

INHALT

7	Die Einleitung
9	Vorwort
10	Karte
13	Die Wanderungen
15	1. Frühling
18	Fricktaler Chriesiwäg
24	Schloss Heidegg
30	Kräuterweg Emmental
36	Narzissenweg
44	Parco Botanico
50	Rundweg Seewis im Prättigau
56	Tösswald
62	Tulpenweg Grengiols
71	2. Sommer
74	Faido
80	Alpenblumenweg Weissenberge
86	Flussuferwanderung nach Diessenhofen
92	Grotte aux fées
98	Höllgrotten in Baar
104	Atzmännig
110	Naturpark Beverin
116	Urwaldweg
122	Uferweg Bielersee
128	Sternenwanderung Grimselpass
135	3. Herbst
140	Des Franches – Montagnes au Doubs
146	Holzflue-Rundweg Ennenda
152	Lac de Montsalvens
160	Maislabyrinth Mathis
166	Lärchenwald
174	Von Pontresina nach St. Moritz
180	Stadtwanderung Zürich
186	Weinwanderung
193	4. Winter
196	Britanniahütte
202	Winterwanderung im Safiental
208	Col du Mollendruz
214	Schneeschuhtrail Iberegg
220	Kiental
226	Kleine Melchtalschlucht
232	Lü im Engadin
238	Mörlialp-Trail
244	Panoramatrail Schwarzenbühl
251	Die Autorin
251	Quellenverzeichnis