

Úvod .....	3
<b>1. Charakteristika oblasti .....</b>	<b>9</b>
Horopis .....	9
Geologické složení .....	10
Vodopis .....	11
Podnebí .....	11
Rostlinstvo a živočišstvo .....	12
Ochrana přírody .....	13
<b>2. Praktické informace .....</b>	<b>14</b>
Švýcarsko v kostce .....	14
Doprava .....	16
Obchody a stravování .....	18
Ubytování .....	19
<b>3. Turistická část .....</b>	<b>21</b>
Použití průvodce .....	21
Turistické značení .....	22
Mapy, průvodce .....	22
Výzbroj a výstroj .....	24
Vhodná doba pro návštěvu .....	25
Nebezpečí hor .....	26
Obtížnost .....	27
Historie turistiky .....	28
<b>4. Švýcarské Alpy všeobecně .....</b>	<b>30</b>
<b>VÝCHODNÍ ALPY .....</b>	<b>30</b>
Rätikon .....	30
Silvretta .....	30
Samnaungruppe .....	31
Sesvonnagruppe .....	31
Ortler .....	31
Livigno Alpen .....	32
Bernina .....	32
Albula Alpen .....	33
Plessur Alpen .....	33
Plattagruppe .....	33
<b>ZÁPADNÍ ALPY .....</b>	<b>34</b>
Appenzeller Alpen .....	34
Glarner Alpen .....	34
Schwyzer Alpen .....	35
Urnen Alpen .....	35
Emmentaler Alpen .....	36
Berner Alpen .....	36
Freiburger Alpen .....	37
Chablais – Faucigny .....	38
Mont-Blanc Gruppe .....	38

Walliser Alpen . . . . .	38
Tessiner Alpen . . . . .	40
Gotthard Gruppe . . . . .	40
Adula Alpen . . . . .	40
Tambo Gruppe . . . . .	41
Jura . . . . .	41
<b>5. Vybrané túry od Bodamského jezera po Ženevu . . . . .</b>	<b>43</b>
<b>1. Sulzfluh (2 818m) - Falknis (2 560m) - Rätikon Höhenweg . . . . .</b>	<b>43</b>
Sulzfluh . . . . .	44
Falknis (2 562m) . . . . .	45
Rätikon Höhenweg . . . . .	46
Výstup na Schesaplanu . . . . .	46
<b>2. Piz Linard (3 411m) - Piz Buin (3 312m) - Flüela Weisshorn (3 086m) . . . . .</b>	<b>47</b>
Piz Linard (3 411m) . . . . .	49
Piz Buin (3 312m) . . . . .	49
Flüela Weisshorn (3 086m) . . . . .	50
<b>3. Muttler (3 294m) - Greitspitz (2 850m) - Pauliner Kopf (2 864m) . . . . .</b>	<b>53</b>
Pauliner Kopf (2 864m) - Greitspitz (2 850m) . . . . .	55
<b>4. Piz Sesvenna (3 207m) - Piz Lischana (3 109m) . . . . .</b>	<b>55</b>
Piz Sesvenna (3 207m) . . . . .	57
Piz Lischana (3 105m) . . . . .	58
Další možnosti v oblasti . . . . .	58
<b>5. Piz Languard (3 262m) - Piz Quattervals (3 164m) . . . . .</b>	<b>59</b>
Piz Quattervals (3 159m) . . . . .	61
<b>6. Piz Julier (3 380m) - Piz Ott (3 246m) - Piz Gravesalvas (2 932m)     - Piz Lunghin (2 780m) . . . . .</b>	<b>62</b>
Piz Julier (3 380m) . . . . .	64
Piz Ott (3 246m) . . . . .	65
Piz Grevasalvas (2 932m) . . . . .	65
Piz Lunghin (2 780m) . . . . .	66
<b>7. Piz Bernina (4 049m) - Piz Roseg (3 937m) - Piz Morteratsch (3 751m)     - Piz Corvatsch (3 451m) . . . . .</b>	<b>66</b>
Piz Bernina (4 049m) - hřeben Spallagrat . . . . .	72
Piz Bernina (4 049m) - hřeben Biancogratt ("H"), . . . . .	73
Piz Roseg (3 937m) - cesta jihozápadní hranou ("H") . . . . .	74
Piz Morteratsch (3 751m) . . . . .	75
Piz Corvatsch (3 451m) . . . . .	75
<b>8. Bergell - Cima di Castello (3 392m) - Cima di Rosso (3 366m)     - Přechod Bondo - Maloja . . . . .</b>	<b>76</b>
Cima di Castello (3 392m) . . . . .	77
Cima di Rosso (3 366m) . . . . .	78
Přechod Bondo - Maloja . . . . .	78
Další možnosti v oblasti . . . . .	79

