

INHALTSVERZEICHNIS

Impressum	4	5	Vom Bodensee zum Genfer See Von Bregenz nach Montreux – »Schweiz-Cross« schwer; 18 200 Hm, 555 km	82
Einführung				
Alpencross in den Westalpen	5	6	Von der Rhône zum Po (Piemont) Von Martigny über den Iseran nach Paesana – » <i>gta</i> 1« mittel; 17 450 Hm, 547 km	96
<i>gta</i> – »La Grande Traversata delle Alpi«	6			
Südalpen	7			
Apennin	7			
DIE ROUTEN				
Gesamtalpen				
1 Vom Watzmann zum Mont Blanc Von Berchtesgaden über alle Berge nach Courmayeur und Chamonix schwer; 28 000 Hm, 1048 km	8	7	Vom Po (Piemont) zur Riviera Von Paesana nach Riva Ligure – » <i>gta</i> 2« mittel; 11 400 Hm, 375 km	118
		8	Vom Po (Piemont) zur Côte d'Azur Von Paesana nach Menton oder Nizza – » <i>gta</i> 3« mittel; 11 200 Hm, 294 km	138
Westalpen		9	Aus dem Piemont ins Wallis Von Susa über den Theodulpas nach Zermatt – » <i>gta</i> 4« schwer; 14 150 Hm, 319 km	156
2 Vom Genfer See zum Mittelmeer Von Thonon-les-Bains nach Ventimiglia schwer; 25 300 Hm, 782 km	30	10	Vom Monte Rosa zum Mont Blanc Von Macugnaga nach Courmayeur – » <i>alta gta</i> 5« schwer; 12 100 Hm, 231 km	168
3 Vom Rhône-Knie zur Côte d'Azur Die Direttissima von Martigny nach Nizza – »Westalpen-Express« extrem; 15 700 Hm, 545 km	52	11	Vom Mont Blanc zum Monviso Von Courmayeur nach Marmora im Maira-Tal – » <i>alta gta</i> 6« schwer; 18 500 Hm, 450 km	184
4 Vom Rhône-Knie zum Lago Maggiore Von Martigny nach Locarno – »Grand Raid Wallis« mittel-schwer; 15 600 Hm, 460 km	66			

Faszination Alpencross mit dem Mountainbike

Apennin und Südalpen

- | | | |
|-----------|--|-----|
| 12 | Von der Adria über den Apennin zur Riviera
Von Cesenatico nach Lerici –
»Trans Italia 1« mittel; 13 900 Hm, 486 km | 204 |
| 13 | Durch Ligurien
Von Lerici nach Finale Ligure –
»Trans Italia 2«
mittel; 9950 Hm, 364 km | 216 |
| 14 | Über die Ligurischen Alpen
Von Finale Ligure nach Limone Piemonte – »Trans Italia 3«
mittel; 9600 Hm, 318 km | 228 |
| 15 | Vom Gardasee zum Monte Grappa
Von Riva nach Bassano –
Gebirgsjägerweg, Teil 1
schwer; 12 950 Hm, 363 km | 242 |
| 16 | Vom Monte Grappa ins Pustertal
Von Bassano nach Bruneck –
Gebirgsjägerweg, Teil 2
schwer; 14 250 Hm, 393 km | 256 |

Alpencross-Baukasten Westalpen

- | | |
|-------------------------------------|-----|
| Alpencross zum Selberplanen | 268 |
| Westalpen – alle Pässe im Überblick | 270 |

Auf der CD

- GPS-Tracks zum Herunterladen
- (Digitaler) Baukasten zum Herunterladen
- Karten zum Ausdrucken
- Höhenprofile zum Ausdrucken
- Routenbeschreibungen zum Ausdrucken
- Planungs-Roadbook zum Ausdrucken