



SOMMARIO

- 7 Introduzione
- 14 Lungo la GTA dall'Argentera al Monviso (1)
- 24 Alta Via n. 1 della Valle d'Aosta (2)
- 34 Alta Via n. 2 della Valle d'Aosta (3)
- 43 Via dei Monti Lariani (4)
- 52 Alta Via della Val Malenco (5)
- 62 Alta Via n. 2 delle Dolomiti (6)
- 72 Alta Via n. 1 delle Dolomiti (7)
- 81 Alta Via n. 4 delle Dolomiti (8)
- 90 Il trekking dalla pianura al Mar Ligure (9)
- 100 L' 'Alto Appennino' tra Toscana e Romagna (10)
- 110 Da Siena all'Argentario (11)
- 120 Dai Sibillini al Gran Sasso (12)
- 131 Alta Via dell'Appennino (13)
- 140 Il trekking dei Monti di Sicilia (14)
- 150 Il trekking della Barbagia (15)
- 159 Bibliografia