

Inhalt

Vorwort	2
Übersichtskarte	8
Zum Gebrauch des Buches	10
GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte	15
Allgemeine Hinweise	16
▶ 1 Sattelberg, 2115 m	
Rundtour vom Brennerpass	22
▶ 2 Tribulaunhütte, 2368 m	
Aus dem inneren Pflerschtal zum Sandessee	24
▶ 3 Am Sterzinger Roßkopf	
Über die Ochsenalm nach Obertelfes	26
▶ 4 Moarer und Senner Egetensee	
Von der Moarerbergalm im Lazzacher Tal	28
▶ 5 Gilfenklamm	
Der spektakuläre Ausgang des Ratschingstals	30
▶ 6 Saun, 2085 m	
Vom Braunhof über die Westflanke	32
▶ 7 Pfitscher-Joch-Haus, 2275 m	
Rundtour vom Parkplatz Arzwände	34
▶ 8 Zinseler, 2422 m	
Standardziel am Penser Joch	36
▶ 9 Puntleider See, 1847 m	
Von den Puntleider Höfen bei Grasstein	38
▶ 10 Rotenstein-Höhenweg	
Vom Seilbahngebiet Jochtal zur Fanealm	40
▶ 11 Wilder See, 2532 m	
Von der Fanealm über Labeseben	42
▶ 12 Gitsch, 2510 m	
Mit der Seilbahn von Meransen	44
▶ 13 Tiefrastenhütte, 2312 m	
Durch das Winnebachtal	46
▶ 14 Sambock, 2396 m, und Plattnerspitze, 2439 m	
Rundtour vom Höfeweiler Platten	48
▶ 15 Neveser Höhenweg	
Über die Chemnitzer Hütte am Nevesjoch	50
	3

▶ 16	Mühlwalder Höfe- und Almweg Zwischen Steinerhöfen und Weizgruberalm	53
▶ 17	Niederhofer und Gruber Alm, 1839 m Zu den Rodungsinseln über dem vorderen Ahrntal	56
▶ 18	Archbichl, 2414 m, und Waldner See, 2332 m Rundtour von Kasern	58
▶ 19	Lenkjöchlhütte, 2590 m Überschreitung via Röttal und Windtal	61
▶ 20	Kofler zwischen den Wänden, 1528 m Mit Abstieg über die Reinbach-Wasserfälle	64
▶ 21	Reiner Höhenweg Über Unterrieser-, Durra- und Knuttenalm	66
▶ 22	Schönbichl, 2452 m Rundtour von Tesselberg über Geige und Kor	69
▶ 23	Gönner Alm, 1975 m Über die Erdpysramiden im Wielental	72
▶ 24	Antholzer Talwanderung Mit Rundweg um den Antholzer See	74
▶ 25	Taistner Almweg Über Lutterkopf und Durakopf	77
▶ 26	Talblickweg in Gsies Rundtour von St. Martin in den inneren Bereich	79
▶ 27	Am Gsieser Almweg 2000 Zwischen Tscharniedalm und Stumpfalm	82
▶ 28	Römerweg am Eggerberg Von Toblach nach Welsberg	84
▶ 29	Helm, 2433 m, und Hornischegg, 2550 m Mit Abstieg über die Klammbachalm	87
▶ 30	Burgstall-Höhenweg Von den Rotwandwiesen zum Kreuzbergpass	90
▶ 31	Sextener Vier-Hütten-Tour Aus dem Fischleintal übers Büllelejoch	92
▶ 32	Drei-Zinnen-Runde Mit Start bei der Auronzohütte	95
▶ 33	Strudelkopf, 2307 m Über die Plätzwiese zum Heimkehrerkreuz	98

