

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	3
Übersichtskarte	6
Top-Touren	8
Wichtige Hinweise für unterwegs	10
Schwierigkeitskategorien	10
Symbole	12
GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte	15
Rund um das Sextental	20
Sehenswürdigkeiten	24
Innichen	
1 2.00 h Von Innichen nach Sexten	30
2 1.15 h Von der Riese Haunold Hütte nach Innichen	32
3 5.00 h Haunoldköpfl, 2158 m	34
4 5.00 h Innerfeldtal-Höhenweg	36
Sextental	
5 6.00 h Innerfeldtal-Talschlussrunde	40
6 8.00 h Hochebenkofel, 2905 m, und Birkenkofel, 2922 m	43
7 1.30 h Helmbahn-Talabstieg	46
8 3.15 h Helm, 2433 m	48
9 4.30 h Sillianer Hütte, 2447 m, und Hornischegg, 2550 m	50
10 5.15 h Klammbachalm, 1944 m, und Nemesalm, 1877 m	53
11 3.45 h Kreuzberg-Runde	55
12 3.45 h Rifugio Berti, 1950 m	57
TOP 13 2.15 h Von den Rotwandwiesen zum Kreuzbergpass	59
14 3.00 h Anderteralpen-Höhenweg	61
TOP 15 3.15 h Von Sexten in das Fischleintal	64
16 4.30 h Zsigmondyhütte, 2235 m	66
17 2 Tage Rund um den Zwölferkofel	68
TOP 18 6.45 h Rund um den Einserkofel	72
19 4.30 h Dreizinnenhütte, 2405 m	74
20 3.30 h Östliche Gsellrunde	76
21 5.30 h Westliche Gsellrunde	78
22 2.30 h Toblacher See, 1258 m	80
23 2.45 h Flodige Alm, 2039 m	82
24 4.50 h Monte Piana: Pionierweg und Überschreitung	84
Misurina	
TOP 25 3.00 h Monte Piana: Freilichtmuseum	86
26 3.10 h Popena-Runde	88
27 2.45 h Rifugio Città di Carpi, 2130 m	90
28 5.30 h Cadini-Rundweg	92

	29	3.15 h	Rifugio Fonda Savio, 2367 m	95
TOP	30	3.45 h	Sentiero Bonacossa (Südteil)	97
TOP	31	5.30 h	Sentiero Bonacossa (Nordteil)	100
TOP	32	3.30 h	Drei-Zinnen-Umwanderung	103
	33	5.00 h	Paternkofel-Umrandung	106
TOP	34	5.30 h	Paternkofel-Überschreitung	108
	35	6.00 h	Sella del Paradiso und Rifugio Ciareido	112

Niederdorf

	36	4.40 h	Suiskopf, 2052 m	116
--	-----------	--------	------------------	-----

Pragser Tal

	37	3.00 h	Allwartstein, 1954 m, und Badmeisterkofel, 1861 m	118
	38	6.00 h	Sarkofel, 2378 m	120
TOP	39	4.00 h	Dürrenstein, 2839 m	122
	40	2.45 h	Strudelköpfe (Heimkehrerkreuz, 2307 m)	124
	41	3.30 h	Knollkopf, 2179 m, und Rautkofel, 2204 m	126
	42	4.00 h	Gaislkare-Höhenweg Nord	128
	43	1.15 h	Pragser Wildsee, 1494 m	130
	44	4.30 h	Herrstein, 2447 m	132
	45	6.15 h	Großer Rosskopf, 2559 m	134
TOP	46	7.45 h	Seekofel, 2810 m	136
	47	6.15 h	Grünwaldtal und Hochalpensee	139
	48	6.15 h	Große Hochalpen-Runde	142
	49	4.50 h	Hochalpenkopf, 2542 m	145
	50	3.30 h	Rund um den Schwarzberg	147
	51	4.00 h	Kühwiesenkopf, 2140 m, und Pragser Berg, 1889 m	149

Olang

TOP	52	4.15 h	Piz da Peres, 2507 m	151
------------	-----------	--------	----------------------	-----

Bruneck

	53	2.30 h	Kronplatz, 2273 m	154
--	-----------	--------	-------------------	-----

			Stichwortverzeichnis	156
--	--	--	----------------------	-----