

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	3
Übersichtskarte	6
Top-Touren	8
Wichtige Hinweise für unterwegs	10
Schwierigkeitskategorien	10
GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte	11
Symbole	12

Wandern im Südtteil Osttirols	16
-------------------------------	----

Sehenswürdigkeiten um Lienz	18
-----------------------------	----

Wissenswertes von A bis Z	20
---------------------------	----

Lienzer Dolomiten und Schobergruppe

1	0,45 h	Wasserschaupfad Galitzenklamm	26
2	1,30 h	Lehrpfad Lavanter Forchach und Frauenbach-Wasserfall	28
3	4,45 h	Rauchkofel, 1911 m, – Westgrat	30
4	6,00 h	Wallfahrt über den Kofel, 1880 m	32
TOP 5	9,00 h	Kerschbaumeralm, 1902 m, und Spitzkofel, 2718 m	36
6	8,00 h	Über den Zochenpass auf die Weittalspitze, 2539 m	39
TOP 7	6,30 h	Karlsbader Hütte, 2260 m, und Laserzwand, 2614 m	42
8	7,15 h	Am Dreitörlweg zum Hochstadelhaus, 1780 m	46
9	6,00 h	Von der Unholdenalm auf den Hochstadel, 2681 m	49
10	4,00 h	Rabantalm, 1209 m	52
TOP 11	9,00 h	Ederplan und Ziethenkopf, 2484 m	54
12	4,45 h	Schwarzkofelsee, 2436 m, und Straßkopf, 2401 m	58
13	10,00 h	Wangenitzseehütte, 2508 m, und Petzeck, 3283 m	60
TOP 14	8,30 h	Lienzer Hütte und Glödis, 3206 m	64
15	6,00 h	Zettersfeld und Schleinitz, 2905 m	67
16	9,15 h	Hochschoberhütte, 2322 m, und Hochschober, 3242 m	70
17	4,30 h	Von der Hochsteinhütte zum Bösen Weibele, 2521 m	74

Pustertal und Villgratner Berge

18	8,30 h	Am Pustertaler Almweg zur Hochsteinhütte, 2023 m	76
19	6,30 h	Durch das Willferner Tal auf den Rotsteinberg, 2702 m	80
20	9,00 h	Sichelsee und Bockstein, 2805 m	82
21	8,00 h	Celar-Wasserfallsteig und Gölbner, 2943 m	86
TOP 22	8,30 h	Anraser See und Gumriaul, 2918 m	88
23	3,15 h	Tessenberger Seen, 2126 m, und Steinrast, 2253 m	92
TOP 24	6,30 h	Von der Volkzeiner Hütte auf die Hochgrabe, 2951 m	94
25	5,00 h	Rotes Kinkele, 2763 m, und Remesseen	98
TOP 26	7,00 h	Schwarzsee und Riepen spitze, 2774 m	100

27	7,00 h	Von der Unterstalleralm auf die Weiße Spitze, 2963 m	103
28	8,30 h	Kreuzspitze, 2624 m, und Rotlahner, 2748 m	106
29	7,00 h	Toblacher Pfannhorn, 2663 m, und Marchkinkele, 2545 m	108
30	3,45 h	Thurntaler-Rundwanderweg	111
31	6,30 h	Am Heimatsteig von Sillian nach Sexten	114
32	4,00 h	Schützenmahd, 2373 m, und Sillianer Hütte, 2447 m	118

Lesachtal

33	7,30 h	Hollbrucker Spitze, 2581 m, und Hochgräntensee	120
34	7,00 h	Obstanser See und Pfannspitze, 2678 m	123
35	8,00 h	Filmoorhöhe (La Pitturina), 2457 m, – Klettergrat	126
TOP 36	10,00 h	Große Kinigat (Monte Cavallino), 2689 m	130
37	6,30 h	Porzehütte und Porze, 2599 m	134
38	6,30 h	Spitzköfele, 2314 m	137
39	5,15 h	Am Gailtaler Höhenweg auf den Golzentipp, 2317 m	140
40	6,00 h	Ochsegarten und Steinrastl, 2184 m	144
41	6,30 h	Kircher Almen und Eggenkofel, 2590 m	146
TOP 42	6,00 h	Hochweißsteinhaus und Hochweißstein, 2694 m	148
43	6,45 h	Steineckenalp und Mittagkofel, 2250 m	151
44	5,30 h	Samalmkreuz, 1992 m, Wieseralp und Tuffbad	154
45	7,30 h	Soleck, 2221 m, und Riebenkofel, 2386 m	156
46	5,00 h	Von Assing auf den Lumkofel, 2286 m	159
47	2,15 h	Klettersteig in der Millnatzenklamm	162
48	5,45 h	Naturschutzgebiet auf der Mussen, 2038 m	164
TOP 49	8,30 h	Wolayersee und Rauchkofel, 2460 m	167
50	3,15 h	Freilichtmuseum Kleiner Pal, 1866 m	170

Stichwortverzeichnis	172
----------------------	-----