

# Inhalt

Einführung .....	9	<b>26</b> Lämpersberg .....	82
Tourenübersicht .....	10	<b>27</b> Großer Beil .....	84
Die richtige Tourenwahl .....	14	<b>28</b> Sonnenjoch .....	86
Schwierigkeitsbewertung .....	15	<b>29</b> Torhelm .....	88
Lawinengefahr und günstige Jahreszeit .....	17	<b>30</b> Schatzberg .....	90
Abkürzungen und Zeichenerklärungen .....	18	<b>31</b> Joel .....	90
Auf Skitour .....	19	<b>32</b> Großer Galtenberg .....	94
Gefahren .....	21	<b>Tuxer Alpen</b>	
Ausrüstung .....	24	<b>33</b> Sonntagsköpfl .....	98
Mensch und Natur .....	27	<b>34</b> Kuhmesser .....	100
<b>Bayerische Voralpen Ost</b>		<b>35</b> Gilfert .....	102
<b>1</b> Wildalpjoch .....	28	<b>36</b> Rastkogel .....	104
<b>2</b> Breitenstein .....	30	<b>37</b> Hirzer .....	106
<b>3</b> Trainsjoch .....	32	<b>38</b> Grafennsspitze (Krovenz) Hippold .....	108
<b>4</b> Hirschberg .....	34	<b>39</b> Geier/Lizumer Reckner .....	110
<b>5</b> Rund um die Rauhalm .....	37	<b>40</b> Wildofen .....	112
<b>6</b> Schildenstein .....	40	<b>41</b> Haneburger .....	116
<b>7</b> Schinderkar .....	42	<b>42</b> Malgrübler .....	116
<b>Brandenberger Alpen/Rofangebirge</b>		<b>43</b> Seeköpf/Grünberg- spitze/Rosenjoch .....	118
<b>8</b> Rofanspitze .....	44	<b>44</b> Grafmartspitze .....	122
<b>9</b> Stuhljöchl .....	48	<b>45</b> Naviser Sonnenspitze .....	124
<b>Karwendelgebirge</b>		<b>Zillertaler Alpen</b>	
<b>10</b> (Achenseer) Hochplatte .....	50	<b>46</b> Torhelm .....	126
<b>11</b> Rappenklammspitze .....	52	<b>47</b> Seespitz .....	126
<b>12</b> Hochglückscharte .....	54	<b>48</b> Wildkarspitze .....	128
<b>13</b> Pleisenspitze .....	56	<b>49</b> Hoher Riffler .....	131
<b>Kitzbüheler Alpen</b>		<b>50</b> Vennspitze .....	134
<b>14</b> Staffkogel .....	58	<b>51</b> Wolfendorn .....	136
<b>15</b> Sonnspitze .....	58	<b>Stubaier Alpen</b>	
<b>16</b> Schusterkogel .....	62	<b>52</b> Grubenkopf/Geiers- kragen .....	138
<b>17</b> Gernkogel .....	64	<b>53</b> Ruderhofspitze .....	140
<b>18</b> Kuhkaser .....	66	<b>54</b> Zischgeles .....	142
<b>19</b> Großer Schütz .....	68	<b>55</b> Lisenser Fernerkogel .....	144
<b>20</b> Schwarzkogel .....	70	Lisenser Spitze	
<b>21</b> Brechhorn .....	72	<b>56</b> Längentaler Weißer Kogel .....	148
<b>22</b> Tanzkogel .....	74	<b>57</b> Zwieselbacher Roßkogel .....	150
<b>23</b> Lodron (Nordgipfel) .....	76	<b>58</b> Rietzer Grieskogel .....	152
<b>24</b> Gerstinger Joch WG .....	76	<b>59</b> Hochreichkopf .....	154
<b>25</b> Feldalpenhorn .....	80	<b>60</b> Hohe Wasserfalle .....	155