

Inhalt

Vorwort	9
Unsere persönlichen Anfänge im Valle del Sarca	11
• <i>Sole caldissimo</i> , Monte Brento	15
• <i>Via Angelo</i> , Pian dela Paia	18
• <i>Via Speranza</i> , Monte Brento	21
• <i>Via dello spigolo</i> , Pian della Paia	23
Das Bedürfnis nach harmonischen, rhythmischen Bewegungen	25
Die Kunst der empfindsamen Bewegung Bewegung und Gegenbewegung	27
Steile Platten im Kalk	29
• <i>Aphrodite</i> , Parete San Paolo	31
Charakteristik des vertikalen Wandkletterns	32
• <i>Athene</i> , Parete San Paolo	33
• <i>Helena</i> , Parete San Paolo	35
Wege zwischen den Dächern	37
• <i>Archangelo</i> , Coste dell'Anglone	39
Bewegung und Rhythmik durch die Quergänge	40
• <i>Archai</i> , Coste dell'Anglone	43
• <i>Essusiai</i> , Coste dell'Anglone	45
Die Farben der Felsen	47
• <i>Sette muri</i> , Parete San Paolo	49
• <i>Orfeo</i> , Parete San Paolo	51
• <i>La fuga dall'Hades</i> , Parete San Paolo	52
Wald oder Fels	54
Die Überhänge, das lastende Prinzip	57
• <i>Selene</i> , Parete San Paolo	59
• <i>In memoria di Ugo Ischia</i> , Parete San Paolo	61
• <i>Elios</i> , Parete San Paolo	63
Leichtere Routen	65
• <i>Nereidi</i> , Parete San Paolo	67
• <i>Aganippe</i> , Parete San Paolo	69
• <i>Calliope</i> , Parete San Paolo	70
Bewegung und Gegenbewegung im weiten Kamin	71
Die Erhaltung von Blöcken	73
• <i>Persephone</i> , Parete San Paolo	75
• <i>La fessura dell'Hades</i> , Parete San Paolo	53
• <i>Pilastro Themis</i> , Parete San Paolo	77





Die kontemplative Sphäre von Padaro	79
• <i>Elision, Parete di Padaro</i>	81
Das variierende und verbindende Bewegungsspiel bei Verschneidungen	82
• <i>Esculapio, Parete di Padaro</i>	85
• <i>Apollo, Parete di Padaro</i>	87
Das Erleben der Sinne	89
• <i>Il canto dell'Indria, Coste dell'Anglone</i>	91
Das flexible und geschmeidige Klettern im Riss	92
• <i>Il profondo rispetto dell'Indria, Coste dell'Anglone</i>	95
• <i>Le scalette dell'Indria, Coste dell'Anglone</i>	97
Die Akzentuierung der Formen	99
Pyramide Lakshmi, Molinei	
• <i>Il Mercurio serpeggiante, Cima alle Coste Sud</i>	101
• <i>La bellezza della Venere, Cima alle Coste Sud</i>	103
• <i>La luna argentea, Cima alle Coste Sud</i>	105
Gemeinschaftliche Arbeit und Ideenaustausch	107
• <i>Adonis, Parete San Paolo</i>	109
• <i>Concordia, Parete San Paolo</i>	111
• <i>Der blaue Reiter, Parete di Padaro</i>	113
Der geschlossene Kreis	115
Charakteristikum der lateralen Bewegungen	117
• <i>La piccola piramide, Coste dell'Anglone</i>	119
• <i>Le due pareti, Coste dell'Anglone, Crozolam</i>	121
• <i>Il cuore d'oro, Coste dell'Anglone</i>	123
Abenteuerliche Abseilfahrten	125
• <i>Artemis, Parete di Padaro</i>	127
Das Erleben der Schuppe	129
• <i>L'angolo obliquo, Parete di Padaro</i>	131
• <i>Via del camino, Parete di Padaro</i>	133
Rhythmische Routen in Limarò	135
• <i>Via dei 12 alberi, Piccolo Dain, Parete del Limarò</i>	137
• <i>Il sole di David e Michelangelo, Piccolo Dain, Parete del Limarò</i>	139
• <i>La scuola pitagorica e Hans Dülfer, Parete del Limarò</i>	141
Renovierung von älteren Touren	143
Routen zum Selbstabsichern	145
• <i>Via del cristallo, Parete di Padaro</i>	147
• <i>Via della rampa, Parete di Padaro</i>	149
• <i>Parete nera, Parete San Paolo</i>	151

Die Bedeutung der Namen	152
• <i>Luce e colori</i> , Coste dell'Anglone	155
• <i>L'ombra e l'apparizione del mondo</i> , Coste dell'Anglone	157
Charakteristikum der engen Kaminkletterei	159
• <i>Il fuoco e l'alchimia dello spirito</i> , Coste dell'Anglone	161
Die Qualität der Felsen	163
• <i>Dall'antistoria alla storia</i> , Coste dell'Anglone	165
• <i>Sintesi</i> , Coste dell'Anglone	167
• <i>Vecchi tempi</i> , Coste dell'Anglone	169
Routen für Anfänger	171
Geneigte Platten und die Nutzung des Aufrichtevermögens des Körpers	172
• <i>La prima lezione per i piedi</i> , Lastoni di Dro	173
Risse und Rampen zur eigenständigen Absicherung	175
Drei verschiedene Routen über Rampen, Due Laghi	
• <i>Rampa con pilastro</i> , Due Laghi	177
Das Charakteristische der Rampenkletterei	178
• <i>Rampa centrale</i> , Due Laghi	179
• <i>Rampa in alternanza</i> , Due Laghi	181
Wieder zurück zu den großen Wänden im Sarcatal	183
• <i>L'aspettativa dei mondi superiori</i> , Monte Brento	185
Die <i>Via della polemica</i> , eine Route ohne Säuberung	186
Jede Route besitzt einen eigenen Charakter	189
• <i>Via per Marco Simoni</i> , Coste dell'Anglone	191
• <i>Gran diedro</i> , Due Laghi	193
• <i>Due spigoli</i> , Due Laghi	195
Die Wände	197
Parete di Padaro	198
Parete San Paolo	200
Lastoni di Dro	205
Coste dell'Anglone	206
Cima alle Coste Sud	210
Pian dela Paia	212
Monte Brento	214
Parete del Limarò	218
Due Laghi	220
Über den Autor	222
Bibliographie	223

