

Inhalt

Vorwort 6

Einleitung 8

EINE GROSSE RUNDE
UM DEN SÜDZIPFEL DEUTSCHLANDS
Die klassische Allgäu-Durchquerung . . 14

»GRENZGÄNGE« ZWISCHEN VORARLBERG
UND GRAUBÜNDEN
Rundtour durch den Rätikon 22

ZWISCHEN ARLBERG, PAZNAUN
UND MONTAFON
Auf Höhenwegen
durchs wilde Verwall 30

ZWISCHEN WILDSPITZE, WEISSKUGEL
UND SIMILAUN
Im Herzen der Öztaler Alpen 38

IM BANNE DER ZUGSPITZE
Die große Wettersteinrunde 46

UNTERWEGS IM ALPENPARK ZWISCHEN
MITTENWALD UND ACHENSEE
Ein Bogen durchs »urweltliche Gebirg'« 54

AUF KLASSISCHER ROUTE DURCH DIE
ZILLERTALER ALPEN
Berliner Höhenweg 62

RUND UMS OSTTIROLER VIRGENTAL
Auf dem Venediger- und
Lasörling-Höhenweg 70

TAUERN-TRANSVERSALE ZWISCHEN
KAPRUN UND KRIMML
Die »Haute-Route« des Oberpinzgaus 80

VOM PONGAU INS OBERSTEIERISCHE
ENNSTAL
Durch die Radstädter und
Schladminger Tauern 90

EIN STREIFZUG DURCH WUNDERSAME
KARSTWELTEN
Übers Plateau des Toten Gebirg. . . . 98

IM SLOWENISCHEN TRIGLAV-
NATIONALPARK
Durch die geheimnisvollen Julier . . 106

IM SCHNITTPUNKT VON TAUERN,
DOLOMITEN UND JULIERN
Der Karnische Höhenweg 114

VOM PRAGSER WILDSEE NACH BELLUNO
Der Dolomiten-Höhenweg
Nummer 1 122

DURCH DIE HOCHBURGEN DER
WESTLICHEN DOLOMITEN VON
BRIXEN NACH FELTRE
Der Dolomiten-Höhenweg
Nummer 2 132

AUF DER SONNENSEITE DER
ZILLERTALER ALPEN
Durch die einsamen
Pfundener Berge 142

DURCH DIE SÜDLICHE STUBAIER UND
ÖTZTALER ALPEN
Auf hoher Route vom Brenner
nach Meran 150

IM LIEBLINGSGEBIRGE DER TRENTINER
Kreuz und quer durch die Brenta .. 160

AM SÜDPOL DER OSTALPEN
Rund um das Eisschild des Admello . 168

IM »FESTSAAL DER ALPEN«
Rund um die Bernina 176

VOM VORDERRHEIN INS MISOX
Durch die stillen Adula-Alpen 184

IN DEN WESTLICHEN GLARNER ALPEN
Die Rundtour ums Maderanertal .. 194

ZWISCHEN VIERWALDSTÄTTERSEE UND
FURKA
Auf hohen Wegen durch die
Urner Alpen 202

VOM LÖTSCHBERG BIS ZUR GRIMSEL
Durchs kalte Herz der Berner Alpen 210

IM STAMMLAND DER WALSER
Rund um den Monte Rosa..... 218

VOM GROSSEN ST. BERNHARD NACH SAAS FEE
Auf den Spuren der Walliser Haute
Route 228

EINMAL RUND UMS DACH EUROPAS
Die Tour du Mont Blanc 238

IM REICH DES ALPENSTEINBOCKS
Durch den Nationalpark
Grand Paradiso..... 246

ZWISCHEN TARENTAISE UND MAURIENNE
Auf einer »Acht« durch den National-
park Vanoise 254

MEDITERANER ZAUBER AM ENDE DER
ALPEN
Eine Rundwanderung durch
die Seealpen 262

Toureninfo 270

Register 286

Bildnachweis/Impressum 288