

AUF TOUR Wir lieben es, unterwegs zu sein: Auf Ski, zu Fuß, mit dem Rad, im Schnee, bei Sonne, Sauwetter und in der Fantasie. Allein, mit der besten Freundin oder als große Gruppe.

SEITE 10–45

HÜTTELIEBE Berghütten sind Ziel, Ruhepol und Wirtschaftsbetrieb. Hütten- geschichten gibt es von hochromantisch bis fürchterlich – in der Erinnerung bleiben sie alle sehr lange.

SEITE 46–67

BERGHELDINNEN Geschichten von Heldinnen finden sich nicht nur auf den richtig hohen Gipfeln, sondern auch im Tal und in der (Alpin)geschichte.

SEITE 88–105

BERG UND STADT Nicht nur die Bergwelt, auch die Stadt hat ihre wundervollen Momente und Orte. Man muss nur vielleicht ein bisschen länger nach dem Draußen-Gefühl suchen.

SEITE 68–87

KOMFORTZONEN Wer kennt es nicht, das Siegergefühl nach einer Tour, die vor ein paar Stunden noch als unmöglich erschien? Außerhalb der Komfortzone beginnt Großartiges.

SEITE 136–165

NACHHALTIGKEIT Wir sind zu Gast in der Natur und so sollten wir sie auch behandeln. »Keine Spuren hinterlassen« ist die Maßgabe, nach der wir unterwegs sind. Im Idealfall.

SEITE 106–135

ERNÄHRUNG Ob Wurstsemmel, vegan oder mit Riegeln – was der Körper braucht, um auf den Berg zu kommen, ist typabhängig. Was aber nie fehlen darf, ist der perfekte Kaiserschmarren.

SEITE 166–181

BERGE UND KINDER Kinder müssen nicht das Ende der Bergleidenschaft bedeuten. Manchmal sind sie es auch, die diese Leidenschaft neu entfachen.

SEITE 182–201