

# Inhalt

<b>EINLEITUNG</b>	4	<b>KANU- UND KAJAKWANDERUNGEN</b>	150
		Kanufahren in Dalsland, <i>Schweden</i>	152
<b>WANDERUNGEN ZU FUSS</b>	10	Kanutour auf der Krutynia, <i>Polen</i>	158
Laugavegur Trail, <i>Island</i>	14	Die Ardèche hinunter, <i>Frankreich</i>	164
Karhunkierros Trail, <i>Finnland</i>	18	Mit dem Kajak um Elba, <i>Italien</i>	168
West Highland Way, <i>Schottland</i>	24	Kajakwanderung in den Everglades, <i>Florida (USA)</i>	172
Hadrian's Wall Path, <i>England</i>	30	Abel-Tasman-Nationalpark, <i>Neuseeland</i>	178
Wandern im Schwarzwald, <i>Deutschland</i>	34		
Jura-Höhenweg, <i>Schweiz</i>	38	<b>WANDERUNGEN ZU PFERD</b>	182
Fischerpfad, <i>Portugal</i>	44	Die Sierra Nevada zu Pferd, <i>Spanien</i>	184
Sentiero del Brigante, <i>Italien</i>	48	Unterwegs auf dem Stevensonweg, <i>Frankreich</i>	188
Gozo-Küstenweg, <i>Malta</i>	52	Mit dem Pferd auf den Monte Catria, <i>Italien</i>	194
Andros-Route, <i>Griechenland</i>	58	Kappadokien zu Pferd, <i>Türkei</i>	198
Von Chefchaouen nach Bab Taza, <i>Marokko</i>	62	Pferdewanderung zum Kol-Kogur-See, <i>Kirgisistan</i>	204
Sinai Trail ( <i>Darb Sina</i> ), <i>Ägypten</i>	68	Zu Pferd durch die Wildnis des Yukon, <i>Kanada</i>	208
Israel National Trail, <i>Israel</i>	72	Yellowstone Bechler River Trail, <i>Wyoming (USA)</i>	214
Cirque de Mafate, <i>La Réunion (Frankreich)</i>	80	Straße der Vulkane, <i>Ecuador</i>	218
Lost Coast Trail, <i>Kalifornien (USA)</i>	84		
Parque Nacional Corcovado, <i>Costa Rica</i>	88	<b>RADWANDERUNGEN</b>	224
Apu-Ausangate-Wanderweg, <i>Peru</i>	92	Die Lofoten, <i>Norwegen</i>	226
W-Trek, Torres del Paine, <i>Chile</i>	96	Am Nordring entlang, <i>Niederlande</i>	230
El Chaltén – Laguna Torre, <i>Argentinien</i>	102	Bodensee-Radweg, <i>Deutschland</i>	234
Ushuaia und Feuerland, <i>Argentinien</i>	108	Tauernradweg, <i>Österreich</i>	238
Wandern im Altai-Gebirge, <i>Russland</i>	112	Von Nantes nach La Rochelle, <i>Frankreich</i>	244
Shin-etsu Trail, <i>Japan</i>	116	Camino Natural Turia – Siete Aguas, <i>Spanien</i>	250
Tigersprung-Schlucht, <i>China</i>	122	Parenzana-Radweg, <i>Kroatien</i>	254
Von Ganden nach Samye, <i>Tibet (China)</i>	126	Great Marsh, <i>Massachusetts (USA)</i>	258
Annapurna-Rundweg, <i>Nepal</i>	130	Otago Central Rail Trail, <i>Neuseeland</i>	262
Eulenpfad (Owl Trek), <i>Bhutan</i>	138		
Cape to Cape Track: Vom Cape Naturaliste zum Cape Leeuwin, <i>Australien</i>	144	<b>BILDNACHWEIS</b>	270
		<b>DIE AUTORIN</b>	272