



# WALKS

## OF A LIFETIME

DIE 100  
SPEKTAKULÄRSTEN  
WANDERUNGEN  
WELTWEIT





# INHALT

VORWORT VON ANDREW SKURKA 6

EINLEITUNG 10

BASIS-AUSRÜSTUNGS-GUIDE 12

**TEIL EINS: NORDAMERIKA** 14

**TEIL ZWEI: SÜDAMERIKA** 90

**TEIL DREI: EUROPA** 146

**TEIL VIER: AFRIKA** 236

**TEIL FÜNF: ASIEN** 290

**TEIL SECHS: OZEANIEN, AUSTRALIEN,  
UND ANTARKTIS** 354

SCHUTZ DER NATUR 390

REISEZIELE 392

DANK 395

ÜBER DEN AUTOR 396

BILDNACHWEIS 397

SEITE 1: Eine Wanderung auf den Gipfel des Doi Chiang Dao im Norden Thailands bietet eine herrliche Möglichkeit, den Sonnenaufgang zu beobachten (Seite 350).

SEITEN 2-3: Das Rapa River Delta verläuft durch den Nationalpark Sarek (Seite 202) und ist aus der Höhe von vielen Wanderwegen aus zu sehen.

LINKS: 1000 Jahre alte, sonnenverbrannte Bäume flankieren die Dünen von Sossusvlei in Namibia (Seite 250).



**Was einen erwartet:** Canyons | Virgin  
River | Maultierhirsche | Füchse | Fledermäuse |  
Dickhornschafe | Kängururatten | Felsenziegel

Scout Lookout, etwa 305 Meter über dem Talboden gelegen, ist ein erstklassiger Ort mit großartiger Aussicht, um eine Verschnaufspause einzulegen und sich einen kleinen Snack zu gönnen. Viele Leute drehen hier wieder um, denn nun liegt die eigentliche Herausforderung vor einem: Ein 122 Meter hoher Kletterstieg führt fast vertikal den Fels hinauf, was die Tour für Leute mit Höhenangst ungeeignet macht. Der Wanderer hangelt sich an in das Gestein geschraubten Ketten entlang und erklimmt eine Felswand, die so steil ist, dass Kletterer ihre vertikalen Wände als Herausforderung nutzen. Aber nachdem man den adrenalingeladenen Aufstieg geschafft hat, wird man auf dem Gipfel mit einem unvergleichlichen Ausblick belohnt: Riesige, steile, gestreifte und mit Grün durchzogene Felsen erheben sich wie königliche Gärten rund um hoch über ein majestätisch ruhiges Tal.

#### **GUT ZU WISSEN**

Angels Landing ist - zur Recht - außergewöhnlich beliebt, daher sollte man die Tour am frühen Morgen oder späten Nachmittag antreten, um den Touristenströmen zu entgehen. Beim Wandern in Wüstenenterrain sind Sonnencreme und Sonnenhut unerlässlich. Für diese Tour über steilen Sandstein empfiehlt der Parkservice außerdem feste, geschlossene Wanderschuhe mit griffigem Gummiprofil.

TEIL ZWEI

# SÜDAMERIKA

Bemerkenswert hohe Wachspalmen (60 Meter)  
prägen die Landschaft des Valle de Cocora in  
Kolumbien (Seite 136).

TEIL DREI

# EUROPA

Alpenglügen am Monte Pelmo und Monte Civetta,  
während Wanderer den Alta Via 1 in den italienischen  
Dolomiten erkunden (Seite 172).

## ISLAND

# KRISTÍNARTINDAR (BERG)

Im Land der Giganten

**DISTANZ:** 17,9 Kilometer (Rundweg) **DAUER:** 6–8 Stunden  
**EMPFOHLENE JAHRESZEIT:** Sommer **SCHWIERIGKEITSGRAD:** anstrengend

**D**er Süden Islands mit seinen schwarzen Sandstränden, kristallklaren Gletscherlagunen, tosenden Wasserfällen und rauen Küsten ist ein Land der Extreme. Es führen zahlreiche Wege und Straßen durch die wilden Weiten der isländischen Tundra, aber eine Besonderheit ist die Wanderung zum Gipfel des Kristínartindar, einem erodierten vulkanischen Berg im Wildnisgebiet Skaftafell im Vatnajökull-Nationalpark. Mit mehr als 1000 Metern Höhenunterschied und einem höchst abwechslungsreichen, mit teils unbefestigtem Terrain geradezu nervenaufreibenden Gipfelaufstieg, stellt diese Route eine verlockende Herausforderung dar.

Auf einem Rundweg im Uhrzeigersinn werden Wanderer für ihre Mühen bald belohnt, sobald sie den Svartifoss erreichen, einen markanten Wasserfall, der von ungewöhnlichen dunklen, orgelpfeifenartigen Basaltsäulen eingerahmt wird. Von dort aus geht es hinauf zu einem grasbewachsenen, baumlosen Plateau, das grandiose Ausblicke auf imposante Kammlinien und ein Gletschertal eröffnet, danach schlängelt sich der Pfad unbefestigt und steil in die Höhe, sodass man Hände und Füße zu Hilfe nehmen und über ein gewisses Maß an Nervenstärke und Trittsicherheit verfügen muss. Auf dem Gipfel des Kristínartindar reicht der Blick dann über wunderschöne Gletscher und zerklüftete Berge bis in die Ferne zum dunklen Ozean.

**Was einen erwartet:** Wasserfälle | Basaltformationen | Gletscher

## ALTERNATIVE ROUTE

Der Skogafoss ist eine Attraktion der isländischen Südküste. Aber viele Besucher übersehen, dass rechts hinter dem Wasserfall ein beeindruckender Weitwanderweg beginnt, der in mehreren Tagesetappen über den Fimmvörðuháls-Pass bis nach Landmannalaugar führt. Entlang der Route gibt es Schutzhütten.

Von den zerklüfteten Gipfeln des Kristínartindar aus blickt man über die weite und wilde Landschaft des Vatnajökull-Nationalparks.



# DIE ULTIMATIVE BUCKET-LIST FÜR WANDERER

Ein faszinierender Bildband mit über  
100 der legendärsten Wanderungen weltweit.  
Von der Antarktis bis Vietnam: jede Wanderung  
ein einmaliges Erlebnis!

## WALKS OF A LIFETIME

Die 100 spektakulärsten Wanderungen weltweit

400 Seiten, ca.150 Abb., Format 22 x 22 cm, Hardcover

Euro (D) 39,99 / Euro (A) 41,20 / sFr. 52,90

ISBN: 978-3-86690-729-4

NATIONAL GEOGRAPHIC Verlag

Erscheinungstermin: März 2020

Copyright © 2020 National Geographic Partners. All rights reserved.

Copyright © 2020 German Edition National Geographic Partners, LLC. All rights reserved.  
Reproduction of the whole or any part of the contents without written permission from the  
publisher is prohibited.

NATIONAL GEOGRAPHIC and Yellow Border Design are trademarks of the  
National Geographic Society, used under license.



Seit ihrer Gründung 1888 hat sich die National Geographic Society weltweit an mehr als 12 000 Expeditionen, Forschungs- und Schutzprojekten beteiligt. Die Gesellschaft erhält Fördermittel von National Geographic Partners LLC, unterstützt unter anderem durch Ihren Kauf. Ein Teil der Einnahmen dieses Buches hilft uns bei der lebenswichtigen Arbeit zur Bewahrung unserer Welt. Falls Sie mehr über National Geographic wissen wollen, besuchen Sie unsere Website unter [www.nationalgeographic.de](http://www.nationalgeographic.de).

WALKS OF A LIFETIME