

<i>Karte</i>	10
<i>Vorwort</i>	13

STILLE WASSER, GROSSE UND KLEINE SEEN

1	Skilanglauf wie in Norwegen ///	
	<i>Die Drei-Seen-Loipe bei Reit im Winkl</i>	17
2	Forellenmusik ///	
	<i>Der Frillensee</i>	19
3	Drei stille Seen zum Träumen ///	
	<i>Die Falkensteinrunde bei Inzell</i>	23
4	Wo man heiratet und badet ///	
	<i>Höglwörth in Anger</i>	25
5	Ein Schauspiel mit Bergen ///	
	<i>Der Königssee</i>	27
6	Idyllenrunde für den Slowmove ///	
	<i>Das Kloster Seeton</i>	29
7	Zwischen Brocken und Malerei ///	
	<i>Der Hintersee</i>	31
8	Unspektakulär schön ///	
	<i>Der Weidsee</i>	33
9	Ein Tümpel für Leisetreter ///	
	<i>Die Froschsee-Loipe in Inzell</i>	35
10	Ein Wasser-Labyrinth im Zauberwald ///	
	<i>Die Eggstätt-Hemhofer Seenplatte</i>	37
11	Ein Paradies für Stille-Sucher ///	
	<i>Der Waginger See</i>	41
12	Jetzt wär doch mal ein Weiher schön! ///	
	<i>Der Pruttinger Dorfweiher</i>	43
13	Im Schatten unter alten Bäumen ///	
	<i>Hofstätter und Rinssee</i>	45
14	Baden mit den Steinkrebsen ///	
	<i>Der Taubensee</i>	47

15	Großzügig und weltoffen ///	
	<i>Der Chiemsee</i>	49
16	Baden im unsichtbaren See ///	
	<i>Der Bärnsee bei Aschau</i>	53
17	Die Rosenheimer Badewanne ///	
	<i>Der Simssee</i>	55

FLÜSSE, FÄLLE, KLAMMEN, GUMPEN, FILZEN

18	Glitschig bis schäumend ///	
	<i>Die Weißbachschlucht</i>	59
19	Spaziergang in die Eiszeit ///	
	<i>Die Inzeller Filzen</i>	63
20	Von Fischen, (Ein-)Flüssen und Folianten ///	
	<i>Das Kloster Raitenhaslach</i>	65
21	Dunkle Löcher und Birkenalleen ///	
	<i>Der Moorerlebnispfad im Schönrammer Filz</i>	69
22	Die Salzachau und ihre Bewohner ///	
	<i>Der Auenlehrpfad in Tittmoning</i>	71
23	Wer rüberwill, zieht die Glocke ///	
	<i>Die Alzfähre beim Roiter in Altenmarkt</i>	73
24	Ein Fluss-System wie aus dem Bilderbuch ///	
	<i>Die Traun</i>	77
25	Von Kehrwassern und Prallwänden ///	
	<i>Die Entenlochklamm der Tiroler Ache</i>	81
26	Entspannung über den Tag hinaus ///	
	<i>Die Schoßbrunn im Priental</i>	83
27	Das Bayerische Meer verschwindet ///	
	<i>Das Achendelta</i>	85
28	Wasserspeicher und Grüne Hölle ///	
	<i>Die Kendlmühlfilzen in Grassau</i>	89
29	Ein Badeplatz der Wittelsbacher? ///	
	<i>Die Prien-Gumpen am Herzogsweg</i>	91

