

EINLEITUNG	9
<hr/>	
Gehzeiten – Ausrüstung – Wetter – Notruf – Kartenmaterial	
ULTENTAL – DEUTSCHNONSBERG	13
<hr/>	
St. Pankraz – St. Walburg – St. Nikolaus – St. Gertraud – Kuppelwies/St. Moritz – Proveis/Laurein	
1 ALPENROSENWEG	28
<hr/>	
Höhenwanderung Vigiljoch bis ins Ultental: Bergstation Vigiljoch – Stafler Alm – Jägerhütte unterhalb der Äußeren Falkomaialm – Mariolberger Alm – St. Pankraz – zurück mit dem Bus	
2 ULTNER TALWEG	32
<hr/>	
St. Pankraz – St. Walburg – St. Pankraz	
3 NATURNSEER HOCHWART (2608 m)	36
<hr/>	
Parkplatz St. Helena – Mariolberger Alm – Äußere Falkomaialm – Naturnser Hochwart	
4 SEENRUNDWANDERUNG ÜBER DEN SCHWARZER	38
<hr/>	
Parkplatz St. Helena – Mariolberger Alm – Innere Falkomaialm – Drei Seen – Schwarzer – Tablander Joch – Falkomaisee – Äußere Falkomaialm – Mariolberger Alm – Parkplatz St. Helena	
5 ÜBERSCHREITUNG HOCHJOCH – PEILSTEIN	42
<hr/>	
Parkplatz St. Helena – Ortler-Hühnerspiel – Hochjoch – Peilstein – Innere Falkomaialm – Mariolberger Alm – Parkplatz St. Helena	
6 SUNNENSEITNWEG	44
<hr/>	
St. Walburg – Breitenberg – Marschnellbachgraben – Dorfhof – St. Walburg	

7	PEILSTEIN (2542 m)	46
	Giggelhorn – Marschnellalm – Peilstein	
8	DREI-GIPFEL-TOUR: MUTTEGRUB – RONTSCHER – PEILSTEIN	48
	Parkplatz Simian – Riernerbergl – Kofelraster Seen – Muttegrub – Rontscher – Peilstein – Marschnellalm – Schweinsteig – Riernerstein – Parkplatz Simian	
9	HOHER DIEB (2730 m)	52
	Parkplatz Simian – Riernerbergl – Kofelraster Seen – Hoher Dieb – Kofelraster Seen – Kuhhüttl – Larcherberger Säge – Parkplatz Simian	
10	ULTNER HÖFEWEG	56
	Kuppelwies – St. Gertraud – Kuppelwies	
11	HÖHENKIRCHLEIN ST. MORITZ	58
	Schwemmalm – Kuppelwieser Alm – Steinrast – St. Moritz – Kuppelwies	
12	VON DER SCHWEMMALM BIS WEISSBRUNN	60
	Schwemmalm – Schusterhütte – Flatschbergalm – Tuferalm – Pilsberg – Weißbrunn – zurück mit dem Bus	
13	HASENOHR (3257 m)	64
	Kuppelwieser Alm – Hasenohr	
14	FISCHERSEE-RUNDTOUR	66
	St. Gertraud – Weißbrunn – Fischersee – Fiecht – St. Gertraud	
15	ÜBER DAS FLATSCHBERGTAL ZUM HASENOHR	68
	Flatschberg – Hasenohr – Flatschberg	
16	TUFERSPITZE (3097 m)	72
	Flatschberg – Flimjoch – Tuferspitz	
17	SOYSPITZE (3030 m)	74
	Parkplatz Jochmair – Pilsberg – Soyjoch – Soyspitze	

18	ZUFRITT (3439 m)	76
	Weißbrunn – Höchsterhütte – Zufritt	
19	HINTERE EGGENSPITZE (3443 m)	78
	Weißbrunn – Höchsterhütte – Lorchenspitze – Hintere Eggenspitze	
20	GLECK (2957 m)	82
	Weißbrunn – Langsee – Schwärzerjoch – Gleck	
21	LANGSEE-RUNDTOUR	84
	Weißbrunn – Langsee – Höchsterhütte – Weißbrunn	
22	NAGELSTEIN (2469 m)	86
	Weißbrunn – Fiechter Alm – Nagelstein	
23	GLECK-RUNDTOUR	90
	St. Gertraud – Kirchberg – Haselgruberseen – Gleck – Schwärzerjoch – Langsee – Fiecht – St. Gertraud	
24	VIER-SPITZEN-TOUR	94
	St. Gertraud – Alplahner – Seespitze – Nebelspitze – Karspitze – Bärhappspitze – Haselgruberhütte – Kirchberg – St. Gertraud	
25	TRENTASPIITZE-RUNDTOUR	98
	St. Gertraud – Klapfberg – Trentaspitze – Londai – St. Gertraud	
26	ÜBERSCHREITUNG KLAPFBERGJOCH – SCHRUMMJACH	102
	St. Gertraud – Klapfberg – Klapfbergjoch – Schrummjoch – Schrummsee – St. Gertraud	
27	BREITBICHL (2287 m)	106
	St. Gertraud – Londai – Breitbichl	
28	STÜBELE (2671 m)	108
	St. Gertraud – Klapfberg – Stübele	

29	BÜCHELBERG (2579 m)	110
	St. Nikolaus – Auerberg – Seefeld – Büchelberg – Zum Oberen Spiel – Auerberg – St. Nikolaus	
30	ILMSPITZE (2656 m)	112
	St. Nikolaus – Auerberg – Seefeld – Ilmspitze	
31	ULTNER-HOCHWART-RUNDTOUR	114
	Zoggler-Stausee – Seegruben – Hochwart – Spitzen – Zoggler-Stausee	
32	DREI-ALMEN-RUNDE	118
	Zoggler-Stausee – Spitzen – Pfandl – Seegruben – Zoggler-Stausee	
33	AUF DER STANGE (2108 m)	120
	Zoggler-Stausee – Spitzen – Auf der Stange	
34	GOLDLAHNSEEN	122
	Proveis – Stierberg – Samerjoch – Goldlahnseen (evtl. Goldlahnspitze)	
35	ÜBERSCHREITUNG DER ULTNER HOCHWART	126
	Hofmahd – Hochwart – Seegruben – Stausee St. Walburg	
36	MANDLSPITZE (2395 m)	130
	Hofmahd – Clozalm – Revòalm – Obere Kesselalm – Mandlspitze	
37	KORNIGLRUNDE	132
	Hofmahd – Kleiner Kornigl – Kornigl – Schöngrubspitze	
38	ÜBERSCHREITUNG GAMPEN – SPITZEN	134
	Hofmahd – Gampenalm – Spitzen – Holzschlag – Stausee	
39	STUANMANDL (MONTE POPI, 1941 m)	136
	Hofmahd – Laureiner Alm – Steinmandl (Monte Popi)	
40	GROSSE LAUGENSPITZE (2434 m)	138
	Hofmahd – Castrinalm – Große Laugenspitze	