

Inhalt

Vorwort	8
Die Karpaten	9
Munții Făgăraș	10
Munții Piatra Craiului	10
Munții Bucegi	11
Munții Piatra Mare, Baiului (und Postavăru)	12
Munții Ciucaș	12
Munții Iezer-Păpușa	13
Land und Leute	14
Bevölkerung	15
Essen und Trinken	16
Geschichte	17
Klima	20
Religion	21
Sprache	21
Reise-Infos von A bis Z	22
Anreise	23
Ausrüstung	25
Beste Reisezeit	28
Einreise	30
Gefahren	30
Geld	31
Gesundheit	31
GPS und Kartenmaterial	32
Markierungen	33
Schrift und Schreibweise	35
Smartphone, Apps	35
und nützliche Links	35
Übernachten	37
Updates	38
Winterwandern	38
Zeit	40
Sibiu und Brașov	41
In den Munții Făgăraș	48
↳ Alternativer Startpunkt Valea Fratelui (Valea Fratelui – Cleopatra-Sattel)	51
Etappe 1: Cabana Neamțului – Cabana Negoiu	57
Etappe 2: Cabana Negoiu – Bălea-See	62

Etappe 3: Bălea-See – Cabana Podragu	66
Etappe 4: Cabana Podragu – Refugiul Zârna	71
Etappe 5: Refugiul Zârna – Plaiul Foi	78

In den Munții Piatra Craiului und Bucegi 84

Etappe 1: Plaiul Foi – Cabana Curmătura	88
---	----

☞ Variante 1.1: Der schwere Weg:

Auf dem Kamm des Piatra-Craiului-Gebirges zur Cabana Curmătura	93
Etappe 2: Cabana Curmătura – Bran	99
Etappe 3: Bran – Cabana Omu	104
Etappe 4: Cabana Omu – Bușteni	108

Mehrtagestouren (Rundtouren)

in den Munții Ciucaș und Iezer-Păpușa 112

1. Rundtour auf dem Kamm des Ciucaș-Gebirges	113
2. Rundtour auf dem Kamm des Iezer-Păpușa-Gebirges	122

Tagestouren

in den Munții Piatra Mare, Baiului und Bucegi 128

Tagestour 1: Munții Piatra Mare: Dâmbu Morii – Predeal	130
Tagestour 2: Munții Baiului: Bușteni – Sinaia	136
Tagestour 3: Munții Bucegi: Rundtour zum Caraiman-Kreuz, der Cabana Omu und der Ialomiței-Höhle	141

Sprachführer 147

Index 154