

Inhaltsverzeichnis

Bergtouren und Wanderungen

1. <i>Hohe Kugel</i> – Aussichtskanzel über dem Alpenvorland	11
2. <i>Hoher Freschen</i> – über den Alpweg und den Leseweg	12
3. <i>Hochgerach und Rappenköpfe</i> – Gipfel am Walserkamm	13
4. <i>Drei Schwestern und Fürstensteig</i> – einmalige Tiefblicke	15
5. <i>Alpspitz und Plattaspitz</i> – mitten in Liechtenstein	17
6. <i>Rappastein</i> – Schau zu den Liechtensteiner Bergen	19
7. <i>Falknis</i> – Aussicht bis zum Ortler und Weisshorn	20
8. <i>Mittlerspitz</i> – meist auch im Winter erreichbar	22
9. <i>Regitzerspitz</i> – senkrecht über den Fläscher Weinbergen	24
10. <i>Vilan</i> – vor den Fluhen der höchsten Rätikonberge	26
11. <i>Zipperspitz und Scamerspitz</i> – über dem Churer Rheintal	29
12. <i>Montalin</i> – bei Steinböcken und Edelweiss	31
13. <i>Hochwang</i> – umfassende Aussicht nach allen Seiten	32
14. <i>Gürgaletsch</i> – Felsburg über der Stadt Chur	35
15. <i>Stätzerhorn und Fulenberg</i> – Bergblumen, Weiden und Grate	36
16. <i>Tguma am Heinzenberg</i> – Maiensässe und Bergseen	38
17. <i>Piz Fess</i> – hoher Thron über der Surselva	40
18. <i>Stauberenfirst und Hoher Kasten</i> – vor dem Alpstein	41
19. <i>Mutschen</i> – schönster Blick zu den Kreuzbergen	43
20. <i>Gamser Rugg</i> – Felsgebilde zum Staunen	47
21. <i>Fulfirst und Glannachopf</i> – zwischen Walensee und Rheintal	48
22. <i>Alvier</i> – bekanntes Bergziel seit 150 Jahren	51
23. <i>Gauschla</i> – wegloser Aufstieg zum schönen Aussichtsgipfel	52
24. <i>Gonzen</i> – nicht nur Eisenerz und Militärbunker	55
25. <i>Madchopf</i> – hoch über dem Weisstannental	56
26. <i>Pizol</i> – Seen und Gletscher und viele Bergwege	57
27. <i>Pizalun</i> – eine Aussichtsloge sondergleichen	60
28. <i>Muntaluna</i> – steiler Grasberg über dem Taminabach	63
29. <i>Haldensteiner Calanda</i> – Freude nach dem langen Aufstieg	64
30. <i>Alp Mora und Crap Mats</i> – Gletschermühlen und glatte Felsen	65
31. <i>Flimserstein</i> – im Angesicht der Glarner Alpen	68