30	Grün und kalt und voller Kraft ///	
	<i>Flussfahrt auf dem Wasserburger Inn</i>	93

MÜHLEN, QUELLEN, BRUNNEN, THERMEN

31	Nachhaltigkeit in Flaschen ///	
	<i>Die Adelholzener Wasserwelt in Siegsdorf</i>	99
32	Wasserkraft als Lebensader ///	
	<i>Der Nußdorfer Mühlbach</i>	103
33	Kathedrale für den weißen Schatz ///	
	<i>Die Alte Saline in Bad Reichenhall</i>	105
34	Eispickel für den Himalaja ///	
	<i>Die Glockenschmiede in Ruhpolding</i>	109
35	Jahrzehnte nur von Wasser gelebt? ///	
	<i>Das Frasdorfer Wasser</i>	111
36	Götter, Nymphen und Tritonen ///	
	<i>Die Wasserspiele auf Herrenchiemsee</i>	113
37	Über 320 Stufen durch die Unterwelt ///	
	<i>Almbachklamm und Kugelmühle</i>	115
38	Statt Erdöl kam kochendes Wasser ///	
	<i>Die Chiemgau Thermen Bad Endorf</i>	119

MENSCHEN, SCHIFFE, WEHRE, BRÜCKEN

39	Wo das Salz um die Ecke fuhr ///	
	<i>Die Salzachbrücke in Laufen</i>	123
40	Weltläufiges Festival nah am Wasser ///	
	<i>Der Chiemsee Summer in Übersee</i>	127
41	Der Seelen-See ///	
	<i>Der Thumsee</i>	129
42	Wasser und Handwerk ///	
	<i>Der Salinenrundweg von Siegsdorf nach Hammer</i>	133

43	Die eiserne Grenze zu Österreich ///	
	<i>Das Bergbaumuseum Achthal in Teisendorf</i>	137
44	Entweder viel Wasser oder nix! ///	
	<i>Die Wagenstaller Naturkostmühle</i>	139
45	Hier rauschte es schon immer ///	
	<i>Das Sims-Wehr der Krottenhausmühle bei Riedering</i>	141
46	Früher ging's bei Nebel nur mit Kompass ///	
	<i>Die lange Tradition der Chiemsee-Schifffahrt</i>	143
47	Manchmal einfach nur schauen ///	
	<i>Beim Pollfischer auf der Fraueninsel</i>	147

BADEN, SPORTELN, RELAXEN

48	Biotop im Schatten der Burg ///	
	<i>Der Wöhrsee</i>	151
49	Kleine Fluchten zwischen 1.000 Buchten ///	
	<i>Der Leitgeringer See</i>	155
50	Ein Paradies für seltene Brummer ///	
	<i>Der Abtsdorfer See</i>	157
51	Reservoir für seltene Libellen ///	
	<i>Der Griessee</i>	159
52	Sommerfrische fast wie am See ///	
	<i>Der Badepark Inzell</i>	161
53	Malerische Reste der Eiszeit ///	
	<i>Der Weitsee</i>	163
54	Ein blaues Juwel in grünem Bergkranz ///	
	<i>Das Freibad Marzoll bei Bad Reichenhall</i>	165
55	Tauchen zwischen Seerosen ///	
	<i>Das Naturbad Aschauerweiher in Bischofswiesen</i>	167
56	Zweiklassengesellschaft beim Baden ///	
	<i>Der Tachingener See</i>	169
57	Mittendrin ein Bad für alle ///	
	<i>Der Reifinger See</i>	171

58	Arbeits- und Badesee ///	
	<i>Der Fridolfinger See</i>	173
59	Brückensprung und Paddelspaß ///	
	<i>Das Alzbad in Truchtlaching</i>	175
60	Der nicht ganz klassische Dorfweiher ///	
	<i>Der Obinger See</i>	177
61	Wo Meer und Berg zusammen sind ///	
	<i>Der Chiemseestrand bei Übersee</i>	179
62	Grüne Einladung zum Meditieren ///	
	<i>Der Tinninger See bei Riedering</i>	181
63	Gletscher oder Meteor? ///	
	<i>Der Tüttensee</i>	183
64	Segeln, Surfen, Paddeln, Kiten ///	
	<i>Wassersport im Chiemgau</i>	185
65	Ökologisch schwimmen am Samerberg ///	
	<i>Das Naturbad Samerberger Filze</i>	189