

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	2		
<b>Allgemeine Hinweise</b>	6		
<b>Geologie</b>	8		
<b>Pflanzenwelt</b>	10		
<b>▶ 1 Hohes Rad, 2934 m</b> Überschreitung vom Ochsental ins Bieltal	14		
<b>▶ 2 Kreuzjoch (Kreuzjochkopf), 2698 m</b> Über Mutter Köpfl und In der Keil	17		
<b>▶ 3 Holzgauer Muttekopf, 2431 m</b> Von Holzgau über das Gumpegg	21		
<b>▶ 4 Hochvogel, 2592 m</b> Rundtour über Hinterhornbach	23		
<b>▶ 5 Lachenspitze, 2126 m</b> Über Traualpe und Landsberger Hütte	26		
<b>▶ 6 Geißhorn, 2249 m</b> Überschreitung bis zum Kugelhorn	30		
<b>▶ 7 Holzgauer Wetterspitze, 2895 m</b> Durchs Kaisertal	33		
<b>▶ 8 Muttekopf, 2774 m</b> Über die Fundaisalm	36		
<b>▶ 9 Namloser Wetterspitze, 2553 m</b> Durch das Sommerbergtal	38		
<b>▶ 10 Schwarzhanskarspitze, 2227 m</b> Überschreitung zum Schartenberg	41		
<b>▶ 11 Galtjoch, 2109 m</b> Von Rinnen	44		
<b>▶ 12 Thaneller, 2341 m</b> Über den Südgrat	47		
<b>▶ 13 Hohe Aifnerspitze (Aifenspitze), 2779 m</b> Gipfelüberschreitung	49		
<b>▶ 14 Rappenkopf, 2320 m</b> Über Arzler und Tiefentaler Alm	53		
<b>▶ 15 Fundusfeiler, 3079 m</b> Aus dem Ötztal über die Frischmannhütte	56		
<b>▶ 16 Hohe Geige, 3395 m</b> Aus dem Pitztal	59		
<b>▶ 17 Kreuzspitze, 3455 m</b> Von Südosten	62		
<b>▶ 18 Tschirgant, 2370 m</b> Gipfelrunde über Karrösten	65		
<b>▶ 19 Wankspitze, 2209 m</b> Über das Lehnberghaus	69		
<b>▶ 20 Tauern, 1841 m</b> Über den Zunterkopf	73		
<b>▶ 21 Geierköpfe, 2161 m</b> Vom Plansee übers Kreuzjöchl	76		
<b>▶ 22 Schönberg, 2142 m</b> Gipfelsammlung unter dem Wettersteinkamm	78		
<b>▶ 23 Zischgeles, 3004 m</b> Von Praxmar über das Satteloch	81		
<b>▶ 24 Rinnenspitze, 3000 m</b> Über die Franz-Senn-Hütte	84		
<b>▶ 25 Serles (Waldrastspitze), 2718 m</b> Über das Serlesjöchl	87		
<b>▶ 26 Obernberger Tribulaun, 2780 m</b> Überschreitung vom Tribulaun zum Roßlauf	90		
<b>▶ 27 Speckkarspitze, 2621 m</b> Aus dem Halltal durchs Issjöchl	94		
<b>▶ 28 Großer Bettelwurf, 2726 m</b> Über den Eisengattergrat	97		
<b>▶ 29 Rappenspitze, 2223 m</b> Über Dristlalm und Lunstsattel	100		
<b>▶ 30 Stanser Joch, 2102 m</b> Von Maurach durchs Weißenbachkar	103		
<b>▶ 31 Gilfert, 2506 m</b> Überschreitung zum Metzen	107		
<b>▶ 32 Rastkogel, 2762 m</b> Über die Rastkogelhütte	111		
<b>▶ 33 Mittlere Grinbergspitze, 2867 m</b> Über den Nordostgrat	114		
<b>▶ 34 Seespitz, 2364 m</b> Über der Kühlen Rast	118		

▶ <b>35</b>	<b>Schönbichler Horn, 3134 m</b> Überschreitung auf dem Berliner Höhenweg	121
▶ <b>36</b>	<b>Klobenjoch (Klobenjochspitze), 2041 m</b> Über die Dalfazer Alm	125
▶ <b>37</b>	<b>Voldöppberg, 1510 m</b> Über den Nordhang	128
▶ <b>38</b>	<b>Großer Galtenberg, 2424 m</b> Über den Nordgrat	131
▶ <b>39</b>	<b>Torhelm, 2494 m</b> Aus dem Langen Grund	134
▶ <b>40</b>	<b>Steinbergstein, 2215 m</b> Aus dem Windautal	137
▶ <b>41</b>	<b>Brechhorn, 2031 m</b> Aus dem Windautal	139
▶ <b>42</b>	<b>Gampenkogel, 1957 m</b> Über die Kobinger Hütte	142
▶ <b>43</b>	<b>Großer Rettenstein, 2362 m</b> Durch das Schöntal	145
▶ <b>44</b>	<b>Kuhkaser, 2054 m</b> Durch den Jochberger Wald	148
▶ <b>45</b>	<b>Heuberg, 1603 m</b> Gipfelüberschreitung am Rande des Kaisers	151
▶ <b>46</b>	<b>Feldberg, 1813 m</b> Gipfelsammlung über der Griesner Alm	154
▶ <b>47</b>	<b>Hintere Goinger Halt, 2192 m</b> Durch das Ellmauer Tor	157
▶ <b>48</b>	<b>Ellmauer Halt, 2344 m</b> Über den Gamsängersteig	160
▶ <b>49</b>	<b>Scheffauer, 2111 m</b> Südanstieg und Widauer Steig	164
▶ <b>50</b>	<b>Großes Hinterhorn (Mitterhorn), 2506 m</b> Nurracher Höhenweg	168
	<b>Stichwortverzeichnis</b>	172