

Einleitung

- Üppige Pflanzenpracht und schroffe Gipfel 4
- Die wichtigsten Tipps zum Wandern 5
- Ein landschaftlicher Überblick 6
- Von der Frühzeit bis heute 10
- Kultur und Brauchtum 14
- Orte und Sehenswertes 18
- Erläuterungen zu den Touren 28

Touren

- Von Mergugno auf den Gridone 30
- Rund um Rasa 34
- Auf die Corona dei Pinci 36
- TopTour** Von Ascona nach Brissago 40
- Zur Madonna del Sasso 44
- Auf die Cima della Trosa 48
- Auf die Cima di Sassello 52
- Auf den Monte Gambarogno 56
- TopTour** Vom Monte Lema zum Monte Tamaro 60
- Von Maccagno auf den Monte Borgna 64
- Von Lozzo nach Indemini 68
- Auf die Rocca di Caldè 72
- Vom Sasso del Ferro nach Laveno 74
- Zu den Wasserfällen von Cittiglio 78
- Zum Forte di Orino 82
- TopTour** Auf den Monte Martica 86
- Von Ranco zur Kirche San Quirico 90

Im Parco Naturale del Ticino	92
Im Parco Naturale Lagoni di Mercurago	96
Von Fosseno auf den Monte Cornaggia	98
Von Cornago auf die Motta Rossa	100
Vom Mottarone zum Monte Zughero	104
Auf den Monte Camoscio	108
Der Mont' Orfano	112
Von Bracchio auf den Monte Faié	116
Von Cicogna ins Val Grande	120
Vom Val Pogallo auf die Cima Sasso	124
Von Cossogno auf den Monte Todun	128
TopTour Der Giro dei Sette Campanili	132
Monte Todano und Pian Cavallone	136
Von Intra nach Pallanza	140
Im Naturreservat des Sacro Monte	144
Auf den Monte Zeda	148
TopTour Auf die Cima di Morissolo	152
Von Cannero Riviera nach Cannobio	156
Zum Wasserfall von Trarego	160
Monte Pian Bello und Monte Carza	162
Von Cavaglio um den Monte Giove	166
Die Strada Borromea	170
Monte Torrione und La Piota	174
Telefonnummern und Infoadressen	178
Bildnachweis	185
Ortsregister	187
Zeichenerklärung	188
Impressum	191