

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>Albanien</b>	14	<b>Brandenburg</b>	102
①-Box Albanien	22	Spree-Radweg	105
Spezielle Gefahren (Thomas Longin)	24	<b>Hessen</b>	108
<b>Alpen</b>	25	<b>Mecklenburg-Vorpommern</b>	111
①-Box Alpen	26	Radweg Berlin-Kopenhagen	115
<i>Alpenstraßen-Tipps</i> (Andreas Hollmann)	27	<b>Niedersachsen</b>	116
Pässe, Touren, Routen	30	<b>Nordrhein-Westfalen</b>	121
Alpen Offroad	38	<b>Rheinland-Pfalz</b>	125
<i>Ausgewählte Alpenpässe und -touren</i> für Mountainbiker (Michael Kristl)	38	<b>Saarland</b>	128
<b>Baltikum</b>	42	<b>Sachsen</b>	130
Litauen	44	<b>Sachsen-Anhalt</b>	132
Lettland	46	Saale-Radweg	133
Estland	48	<b>Schleswig-Holstein</b>	134
①-Box Baltikum	50	<b>Thüringen</b>	137
<b>Belgien</b>	54	Radweg-Parade	140
<b>Routen &amp; Regionen</b>	54	①-Box Deutschland	148
①-Box Belgien	59	<b>Färöer</b>	154
<b>Bosnien-Herzegowina</b>	62	<b>Finnland</b>	155
①-Box Bosnien-Herzegowina	64	<b>Routen &amp; Regionen</b>	156
<b>Bulgarien</b>	66	Åland-Inseln	156
<b>Routen &amp; Regionen</b>	68	Küstenregionen	158
①-Box Bulgarien	71	Finnisch-Karelien / Karjala	160
Verschlungene Wege durchs Pirin-Gebirge (Ralf Farellmann)	74	Waldfinnland	161
<b>Dänemark</b>	75	Finnisch-Lappland	161
<b>Routen &amp; Regionen</b>	77	①-Box Finnland	164
Jütland / Jylland	80	Kiitos, Suomi! (Jörg Wellendorf)	170
Fünen / Fyn	81	<b>Frankreich</b>	175
Sjælland (Seeland), Møn, Falster, Lolland	81	<b>Routen &amp; Regionen</b>	178
Bornholm	82	Elsaß und Vogesen	178
Dänemark zum Anbeißen	83	Burgund	180
①-Box Dänemark	84	Massif Central – Auvergne und Cevennen	181
<b>Deutschland</b>	80	Provence, Côte d'Azur	183
<b>Routen &amp; Regionen</b>	89	<i>In den Schluchten des Vercors</i> (Thomas Schröder)	183
<b>Baden-Württemberg</b>	89	Französische Alpen	183
Neckartal-Radweg	90	Normandie	185
Bodensee-Radweg	93	<i>Paris-Brest-Paris 2003 – Europas</i> <i>Fahrrad-Super-Marathon</i> (Andreas von Heßberg und Waltraud Schulze)	192
<b>Bayern</b>	94	Loiretal	199
		Bretagne	199
		<i>Frankreichs wilder Westen –</i> <i>Per Rad durch die Bretagne</i> (Andreas Bugdolf)	202

Aquitaniens .....	204	• im Westen.....	292
Pyrenäen .....	206	• im Norden.....	293
Korsika .....	208	• im Osten.....	294
①-Box Frankreich .....	211	• im Süden .....	295
Berge vor Korsika (Herbert Lindenberg) .....	218	Sieben Stunden bis <i>Landmannarlaugar</i> (Georg Föcker) ....	296
<b>Griechenland</b> .....	222	Hochlandpisten .....	299
<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	223	Kreuzweg <i>Gaesavatnaleid</i> (Georg Föcker).....	302
Nordgriechenland .....	223	①-Box Island .....	306
Mittelgriechenland .....	226		
Peleponnes .....	228		
Griechische Inseln .....	229		
• Ionische Inseln .....	230	<b>Italien</b> .....	313
• Ägäische Inseln .....	231	<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	316
• Dodekanes .....	232	Südtirol / Dolomiten .....	316
• Kykladen .....	233	Oberitalienische Seen – Trentino, Lombardei, Piemont .....	319
• Kreta .....	234	Venetien, Emilia Romagna .....	321
