süd-Überschreitung	58
<b>18 Hochsteinalm und Lärnkogel, 1007 m</b> Von Traunkirchen	61
<b>19 Alberfeldkogel, 1707 m</b> Gipfelanstieg vom Feuerkogel her	64
<b>20 Gasslhöhle und Gasskogel, 1411 m</b> Zugang durch das Rindbach- und Karbental	66
<b>21 Kleiner Schönberg, 895 m, und Mairalm</b> Rundtour vom Traunsee-Ostuferparkplatz	69
<b>22 Traunstein, 1691 m: Mairalmsteig</b> Aus dem Lainautal über die Südflanke	72
<b>23 Katzenstein, 1349 m</b> Westanstieg aus der Hohen Scharte	75
<b>24 Zwillingskogel, 1402 m</b> Über den Südostrücken	78
<b>25 Hochsalm, 1405 m</b> Aus dem Gränaubachtal über die Südflanke	80
<b>26 Herrentisch und Pfannstein, 1423 m</b> Vom Ziehbergsattel über die Gradalm	82
<b>27 Kasberg, 1747 m</b> Ostanstieg über die Steyrer Hütte	84
<b>28 Stodertaler Flötzersteig</b> Von St. Pankraz zum Steyr-Ursprung	88
<b>29 Bärenalm, 1626 m</b> Nordanstieg aus dem inneren Stodertal	92
<b>30 Hinterstoder Dolomitensteig</b> Über die Hochstein- und Poppenalm	94
<b>31 Stubwieswipfel, 1786 m</b> Anstieg von der Wurzeralm	97
<b>32 Warscheneck, 2388 m</b> Die gesicherte Route über den Südostgrat	100
<b>33 Rettenbachtal</b> Von der Rettenbachalm zur Blaa-Alm	104
<b>34 Schönberg (Wildenkogel), 2093 m</b> Aus dem Rettenbachtal über die Ischler Hütte	106
<b>35 Austriaweg</b> Von der Gablonzer Hütte zur Stuhalm	110

<b>36 Großer Donnerkogel, 2055 m</b>	
Der markierte Steig über die steile Westflanke	112
<b>37 Hoch Kalmberg, 1833 m</b>	
Von Gosau über die Goiserer Hütte	114
<b>38 Hallstätter-See-Ostuferweg</b>	
Von Steeg nach Obertraun	117
<b>39 Schneidkogel, 1551 m</b>	
Anstieg vom Hallstätter Salzberg	120
<b>40 Taubenkogel, 2300 m</b>	
Von der Seilbahnstation »Krippeneck-Gjaidalm«	122
<b>41 Bräuning Zinken, 1899 m</b>	
Über die Bräuning Alm und den Westrücken	125
<b>42 Sandling, 1717 m</b>	
Vom Ausseer Salzberg um und auf den Berg	128
<b>43 Hoher Sarstein, 1975 m</b>	
Die direkte Route vom Pötschenpass	132
<b>44 Gößler Alm und Graswand, 1840 m</b>	
Der Südanstieg von Schachen	134
<b>45 Türkenkogel, 1756 m</b>	
Von Straßen über die Weißenbachalm	136
<b>46 Koppental</b>	
Von Bad Aussee nach Obertraun	138
<b>47 Hochmühleck, 1731 m</b>	
Vom Almgraben-Parkplatz über die Steinitzenalm	142
<b>48 Spechtensee, 1051 m</b>	
Von Lessern über den Leistensattel	145
<b>49 Tauplitzalm</b>	
Der beliebte Seen-Rundweg	148
<b>50 Almkogel, 2116 m</b>	
Der lange Zugang von der Tauplitzalm	151
<b>Stichwortverzeichnis</b>	154
<b>Impressum</b>	160