

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	6	Tourenregion Sonthofen und Gunzesried	65
Allgäu-Informationen	8	6 Auf die Hörner gefahren	66
Das richtige Bike	12	Von Sonthofen auf die Berge, die hier alle irgendwie Hörner heißen	
Die Ausrüstung für die Tour	14	Tourenregion Allgäuer Seen	73
Orientierung im Gelände und Planung zu Hause	16	7 Familientour am Hopfensee	74
Verhaltenskodex	20	Einfache Einsteigertour durch die Hügellandschaft mit Panoramablick auf die Allgäuer Alpen	
Singletrail-Skala	23	Tourenregion Tannheimer Tal	79
Fahrtechnik	26	8 Zum Äpele	80
Allgemeines	29	Knackige Tour im Tannheimer Tal mit Auffahrt zu einer Alpe und optionaler Singletrail-Abfahrt	
Tourenregion Bad Hindelang	31	9 Zum malerischen Vilsalpsee	84
1 Die Iseler-Umrundung	32	Zur Perle des Tannheimer Tals zwischen imposanten Bergen	
Anspruchsvolle Singletrail-Tour zwischen Bad Hindelang und dem Tannheimer Tal		10 Freeride-Tour zur Bad Kissinger Hütte	88
2 Auf den Hirschberg	38	Mit Seilbahnunterstützung zu einer anspruchsvollen Abfahrt	
Zu den Alpen und durch die Wälder im Norden von Bad Hindelang		11 Zur Gappenfaldalpe	94
3 Ins einsame Rettenschwanger Tal	44	Hoch hinaus zu den Almen und auf die Berge im Tannheimer Tal	
Von Bad Hindelang ins Naturschutzgebiet Allgäuer Hochalpen und zum Bikepark am Hochberg		12 Über die Krinnenalpe zur Gräner Ödenalpe	98
Tourenregion Oberstaufen und Immenstadt	51	Singletrail-Tour an den Hängen der Krinnenspitze	
4 Auf Alptour	52	13 Auf den Gipfel des Neunerköpfle	104
Über Wiesen und durch die Wälder von Oberstaufen nach Immenstadt und zurück		Konditionsstark und schnell auf den Berg im Skigebiet	
5 Die Hügeltour	58		
Auf einem Bergrücken von Oberstaufen nach Immenstadt			

Inhaltsverzeichnis

Tourenregion Kleinwalsertal	109	19 Unterhalb der Kanzelwand zum Kuhgehren-Trail	136
14 Aufs Fellhorn mit Abfahrt über die Riezler Alm	110	Schweißtreibende Auffahrt und flowigster Trail des gesamten Allgäus	
Technisch anspruchsvolle Singletrail-Abfahrt im Kleinwalsertal		20 Die Ifen-Umrandung	142
15 Panoramaberg Walmendinger Horn	116	Lange Rundtour um den schönsten Berg im Allgäu	
Zum Gipfel und auf anspruchsvollem Singletrail ins Tal		Tourenregion Nesselwang und Pfronten	149
16 Freeride-Einlage am Köpfle	122	21 Aufs Hundsarschjoch	150
Auf geheimnisvollem Pfad durch den dunklen Wald		... eigentlich nur um des Namens willen	
17 Der legendäre Stutzalpen-Trail	126	22 Auf den Breitenberg	154
Abfahrtsklassiker im Kleinwalsertal mit fahrtechnischen Herausforderungen		Mächtiger Berg mit steil abfallender Nordwand oberhalb von Pfronten	
18 Auf dem Panoramatrail zur Starzelalpe	130	Weitere Touren	161
Im Angesicht des Widdersteins zu einer Alpe und einem schwierigen Singletrail		23 Bonus-Tour durch die Oberstdorfer Täler	162
		Lange Tour ins Oytal, zu Dietersbach- und Traufbergalpe und ins Rappental	
		24 Extratour Bikebergsteigen	168
		Mit dem Bike einen Gipfel erklimmen	
		25 Der große Allgäu-Cross	172
		Mehrtagestour von Oberstaufen zum Schloss Neuschwanstein	
		Ausblick und Vision	189
		Register	190
		Impressum	192