Touren auf Kreta (Thomas Methe)....	235	Apennin .....	322
①-Box Griechenland .....	236	Übergänge über den nördlichen Apennin (Ulrich Lamm) .....	322
Denkzettel im Parnon (Uwe Meul) .....	239	Sentiero GEA .....	324
<b>Großbritannien</b>		Toskana .....	324
England – Wales – Schottland .....	242	Umbrien .....	327
<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	244	Südliches Italien .....	327
Südost-England .....	244	Eine Woche wie ein Tag – durch die Abruzzen (Andreas Bugdol) .....	328
Südwest-England .....	245	Sizilien .....	331
Mittelengland .....	246	Sardinien .....	334
Ostengland .....	247	①-Box Italien .....	336
Nördliches England .....	248	Einmal um Sardinien (Andreas Bugdol).....	340
Wales .....	251		
Schottland .....	252		
①-Box Großbritannien .....	255		
„End to End“ – ein 1000-Meilen Roadbook (Christoph Gocke) .....	261		
<b>Irland</b> Republik Irland / Nordirland	268	<b>Kosovo</b> .....	344
<b>Routen und Regionen</b> .....	270	①-Box Kosovo .....	346
Wicklow Mountains .....	270		
Ring of Kerry, Dingle .....	272		
Clare, West Mayo, Galway .....	272		
Donegal .....	274		
Irlands Inland .....	275	<b>Kroatien</b> .....	348
Nordirland .....	276	<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	349
①-Box Irland .....	278	Istrien .....	349
<i>Mein irisches Radel-Tagebuch</i> (Michael Kristl) .....	283	Dalmatien .....	350
<b>Island</b> .....	290	Nord-Kroatien .....	352
Routen & Regionen .....	292	①-Box Kroatien.....	353
Die Ringstraße .....	292		

<b>Mazedonien</b>	363	<b>Salzburger Land</b>	438
<b>Routen &amp; Regionen</b>	364	Tauernradweg	441
①-Box Mazedonien	365	Ennsradweg	441
<b>Montenegro</b>	366	<b>Steiermark</b>	443
<b>Routen &amp; Regionen</b>	367	Mur-Radweg	444
①-Box Montenegro	369	<b>Tirol</b>	445
<b>Niederlande</b>	371	Innradweg	449
<b>Routen &amp; Regionen</b>	372	<b>Vorarlberg</b>	451
Friesland und Groningen	372	①-Box Österreich	452
Drenthe	375	<b>Polen</b>	458
Overijssel	376	<b>Routen &amp; Regionen</b>	460
Noord- und Zuid-Holland	377	Nordwestliches Polen	
Twente Gelderland	377	(Ostseeküste, Pommern)	460
Flevoland und Utrecht	379	Nordöstliches Polen	
①-Box Niederlande	383	(Ostseeküste, Ermland, Masuren)	463
<b>Norwegen</b>	388	Südwestliches Polen	
<b>Routen &amp; Regionen</b>	389	(Großpolen, Schlesien)	467
Südnorwegen / Sørlandet	389	Südöstliches Polen (Kleinpolen,	
Rallarvegen	393	Weichsel)	469
Westnorwegen	395	Westkarpaten	471
Ostnorwegen / Østlandet	396	①-Box Polen	472
Mittelnorwegen / Trøndelag	397	<b>Portugal</b>	477
Nordnorwegen	397	<b>Routen &amp; Regionen</b>	478
①-Box Norwegen	401	Nord- und Mittelportugal	478
<b>Osteuropa (GUS)</b>		Südportugal	481
Weißenrussland (BY) – Ukraine (UA) –		Algarve	482
Moldawien (MD) – Russland		Madeira	485
(europäischer Teil / RUS)	407	Azoren	486
Weißenrussland (Belarus)	407	①-Box Portugal	490
Ukraine	408	<b>Rumänien</b>	494
Moldawien	410	<b>Routen &amp; Regionen</b>	496
Russland (europ. Teil)	410	①-Box Rumänien	499
<i>Drei Tage bis St. Petersburg</i>		<b>Schweden</b>	503
(Christoph Gocke)	417	<b>Routen &amp; Regionen</b>	506
