

# Inhalt

<b>Einleitung</b>	<b>7</b>
<b>Tag 1 – 26. Juni: Von Lenggries zur Tutzinger Hütte</b>	<b>9</b>
<b>Tag 2 – 27. Juni: Von der Tutzinger Hütte nach Hinterriß</b>	<b>21</b>
<b>Tag 3 – 28. Juni: Von Hinterriß zum Karwendelhaus</b>	<b>29</b>
<b>Tag 4 – 29. Juni: Vom Karwendelhaus zur Hallerangeralm</b>	<b>40</b>
<b>Tag 5 – 30. Juni: Von der Hallerangeralm nach Hall</b>	<b>43</b>
<b>Tag 6 – 1. Juli: Von Hall zur Glungezerhütte</b>	<b>46</b>
<b>Tag 7 – 2. Juli: Von der Glungezerhütte nach Hall</b>	<b>51</b>
<b>Tag 8 – 3. Juli: Von Hall zur Lizumer Hütte</b>	<b>55</b>
<b>Tag 9 – 4. Juli: Von der Lizumer Hütte nach Finkenberg</b>	<b>61</b>
<b>Tag 10 – 5. Juli: Von Finkenberg zur Dominikushütte</b>	<b>66</b>
<b>Tag 11 – 6. Juli: Von der Dominikushütte zum Pfitscherjoch-Haus</b>	<b>70</b>
<b>Tag 12 – 7. Juli: Vom Pfitscherjoch-Haus nach Pfunders</b>	<b>76</b>
<b>Tag 13 – 8. Juli: Von Pfunders zur Kreuzwiesenalm</b>	<b>84</b>

<b>Tag 14 – 9. Juli:</b> <b>Von der Kreuzwiesenalm zur Würzburger Hütte</b>	<b>88</b>
<b>Tag 15 – 10 Juli:</b> <b>Von der Würzburger Hütte zur Puezhütte</b>	<b>96</b>
<b>Tag 16 – 11. Juli:</b> <b>Von der Puezhütte zur Pisciadùhütte</b>	<b>106</b>
<b>Tag 17 – 12. Juli:</b> <b>Von der Pisciadùhütte zum Lago di Fedaia</b>	<b>115</b>
<b>Tag 18 – 13. Juli:</b> <b>Vom Lago di Fedaia nach Alleghe</b>	<b>125</b>
<b>Tag 19 – 14 Juli:</b> <b>Von Alleghe zum Rifugio Tissi</b>	<b>131</b>
<b>Tag 20 – 15. Juli:</b> <b>Vom Rifugio Tissi zum Rifugio Bruto Carestato</b>	<b>136</b>
<b>Tag 21 – 16. Juli:</b> <b>Vom Rifugio Bruto Carestato zum Rifugio Pian de Fontana</b>	<b>142</b>
<b>Tag 22 – 17. Juli:</b> <b>Vom Rifugio Pian de Fontana nach Belluno</b>	<b>149</b>
<b>Zur Autorin</b>	<b>154</b>
<b>Auswahl der Publikationen von Barbara Messer</b>	<b>156</b>
<b>Trainings, Coachings, Vorträge</b>	<b>158</b>
<b>Messers Alpentour in Bildern</b>	<b>160</b>