<b>9. Säntis (2 504m) - Hinterrugg (2 306m) . . . . .</b>	<b>80</b>
Säntis (2 502m) - výstup hřebenem Lisengrat . . . . .	82
Výstup přes Nasenlöcher . . . . .	83
Výstup od severovýchodu přes Altmann (2 436m) . . . . .	83
Hinterrugg (2 309m) . . . . .	84
<b>10. Glarnisch Ruchen (2 905m) - Eggstock - Braunwalder Klettersteige . . . . .</b>	<b>85</b>
Glärnisch Ruchen (2 905m) . . . . .	86
Eggstock (2 449m) - Braunwalder Klettersteig . . . . .	87
<b>11. Große Mythen (1 899m) - Rigi (1 798m) . . . . .</b>	<b>88</b>
Großer Mythen (1 899m) . . . . .	89
Rigi - Kulm (1 798m) . . . . .	90
Další možnosti v oblasti . . . . .	91
<b>12. Titlis (3 238m) - Pilatus (2 221m) . . . . .</b>	<b>92</b>
Titlis (3 239m) . . . . .	93
Pilatus (2 221m) . . . . .	94
<b>13. Sustenhorn (3 504m) - Gwächtenhorn (3 420m) - Tälli Klettersteig . . . . .</b>	<b>95</b>
Sustenhorn (3 504m) . . . . .	96
Gwächtenhorn (3 420m) . . . . .	96
Tälli Klettersteig . . . . .	97
<b>14. Dammastock (3 630m) - Galenstock (3 586m)</b>	
<b>- Kleine Furkahorn (3 026m) - Via ferrata Diavolo . . . . .</b>	<b>98</b>
Dammastock (3 630m) . . . . .	99
Galenstock (3 583m) . . . . .	100
Kleine Furkahorn (3 026m) . . . . .	100
Via ferrata Diavolo . . . . .	101
Další možnosti v oblasti . . . . .	101
<b>15. Pizzo Rotondo (3 192m) - P.Lucendro (2 962m)</b>	
<b>- Přechod Nufenenpass - Passo di S.Gottardo . . . . .</b>	<b>102</b>
Pizzo Rotondo (3 192m) . . . . .	104
Pizzo Lucendro (2 962m) . . . . .	104
Přechod Nufenenpass - Passo del San Gottardo . . . . .	104
<b>16. Brienzler Rothorn (2 350m) - Aareschlucht - Lauterbrunnental</b>	
<b>- Brienzler See - Thuner See . . . . .</b>	<b>105</b>
Aareschlucht . . . . .	107
Lauterbrunnental . . . . .	107
Brienzler See . . . . .	108
Thuner See . . . . .	108
<b>17. Wetterhorn (3 701m) - Schwarzhorn (2 928m) . . . . .</b>	<b>109</b>
Wetterhorn (3 701m) . . . . .	110
Schwarzhorn (2 928m) . . . . .	111
Další možnosti v oblasti . . . . .	112
<b>18. Jungfrau (4 158m) - Mönch (4 107m) - Eiger (3 970m) . . . . .</b>	<b>112</b>
Jungfrau (4 158m) . . . . .	114

