

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	3
Übersichtskarte	6
Top-Touren	8
Wichtige Hinweise für unterwegs	10
Schwierigkeitskategorien	11
Symbole	12
GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte	16
Touristische Informationen	18
Literatur und Karten	26
Zur Region	28
 Maltatal und Liesertal	
1 2 Tage Gießener Hütte – Schneewinkelspitze, 3016 m	38
TOP 2 2 Tage Rundwanderung Elendtäler	41
3 2 Tage Kattowitzer Hütte – Hafner, 3076 m	45
4 3.15 h Malteiner Wasserspiele	49
5 6.30 h Reitereck, 2790 m	52
6 5.00 h Laußnitzsee – Schereck, 2181 m	54
7 5.30 h Vom Katschberg aufs Kareck, 2481 m	58
8 4.00 h Stubeck, 2370 m, von der Frido-Kordon-Hütte	60
9 6.30 h Gmeineck, 2592 m, über die Kohlmaierhütte	62
 Innerkrems	
10 5.00 h Gaipahöhe, 2192 m	64
TOP 11 5.15 h Königstuhl, 2336 m, von der Dr.-Josef-Mehrl-Hütte	67
 Region Nockalmstraße	
12 4.15 h Pfannnock, 2254 m, von der Grundalm	69
TOP 13 4.45 h Hohe Pressing, 2370 m	72
14 2.30 h Königstuhl, 2336 m, von der Eisentalhöhe	74
15 3.30 h Königstuhl, 2336 m, vom Karlbach	76
16 3.45 h Klomnock, 2331 m, von der Schiestelscharte	78
17 0.50 h Schiestelnock, 2206 m, von der Schiestelscharte	80
18 1.10 h Windebensee (Naturlehrweg) und Weg der Elemente	82
19 3.15 h Koflernock, 2277 m, von der Prießhütte	84
TOP 20 5.15 h Königstuhl, 2236 m, von der Prießhütte	86
21 4.00 h Gregerlnock, 2296 m, von der Prießhütte	89
22 3.00 h Schnee grubensattel von der Prießhütte	92
23 5.45 h Stileck, 2179 m	94
 Radenthein und Gegendtal	
24 3.00 h Tschirnock, 2088 m, von der Hansbauerhütte	96
TOP 25 5.00 h Mirnock, 2110 m, von Gschriet	98

	26	3.00 h	Mirnock, 2110 m, von der Wieser Hütte	100
	27	5.00 h	Plattnock, 2316 m, und Predigerstuhl, 2179 m	103
TOP	28	5.00 h	Rosennock, 2440 m, vom Erlacherhaus	107
	29	3.15 h	Schwarzsee – Amberger Alpe, 1831 m, vom Verditz	110
	30	5.00 h	Hüttersteig – Kanzel, 1489 m	112

Um Bad Kleinkirchheim

	31	2.45 h	Mallnock, 2226 m, von der Brunnachhöhe	114
	32	5.00 h	Falkert, 2308 m, von St. Oswald	116
	33	2.15 h	Falkert, 2308 m, vom Falkertsee aus	118
	34	2.30 h	Moschelitzen, 2310 m, vom Falkertsee	120
	35	7.00 h	Wöllaner Nock, 2145 m, über die Geigerhütte	122
	36	3.45 h	Bad Kleinkirchheimer Talrunde	126
	37	3.30 h	Pfannnock, 2254 m, von der Brunnachhöhe	128
	38	3.45 h	Kolmnock, 1845 m, von der Kaiserburg	132

Turracher Höhe

	39	5.00 h	Rinsennock, 2334 m	134
	40	2.30 h	Kornock, 2193 m	137
	41	3.00 h	Grünsee – Saureggen	139
	42	5.45 h	Bretthöhe, 2320 m	142
TOP	43	2.00 h	Drei-Seen-Runde auf der Turracher Höhe	146

Hochrindl und Flattnitz

	44	4.15 h	Großer Speikkofel, 2270 m, von St. Lorenzen	148
	45	2.45 h	Kruckenspitze, 1886 m	150
	46	7.15 h	Wintertalernock, 2394 m	152
TOP	47	8.30 h	Eisenhut, 2441 m	155

Gurktaler Alpen

	48	3.30 h	Weitensfeld und Zammelsberg	158
	49	4.00 h	Metnitz und Grades	160
	50	8.30 h	Gunzenbergalm – Grebenzen, 1892 m, von St. Salvator ..	163
TOP	51	1.45 h	Stadtspaziergang Friesach	166

Norische Region

	52	2.45 h	Althofen – Scheurerkreuz	168
	53	5.00 h	Guttaring – Maria Waitschach, 1155 m	170
	54	2.30 h	Guttaring – Maria Hilf, 899 m	172
TOP	55	3.30 h	Hüttenberg – Knappenberg – Heft	174
TOP	56	2.45 h	Europa-Schutzgebiet Hörfeld-Moor	176

			Stichwortverzeichnis	178
--	--	--	----------------------------	-----