

Inhalt

Wandern in Südtirol	6
Wein- und Obstland Südtirol	8
Waale – uralte Bewässerungssysteme	10
Erdpyramiden – Wunder der Natur	12
Das »romantische« Leben der Bergbauern	14

Tour 1	Wälder, Wiesen & Erdpyramiden – Von Oberbozen nach Klobenstein (4.15 Std.; einfach)	16
Tour 2	Die Mittelberger Erdpyramiden – Von Klobenstein nach Oberbozen (4.15 Std.; einfach)	20
Tour 3	Spaziergang bei Oberbozen – Über die Kapelle St. Georg/Jakob zu Erdpyramiden (2 Std.; einfach)	24
Tour 4	Am Fuße des Schlernmassivs – Rundwanderung von Völs über Völseggspitze und Völser Weiher (6 Std.; mittelschwer)	27
Tour 5	Zum Tanzplatz der Hexen – Ab Sarnthein über das Auener Joch und die ›Stoanernen Mandlens‹ (4.30 Std.; einfach)	32
Tour 6	Ins Lärchenparadies des Salten – Rundwanderung von Jenesien über Tschaufenhaus und Langfenn (5.30 Std.; mittelschwer)	36
Tour 7	Der Schwarze Herrgott – Im hinteren Sarntal von Reinswald über die Heilig- kreuz-Hütte zum Durnholzer See (5.30 Std.; mittelschwer)	40

Tour 8	Klassische Wege bei Meran – Über Promenaden, Waal- und Höhenwege zu den Muthöfen und nach Dorf Tirol (4.15 Std.; einfach)	44
Tour 9	Neun eiskalte Seen – Durch den Naturpark Texelgruppe zur Spronser Seenplatte (7.30 Std.; anspruchsvoll)	49
Tour 10	Taser Höhenweg – Rundwanderung hoch über Schenna und St. Georgen (3.30 Std.; einfach)	53
Tour 11	Weideland für blonde Pferde – Rundwanderung über die Höhen des Tschögglberges (4.30 Std.; einfach)	58
Tour 12	Von Alm zu Alm, von Joch zu Jöchl – Rundwanderung von Hafling zu Auener Joch und Kreuzjöchl (5.30 Std.; mittelschwer)	62
Tour 13	Hoch hinauf nach Oberöberst – Rundwanderung von Riffian im Passeiertal über die Öbersthöfe (4.45 Std.; mittelschwer)	65
Tour 14	Zu Andreas Hofers Versteck – Von Klammeben über die Pfandler Alm zum Sandwirt (6 Std.; mittelschwer)	69
Tour 15	Almenrausch überm Ultental – Vom Vigiljoch über die Falkomaialmen nach St. Pankraz (6.30 Std.; mittelschwer)	74
Tour 16	Strom aus den Bergen – Im hintersten Ultental von St. Gertraud zu Weißbrunn- und Grünsee (7.30 Std.; anspruchsvoll)	79
Tour 17	Besuch beim hl. Hippolyt – Rundwanderung von Lana über Völlan durch das Tisenser Mittelgebirge (4.30 Std.; mittelschwer)	84
Tour 18	Kirchen, Burgen und Schlösser – Rundwanderung von Nals über St. Christoph-Kapelle, Prissian, Grissian und Sirmian (4.30 Std.; mittelschwer)	88
Tour 19	Durchs Höllental zur hl. Apollonia – Rundwanderung von Andrian über Gaid, St. Apollonia und Sirmian (4.30 Std.; mittelschwer)	92

Tour 20	Der Damenberg – Vom Gampenjoch rund um die Laugenspitze (4.45 Std.; anspruchsvoll)	96
Tour 21	Lärchenwiesen am stillen See – Von Unsere Liebe Frau im Walde über St. Felix zum Tretsee (4.45 Std.; einfach)	100
Tour 22	Wallfahrt nach Bad Dreikirchen – Hoch überm Eisacktal von Klausen nach Waidbruck (3.30 Std.; einfach)	104
Tour 23	Hoch überm Eisacktal – Rundwanderung von Lajen über Gufidaun und Albions (4.30 Std.; einfach)	108
Tour 24	Kirchen, Klöster und Kapellen – Fast ein ›Gotteshaus-Lehrpfad‹ zwischen Brixen und Klausen (4.30 Std.; einfach)	112
Tour 25	Hirtensteige im Porphyrfels – Von Leifers nach Bozen über den Leiferer Höhenweg (5 Std.; mittelschwer)	118
Tour 26	Fleimstaler Bahnpromenade – Rundwanderung bei Auer (5.30 Std.; mittelschwer)	122
Tour 27	Weinberge und viel Wasser – Rundwanderung von Kaltern zu den Montiggler Seen (4 Std.; einfach)	127
Tour 28	Auf den Spuren der Vergangenheit – Rundwanderung von Kaltern über Altenburg (3.15 Std.; einfach)	131
Tour 29	Schlössertour mit kühler Einlage – Rundwanderung über Eppaner Höhenweg und Burg Hocheppan (7 Std.; mittelschwer)	135
Tour 30	Am Naturnser Sonnenberg – Rundwanderung von Naturns über den Meraner Höhenweg (5 Std.; mittelschwer)	140
Tour 31	Hoch über dem Schnalstal – Über Katharinaberg und den Meraner Höhenweg nach Naturns (4.15 Std.; einfach)	144

Tour 32	Die schönsten Waalwege – Von Latsch über Kastelbell und Schloss Juval nach Stabben (3.30 Std.; einfach)	147
Tour 33	Einsame Bergbauernhöfe – Höhenwanderung von St. Martin am Kofel über Patsch und den Sonnenberg nach Latsch (4.45 Std.; einfach)	150
Tour 34	Durchs Reich der Matscher Vögte – Rundwanderung zwischen Schluderns und Matsch im Oberen Vinschgau (3.30 Std.; einfach)	154
Tour 35	Hoch überm Reschensee – Rundtour von St. Valentin auf der Haide zu den höchsten Bergköfen Südtirols in Rojen (5 Std.; einfach)	158
	Register	162
	Abbildungsnachweis/Impressum	168