

INHALT

EINFÜHRUNG	04	Angels Landing (USA)	86
		Der Lost Coast Trail (USA)	92
AFRIKA	08	ASIEN	98
Die drei Gipfel von Kapstadt in drei Tagen (Südafrika)	10	Die 88 heiligen Stätten des Shikoku (Japan)	100
Das Dach der Welt: Kilimandscharo (Tansania)	16	Von Dorf zu Dorf im Markha-Tal (Indien)	106
Magische Tierwelt: Wandersafari in Sambia	22	Von Mamasa nach Tana Toraja (Indonesien)	112
AMERIKA	30	Wallfahrt rund um den Berg Kailash (China)	118
Ein Abstieg in den Grand Canyon im Winter (USA)	32	Huángshān (China)	126
Unterwegs auf dem W-Trek in Chile	38	Gipfeltreffen auf dem Island Peak (Nepal)	132
Der Freedom Trail in Boston (USA)	44	Ganz allein auf der Chinesischen Mauer	138
Route durch die Rockies: Der Skyline Trail (Kanada)	50	Der Hongkong-Trail (China)	144
Die Concepción-Vulkan-Wanderung (Nicaragua)	56	Treppen voraus: Der Kinabalu (Malaysia)	150
Über alle Grenzen auf dem Pacific Crest Trail (USA)	62	EUROPA	156
Heli-Hiking in den Bugaboo Mountains (Kanada)	68	Von Küste zu Küste auf dem Hadrianswall (England)	158
Choquequirao: Der wenig begangene Inka-Trail (Peru)	74	Geschichte abklappern: Der Lykische Weg (Türkei)	164
Der lange (und gewundene) Pfad (USA)	80		

Göttliche Wege: Il Sentiero degli Dei (Italien)	170
Die vierzehn Gipfel von Snowdonia (Wales)	176
Vier Tage auf der Via Alpina (Schweiz)	182
Mallorcas Ruta de Pedra en Sec (Spanien)	188
Ein Marsch durch die Zeit: Der Themsepfad (England)	194
Wild, blau, weit: Der Selvaggio Blu (Italien)	200
Leitsterne durch den Kaukasus (Georgien)	206
Erde, Wind und Feuer: Laugavegurinn (Island)	212
Rund um den See in Wordsworth Country (England)	218
Durch den Balkan über die Via Dinarica	224
Der Jakobsweg (von Frankreich nach Spanien)	230
Auf der Trollzunge (Norwegen)	236
Über den Großen St. Bernhard im Winter (aus der Schweiz nach Italien)	242
Der Ring of Steall (Schottland)	248
Familienglück: Eine Eselstour in den franz. Pyrenäen	254
Im Zauberwald: Der Westweg (Deutschland)	260

OZEANIEN	266
Der Routeburn Track (Neuseeland)	268
Sydneys sieben Brücken (Australien)	276
Der Great South West Walk (Australien)	282
Tasmaniens Three Capes Track (Australien)	288
Krieg Und Frieden: Der Kokoda Track (Papua-Neuguinea)	294
Der Abel Tasman Coast Track (Neuseeland)	300
Die Feathertop-Bogong-Traverse (Australien)	306
Indiana Jones und die Gold Coast (Australien)	312
Zum Leuchtturm: Cape Brett Track (Neuseeland)	318

REGISTER	324
IMPRESSUM	328