

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 Obwutzen 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 Hohegg, 2477 m
Rundtour von Kartitsch-Rauchenbach..... | 75 |
| TOP 18 | Hoher Börsing, 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 Krasteintal..... | 102 |
| 26 | Tullnkogel, 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 |
| | Schoberggruppe, 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 Debanttal.....	160
44	Schlaitner Panoramaweg	Von Schlaiten im Iseltal.....	162
45	Friedensweg nach St. Helena, 1279 m	Von der Erasmuskapelle in Thurn-Prappernitze Defereggental	164
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