

Inhalt

Vorwort	2
Allgemeine Hinweise	6
Ausrüstung	9
Gefahren	12
Lawinenrisiko	15
Natur und Umwelt	17
1 Heuberg, 1338 m	
Über die Bichleralm	22
2 Kranzhorn, 1366 m	
Von Erl über die Kranzhornalm	25
3 Feichteck, 1514 m	
Von der Spatenau zur Wagneralm	28
4 Laubenstein, 1350 m	
Von Frasdorf über die Frasdorfer Hütte	31
5 Kampenwand, 1664 m	
Über die Steinlingalm zum Ostgipfel	34
6 Rudersburg, 1430 m	
Über die Ederalm am Riedlberg	37
7 Gscheuerwand, 1106 m	
Vom Balsberg	40
8 Schnappenkirche, 1099 m	
Von der Burg Marquartstein zur Wallfahrtskirche	42
9 Hochgern, 1744 m	
Von Marquartstein über das Hochgernhaus	44
10 Maria Eck, 840 m	
Kurzer Spaziergang von Bergen aus	47
11 Hörndlwand, 1684 m	
Über die Branderalm ins Ostertal	49
12 Dürnbachhorn, 1776 m	
Vom Skigebiet Winklmoosalm	52
13 Rauschberg, 1645 m	
Über die Sackgrabenalm	56
14 Sonntagshorn, 1961 m	
Vom Heutal über die Hochalm	59
15 Grubhörndl, 1747 m	
Von der Loferer Alm	63

16 Maria Kirchentäl, 880 m Von St. Martin im Saalachtal	66
17 Stoßberalm, 1272 m Von Norden	68
18 Zwiesel, 1782 m Über die Zwieselalm	71
19 Hochstaufen, 1771 m Von Norden	74
20 Steinerne Agnes, 1320 m Von Süden	78
21 Großer Rauhenkopf, 1604 m Von Bischofswiesen auf schmalen Steigen	81
22 Kneifelspitze, 1189 m Von der Wallfahrtskirche Maria Gern	84
23 Barmsteine, 841 m und 851 m Von Mehlweg	87
24 Toter Mann, 1392 m Vom Schwarzeck über die Rodelbahn	90
25 Halsalm, 1220 m Rundtour vom Hintersee	93
26 Eckaualm, 1055 m Von Ramsau mit Variante über die Hochalm	96
27 Grünstein, 1304 m Von Hammerstiel	98
28 Watzmannhaus, 1930 m Von der Wimbachbrücke	101
29 Archenkanzel, 1346 m Mit Variante zum Dritten Watzmannkind, 2232 m	104
30 Kehlsteinhaus, 1837 m Vom Obersalzberg über die Kehlsteinstraße	108
31 Schneibstein, 2276 m Von der Bergstation der Jennerbahn	110
32 Feuerpalfen, 1700 m Höhenweg von der Mittelstation der Jennerbahn	114
33 Kärlingerhaus, 1630 m Über die Saugasse zum Funtensee	118

34 Hundstein, 2117 m	
Von Unterberg aus	122
35 Taghaubenscharte, 2136 m	
Über die Erichhütte	125
36 Mitterfeldalm, 1669 m	
Vom Arthurhaus	128
37 Glasenbachklamm	
Von Elsbethen	130
38 Nockstein, 1043 m	
Von Osten	132
39 Watzmannblick, 759 m	
Auf dem Ebenauer Mühlenwanderweg	134
40 Filbling, 1307 m	
Vom Steinbräu zur Sattelalm	136
41 Eibleck, 1516 m	
Über die Eibleckalm	140
42 Faistenauer Schafberg, 1559 m	
Und Loibersbacher Höhe	143
43 Zwölferhorn, 1521 m	
Rundtour über die Sausteigalm	146
44 Vormauerstein, 1450 m	
Von St. Wolfgang	149
45 Schlenken, 1648 m	
Von Zillreit über den Westrücken	153
46 Schmittenstein, 1695 m	
Vom Rengerberg über die Südwestseite	156
47 Schwarzer Berg, 1584 m	
Von Nordwesten	159
48 Einberg, 1688 m	
Über den Rigausberg	161
49 Tauernkogel, 2249 m	
Von Wengerau über die Tauernscharte	164
50 Koreinhöhe, 1850 m	
Von St. Martin	168
Stichwortverzeichnis	172