

Inhalt

Vorwort	3
Top-Touren	8
Allgemeine Hinweise	10
GPS-Tracks und Koordinaten	
der Ausgangspunkte	14
Wichtige Telefonnummern und Adressen	18
Wissenswertes	20

Villgratental

- | | | |
|---------------|---|----|
| 1 | Gaishörndl, 2615 m, und Pürglesgungge | |
| | Von Kalkstein..... | 24 |
| 2 | Kreuzspitze, 2624 m, und Rotlahner, 2748 m | |
| | Von Kalkstein über das Rosstal..... | 27 |
| 3 | Gannekofel, 2488 m | |
| | Übergang von Kalkstein nach Innervillgraten..... | 30 |
| 4 | Schwebaskofel, 2274 m | |
| | Über die Prantekammernalm | 33 |
| TOP 5 | Rotes Kinkele, 2763 m, und Remesseen | |
| | Rundtour oberhalb von Innervillgraten..... | 36 |
| 6 | Innervillgrater Bergbauernhöfe-Runde | |
| | Von und nach Innervillgraten-Dorf..... | 40 |
| 7 | Hochgrabe, 2951 m | |
| | Von Innervillgraten durchs Einattal | 42 |
| TOP 8 | Gabesitten, 2665 m, und Kesselaler Seen | |
| | Von Innervillgraten über die Ahornalm..... | 46 |
| 9 | Falkamsee, 2632 m | |
| | Von der Volkzeiner Hütte im Winkeltal | 49 |
| TOP 10 | Sauspitze, 2604 m, und Grabenstein, 2665 m | |
| | Im hinteren Winkeltal..... | 52 |
| TOP 11 | Am alten Salzsteig | |
| | Ins Volkzein im Winkeltal | 56 |
| 12 | Brandalm, 2033 m | |
| | Von Obwurzen im Winkeltal | 60 |
| 13 | Wurzfläche, 2514 m | |
| | Aus dem Winkeltal..... | 62 |
| 14 | Winkeltaler Almen und Herrgottslärche | |
| | Von Außervillgraten ins Winkeltal..... | 66 |

	Lesachtal	
15	Schusteregg, 2029 m	
	Aus dem Schustertal bei Kartitsch.....	70
16	Gatterspitze, 2430 m	
	Über den Obstanser Almboden	72
17	Öfenspitze, 2334 m, und Hochegg, 2477 m	
	Rundtour von Kartitsch-Rauchenbach.....	75
TOP	18 Hoher Bössring, 2324 m	
	Von Rodarm und retour übers Leitertal.....	78
19	Gripp und Dorfberg, 2114 m	
	Von Obertilliach nach Kartitsch	82
20	Höhenweg Obertilliach–Rals–Bergen	
	Rundtour von Obertilliach-Dorf.....	85
21	Hochspitz, 2580 m	
	Von Winkl hinauf zum Grenzkamm.....	88
22	Kircher Almen	
	Von Eggen im Lesachtal	92
	Hochpustertal, Lienzer Dolomiten	
23	Spielbichl, 2072 m	
	Zwischen Anras und Abfaltersbach.....	95
24	Zum Finsterkofelkreuz, 2630 m	
	Von Anras in die Villgratner Berge.....	98
TOP	25 Geigenseehütte und Regenstein, 2891 m	
	Trekkingtour vom hinteren Kristeinertal.....	102
26	Tullnkgogel, 2552 m	
	Oberhalb von Assling	107
27	Pustertaler Almenrunde	
	Vom Wilfernertal bei Lienz.....	110
28	Rotstein, 2702 m	
	Aus dem Wilfernertal via Huber Kaser	112
29	Lavanter Kolm, 1939 m	
	Vom Kreithof bei Tristach.....	114
TOP	30 Lavanter Alm, 1877 m	
	Von Lavant im Drautal.....	117
	Schobergruppe, Iseltal, Tauerntal, Glocknergebiet	
31	»Beim See«	
	Im Landeggtal.....	120
32	Vier-Almen-Weg	
	Von der Felbertauernstraße nach Matrei-Stein ..	124

- 33 Thiemeweg**
Von und nach Matrei in Osttirol 128
- 34 Edelweißwiesen und Äußere Steineralm**
Rundwanderung von Glanz 131
- 35 Bretterwandspitze, 2887 m**
Von Glanz oberhalb von Matrei in Osttirol 134
- 36 Teischnitztal**
Vom Kalser Dorfertal 137
- 37 Felsenkapelle und St. Peter, 1695 m**
Vom Weiler Burg bei Kals am Großglockner 140
- 38 Eselsteig-Höhenwanderung**
Rundtour via Glorer Hütte 142
- 39 Leibniger Tor, 2515 m**
Vom Weiler Oberleibnig 145
- 40 Kapelle Maria Schnee, 1230 m**
Von St. Johann im Walde nach Oberleibnig 148
- 41 Hoher Prijakt, 3064 m**
Über die Hochschoberhütte 150
- TOP 42 Kleine Schoberrunde**
Über Hochschober- und Lienzer Hütte 154
- 43 Trelebitschsee, 2336 m**
Im Dechanttal 160
- 44 Schlaitner Panoramaweg**
Von Schlaiten im Iseltal 162
- 45 Friedensweg nach St. Helena, 1279 m**
Von der Erasmuskapelle in Thurn-Prappernitze 164
Defereggental
- TOP 46 Gritzer Seen, 2504 m**
Von der Speikbodenhütte bei St. Veit 166
- 47 Beilspitze, 2587 m**
Gipfel südlich von St. Veit in Defereggental 169
- 48 Ratzeller Bergwiesen**
Vom Weiler Hof bei Hopfgarten in Defereggental 172
- TOP 49 Großer Zunig, 2776 m**
Von Ratzell über die Glanzalm 175
Virgental
- 50 Weißspitze, 3300 m**
Von Wallhorn bei Prägraten via Eisseehütte 178
- 51 Rundwanderung Berger Kogel, 2656 m**
Zwischen Prägraten und Virgen 182

52	Über die Hohe Bank	
	Von Obermauern nach Wallhorn	185
53	Merschenalm, 2249 m	
	Vorbei an der Würfelehütte von Virgen aus.....	188
54	Oberstkogel, 2570 m	
	Gipfelüberschreitung von Virgen-Mitteldorf	192
	Stichwortverzeichnis	196