Mönch (4 107m) .....	115
Eiger (3 970m) .....	115
<b>19. Finsteraarhorn (4 274m) .....</b>	<b>116</b>
<b>20. Gross Grünhorn (4 044m) - Grünegghorn (3 860m)</b>	
- <b>Grosser Aletschgletscher</b> .....	<b>118</b>
Grosser Aletschgletscher .....	119
<b>21. Aletschhorn (4 195m) - Dreieckhorn (3 810m) .....</b>	<b>123</b>
<b>22. Lötschener Breithorn (3 785m) - Nesthorn (3 824m)</b>	
- <b>Přechod Belalp - Blatten</b> .....	<b>124</b>
Lötschener Breithorn (3 785m) .....	126
Nesthorn (3 824m) .....	126
Přechod Belalp - Blatten .....	127
<b>23. Grosshorn (3 762m) - Petersgrat (3 207m) - Přechod Blatten - Kiental .....</b>	<b>127</b>
Grosshorn (3 762m) .....	129
Petersgrat (3 207m) .....	130
Přechod Blatten - Kiental .....	131
<b>24. Oeschinenhorn (3 486m) - Přechod Kandersteg - Kiental .....</b>	<b>131</b>
Přechod Kandersteg - Kiental .....	133
<b>25. Wildstrubel (3 244m) - Le Plaine Morte .....</b>	<b>133</b>
Wildstrubel (3 244m) - výstup od východu .....	135
Wildstrubel (3 244m) - výstup od západu .....	136
Glacier de la Plaine Morte .....	137
<b>26. Les Diablerets - Tête Ronde (3 219m) - Via ferrata Pierredar .....</b>	<b>138</b>
Via ferrata Pierredar .....	139
<b>27. Grand Combin (4 314m) - Mont Vélan (3 731m) .....</b>	<b>140</b>
Grand Combin (4 314m) .....	141
Mont Vélan (3 731m) .....	142
<b>28. Mont Blanc de Cheilon (3 870m) - Pigne d'Arolla (3 796 m)</b>	
- <b>La Luette (3 548m) .....</b>	<b>149</b>
Mont Blanc de Cheilon (3 870m) .....	150
Pigne d'Arolla (3 796m) .....	150
La Luette (3 548m) .....	151
<b>29. Dent Blanche (4 357m) „H“ .....</b>	<b>151</b>
<b>30. Bishorn (4 153m) - Bella Tola (3 025m) .....</b>	<b>153</b>
Bishorn (4 153m) .....	154
Bella Tola (3 025m) .....	155
Další možnosti v oblasti .....	155
<b>31. Weisshorn (4 506m) „H“ .....</b>	<b>155</b>
<b>32. Matterhorn (4 478m) „H“ - Dent d'Hérens (4 171m) „H“</b>	
- <b>Pointe du Zinal (3 789m) - Mettelhorn (3 406m) .....</b>	<b>157</b>
Dent d'Hérens (4 171m) „H“ .....	160
Pointe du Zinal (3 789m) .....	161

Mettelhorn (3 406m) .....	162
<b>33. Breithorn (4 164m) - Gornergrat (3 286m) - Stockhorn (3 532m) .....</b>	<b>162</b>
Gornergrat (3 286m) - Stockhorn (3 532m) .....	164
<b>34. Monte Rosa - Dufourspitze (4 634 m) - Zumsteinspitze (4 563m)</b>	
- Signalkuppe (4 556m) - Parrotspitze (4 436m) - Ludwigshöhe (4 341m) ..	165
Dufourspitze (4 634m) .....	166
Zumsteinspitze - Signalkuppe - Parrotspitze - Ludwigshöhe .....	167
<b>35. Dom (4 545m) .....</b>	<b>168</b>
<b>36. Allalinhorn (4 027m) - Alphubel (4 206m) .....</b>	<b>170</b>
Allalinhorn (4 027m) .....	172
Alphubel (4 206m) .....	173
Další možnosti v oblasti .....	173
<b>37. Weissmies (4 023m) - Přechod Saas Almagel - Bondo .....</b>	<b>174</b>
Přechod Saas Almagell - Gondo .....	176
<b>38. Monte Leone (3 553m) - Wassenhorn (3 245m) - Hübschhorn (3 192m) ..</b>	<b>176</b>
Monte Leone (3 553m) .....	178
Wasenhorn (3 246m) - Hübschhorn (3 196m) .....	178
<b>39. Basodino (3 274m) .....</b>	<b>178</b>
Další možnosti v oblasti .....	180
<b>40. Monte Generoso (1 701m) .....</b>	<b>181</b>
<b>41. Rheinwaldhorn (3 402m) - Lago di Luzzone .....</b>	<b>183</b>
<b>42. Mont Dolent (3 823m) - Gr. Chenalette (2 889m)</b>	
- Přechod Champex - La Fouly .....	185
Grande Chenalette (2 889m) .....	187
Přechod Champex - La Fouly .....	188
<b>43. Tour d'Äi (2 331m) .....</b>	<b>189</b>
<b>44. Dents du Midi (3 257m) - Lac d'Emosson .....</b>	<b>193</b>
Lac d'Emosson (1 950m) .....	194
<b>45. Jura - La Dôle (1 677m) - La Chasseron (1 607m) .....</b>	<b>195</b>
La Dôle (1 677m) .....	196
La Chasseron (1 607m) .....	196
Další možnosti v oblasti .....	197
<b>6. Treking .....</b>	<b>198</b>
Hintere Gasse .....	198
Tour de Monte Rosa .....	200
Kolem Matterhornu .....	203
Bernina trek .....	205
<b>7. Jištěné cesty švýcarských Alp .....</b>	<b>207</b>
<b>8. Cykloturistika .....</b>	<b>209</b>
<b>9. Lyžařské terény .....</b>	<b>211</b>