

Sandra Papachristos Rickenbach  
Roland Gerth

# **Wandern rund um den Säntis**

AT Verlag

- |  |  |
|--|--|
| <p>7 Rund um den König der Ostschweiz</p> <p>8 <b>Alpstein</b></p> <p>11 Ebenalp-Aescher-Schäfler-Ebenalp<br/><b>Wo einst der Höhlenbär hauste</b></p> <p>17 Säntis-Blau Schnee-Öhrligrueb-Ebenalp<br/><b>Ein Panorama für Könige</b></p> <p>23 Säntis-Lisengrat-Altmannsattel-Wildhaus<br/><b>Grat-Tänzelei ins Toggenburg</b></p> <p>29 Hoher Kasten-Staubern-Bollenwees-Brülisau<br/><b>Der Alpenfaltung auf der Spur</b></p> <p>35 Schwende-Alp Sigel-Seealpsee-Wasserauen<br/><b>Im Garten Eden des Alpsteins</b></p> <p>40 <i>Nicole und Bernhard Knechtle: Familienleben am Fels</i></p> <p>43 <b>Appenzellerland</b></p> <p>45 Heiden-Kaienspitz-Speicherschwendi<br/><b>Wo alte Zeiten aufleben</b></p> <p>51 Gais-Gäbris-Trogen<br/><b>Nicht nur für Wetterfrösche</b></p> | <p>57 Teufen-Höchfall-Kloster Wonnenstein-Stein<br/><b>Von Kräutern, Klöstern und Käse</b></p> <p>63 Hundwil-Hundwiler Höhe-Gonten<br/><b>Zwischen Tradition und Moderne</b></p> <p>69 Urnäsch-Spitzli-Kronberg<br/><b>Abseits und doch mittendrin</b></p> <p>74 <i>Werner Alder: Der mit dem Holz zaubert</i></p> <p>77 <b>Toggenburg</b></p> <p>79 Mogelsberg-Wilkethöchi-St. Peterzell<br/><b>Auf dem Gipfel des Neckertals</b></p> <p>85 Stein-Krummenau-Ebnat-Kappel<br/><b>Die vielen Gesichter der Thur</b></p> <p>91 Schwägalp-Ofenloch-Hinterfallenchopf-Ennetbühl<br/><b>Gegensätze ziehen sich an</b></p> <p>97 Unterwasser-Thurfälle-Gräppelensee-Alt St. Johann<br/><b>An kühlen Wassern entlang</b></p> <p>103 Wildenmannlisloch-Hinterrugg-Chäserrugg<br/><b>Hinter den sieben Bergen</b></p> <p>108 <i>Urs Oberli: Spurensucher der Urzeit</i></p> |
|--|--|

# Inhalt

- 111 **Walensee und Sarganserland**
- 113 Weesen–Seerenbachfälle–Quinten–Walenstadtberg  
**An der Ostschweizer Riviera**
- 119 Merlen–Murgseen–Merlen  
**Die blauen Augen des Murgtals**
- 125 Weisstannen–Rappenloch–Horn–Weisstannen  
**Dem Steinbock hinterher**
- 131 Gaffia–Fünf Seen–Pizolhütte  
**Wo Bergseen um die Wette funkeln**
- 137 Flums–Chapfensee–Mels  
**Marmor, Stein und Eisen bricht ...**
- 142 *Harry Keel*: Steinreich und weltweit einzigartig
- 145 **Rheintal**
- 147 Sargans–Gonzen–Malanserholz  
**Senkrecht ins Gipfelglück**
- 153 Werdenberg–St. Ulrich–Azmoos  
**Zu Besuch bei den Schlossherren**
- 159 Wildhaus–Voralpsee–Berghaus Malbun  
**Von Alpbeizli zu Alpbeizli**
- 165 Oberriet–Kristallhöhle Kobelwald–Eichberg–  
Altstätten  
**Schätze am Rheintaler Höhenweg**
- 171 Altstätten–Mültobelschlucht–St. Anton–Heiden  
**Schluchtenwandern mit Aussicht**
- 176 *Ignaz Hugentobler*: Naturschützer mit Weitblick
- 179 **St. Gallen und Umgebung**
- 181 Stadtwanderung St. Gallen  
**St. Gallen – einfach Spitze**
- 187 Staad–Steiniger Tisch–Altenrhein–Staad  
**Frühlingsgefühle am Bodensee**
- 193 Arbon–Steinach–Gallussteg–St. Gallen Guggeien  
**Unterwegs mit dem heiligen Gallus**
- 199 St. Gallen–Schloss Dottenwil–Steinebrunn–  
Romanshorn  
**Mit dem Velo übers Land ans Schwäbische Meer**
- 205 Amriswil–Degenau–Hauptwiler Weiher–  
Bischofszell  
**Mit allen Wassern gewaschen**
- 210 *Regula und Walter Signer*: Im Takt der Tiere