

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	3
Übersichtskarte	6
Einsteiger-Touren	10
Top-Touren	11
Wichtige Hinweise für unterwegs	12
Schwierigkeitskategorien	13
Einkehr unterwegs	15
GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte	16
Sicher auf Tour	18
Europäische Lawinengefahrenskala	20
Natur- und sozialverträglich unterwegs	22
Die Tourenregion	26
Telefonnummern und Websites	27
Niedere Tauern – Triebener Tauern	
1 4.00 h Vöttleck, 1888 m	30
2 3.00 h Silberling, ca. 1920 m	34
3 3.45 h Himmeleck, 2096 m, und Griesmoarkogel, 2009 m	37
4 2.30 h Triebenfeldkogel, 1884 m	40
5 3.00 h Triebenkogel, 2055 m	42
6 3.00 h Krugkoppe, 2042 m	44
Niedere Tauern – Rottenmanner und Wölzer Tauern	
7 3.30 h Schüttnerkogel, 2170 m	46
8 5.00 h Hochhaide, 2363 m	50
9 4.00 h Seekoppe, 2150 m	54
10 5.00 h Hochschwung, 2196 m, und Schattnerzinken, 2156 m	58
11 3.30 h Schreinl, 2154 m, und Karlspitze, 2097 m	62
12 4.00 h Großes Bärneck, 2071 m	64
13 3.45 h Wolfnalmspitze, 2049 m	66
TOP 14 4.15 h Hochwart, 2301 m	68
15 5.00 h Hochweberspitze, 2375 m	71
16 4.00 h Plöschmiltzinken, 2095 m	74
17 2.45 h Schafdach, 2314 m	78
18 3.45 h Gasseneck, 2111 m	80
19 3.45 h Gumpeneck, 2226 m	83

Totes Gebirge

20	3.30 h	Stubwieswipfel, 1786 m	86
21	2.00 h	Loigistal über Wurzeralm	88
22	3.45 h	Wilde (Wildalmleiten) – Vorgipfel, ca. 1880 m	92
23	4.00 h	Kleine Scheibe, 1836 m	94
24	4.30 h	Großer Brieglersberg, 2148 m – Sigistal	96
25	4.15 h	Großes Tragl, 2179 m	98
26	4.30 h	Kleinmölbing, 2160 m	102
27	3.15 h	Rosskogel, 1890 m	106
TOP 28	4.45 h	Elm, 2128 m	110
29	2.45 h	Grießkogel, 2009 m	113

Oberösterreichische Voralpen

30	4.30 h	Hoher Nock, 1963 m	116
31	2.15 h	Wasserklotz, 1505 m	118

Ennstaler Alpen – Haller Mauern

32	3.00 h	Lahnerkogel, 1854 m	120
33	1.45 h	Karleck, 1582 m	122
34	5.00 h	Scheiblingstein, 2197 m	124
TOP 35	4.15 h	Kreuzmauer, 2091 m	128
36	3.45 h	Kleiner Pyhrgas, 2023 m	131
37	2.00 h	Schafkogel, 1550 m	134
38	4.30 h	Im Schafkar, ca. 1970 m	136
39	4.45 h	Natterriegel, 2065 m	139
40	3.15 h	Grabnerstein, 1847 m	142

Ennstaler Alpen – Gesäuse

41	4.45 h	Tamischbachturm, 2035 m	144
42	3.00 h	Lahngangkogel, 1778 m	148
TOP 43	4.30 h	Festkogel, 2269 m	151
TOP 44	5.45 h	Lugauer, 2217 m	154
45	2.30 h	Gscheideggkogel, 1788 m	158

Ennstaler Alpen – Eisenerzer Alpen

46	3.00 h	Blaseneck – Vorgipfel, ca. 1965 m	160
47	3.30 h	Leobner, 2036 m	162
48	3.00 h	Kragelschinken, 1845 m, und Plöschkogel, 1668 m	164
49	3.45 h	Stadelstein, 2070 m	166
50	5.30 h	Kaiserschild, 2084 m, und Hochkogel, 2105 m	168

Stichwortverzeichnis	172
----------------------	-----