

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Übersichtskarte	6
Allgemeine Hinweise	8
Symbole	9
GPS-Tracks	13
Etappenübersicht	15
Die Tourenplanung	16
Packliste	21
Tipps für unterwegs	24
Wichtige Telefonnummern und Adressen	25
Die Gebirgsregionen	28
Weitere Alpenüberquerungen	32

Wettersteingebirge und Mieminger Kette

1	6.30 Std.	Garmisch-Partenkirchen – Knorrhütte	36
V 1.1	9.00 Std.	Hammersbach – Höllental – Zugspitze – Knorrhütte	42
V 1.2	8.00 Std.	Ehrwald – Zugspitze – Knorrhütte	46
G 1.1	4.45 Std.	Zugspitze, 2962 m, von der Knorrhütte	50
2	4.30 Std.	Knorrhütte – Coburger Hütte	54
V 2.1	2.45 Std.	Ehrwald – Coburger Hütte	58
G 2.1	5.00 Std.	Ehrwalder Sonnenspitze, 2417 m	61
G 2.2	3.30 Std.	Hinterer Tajakopf, 2408 m	64
3	7.30 Std.	Coburger Hütte – Rietz	66

Stubai Alpen

4	4.15 Std.	Rietz – Peter-Anich-Hütte	72
5	5.15 Std.	Peter-Anich-Hütte – Lüsens	76
V 5.1	8.00 Std.	Zirnbachalm – Gleirschtal – Satteljoch – Lüsens	81
6	5.00 Std.	Lüsens – Franz-Senn-Hütte	86
G 6.1	4.30 Std.	Rinnenspitze, 3000 m	90
G 6.2	5.45 Std.	Aperer Turm, 2986 m	92
G 6.3	2.45 Std.	Vordere Sommerwand, 2676 m	96
7	8.00 Std.	Franz-Senn-Hütte – Sulzenauhütte	98
V 7.1	1.00 Std.	Abstieg Franz-Senn-Hütte	104
V 7.2	5.30 Std.	Neue Regensburger Hütte – Dresdner Hütte	106
V 7.3	3.45 Std.	Dresdner Hütte – Sulzenauhütte	110
V 7.4	1.45 Std.	Abstieg Sulzenauhütte	112

G 7.1	2.00 Std.	Blaue Lacke, 2289 m, und Grünausee, 2328 m	114
8	5.30 Std.	Sulzenauhütte – Bremer Hütte	116
V 8.1	2.15 Std.	Abstieg Nürnberger Hütte	120
G 8.1	6.30 Std.	Wilder Freiger, 3418 m	122
G 8.2	1.30 Std.	Freigersee, 2500 m	126
9	4.15 Std.	Bremer Hütte – Tribulaunhütte	128
V 9.1	3.00 Std.	Abstieg Bremer Hütte	131
10	8.30 Std.	Tribulaunhütte – Penser Joch	134
V 10.1	8.15 Std.	Innerpfersch – Edelweißhütte – Sterzing	138

Sarntaler Alpen

11	8.30 Std.	Penser Joch – Klausner Hütte	144
V 11.1	2.30 Std.	Abstieg Flaggerschartenhütte nach Westen	148
G 11.1	1.45 Std.	Jakobspitze, 2742 m	150
12	6.00 Std.	Klausner Hütte – Brixen	152

Stichwortverzeichnis	158
----------------------	-----