

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>Albanien</b> .....	14	<b>Brandenburg</b> .....	102
①-Box Albanien .....	22	Spree-Radweg .....	105
<i>Spezielle Gefahren</i> (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
<i>Verschlungene Wege durchs</i> <i>Pirin-Gebirge</i> (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	<i>Kiitos, Suomi!</i> (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 Bugdol) .....	202

Aquitanien .....	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	<i>Kreuzweg Gaesavatnaleid</i> (Georg Föcker).....	302
Nordgriechenland .....	223	①-Box Island .....	306
Mittelgriechenland.....	226		
Peleponnes .....	228	<b>Italien</b> .....	313
Griechische Inseln.....	229	<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	316
• Ionische Inseln .....	230	Südtirol / Dolomiten .....	316
• Ägäische Inseln .....	231	Oberitalienische Seen – Trentino, Lombardei, Piemont .....	319
• Dodekanes .....	232	Venetien, Emilia Romagna .....	321
• Kykladen.....	233	Apennin .....	322
• Kreta .....	234	<i>Übergänge über den nördlichen</i> Apennin (Ulrich Lamm) .....	322
<i>Touren auf Kreta</i> (Thomas Methe).....	235	Sentiero GEA.....	324
①-Box Griechenland .....	236	Toskana .....	324
<i>Denkzettel im Parnon</i> (Uwe Meul).....	239	Umbrien.....	327
<b>Großbritannien</b>		Südliches Italien .....	327
England – Wales – Schottland .....	242	<i>Eine Woche wie ein Tag – durch</i> die Abruzzen (Andreas Bugdol) .....	328
<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	244	Sizilien .....	331
Südost-England .....	244	Sardinien .....	334
Südwest-England .....	245	①-Box Italien .....	336
Mittelengland.....	246	<i>Einmal um Sardinien</i> (Andreas Bugdol).....	340
Ostengland .....	247		
Nördliches England .....	248	<b>Kosovo</b> .....	344
Wales.....	251	①-Box Kosovo .....	346
Schottland .....	252		
①-Box Großbritannien .....	255	<b>Kroatien</b> .....	348
„End to End“ – ein 1000-Meilen Roadbook (Christoph Gocke) .....	261	<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	349
<b>Irland</b> Republik Irland / Nordirland	268	Istrien.....	349
<b>Routen und Regionen</b> .....	270	Dalmatien .....	350
Wicklow Mountains.....	270	Nord-Kroatien .....	352
Ring of Kerry, Dingle .....	272	①-Box Kroatien.....	353
Clare, West Mayo, Galway .....	272		
Donegal .....	274	<b>Luxemburg</b> .....	356
Irlands Inland.....	275	<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	357
Nordirland .....	276	①-Box Luxemburg .....	358
①-Box Irland .....	278		
<i>Mein irisches Radel-Tagebuch</i> (Michael Kristl).....	283	<b>Malta</b> .....	360
<b>Island</b> .....	290	①-Box Malta .....	361
Routen & Regionen .....	292	<i>Von Liechtenstein bis Andorra</i> (Christoph Gocke) .....	361
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		
Overijssel .....	376	<b>Polen</b> .....	458
Noord- und Zuid-Holland .....	377	<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	460
Twente Gelderland .....	377	Nordwestliches Polen	
Flevoland und Utrecht.....	379	(Ostseeküste, Pommern) .....	460
①-Box Niederlande.....	383	Nordöstliches Polen	
<b>Norwegen</b> .....	388	(Ostseeküste, Ermland, Masuren) .....	463
<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	389	Südwestliches Polen	
Südnorwegen / Sørlandet .....	389	(Großpolen, Schlesien) .....	467
Rallarvegen .....	393	Südöstliches Polen (Kleinpolen,	
Westnorwegen.....	395	Weichsel) .....	469
Ostnorwegen / Østlandet .....	396	Westkarpaten .....	471
Mittelnorwegen / Trøndelag .....	397	①-Box Polen .....	472
Nordnorwegen.....	397		
①-Box Norwegen .....	401	<b>Portugal</b> .....	477
<b>Osteuropa (GUS)</b>		<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	478
Weißenrussland (BY) – Ukraine (UA) –		Nord- und Mittelportugal .....	478
Moldawien (MD) – Russland		Südportugal .....	481
(europäischer Teil / RUS).....	407	Algarve .....	482
Weißenrussland (Belarus) .....	407	Madeira .....	485
Ukraine .....	408	Azoren .....	486
Moldawien .....	410	①-Box Portugal .....	490
Russland (europ. Teil) .....	410		
<i>Drei Tage bis St. Petersburg</i>		<b>Rumänien</b> .....	494
(Christoph Gocke) .....	417	<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	496
<b>Österreich</b> .....	422	①-Box Rumänien .....	499
<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	423		
Radfernwege im Überblick .....	423	<b>Schweden</b> .....	503
<b>Burgenland</b> .....	426	<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	506
Neusiedler-See-Radweg .....	426	Schwedische Radfernwege .....	506
<b>Kärnten</b> .....	428	Südschweden / Götaland .....	507
Drau-Radweg .....	430	Mittelschweden / Svealand .....	509
<b>Niederösterreich</b> .....	431	Nordschweden / Norrland .....	512
Kamp-Thaya-March-Radweg (KTM) ..	433	①-Box Schweden .....	516
<b>Oberösterreich</b> .....	434	E-Mails von Gotland (Helene Müller) ..	521
Donauradweg · Mühlviertel/Donautal	434		
Salzkammergut-Radweg.....	437	<b>Schweiz</b> .....	523
		<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	524
		Das Schweizer Veloroutennetz .....	524
		Schweizer Jura .....	526
		Mittelland .....	528
		Schweizer Alpen .....	530

Graubünden .....	532	<b>Tschechien</b> .....	620
Berner Oberland .....	534	<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	622
Wallis .....	534	Westböhmen .....	622
Tessin (Ticino) .....	536	Südböhmen .....	623
①-Box Schweiz .....	538	Mittelböhmen .....	625
<i>Velogeschichten aus den Bergen</i> (Andreas Hollmann) .....	544	Nord- und Ostböhmen .....	626
<b>Serbien</b> .....	549	Mähren .....	628
<b>Routen &amp; Regionen</b> .....	550	①-Box Tschechien .....	629
Der Donau-Radweg durch Serbien ..	550		
Gebirgstouren .....	553		
Serbien als Transitland .....	553		
①-Box Serbien .....	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	<i>Die große Runde ums Mittelmeer</i> (Christoph Gocke) .....	652
Katalonien .....	580		
Atlantisches Nordspanien (Baskenland, Kantabrien, Asturien, Galicien) .....	580		
Jakobsweg (Camino de Santiago) ..	582	<b>Anhang</b> .....	661
Zentralspanien (Castilla-La Mancha, Extremadura) .....	584	Abkürzungen im Buch .....	662
Südspanien / Andalusien .....	585	Länderkürzel (internationale Kfz-Kennzeichen Europas) .....	662
Zum Pico de Veleta (Georg Föcker) ..	588	Allgemeine Radreise-Infos .....	663
Balearen .....	589	Karten und Literatur (Verlage und Versender) .....	664
Kanarische Inseln .....	594	EuroVelo - Europaradweg R1 .....	665
<i>El Hierro - Entscheidungen aus dem Bauch</i> (Renate Tarrach) .....	605	Der Autor .....	666
①-Box Spanien .....	607	Danksagung .....	667
<i>Auf der Suche nach den Vias Verdes</i> (Jan Cramer) .....	616	Die Fotografen .....	667