

# Inhalt

	<b>Vorwort</b>	3
	<b>Allgemeine Hinweise</b>	6
▶ 1	<b>Paznauner Höhenweg im Verwall</b> Mit Ludwig-Dürr- und Hoppe-Seyler-Weg	18
▶ 2	<b>Am westlichen Lechtaler Höhenweg</b> Vom Arlberg bis nach Schnann	26
▶ 3	<b>Rundtour um Gramais</b> Drei Hütten zwischen Parzinn und Medriol	33
▶ 4	<b>Maldongrat und Namloser Wetterspitze</b> Im Umkreis der Anhalter Hütte	40
▶ 5	<b>Rund um die Coburger Hütte</b> Auf die Ehrwalder Sonnenspitze u. ihre Nachbarn	46
▶ 6	<b>Gipfelwege in der Samnaungruppe</b> Über Rotpleiskopf und Furgler	54
▶ 7	<b>Wildnörderer, Glockturm und Co.</b> Dreitausender-Trilogie vom Hohenzollernhaus	61
▶ 8	<b>Rund um die Verpeilspitze</b> Über Madatschjoch und Verpeiljoch	68
▶ 9	<b>Am nördlichen Geigenkamm</b> Hoher Gemeindkopf, Schafhimmel und Wildgrat	74
▶ 10	<b>Der Mainzer Höhenweg</b> Zwischen Rüsselsheimer u. Braunschweiger Hütte	81
▶ 11	<b>Venter Gipfelrunde</b> Über Wildes Mannle, Guslarspitzen und Saykogel	88
▶ 12	<b>Im Söldener Windachtal</b> Über den Brunnenkogel bis zur Siegerlandhütte	95
▶ 13	<b>Gipfelpotpourri um die Schweinfurter Hütte</b> Eine Handvoll Berge über dem Horlachtal	102
▶ 14	<b>Praxmarer Dreieckstour</b> Zum Westfalenhaus und zur Pforzheimer Hütte	111
▶ 15	<b>Hausberge der Franz-Senn-Hütte</b> Vord. Sommerwand, Aperer Turm u. Rinnenspitze	118
▶ 16	<b>Großer Trögler und Mairspitze</b> Gipfelvarianten am Stubaier Höhenweg	125

▶ <b>17 Rund um das innere Gschnitztal</b>	
Via Tribulaun-, Bremer und Innsbrucker Hütte	131
▶ <b>18 Rund um die Kalkkögel</b>	
Von Fulpmes über die Adolf-Pichler-Hütte	138
▶ <b>19 Solsteine und Erlspitze</b>	
Auf die Hausberge von Zirl	144
▶ <b>20 Quer durchs Karwendel</b>	
Von Scharnitz nach Stans im Inntal	150
▶ <b>21 Große Ellbögener Tälerüberschreitung</b>	
Vom Arzthal über die Kreuzspitze ins Viggartal	158
▶ <b>22 In der Wattener Lizum</b>	
Mölser Berg, Lizumer Reckner u. Hippoldspitze	163
▶ <b>23 Die Olperer-Randonnée</b>	
Über Alpeiner- und Friesenbergscharte	170
▶ <b>24 Am Berliner Höhenweg</b>	
Schönbichler Horn und Mörchenscharte	178
▶ <b>25 Überschreitungen im Rofan</b>	
Zwei Gipfelschleifen von der Erfurter Hütte	186
▶ <b>26 Pendling, Hundsalmjoch und Heuberg</b>	
Von Kufstein nach Breitenbach am Inn	193
▶ <b>27 Wilder-Kaiser-Steig</b>	
Von Kufstein via Gruttenhütte nach St. Johann	200
▶ <b>28 Steinerner Rinne und Griesenerkar</b>	
Mit Hinterer Goinger Halt und Regalpwand	208
▶ <b>29 Gipfel um die Neue Bamberger Hütte</b>	
Auf Schafsiedel, Kröndlhorn, Salzachgeier	214
▶ <b>30 Am Fieberbrunner Höhenweg</b>	
Mit Wildseeloder, Bischof und Gebra	221
<b>Stichwortverzeichnis</b>	228
<b>Impressum</b>	232