

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	3
Übersichtskarte	6
Top-Touren	8
Wichtige Hinweise für unterwegs	10
Symbole	11
GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte	12
Wichtige Telefonnummern und Adressen	17
 Zur Region	 18
 Zeller See und Umgebung	
1 3.00 h Zeller-See-Rundwanderung	24
2 3.00 h Schmittental	26
3 2.00 h Nikolaus-Gassner-Promenade	28
TOP 4 6.30 h Höhenpromenade Sonnkogel – Schmittenhöhe	30
5 7.30 h Talwanderung Kaprun	32
6 7.00 h Unterhalb des Breiterkopfs, 1872 m	35
7 4.15 h Rundwanderung Erlhofplatte	38
TOP 8 6.15 h Thumersbacher Kammweg	40
9 4.30 h Schwalbenwand, 2011 m	43
10 3.30 h Maishofener Höhenweg	46
11 3.15 h Stablberg, 1062 m	48
 Leogang	
12 6.10 h Sonnkogel, 1727 m, und Kuhfeldhörndl, 1942 m	50
 Am Eingang des Glemmtales	
13 7.15 h Sausteigen, 1912 m	52
14 5.00 h Weikersbacher Kopf, 1539 m	54
15 6.00 h Weikersbacher Köpfl, 1618 m	56
16 3.20 h Hecherhütte, 1250 m	58
 Rund um Saalbach	
17 3.45 h Sonnseitpromenade	60
18 4.15 h Reiterkogel, 1818 m	62
19 4.00 h Spielberghaus, 1311 m	64
20 7.00 h Spielberghorn, 2044 m	66
21 5.00 h Bürglkopf, 1730 m, und Bernkogel, 1740 m	68
22 5.30 h Limbergalm, 1715 m	70
 Im Talschluss des Glemmtales	
23 6.00 h Schusterkogel, 2208 m	72
24 5.40 h Mittagskogel, 2094 m	75

	25	6.30 h	Bochumer Hütte (Kelchalm-Berghaus), 1432 m	78
TOP	26	6.15 h	Teufelssprung, Gamshag und Tristkogel	80
	27	4.45 h	Staffkogel, 2115 m	82
	28	5.20 h	Spieleckkogel, 1998 m, und Sonnspitze, 2062 m	84
	29	5.50 h	Hochalmspitze, Reichkendlkopf und Spieleckkogel	86
	30	6.00 h	Saalbachkogel, 2092 m	88
	31	6.00 h	Zwölferkogel, 1984 m, und Hohe Penhab, 2112 m	90
	32	7.45 h	Panoramaweg Schwarzachengraben	92

Höhenwege um das Glemmtal

TOP	33	4.40 h	Saalachtaler Höhenweg Ost	96
TOP	34	7.30 h	Saalachtaler Höhenweg West	100
TOP	35	7.30 h	Pinzgauer Spaziergang	103

An der nördlichen Talseite der Salzach

	36	4.50 h	Pinzgauer Hütte, 1704 m	106
	37	6.50 h	Piesendorfer Hochsonnberg	108
	38	5.30 h	Sonnbergalm, 1842 m	111
TOP	39	2.15 h	Keltendorf Uttendorf am Steinerbichl	114
	40	4.30 h	Hochsonnbergalm, 1841 m	116
	41	5.00 h	Manlitzkogel, 2247 m	118
	42	3.00 h	Rinnkogel, 2147 m, und Rescheskogel, 2182 m	120
TOP	43	3.20 h	Gaißstein, 2363 m	122

Südliche Seitentäler der Salzach

TOP	44	5.45 h	Breitkopf, Schafelkopf und Stolzkopf	124
	45	4.40 h	Alexander-Enzinger-Weg	126
TOP	46	7.30 h	Gleiwitzer Hütte, 2174 m	130
TOP	47	7.50 h	Imbachhorn, 2470 m	132
	48	5.00 h	Rudolfshütte, 2311 m	134
	49	4.00 h	Medelzkopf, 2761 m, und Kalser Tauernkogel, 2683 m	136
TOP	50	4.20 h	Gletscherlehrpfade Ödenwinkel- und Sonnblickkees	138

			Stichwortverzeichnis	140
--	--	--	----------------------	-----