

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Übersichtskarte	6
Touristische Hinweise	8
Wichtige Abkürzungen	8
Symbole	9
Top-Touren im Nationalpark Kalkalpen	11
Informationen, Fremdenverkehrsämter	15
GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte	18
Der Nationalpark und das Wandergebiet	19
Orte und Sehenswürdigkeiten	25
Ausflüge und Tipps	33
1 2.45 Std. Von Schlierbach auf den Grillenparz, 842 m	38
2 4.30 Std. Über die Gradnalm auf den Rauen Kalbling, 1381 m	41
TOP 3 4.30 Std. Von Klaus über Burg Alpernstein ins Kremstal	44
TOP 4 3.30 Std. Rinnerberger Klamm und Hambaum	48
5 3.00 Std. Steyrerschluft und Rinnende Mauer	51
6 6.30 Std. Grünburger Hütte, Hochbuchberg, 1273 m, und Gaisberg	54
7 2.15 Std. Herndleck, 1026 m	58
TOP 8 4.00 Std. Schoberstein, 1285 m	60
9 6.00 Std. Hohe Dirn, 1134 m	63
10 3.45 Std. Schieferstein, 1206 m	66
11 5.30 Std. Damberg, 807 m, und Schwarzberg, 838 m	70
12 2.45 Std. Plattenberg, 750 m	72
13 4.15 Std. Spindeleben, 1066 m	74
14 2.45 Std. Lindaumauer, 1103 m	77
15 7.00 Std. Kremsmauer, 1604 m	80
16 5.45 Std. Kasberg, 1747 m	83
17 3.15 Std. Stausee Klaus, Rettenbachschluft und Teufelskirche	86
18 6.00 Std. Weißenbachklamm	89
TOP 19 4.30 Std. Stodertaler Dolomitensteig	92
20 4.45 Std. Schrocken, 2281 m, Kreuzspitze und Hochmölbing, 2336 m	96
21 4.15 Std. Von der Wurzeralm zur Dümlerhütte	99
22 3.00 Std. Stubwieswipfel, 1786 m	102
23 7.15 Std. Von der Wurzeralm auf das Warscheneck, 2388 m	104
24 5.30 Std. Angerkogel, 2114 m, Nazogl, 2057 m, und Hinteregger Alm	107
TOP 25 2.15 Std. Vom Pießling-Ursprung zum Gleinkersee	110
TOP 26 4.30 Std. Kleinerberg, 1287 m	113
TOP 27 7.00 Std. Kleiner Pyhrgas, 2023 m	116
28 6.45 Std. Scheiblingstein, 2197 m	119
29 10.45 Std. Hochsengs, 1838 m, und Spering, 1605 m	122
TOP 30 7.00 Std. Hoher Nock, 1963 m (Nordanstieg)	126
31 7.30 Std. Hoher Nock, 1963 m (Südanstieg)	129
32 5.15 Std. Ebenforstalm, Alpstein, 1443 m, und Trämpl, 1424 m	132
33 2.00 Std. Weißenbach-Runde	135
34 7.30 Std. Wilder Graben und Wildnistrail Buchensteig	138
35 7.00 Std. Großer Größtenberg, 1724 m	141
36 4.30 Std. Der Hengstpass-Almenweg	144
37 3.30 Std. Wasserklotz, 1505 m	148
38 3.15 Std. Tannschwärze, 1533 m, und Schwarzkogel, 1554 m	150
39 5.30 Std. Blahbergalm und Haselschlucht	152
40 5.15 Std. Bodenwies, 1540 m	155
TOP 41 8.00 Std. Hochkogel, 1157 m, Anlaufalm und Große Schlucht	158
42 3.00 Std. Brunnbacher Gamsstein, 1273 m	162
43 6.45 Std. Almkogel, 1513 m	166
44 3.45 Std. Wetterkogel, 1115 m, und Hirschkogel, 1078 m	169
45 5.00 Std. Von Opponitz über den Reichenwaldberg nach Waidhofen	172
46 7.00 Std. Voralpe: Stumpfmauer, 1770 m, und Tanzboden, 1727 m	175
47 7.30 Std. Gamsstein, 1770 m und Hochkogel, 1774 m	178
TOP 48 3.15 Std. Erlebniswelt Mendlingtal	181
49 2.30 Std. Palfauer Wasserlochklamm	185
50 6.00 Std. Vom Hochkar, 1808 m, zum Ringkogel, 1668 m	188
Stichwortverzeichnis	192