

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	3
Übersichtskarte	6
Etappenplan 28 Etappen und 3 Varianten	7
Wichtige Hinweise für unterwegs	8
Schwierigkeitskategorien	8
GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte	10
Symbole	13
Packliste	15
Notfallnummern	19
Mitgliedschaft beim Alpenverein	24
Unterwegs vom Bodensee zum Gardasee	27
Etappenplan 28 Etappen ohne Gipfel / mit ÖPNV	31
Die Geschichte der Alpenüberquerungen	34
Die Gebirgsregionen	36
Bodensee und Bregenzerwald	
1 6.00 h 18,5 km Lindau – Bregenz	46
2 6.00 h 16,9 km Bregenz – Alberschwende	52
3 6.00 h 15,4 km Alberschwende – Bregenzer Hütte	58
4 6.30 h 16,2 km Bregenzer Hütte – Freschenhaus	63
5 5.00 h 12,4 km Freschenhaus – Damüls	68
Lechquellengebirge	
6 7.30 h 17,5 km Damüls – Biberacher Hütte	73
6V 7.00 h 17,2 km Damüls – Biberacher Hütte	78
7 5.00 h 10,2 km Biberacher Hütte – Göppinger Hütte	83
7V 5.00 h 10,2 km Biberacher Hütte – Göppinger Hütte	87
8 4.30 h 10,0 km Göppinger Hütte – Freiburger Hütte	91
9 6.30 h 15,1 km Freiburger Hütte – Klösterle	95
Verwallgruppe	
10 7.30 h 15,9 km Klösterle – Konstanzer Hütte	100
11 6.00 h 13,9 km Konstanzer Hütte – Mathon	105
Silvretta- und Sesvennagruppe	
12 6.15 h 13,6 km Mathon – Heidelberger Hütte	109
13 6.30 h 19,6 km Heidelberger Hütte – Sent	113
14 6.45 h 16,0 km Sent – Sesvennahütte	118
15 6.15 h 20,6 km Sesvennahütte – Taufers im Münstertal	123

Ortlergruppe

16	7.15 h	15,8 km	Taufers im Münstertal – Stilfs Dorf	128
17	7.15 h	13,7 km	Stilfs Dorf – Tabarettahütte	133
17V	6.00 h	14,7 km	Stilfs Dorf – Sölden	138
18	8.30 h	19,2 km	Tabarettahütte – Zufallhütte	141
19	4.30 h	9,1 km	Zufallhütte – Rifugio Dorigoni	145
20	7.15 h	22,2 km	Rifugio Dorigoni – Malé	148

Brenta-Dolomiten und Gardasee

21	5.30 h	9,6 km	Malé – Rifugio Peller	152
22	5.00 h	11,8 km	Rifugio Peller – Albergo di Lago Rosso	156
23	6.30 h	14,6 km	Albergo di Lago Rosso – Rifugio Tuckett	160
24	4.30 h	7,4 km	Rifugio Tuckett – Rifugio Pedrotti	164
25	4.15 h	9,0 km	Rifugio Pedrotti – Rifugio Al Cacciatore	168
26	7.45 h	16,9 km	Rifugio Al Cacciatore – Stenico	171
27	7.00 h	20,9 km	Stenico – Rifugio San Pietro	176
28	5.00 h	12,1 km	Rifugio San Pietro – Riva del Garda	181

Stichwortverzeichnis	186
----------------------	-----