

Spis treści

Objaśnienie piktogramów	8
Od redakcji	9
Co łączy zdobywać szczyty	10

Kilka uwag do książki

Trzytysięczniki 11 • Drogi normalne 12 • Kryteria wyboru 13 • Wymagania 13 • Sposób opisywania tras 19 • Objasnienia skrótów 20 • Wzywianie pomocy 21 • Wskazówki przy ratownictwie powietrznym 21

Trasy

ALPY BERNEŃSKIE

Zachodnie Alpy Berneńskie	22
1 Grand Muveran	23
2 Balmhorn	24
3 Les Diablerets	25
4 Wildhorn	27
5 Wildstrubel	28
6 Rinderhorn	29
Centralne Alpy Berneńskie	31
7 Blümlisalhorn	32
8 Bietschhorn	34
9 Doldenhorn	36
10 Nesthorn	38
11 Groß Wannenhorn	40
12 Gspaltenhorn	41
13 Mittelhorn	43
14 Lauterbrunner Breithorn	45
15 Schinhorn	47

16 Tschingelhorn	48
17 Eiger	49
18 Gletscherhorn	53
19 Trugberg	54
20 Agassizhorn	55
21 Ebnefluh	57

ALPY URNEŃSKIE

Zachodnie Alpy Urneńskie	59
22 Dammastock	60
23 Titlis	61
24 Fleckistock	63
25 Sustenhorn	65
26 Groß Spannort	66
27 Schlossberg	66
28 Galenstock	68
Wschodnie Alpy Urneńskie	69
29 Oberalpstock	69
30 Piz Giuv	70

31	Bristen		71
32	Groß Düssi		73
33	Groß Schärhorn		74
34	Groß Windgällen		75

ALPY GLARNEŃSKIE 77

35	Tödi		78
36	Ringelspitz		81
37	Hausstock		82
38	Piz Segnas		83
39	Grond Cavistrau		85
40	Bifertenstock		86
41	Clariden		87
42	Vorab		88

SILVRETTA 89

43	Piz Linard		89
44	Piz Murtèra		91
45	Fluchthorn		91
46	Augstenspitze		93
47	Flüela-Wisshorn		94
48	Piz Buin Grond		95
49	Piz Fliana		97
50	Großes Seehörn		98
51	Großblitzner		99

SAMNAUN 101

52	Muttler		101
53	Stammerspitz		102

54	Vesulspitze		103
----	-------------	---	-----

54a	Hexenkopf		104
-----	-----------	---	-----

VERWALL 105

55	Hoher Riffler	 	105
56	Kuchenspitze		107
57	Patteriol		109

ALPY LECHTALSKE 111

58	Parseier Spitze		111
----	-----------------	---	-----

ALPY ÖTZTALSKE

Centralne Alpy Ötztalskie 113

59	Wildspitze		114
60	Hochvernagtspitze		116
61	Innere Schwarze Schneide		117
62	Hinterer Brunnenkogel		118

Alpy Ötztalskie – pasmo graniczne 119

63	Hintere Schwärze		120
64	Weißkogel		121
65	Fineilspitze		123
66	Similaun		124
67	Kreuzspitze		125
68	Hinterer Seelenkogel		126
69	Großer Ramolkogel		127
70	SchalFKogel		129
71	Hochwilde		130

Południowe Alpy Ötztalskie 131

- 72 Roteck  132
- 73 Lodner  133
- 74 Mastaunspitze  134
- 75 Lagaunspitze  135

Alpy Ötztalskie – grań Kaunergrat i grzebień Glockturmu 137

- 76 Rofelewand  137
- 77 Watzespitze  138
- 78 Verpeilspitze  140
- 79 Glockturm  141
- 80 Vordere Ölgrubenspitze  142
- 81 Weißseespitze  142
- 82 Seekogel  143

Alpy Ötztalskie – grzebień Geigen 146

- 83 Luibiskogel  146
- 84 Hohe Geige  147

ALPY SZTUBAJSKIE 148

- 85 Zuckerhütl  148
- 86 Habicht  150
- 87 Stralkogel  151
- 88 Pflerscher Tribulaun  152
- 89 Schrankogel  154
- 90 Östlicher Feuerstein  156
- 91 Ruderhofspitze  157

- 92 Acherkogel  158

- 93 Hoher Seebaskogel  160

- 94 Wilde Leck  161

- 95 Hohe Villerspitze  162

- 96 Wilder Freiger  164

- 97 Schaufelspitze  165

ALPY ZILLERTALSKIE

Zachodnie Alpy Zillertalskie 166

- 98 Olperer  167

- 99 Hochfeiler  169





- 100** Schrammacher  171
- 101** Großer Mösele  172
- 101a** Wilde Kreuzspitze  175
- 101b** Grabspitze  175
- 101c** Wurmaulspitze  176
- 102** Tuxer Hoher Riffler  176
- 103** Gefrorene-Wand-Spitze  178

Centrale Alpy Zillertalskie 179

- 104** Großer Löffler  179

- 105** Schwarzenstein  181

- 106** Zsigmondyspitze  183

Wschodnie Alpy Zillertalskie 186

- 107** Reichenspitze  186

- 108** Rauchkofel  188

- 109** Napfspitze  189

- 110** Hintere Stangenspitze  190

GRUPA RIESERFERNER 192

- 111** Hochgall  192

112 Schneeberger Nock  194

113 Durreck  195

114 Wildgall  196

GRUPA SCHOBERA 197

115 Petzeck  198

116 Hoher Prijak  199

117 Roter Knopf  200

117a Großer Hornkopf  201

118 Hochschober  201

119 Glödis  202

WYSOKIE TAURY

Grupa Venedigera 204

120 Großvenediger  205

121 Rötspitze  208

122 Dreiherrnspitze  209

123 Schlieferspitze  210

124 Lasörling  211

125 Keeskogel  212

126 Großer Geiger  213

Grupa Glocknera 215

127 Großglockner  216

128 Großer Muntanitz  220

129 Hocheiser  221

130 Fuscherkarkopf  222

131 Wiesbachhorn  224

132 Kitzsteinhorn  226

133 Racherin  226

134 Stubacher Sonnblick  227

Grupa Goldbergeru 229

135 Hocharn  230

136 Schareck  232

137 Hoher Sonnblick  233

Grupa Ankogla 235

138 Hochalmspitze  236

139 Großer Hafner  239

140 Ankogel  241

Alpy Salzburskie 243

141 Hoher Dachstein  244

Trzytysięczniki w liczbach 247

Indeks 255