

WANDERN  
& ERLEBEN

796.51(450.)

914.50.3

# SÜDTIROL



Manfred Föger · Karin Pegoraro

Bruckmann

796.51(450.)

# INHALT

Zeichenerklärung zu den Tourenkarten 2

Hinweise zur Benutzung 3

## Einführung

8

Regionale Besonderheiten und Tips und Hinweise 10

## Die schönsten Wanderungen

20

### 1 Grenzkamm von Österreich und Italien 22

Über ausblicksreiche Höhen und Almflächen

### 2 Zur Tribulaunhütte am Sandessee 24

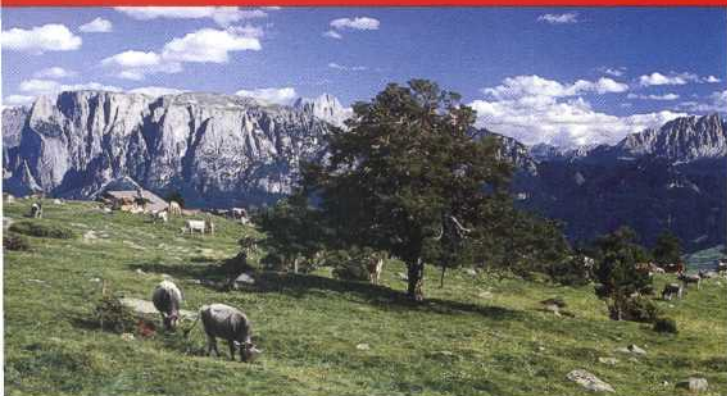
In die Welt der einzigartigen Tribulaune

### 3 Bergtouren rund um den Jaufenpaß 26

Leichter Gipfelanstieg oder erlebnisreiche Höhenwanderung



- |           |  |   |    |
|-----------|--|---|----|
| <b>4</b>  | <b>Auf den Höllenkragen</b>                            |    | 29 |
|           | Aussichtsbalkon hoch über dem Pfitscher- und Eisacktal |   |    |
| <b>5</b>  | <b>Auf dem Landshuter Höhenweg</b>                     |    | 31 |
|           | Gipfeltour mit einer europäischen Kuriosität           |   |    |
| <b>6</b>  | <b>Von Brixen zum Vahrner See</b>                      |       | 34 |
|           | Durch alte Kulturlandschaften zum Kloster Neustift     |   |    |
| <b>7</b>  | <b>Von Feldthurns zum Kloster Säben</b>                |       | 36 |
|           | Durch Kastanienhaine zur »Akropolis Tirols«            |   |    |
| <b>8</b>  | <b>Auf den Villandersberg</b>                          |    | 40 |
|           | Über weite Almflächen auf einen Aussichtsberg          |   |    |
| <b>9</b>  | <b>Panoramawanderung auf der Plose</b>                 |    | 42 |
|           | Einfache Höhenwanderung über Brixen                    |   |    |
| <b>10</b> | <b>Bozner Promenadenwanderung</b>                      |   | 44 |
|           | Auf den Spuren der alten Sommerfrische                 |   |    |
| <b>11</b> | <b>Rittner Höhenwanderung</b>                          |   | 47 |
|           | Zu Erdpyramiden und vergessenen Heilbädern             |   |    |
| <b>12</b> | <b>Über den Salten</b>                                 |   | 50 |
|           | Abseits des Trubels durch das Lärchenparadies          |   |    |
| <b>13</b> | <b>Am Labyrinthsteig durch das Geplänk</b>             |    | 52 |
|           | Wo einst Zwerge hausten und wilde Männer lebten        |   |    |
| <b>14</b> | <b>Frühlingstal und Großer Montiggler See</b>          |   | 54 |
|           | Blumenpracht und ein Hauch von Süden                   |   |    |
| <b>15</b> | <b>Zu den Eppaner Eislöchern</b>                       |   | 58 |
|           | Auf den Spuren Südtiroler Kunst                        |   |    |



- **16** **Im Naturpark Trudner Horn** 🌿 61  
Auf waldigen Pfaden im äußersten Süden Südtirols
- **17** **Von Innerprags zum Pragser Wildsee** 😊 ○ 64  
Zum größten Natursee am Rande der Dolomiten
- **18** **Auf das Schlernplateau** ● 67  
Zu den Kultstätten hoch über dem Blumenmeer der Seiser Alm
- **19** **Rund um den Pufplatsch** 😊 ○ 69  
Höhenwanderung auf blumenreichen Wiesen
- **20** **Von Norden ins Herz der Dolomiten** ● 71  
Zum berühmtesten Dreigestirn der Ostalpen
- **21** **Crespeina-Hochfläche und Chedultal** 🌿 74  
Auf sagenumwobenen Wegen durch die »Bleichen Berge«
- **22** **Auf Waalwegen zum Schloß Tirol** 😊 ○ 76  
Auf uralten Kulturwegen zur Wiege Tirols
- **23** **Am Vinschgauer Sonnenberg** 🌿 78  
Zur Residenz von Reinhold Messner
- **24** **Von Suldern auf die Schöneckspitzen** ● 80  
Bergwanderung im Nationalpark Stilfser Joch

- |  |  |     |    |
|--|--|-----|----|
| <b>25</b>  | <b>Durch das Pfossental</b>                | ☺ ○ | 82 |
| Auf den Spuren des Eismannes vom Similaungletscher |  |     |    |
| <b>26</b>  | <b>Auf die Elferspitze</b>                 | ●   | 84 |
| Höhenwanderung über dem Oberen Vinschgau           |  |     |    |
| <b>27</b>  | <b>Terentner Rundwanderung</b>             | ☺ ○ | 86 |
| Alte Mühlen, Erdpyramiden, Geheimnisse             |  |     |    |
| <b>28</b>  | <b>Panoramaweg rund um den Kronplatz</b>   | ☺ ○ | 88 |
| Einst Krönungsplatz der Könige                     |  |     |    |
| <b>29</b>  | <b>Vom Kloster Heiligkreuz nach Wengen</b> | ◐   | 90 |
| Blütenpracht zu Füßen der mächtigen Bergwelt       |  |     |    |
| <b>30</b>  | <b>Bachertal und zum Hochgallhaus</b>      | ●   | 94 |
| Alpine Rundwanderung mit herrlichen Ausblicken     |  |     |    |

**Sehenswürdigkeiten von A bis Z 98**

Von Bozen bis Trostburg 100

**Reise-Informationen von A bis Z 154**

Von Anreise bis Touristische Straßen 156

**Anhang 167**

Register 167

