

Inhalt

	Vorwort	2
	Übersichtskarte	8
	Top-Touren	10
	Zum Gebrauch des Buches	12
	Allgemeine Hinweise	18
▶ 1	Piz Lat, 2808 m Von der Reschner Alm	26
▶ 2	Reschensee-Höhenweg Von Schöneben zur Haider Alm	28
▶ 3	Grauner Berg, 2556 m Auf den besten Logenplatz über dem Reschensee	30
▶ 4	Weißkugelhütte, 2542 m In den Langtauferer Talschluss	33
▶ 5	Watles, 2555 m Überschreitung via Plantapatsch	36
▶ 6	Sesvennahütte, 2262 m Rundtour im Schlinigtal	38
▶ 7	Spitzige Lun, 2324 m Von Matsch über Plantavillas	40
▶ 8	Matscher Almweg Rundkurs über die Muttwiesen	42
▶ 9	Upiasee, 2552 m Vom Glieshof durchs Upiatal	44
▶ 10	Schludernser Waalrunde Mit Abstecher zur Schlossruine Matsch	46
▶ 11	Köpfelplatte, 2410 m Rundtour am Schludernser Sonnenberg	48
▶ 12	Lichtenberger Höfeweg und Archaikweg Über die Lichtenbergscharte	51
▶ 13	Trafoier Panoramatour Von der Furkelhütte zur Tartscher Alm	54
▶ 14	Düsseldorfer Hütte, 2721 m Von Sulden über die Kanzel ins Zaytal	56
▶ 15	Suldener Höhenweg Via Hintergrathütte zur Tabarettahütte	58

- ▶ **16 Lottersteig und Ruine Tschenglsberg**
Am Nörderberg zwischen Prad und Tschengls 61
- ▶ **17 Schlandersberg und St. Ägidius**
Kulturwege um Schlanders und Kortsch 64
- ▶ **18 Göflaner Scharte, 2396 m**
Rundtour vom Haslhof am Nördersberg 66
- ▶ **19 Schlandrauner Höhenweg**
Von St. Martin im Kofel nach Schlanders 69
- ▶ **20 Rundtour bei St. Martin im Kofel**
Zum Dolomitenblick und nach Platztair 72
- ▶ **21 Waalrundweg um Morter**
Zu den Ruinen von Montani 74
- ▶ **22 Hintermarteller Runde**
Von Waldheim zum Marteller Höhenweg 76
- ▶ **23 Marteller Hütte, 2610 m**
Rundkurs von der Enzianhütte 79
- ▶ **24 Ebenes Jöchl, 2799 m**
Auf den Aussichtsberg über dem Zufrittsee 82
- ▶ **25 Tarscher Jochwaal, ca. 2530 m**
Über Tarscher und Latscher Alm 84
- ▶ **26 Juvalhöfe**
Mit Rückkehr über den Schnalswaal 87
- ▶ **27 Durchs innere Schnalstal**
Von Kurzras über Unser Frau nach Karthaus 90
- ▶ **28 Eishof, 2071 m**
Auf dem Almerlebnisweg ins Pfossental 94
- ▶ **29 Mairalm, 2095 m, und Dickeralm**
Zu den Bergnestern bei Katharinaberg 96
- ▶ **30 Am Naturner Sonnenberg**
Zwischen Kopfron und Innerforch 98
- ▶ **31 Partscheilberg und Platzgum, 1256 m**
Rundtour von Naturns 100
- ▶ **32 Sonnenberger Panoramaweg**
Am Bergsockel zwischen Rabland und Naturns 102
- ▶ **33 Tablander Alm, 1788 m**
Stippvisite von Partschins zum Meraner Höhenweg 104

