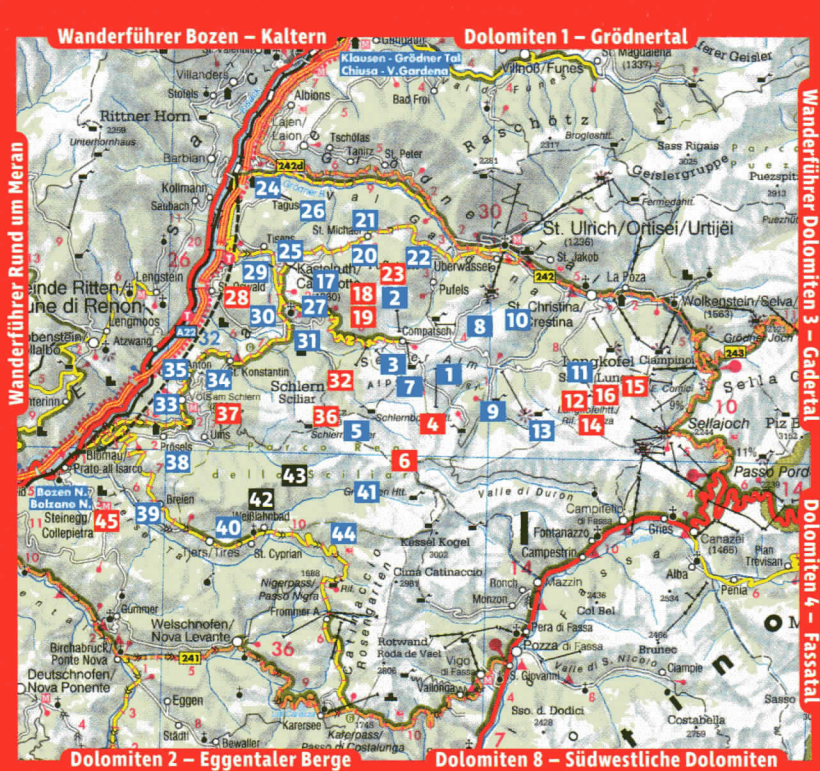




Seiser Alm

Langkofel · Schlern · Rosengarten

45 Touren mit GPS-Tracks



45 ausgewählte Wanderungen auf der Seiser Alm, am Schlern, in der Langkofel- und Rosengartengruppe sowie auf den Höhenterrassen von Völs, Seis und Kastelruth.

- fast alle Touren mit Bus und Bahn erreichbar
- ausführliche, zuverlässige Tourenbeschreibungen
- detaillierte Wanderkarten und aussagekräftige Höhenprofile
- GPS-Tracks zum Download

ISBN 978-3-7633-4754-4



€ 16,90 [D]

€ 17,40 [A]

ROTHER.DE

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	3
Übersichtskarte	6
Top-Touren	8
Wichtige Hinweise für unterwegs	10
Schwierigkeitskategorien	10
Symbole	13
GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte	15
Rund um das Gebiet Seiser Alm	18
Sehenswürdigkeiten	22
Ausflüge und Tipps für wanderfreie Tage	26

Seiser Alm und angrenzende Langkofelgruppe

TOP 1	3.00 h	Hans-und-Paula-Steger-Weg	32
TOP 2	3.15 h	Puflatsch-Runde	37
3	2.15 h	Spitzbühl-Rundwanderung	42
4	5.10 h	Von der Seiser Alm zur Tierser-Alpl-Hütte, 1440 m	46
TOP 5	7.15 h	Von der Seiser Alm auf den Schlern, 2563 m	50
6	2 Tage	Vom Schlern zum Fassajoch	54
7	3.45 h	Südliche Seiser-Alm-Runde	60
8	3.15 h	Nördliche Seiser-Alm-Runde	64
9	1.45 h	Erlebnissweg Hexenquellen	68
10	3.00 h	Wolfsbühl und Hartl Schwaige	71
11	5.45 h	Confinboden	74
12	7.00 h	Plattkofel-Normalweg	78
13	4.00 h	Westlicher Friedrich-August-Weg (Schneidweg)	81
14	4.15 h	Um den Plattkofel	85
15	3.00 h	Um den Langkofel	88
TOP 16	6.15 h	Um die gesamte Langkofelgruppe	91

Kastelruth und Seis

TOP 17	3.00 h	Marinzen Alm, 1486 m	94
18	5.45 h	Von der Marinzen auf den Puflatsch, 2174 m	97
19	2.45 h	Seiser-Alm-Steig	101
20	1.45 h	Panider-Höhenweg	104
21	1.45 h	St.-Michaeler-Rundweg	107
22	2.30 h	Geotrail »Bula«	110
23	4.00 h	Puflatsch, 2174 m: Schnürlsteig	114

30	2.15 h	Gumperer Weg (»Weg der Sinne«)	11
31	2.15 h	Oswald-von-Wolkenstein-Weg	11
TOP 32	3.30 h	Schlernbödelehütte und Prossliner Schwaige	14

Um Völs, Prösels und Völser Aicha

33	2.00 h	Völser Rundweg	14
TOP 34	2.15 h	Völs: Vier-Weiher-Runde	14
35	2.00 h	Von Völs nach St. Konstantin	14
36	7.45 h	Von Völs auf den Schlern, 2564 m	15
37	3.15 h	Vom Hofer Alpl zur Tuffalm	15
38	2.00 h	Um und über den Aichaberg	15
TOP 39	3.00 h	Oachner Höfeweg	16

Tierser Tal mit Steinegg

40	3.00 h	Wuhnleger Runde	16
TOP 41	3.00 h	Tschamintal	17
42	7.00 h	Hammerwandkamm-Überschreitung	17
43	7.00 h	Von Weißlahnbad auf den Schlern	17
44	2.15 h	Plafötschalm, 1564 m	18
45	2.15 h	Steinegg: Pyramidenrundweg	18

Stichwortverzeichnis	16
----------------------	----