

# Outdoorführer

Gantrisch – Stockhorn – Schwarzsee

## Einleitung

6

Vorwort, Natur und Umwelt, Tourismus, Anreise,  
nützliche Adressen

## Bergwandern

22

Stille, Ruhe, Naturschauspiel, unterwegs sein

## Klettergebiete und -touren

52

Bewegungsspiel, Balanceakt, vertikale Impressionen

## Biketouren

172

Auf zwei Rädern unterwegs zwischen Gurnigel und Schwarzsee

## Klettersteige, Gleitschirm

188

In luftigen Höhen

## Ski- und Snowboardtouren

204

Gleissendes Licht, stiebende Abfahrten, Lichthorizonte

## Schneeschuhtouren

252

Aufsteigen, Licht, Schatten, dem Horizont entgegenwandern

## Alpinismus

272

Kalte Nordwände, Abenteuertraining für die Hochalpen

## Ski alpin, nordisch

286

Gleiten, Stille, Tempo, Carven