

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	3
Die Etappen	10
Etappe 1: Vom Tegernsee durch die bayrischen Voralpen ins Zillertal – über die grüne Grenze nach Tirol	12
Etappe 2: Vom Zillertal übers Pfitscher Joch nach Sterzing – über den Alpenhauptkamm nach Italien	20
Etappe 3: Von Sterzing über den Jaufenkamm nach Meran – auf die Sonnenseite der Alpen	28
Etappe 4: Von Meran ins Trentino – über das Brezner Joch oder Rabbijoch ins Val di Sole	36
Etappe 5: Unterwegs im Reich des Bären – von Dimaro durch die Brenta nach Lomaso	44
Etappe 6: Ein traumhaftes Finale – von Lomaso an den Lago di Garda	52
Anhang	58
Bike-Check	60
Erste-Hilfe-Guide	61
Packlisten	62
Impressum	64