

INHALT

VORWORT	7
LAND UND LEUTE	9
Das Gebiet	9
Lage und Verkehrsanbindung	9
Charakter	10
Küche	10
ZUM PRIESTEREgg	12
AUFWÄRMEN ÜBER DEN SONNBERG Start Asitzbahn Leogang	
Hm 320 Km 14 Zeit 1:30 HP 1028 SP 820	
TOUR 2 ROSSWALD-RUNDE	16
LECKERER EINSTIEG, LECKERE PAUSE Start Hinterglemm	
Hm 530 Km 15 Zeit 1:30 HP 1569 SP 1040	
TOUR 3 TRAILRUNDE ÜBERS WETTERKREUZ	20
WENIG ARBEIT FÜR VIEL SPASS Start Hinterglemm	
Hm 670 Km 18 Zeit 2:00 HP 1679 SP 1040	
TOUR 4 ALMEN-DUETT:	
VON DER SINNLEHEN- ZUR HUGGENBERGALM ...	24
ÖKO-START UND TRAIL-ABSCHLUSS Start Asitzbahn Leogang	
Hm 720 Km 29 Zeit 3:00 HP 1310 SP 820	
TOUR 5 BRUCKER HAUSBERG	28
ÜBER DIE JUDENDORFER ALM Start Bruck	
Hm 750 Km 23 Zeit 2:30 HP 1480 SP 754	
TOUR 6 ÜBER ALLE HUBER-ALMEN	32
VON DER GRUND- ZUR HOCHALM Start Hinterglemm	
Hm 800 Km 19 Zeit 2:00 HP 1749 SP 1040	
TOUR 7 ZUR ERLHOFPLATTE	36
JEDE MENGE GIPFEL SEHEN Start Bruck	
Hm 810 Km 29 Zeit 3:00 HP 1510 SP 754	
TOUR 8 PANORAMA VON DER ALM	42
SERPENTINEN-BESCHWÖRUNG MIT HOHEN AUSBLICKEN	
Start Hinterglemm	
Hm 850 Km 28 Zeit 3:00 HP 1650 SP 1040	
TOUR 9 ÜBER DIE FRANZALM ZUM BIBERG	46
NEUE ANNÄHERUNG AN ALTES ZIEL Start Leogang	
Hm 900 Km 29 Zeit 3:00 HP 1443 SP 820	

TOUR 10	VOM ABERG ZUM SONNBERG	51
	AUF DIE HARTE TOUR Start Maria Alm	
	Hm 950 Km 22 Zeit 2:30 HP 1420 SP 800	
TOUR 11	ZWÖLFERKOGEL-TERMINATOR	56
	AUF DIE NOCH HÄRTERE TOUR Start Hinterglemm	
	Hm 970 Km 20 Zeit 2:30 HP 1990 SP 1040	
TOUR 12	SCHWARZLEO VERKEHRT	60
	LANGE AUFFAHRT, LANGE ABFAHRT Start Asitzbahn Leogang	
	Hm 1000 Km 34 Zeit 3:30 HP 1450 SP 820	
TOUR 13	GLOCKNERBLICK UND MAISKOGEL	66
	HIN UND HER AUF ZWEI TOUREN Start Bruck	
	Hm 1015 Km 33 Zeit 3:30 HP 1540 SP 754	
TOUR 14	AUF UND ÖBER DIE LOFERER ALM	70
	BAHN ODER NICHT BAHN I Start Lofer	
	Hm 1080 Km 28 Zeit 3:00 HP 1490 SP 626	
TOUR 15	BÄRIGE BACH-RUNDE	74
	BAHN ODER NICHT BAHN II Start Hinterglemm	
	Hm 1200 Km 23 Zeit 2:30 HP 2095 SP 1040	
TOUR 16	VON LOFER ZUR LITZLAIM	80
	ZWEI MAL AUF UND AB Start Lofer	
	Hm 1250 Km 44 Zeit 4:30 HP 1327 SP 626	
TOUR 17	VON MAISHOFEN ÖBER DIE SCHÜTZINGALM	86
	GRENZWERTIGE HAMMERTRAIL-RUNDE Start Maishofen	
	Hm 1280 Km 32 Zeit 3:30 HP 1919 SP 768	
TOUR 18	LOCHALM-TOUR	92
	TRAUMTRAILS FÜR FORTGESCHRITTENE Start Hinterglemm	
	Hm 1350 Km 46 Zeit 5:00 HP 1900 SP 1040	
TOUR 19	AUF DEN HUNDSTEIN VON BRUCK	98
	DER KLASSEKER Start Bruck	
	Hm 1540 Km 51 Zeit 6:00 HP 2117 SP 754	
TOUR 20	TIROLER RUNDE	104
	WEITER AUSFLUG ZU DEN NACHBARN Start Hinterglemm	
	Hm 1620 Km 68 Zeit 7:00 HP 1867 SP 1040	
	ALLGEMEINE INFOS	110
	ORTSREGISTER	116
	TOUREN NACH STARTORT	118