

Inhaltsverzeichnis

Dolomiten

Einleitung Dolomiten

Historie

Touren in den Dolomiten

1 Cortina d'Ampezzo

- 1.1 Auf die Averau
4 h 36 km (3)
- 1.2 Cinque Torri Freeride-Tour
6,5 h 29,3/54,3 km (2)
- 1.3 Auf die Plätzwiese
6 h 76,2 km (3)

2 St. Vigil

- 2.1 Von St. Vigil zum Pragser Wildsee
5,5 h 51 km (4)
- 2.2 Auf den Pfaffenberg
3,5 h 31,1 km (1)
- 2.3 Durch den Naturpark Fanes-Sennes-Prags
6 h 52,9 km (4)
- 2.4 Zu den Armentara-Wiesen
3 h 14,4 km (1)

3 Sextener Dolomiten

- 3.1 Durch das Sextener Tal zur Dreischusterhütte
3,5 h 31 km (2)
- 3.2 Von Sexten ins Fischleintal
3 h 26,4 km (2)
- 3.3 Abenteuer Stonemantrail
- 3.3.1 Der Stonemantrail mit Start in Sillian
5 h 35 km tägl. (2) - (3)
- 3.3.2 Der Stonemantrail mit Start in Sexten
5 h 40 km tägl. (3) - (5)

6	4 Pustertal	58
8	4.1 Von Toblach	
12	an den Misurina See	62
	5 h 64 km (3)	
18	4.2 Durch das Ahrntal zur Burg Taufers	65
	6 h 53 km (3)	
20	4.3 Auf dem Reiner Höhenweg	
24	zur Lobisa Schupfn	68
	4,5/6,5 h 41,1/75,1 km (3)	
26	4.4 Talrunde auf dem Pustertaler Radweg	
	6 h 72,7 km (2)	71
28	5 Brixen	74
	5.1 Auf den Stoanamandl	76
	5 h 46,3 km (3)	
30	5.2 Rund um den Peitlerkofel	79
33	6 h 58,5 km (4)	
36	5.3 Zum Schloss Rodeneck	82
	3,5 h 40,5 km (2)	
39	5.4 Tour zur Radlseehtüttn	84
	5 h 30,8 km (4)	
42	6 Grödnertal	86
	6.1 Unter den Felsspitzen	
	der Geislergruppe	89
	4 h 31,6 km (3)	
44	6.2 Hüttentour auf der Seiser Alm	93
46	4,5 h 42,8 km (2)	
49	6.3 Sella Ronda im Uhrzeigersinn	96
	4 h 53,9 km (3)	
52	7 Rosengarten Latemar	100
	7.1 Über den Niglerpass zum Karersee	104
	4 h 34,4 km (3)	
54	7.2 Von Leifers nach Maria Weißenstein	107
	4 h 35,3 km (2)	
56	7.3 Zur Sternwarte Steinegg	110
	3,5 h 23,6 km (1)	
	7.4 Latemar-Umrundung	113
	6 h 39,6 km (4)	

Inhaltsverzeichnis

Südtirol

Einleitung Südtirol

Historie

Touren in Südtirol

8 Tramin

8.1 Zu den Montiggler Seen

4,5 h 36,5 km (3)

8.2 Eislöcher-Runde über den

Kalterer Höhenweg

4,5 h 37,3 km (3)

8.3 Königsetappe auf den Traminer

Hausberg

5,5 h 23,7 km (4)

8.4 Zu den Rossezähnen

3,5 h 17,6 km (3)

9 Meran

9.1 Auf den Tschöglberg

4 h 34,6 km (3)

9.2 Die Schenna-Hirzer-Runde

4 h 25,1 km (3)

9.3 Durch das Passeiertal

auf die Pfandler Alm

4,5 h 45,1 km (2)

9.4 Zum Knottnkino

5 h 33,5 km (3)

10 Latsch

10.1 Latsch-Umrundung

2 h 19,5 km (3)

10.2 St.-Martin-Tour mit Tschillitrail

3,5 h 22,8 km (3)

10.3 Gölflaner Marmorbruch

6 h 41,8 km (4)

116

118

120

124

126

130

133

136

139

142

147

149

151

153

156

158

161

163

Mehrtagestour Vinschgau-Transalp 166

11.1 Vinschgau Transalp Light:

Mals-Neumarkt

168

Etappe 1:

Von Mals nach Meran

5 h 60,5 km (1)

Etappe 2:

Von Meran nach Tramin

6 h 58 km (1)

Etappe 3:

Halbtagestour von Tramin

zur Kanzel

4,5 h 38 km (2)

11.2 Vinschgau Transalp Medium:

Mals-Tramin

176

Etappe 1:

Von Mals über die Uina-Schlucht

nach Glurns

8,5 h 67 km (5)

Etappe 2:

Von Glurns über die Naturner Alm

nach Meran

8,5 h 83 km (4)

Etappe 3:

Von Meran über die Montiggler Seen

nach Tramin

5 h 48,3 km (2)

Etappe 4:

Von Tramin auf das Trudner Horn

5 h 53 km (3)

Register

189

Impressum

192