▶ 34	Großer Rosskopf, 2559 m Rundkurs via Kaserbachtal und Postmeisteralm	100
▶ 35	Vom Pragser Wildsee nach St. Vigil Durchs Grünwaldtal zum Hochalmsee	103
▶ 36	Rundweg Kronplatz Einmal um die Gipfelkuppe	106
▶ 37	Senneshütte und Fodara Vedla Von Pederü auf die Sennes-Hochfläche	108
▶ 38	Heiligkreuz (La Crusc), 2045 m Aus dem Wengental über die Armentarawiesen	110
▶ 39	Zum Störes, 2181 m, auf der Pralongia Rundtour von der Campolongo-Straße	113
▶ 40	Kolfuschger Höhenweg Vom Grödner Joch hinab nach Kolfuschg	116
▶ 41	Zwölferkofel (Crep dales Dodesc), 2384 m Ins Hochtal von Antersasc	118
▶ 42	Rund um den Peitlerkofel Über Peitlerscharte und Gömajoch	120
▶ 43	Astjoch, 2194 m Die Höhen der Rodenecker und Lüsner Alm	123
▶ 44	Plose (Telegraph), 2486 m Überschreitung vom Seilbahngebiet Kreuztal	126
▶ 45	Sunnseitnweg in Villnöss Von Teis nach St. Magdalena	128
▶ 46	Villnösser Talschlussrunde Via Kreuzjoch und Bronsoijoch zur Schlüterhütte	131
▶ 47	Scheibenberg, 1925 m, und Zirmaitalm Vom Bergweiler Spiluck im Schalderer Tal	134
▶ 48	Königsanger, 2436 m Vom Perlunger zur Radlseehtütte	136
▶ 49	Latzfonser Kreuz, 2302 m Vom Kühhof über die Klausner Hütte	138
▶ 50	Keschnweg zwischen Klausen und Barbian Über Villanders	140
▶ 51	Rittner Horn, 2260 m Rundwanderung von der Gasserhütte	143

► 52	Keschnweg von Lengstein nach Unterinn Hangtraverse über dem unteren Eisack	146
► 53	Auf der Rittner Hochfläche Zwischen Oberbozen und Tann	149
► 54	Poststeig im Grödner Tal Zwischen St. Ulrich und Lajen	152
► 55	Von der Raschötz zur Secëda, 2518 m Via Brogleschütte und Panascharte	154
► 56	Pitschberg (Pic), 2365 m Überschreitung oberhalb von St. Ulrich	157
► 57	Cisles-Almrunde Mit der Col-Raiser-Seilbahn	160
► 58	Rund um die Langkofelgruppe Vom Sellajoch im Uhrzeigersinn	162
► 59	Über die Seiser Alm Von Compatsch zum Mahlknecht- und Fassajoch	165
► 60	Puflatsch, 2174 m Rundkurs von Compatsch	168
► 61	Schlernbödelehütte und Proßliner Schwaige Um die Schlucht des Frötschbachs	170
► 62	Umser Almrunde Hofer Alpl, Tuffalm und Völser Weiher	172
► 63	Rund um Prösels und Völser Aicha Mit Abschnitten am Oachner Höfeweg	174
► 64	Völseggspitze, 1834 m Von Schönblick über die Tschafonhütte	176
► 65	Grasleitenhütte, 2134 m Durch das Tschamintal	178
► 66	Hirzelweg und Perlenweg Zur Rotwandhütte im Rosengarten	180
► 67	Labyrinthsteig und Karerwald Mit Stippvisite am berühmten Karersee	183
► 68	Latemar-Höhenweg bei Obereggen Rundtour über die Meieralm	186
► 69	Planetenweg bei Obergummer Ausgehend von der Sternwarte	189

► 70 Titschen, 1614 m, und Rotwand	
Durchs Mittelgebirge bei Kohlern	192
► 71 Panoramaweg St. Helena	
Kleine Rundwanderung östlich von Deutschnofen	194
► 72 Weißhorn, 2313 m	
Von Jochgrimm über die Südflanke	196
► 73 In die Bletterbachschlucht	
Von Radein bis ins Butterloch	198
► 74 Rund um den Cison	
Genusswanderung am Trudner Hausberg	200
► 75 Am Dürerweg	
Von Laag über Buchholz nach Salurn	202
Stichwortverzeichnis	204
Impressum	208