

Vorspann

mittendrin

Vorwort

→ Seite 2

Was man mithaben muss, um für (fast) alles gerüstet zu sein

→ Seite 10

Was man wissen muss, damit alles gut geht

→ Seite 12

Für den Fall der Fälle – die Notfallausrüstung

→ Seite 14

Die Kalligrafie der Aufstiegsspur

→ Seite 16

Bewertung der Touren nach Schwierigkeit und Anspruch

→ Seite 17

Salzburg

Schlenken

→ Seite 20

Salzburg

Trattberg

→ Seite 24

Oberösterreich

Großer Höllkogel

→ Seite 30

Oberösterreich

Hoher Kalmburg

→ Seite 36

Oberösterreich

Simonyhütte

→ Seite 40

Steiermark

Hochanger

→ Seite 50

Salzburg

Werfener Hütte

→ Seite 54

Salzburg

Stuhlmalm

→ Seite 58

Salzburg

Schwalbenwand

→ Seite 64

Salzburg

Kolmkarspitz

→ Seite 68

Salzburg

Hahnbalzköpfl

→ Seite 72

Salzburg

Benzegg

→ Seite 76

Salzburg

Kreuzeck

→ Seite 80

Salzburg

Spirzinger

→ Seite 86

Salzburg

Schöpfung

→ Seite 92

Steiermark

Hochwurzen

→ Seite 96

Steiermark

Sonntagkarzinken

→ Seite 100

Steiermark

Schönwetter

→ Seite 104

Steiermark

Großes Bärneck

→ Seite 108

Dem Genuss auf der Spur
Inhalt

7

gegen Osten

Oberösterreich
Steinerspitz

→ Seite 114

Oberösterreich
Rote Wand

→ Seite 118

Oberösterreich
Rund ums Karleck

→ Seite 122

Steiermark
**Kleiner
Bösenstein**

→ Seite 128

Steiermark
Kreuzkarschneid

→ Seite 132

Steiermark
Lahngangkogel

→ Seite 138

Steiermark
Großbodenspitz

→ Seite 144

Steiermark
Blaseneck

→ Seite 150

Steiermark
Gscheideggkogel

→ Seite 154

Steiermark
Zinken

→ Seite 160

Steiermark
Turntaler Kogel

→ Seite 164

Steiermark
Wildalpe

→ Seite 168

Niederösterreich/
Steiermark
Heukuppe

→ Seite 172

im Westen

Tirol
Rauber

→ Seite 180

Tirol
Stuckkogel

→ Seite 184

Tirol
Großer Tanzkogel

→ Seite 188

Tirol
Rastkogel

→ Seite 192

Tirol
Lampsen Spitze

→ Seite 198

Tirol
Pirchkogel

→ Seite 202

Tirol
Vorderes Alpjoch

→ Seite 206

nach Süden

Anhang

Vorarlberg

Fellimännle

→ Seite 210

Vorarlberg

Tschaggunser Mittagsspitze

→ Seite 218

Vorarlberg

Vergaldner Schneeberg

→ Seite 222

Osttirol

Sillingkopf

→ Seite 230

Kärnten

Hagener Hütte

→ Seite 234

Kärnten

Böse Nase

→ Seite 240

Kärnten

Stubeck

→ Seite 246

Kärnten

Faschaunereck

→ Seite 250

Osttirol

Toblacher Pfannhorn

→ Seite 256

Osttirol

Auerlingköpfl

→ Seite 260

Kärnten

Obergailer Berg

→ Seite 264

Über den Autor

→ Seite 269

Mitwirkende

→ Seite 269

Bildnachweis

→ Seite 270