

## INHALT

Vorwort .....	5
Tourenplanung .....	10
Anforderungen .....	11
GPS-Daten .....	13
Kinder .....	13
Gefahren .....	14
Ausrüstung .....	16
Gehzeiten .....	18
Einkehr und Übernachtung .....	20
Beste Wanderzeit .....	20
Karten .....	20
<b>1</b> Parseierspitze, 3036 m Über die Augsburgsberger Hütte .....	22
<b>2</b> Zugspitze, 2962 m Über den Höllentalferner .....	26
<b>3</b> Birkkarspitze, 2749 m Über den Kleinen Ahornboden .....	32
<b>4</b> Watzmann, 2713 m Überschreitung vom Hocheck zum Südgipfel .....	36
<b>5</b> Hochkönig, 2941 m Vom Arthurhaus .....	42
<b>6</b> Hoher Dachstein, 2995 m Über die Simonyhütte .....	46
<b>7</b> Säuleck, 3086 m Aus dem Dösener Tal .....	50
<b>8</b> Ankogel, 3252 m Von der Ankogelbahn .....	54
<b>9</b> Hoher Sonnblick, 3105 m Von Kolm Saigurn .....	58
<b>10</b> Spielmann, 3027 m Überschreitung von der Glockner Hochalpenstraße .....	62
<b>11</b> Fuscherkarkopf, 3331 m Über den Gamsgrubenweg .....	66
<b>12</b> Petzeck, 3283 m Über die Wangenitzseehütte .....	70
<b>13</b> Lasörling, 3098 m Aus dem Virgental .....	74

<b>14</b> Rauchkofel, 3251 m Aus dem Ahrntal .....	78
<b>15</b> Schönbichler Horn, 3134 m Über die Berliner Hütte .....	82
<b>16</b> Hochfeiler, 3509 m Aus dem Pfitschertal .....	86
<b>17</b> Habicht, 3277 m Aus dem Gschnitztal .....	90
<b>18</b> Rinnenspitze, 3000 m Über die Franz-Senn-Hütte .....	94
<b>19</b> Sulzkogel, 3016 m Von Kühtai am Finstertaler See entlang .....	98
<b>20</b> Schrankogel, 3497 m Über die Amberger Hütte .....	100
<b>21</b> Schneespitze, 3173 m Aus dem Pflerschtal .....	104
<b>22</b> Wilder Freiger, 3418 m Aus dem Ridnauntal .....	108
<b>23</b> Polleskogel, 3032 m Vom Rettenbachferner .....	112
<b>24</b> Hangerer, 3020 m Von Obergurgl .....	114
<b>25</b> Hohe Wilde, 3480 m Über den Südgrat .....	118
<b>26</b> Lazinser Rötelspitze, 3037 m Von Dorf Tirol .....	122
<b>27</b> Kreuzspitze, 3455 m Von Vent .....	126
<b>28</b> Im Hintern Eis, 3269 m Von Kurzras .....	130
<b>29</b> Vorderer Schmied, 3122 m Aus dem Langtauferer Tal .....	132
<b>30</b> Furgler, 3004 m Von Serfaus über den Tieftalsee .....	136
<b>31</b> Piz Lischana, 3105 m Rundtour über die Seenplatte Lais da Rims .....	140

<b>32</b>	<b>Piz Sesvenna, 3204 m</b> Über den Sesvennagletscher .....	144
<b>33</b>	<b>Piz Umbrail, 3033 m</b> Vom Pass Umbrail .....	148
<b>34</b>	<b>Piz Linard, 3410 m</b> Über die Chamanna dal Linard .....	152
<b>35</b>	<b>Flüela Schwarzhorn, 3146 m</b> Von der Flüela-Passstraße .....	156
<b>36</b>	<b>Igl Compass, 3016 m</b> Vom Albulapass .....	158
<b>37</b>	<b>Piz Ot, 3246 m</b> Von Samedan .....	160
<b>38</b>	<b>Piz Languard, 3262 m</b> Mit der Seilbahn Muottas Muragl .....	164
<b>39</b>	<b>Munt Pers, 3207 m</b> Von der Bergstation Diavolezza .....	168
<b>40</b>	<b>Piz Julier, 3380 m</b> Von Champfèr .....	172
<b>41</b>	<b>Monte Gavia Südgipfel, 3083 m</b> Vom Passo di Gavia .....	176
<b>42</b>	<b>Monte Gaviola, 3025 m</b> Vom Passo di Gavia .....	178
<b>43</b>	<b>Monte Vióz, 3645 m</b> Aus dem Valle di Pejo .....	180
<b>44</b>	<b>Suldenspitze, 3376 m</b> Über das Rifugio Casati .....	184
<b>45</b>	<b>Hoher Angelus, 3521 m</b> Über den Nordwestgrat .....	188
<b>46</b>	<b>Tschenglser Hochwand, 3375 m</b> Über die Düsseldorfer Hütte .....	192
<b>47</b>	<b>Hasenöhrl, 3257 m</b> Von der Tarscher Alm .....	196
<b>48</b>	<b>Cima Presena, 3069 m</b> Vom Passo del Tonale .....	200
<b>49</b>	<b>Cima Brenta, 3151 m</b> Von Madonna di Campiglio .....	204

<b>50</b>	<b>Peitlerkofel, 2875 m</b> Vom Würzjoch .....	210
<b>51</b>	<b>Sass Rigais, 3025 m</b> Über die Regensburger Hütte .....	212
<b>52</b>	<b>Kesselkogel, 3004 m</b> Über das Rifugio Antermoia .....	216
<b>53</b>	<b>Piz Boè, 3152 m</b> Überschreitung des Sellastocks .....	220
<b>54</b>	<b>Marmolada, Punta Penia, 3343 m</b> Über die Firnfelder des Marmoladagletschers .....	224
<b>55</b>	<b>Cima Ombretta orientale, 3011 m</b> Durch das Val di Contrin .....	228
<b>56</b>	<b>Seekofel, 2810 m</b> Vom Pragser Wildsee .....	232
<b>57</b>	<b>Zehnerspitze, 3026 m</b> Über die Fanesalm .....	236
<b>58</b>	<b>Lavarella, 3055 m</b> Von der Südseite .....	240
<b>59</b>	<b>Tofana di Rozes, 3225 m</b> Über das Rifugio Giussani .....	244
<b>60</b>	<b>Triglav, 2864 m</b> Vom Aljazev dom .....	248
	Stichwortverzeichnis .....	252