<b>Österreich</b>	422	Schwedische Radfernwege	506
<b>Routen &amp; Regionen</b>	423	Südschweden / Götaland	507
Radfernwege im Überblick	423	Mittelschweden / Svealand	509
<b>Burgenland</b>	426	Nordschweden / Norrland	512
Neusiedler-See-Radweg	426	①-Box Schweden	516
<b>Kärnten</b>	428	E-Mails von Gotland (Helene Müller)	521
Drau-Radweg	430	<b>Schweiz</b>	523
<b>Niederösterreich</b>	431	<b>Routen &amp; Regionen</b>	524
Kamp-Thaya-March-Radweg (KTM)	433	Das Schweizer Veloroutennetz	524
<b>Oberösterreich</b>	434	Schweizer Jura	526
Donauradweg · Mühlviertel/Donautal	434	Mittelland	528
Salzkammergut-Radweg	437	Schweizer Alpen	530

Graubünden .....	532	<b>Tschechien</b> .....	620
Berner Oberland .....	534	<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	622
Wallis .....	534	Westböhmien .....	622
Tessin (Ticino) .....	536	Südböhmen .....	623
①-Box Schweiz.....	538	Mittelböhmien .....	625
<i>Velogeschichten aus den Bergen</i> (Andreas Hollmann).....	544	Nord- und Ostböhmien .....	626
<b>Serben</b> .....	549	Mähren .....	628
<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	550	①-Box Tschechien .....	629
Der Donau-Radweg durch Serben ..	550		
Gebirgstouren .....	553		
Serben als Transitland .....	553		
①-Box Serben .....	554		
<b>Slowakei</b> .....	556		
<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	557		
Westslowakei.....	557	<b>Ungarn</b> .....	635
Mittelslowakei .....	558	<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	636
Ostslowakei .....	561	Westliches Ungarn (Transdanubien) .....	636
①-Box Slowakei .....	563	Donauradweg .....	639
<b>Slowenien</b> .....	566	Nordungarische Mittelgebirge.....	641
<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	567	Große Tiefebene (Alföld) .....	642
Nordwestliches Slowenien (Julische Alpen) .....	567	①-Box Ungarn .....	644
Südliches Slowenien (Karst) .....	568		
Östliches Slowenien .....	569		
①-Box Slowenien .....	570		
<i>Tourenparadies Julische Alpen</i> (Andreas von Heßberg und Waltraud Schulze) .....	573	<b>Zypern</b> .....	648
<b>Spanien</b> .....	577	①-Box Zypern.....	651
<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	580		
Katalonien .....	580	<i>Die große Runde ums Mittelmeer</i> (Christoph Gocke) .....	652
Atlantisches Nordspanien (Baskenland, Kantabrien, Asturien, Galicien).....	580		
Jakobsweg (Camino de Santiago) ...	582		
Zentralspanien (Castilla-La Mancha, Extremadura) .....	584	<b>Anhang</b> .....	661
Südspanien / Andalusien .....	585	Abkürzungen im Buch.....	662
Zum Pico de Veleta (Georg Föcker) ..	588	Länderkürzel (internationale Kfz-Kennzeichen Europas) .....	662
Balearen .....	589	Allgemeine Radreise-Infos .....	663
Kanarische Inseln .....	594	Karten und Literatur (Verlage und Versender) .....	664
<i>El Hierro – Entscheidungen aus dem Bauch</i> (Renate Tarrach).....	605	EuroVelo · Europaradweg R1 .....	665
①-Box Spanien.....	607	Der Autor .....	666
<i>Auf der Suche nach den Vias Verdes</i> (Jan Cramer) .....	616	Danksagung .....	667
		Die Fotografen.....	667
		<b>Register A-Z</b> .....	686