- ▶ **34 Vigiljoch und Naturnser Alm, 1910 m**
Rundtour von Aschbach 106
- ▶ **35 Vellauer Felsenweg nach Hochmuth, 1361 m**
Mit Rückweg via Schloss Tirol und Algunder Waal 109
- ▶ **36 Kuenser Waalweg und Longfallhof, 1075 m**
Im unteren Spronser Tal 112
- ▶ **37 Falser Almrunde**
Über die Faglsalm zur Falser Alm 114
- ▶ **38 Pfelderer Panoramaweg**
Über Grünboden, Faltschnal und Lazins 116
- ▶ **39 Seebersee, 2056 m**
Rundweg über Oberglanegg- und Seeberalm 118
- ▶ **40 Timmler Schwarzsee, 2514 m**
Über die Timmelsalm 120
- ▶ **41 Hochalm, 2174 m**
Rundwanderung von Stuls 122
- ▶ **42 Durch die Passerschluht**
Via Rabenstein und Moos nach St. Leonhard 125
- ▶ **43 Wannser Jägersteig**
Über die Seebergalm zur Wannser Alm 128
- ▶ **44 Bärengrüblalm, 1874 m**
Von St. Leonhard durchs Pfistradtal 130
- ▶ **45 Tallner Alm und Mahdalm, 1990 m**
Zu den Almen im Hirzergebiet 132
- ▶ **46 Ifingerhütte, 1815 m, und Taser Höhenweg**
Rundtour am Schennaberg 135
- ▶ **47 Vöraner Alm, 1873 m, und Wurzeralm**
Haflinger Almwanderung 138
- ▶ **48 Knottnkino am Rotenstein, 1465 m**
Zum Aussichtspunkt bei Vöran 140
- ▶ **49 Marlinger Waalweg**
Von der Töll bis nach Lana 142
- ▶ **50 Außer- und Inner-Falkomai-Alm**
Rund um das Ultner Kirchbachtal 145
- ▶ **51 Ultner Talweg**
Von St. Walburg nach St. Pankraz 148

- ▶ **52 Kofelraster See und Hoher Dieb, 2730 m**
Durch das Kofelraster Almtal 150
- ▶ **53 Ultner Höfeweg**
Zwischen St. Gertraud und Kuppelwies 152
- ▶ **54 Schusterhüttl, 2310 m**
Über die Kaserfeldalm bis zu den Flatschbergalmen 154
- ▶ **55 Höchster Hütte, 2561 m**
Vom Weißbrunnsee hinauf zum Grünsee 157
- ▶ **56 Fischersee, 2068 m, und Fiechtalm**
Auf dem Alten Weißbrunnweg von St. Gertraud 160
- ▶ **57 Rund um Proveis**
Via Faidenberg, Stierbergalm und Kesselalm 163
- ▶ **58 Kornigl, 2311 m**
Vom Hofmahdjoch durchs Clozner Loch 166
- ▶ **59 Gantkofel, 1866 m**
Über den Felixer Weiher 168
- ▶ **60 Prissian und Untersirmian**
Von Nals ins Tisner Mittelgebirge 170
- ▶ **61 Salten-Wanderung**
Von Verschneid über Langfenn zum Tschaufer 172
- ▶ **62 Stoanerne Mandln am Schöneck, 2003 m**
Von Putzen auf die Große Reisch 175
- ▶ **63 Großer Mittagser, 2422 m**
Mit Gipfelumrundung von der Öttenbacher Alm 178
- ▶ **64 Kratzberger See, 2119 m**
Von Aberstückl zum Gebirgsjägersteig 181
- ▶ **65 Flaggerschartenhütte, 2481 m**
Von Durnholz durchs Seebbachtal 184
- ▶ **66 Getrum-Kammweg zur Kassianspitze, 2581 m**
Vom Pichlberg über das Plankenhorn 186
- ▶ **67 Totenkirchl, 2186 m**
Der Rundweg »zum Toten« bei Reinswald 189
- ▶ **68 Hocheppan, 628 m, und Boymont**
Burgenrunde von Missian aus 192
- ▶ **69 Rund um Eppan**
Über Gleifkapelle, Kreuzstein und die Eislöcher 194

▶ 70 Montigler Seen, 519 m	196
Von Eppan zum Kalterer See	
▶ 71 Leuchtenburg und Rosszähne, 609 m	198
Vom Kreither Sattel auf den Mitterberg	
▶ 72 Rund um Altenburg, 614 m	200
Durch die Rastenbachklamm	
▶ 73 Monte Roen, 2116 m	202
Vom Mendelpass über die Roenalm	
▶ 74 Traminer Höhenweg	205
Über den Weiler Graun ins Höllental	
▶ 75 St. Anna am Fennhals, 1031 m	208
Von Margreid über Penon	
Stichwortverzeichnis	212
Impressum	216

Der Timmler Schwarzsee befindet sich nahe dem Alpenhauptkamm.

