

Inhalt

Best of Bergfloh	8
Bergwandern mit Kindern	10
Erläuterungen zu den Service-Informationen	28

Zentralschweiz und Glarnerland

1 Mythen und Hochstuckli	34
Tierpantomime	38
2 Rigi: Die Königin der Berge	40
Schon mal eine Elfe gesehen?	44
3 Silberne Silberen und uriger Bödmerenwald	46
Schnitze & Chneble	50
4 Glattalpütte und Glattalpsee	52
Höch Turm	56
5 Kraxelfelsen bei der Lidernenhütte	58
Seilschaft im Nebel	62
6 Brisenhaus und Risetenstock	64
Mein Versteck	68
7 Über den Walenpfad	70
Herdentrieb	74
8 Arnisee und Sunnig Grat	76
Der gordische Knoten	80
9 Maderanertal und Windgällenhütte	82
Gaströmpete	86
10 Meiental und Sewenhütte	88
Heidelbeerhörnchen	92
11 Weite Gletscherwelt bei der Dammahütte	94
Staudamm Göschenenalp	98
12 Über den Nepali Highway	100
Picture, please!	104
13 Spitzmeilenhütte und Wissmilenpass	106
Das Naturmemory	110

14	Murgseen – versteckt und verträumt	112
	Dagegen schleudern	116
15	Grüne Wiesen an Weissenbergen	118
	Rückwärts aufwärts	122
16	Chäpfbrugg und Leglerhütte	124
	Die Jägerprüfung	128
17	Ortstockhaus und Tüfels Chilchli	130
	Die Kuh macht Muh	134
18	Hirzli: Präsentierteller über der Linthebene	136
	Basic Dart	140

Ostschweiz und Graubünden

19	Kreuz und quer durch den Alpstein	144
	Fingerspitzengefühl	148
20	Chäserrugg und Hinterrugg	150
	Gschichte gits, die gits gar nöd	154
21	Sonnenhänge am Walensee	156
	Das Güselschiff	160
22	Rund um die Schijenflue	162
	Gut in Form?	166
23	Chamanna da Grialetsch und Schwarzhorn	168
	Der Yeti	172
24	Saoseo im Puschlav	174
	Der Schleim entscheidet	178
25	Roseggletscher und Chamanna Coaz	180
	Wasserrad	184
26	Biowunder auf der Alp Flix	186
	Bio Vier gewinnt	190
27	Lai da Tuma und Pazolastock	192
	Was schwimmt und fängt mit Z an?	196

Südschweiz

28	Vom Lukmanierpass zum Ritomsee	200
	Sträätzts z'Züri?	204
29	Griessee und Griesgletscher	206
	Schein und Sein	210
30	Raues Tessin am Campo Tencia	212
	Auf der Kriechspur	216
31	Capanna Brogoldone hoch über Bellinzona	218
	Emsige Emsen	222
32	Cima della Trosa und Monti di Lego	224
	Top Secret	228
33	Monte Tamaro und Gambarogno	230
	Der Duft der großen weiten Welt	234

Westschweiz

34	Zur Gelmerhütte	238
	Mein Teekesselchen	242
35	Rosenlaui und Engelhornhütte	244
	Der Autogiro	248
36	Vom Stockhorn zu den Stockeseen	250
	Ist das nicht der ...?	254
37	Les Diablerets und Tsanfleuron	256
	Teufelskegeln	260
38	Zur Lämmerenhütte	262
	Steinbogen	266
39	Massaschlucht und Aletschgletscher	268
	Tschäggättä	272
40	Trift, Schönbiel und Matterhorn	274
	Drei Striche: Auch eine Sprache	278
	Schwierigkeitsbewertung mit der SAC-Wanderskala	280
	Beispiel einer Ausrüstungsliste für eine 2-tägige Bergtour	282
	Literatur	283
	Ortsregister	284
	Bildnachweis	286