

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort	9
Einleitung	
<b>Die Ammergauer Alpen</b>	
Wo Touristenattraktionen und Bergeinsamkeit warten...	10
<b>Die Lechtaler Alpen</b>	
Wilder Fluss und wilde Berge...	14
<b>Die Singletrail-Skala</b>	
Hart, aber herzlich...	17
<b>Die Ausrüstung</b>	
Alles, was der Biker braucht...	21
<b>Das Training</b>	
Ohne Fleiß kein Preis...	24
Ammergauer Alpen	28
<b>1 Durch den romantischen Pfaffenwinkel</b>	30
Eine entspannte Feierabendrunde 340 Hm 25 km 1½–2 Std.	
<b>2 Hinauf zur Kenzenhütte</b>	36
Mal schnell ab in die Berge 500 Hm 23,4 km 2 Std.	
<b>3 Hörnle-Umrundung</b>	40
Einmal rundherum mit viel Bergauf- Bergab 850 Hm 35,5 km 3–4 Std.	
<b>4 Die Trauchgauer Querung</b>	46
Eine Biketour mit vier Gipfeln 1200 Hm 37,4 km 4–5 Std.	
<b>5 Über die Enningalm</b>	52
Konditionstour im Südosten der Ammergauer Alpen 1053 Hm 40,1 km 4–5 Std.	
<b>6 Die große Königsrunde</b>	58
Auf den Spuren von König Ludwig II. 1160 Hm 72,6 km 4–7 Std. (je nach Sightseeing)	
<b>7 Die Daniel-Umrundung</b>	66
Einmal um den höchsten Berg der Ammergauer 1630 Hm 62 km 5–7 Std.	
<b>8 Über den Hochwildfeuerberg</b>	72
Enduro-Singletrails mit hohem Spaß- charakter 750 Hm 19,1 km 2 Std.	

<b>13</b>	<b>Die Siglseen</b>	106
	Traumtour ins Schwarzwassertal	
	990 Hm 29,6 km 3 Std.	
<b>14</b>	<b>Zur Raazer Alpe</b>	112
	Steile Rampen und flowige Trails	
	1170 Hm 26,9   24,8 km 3 Std.	
<b>15</b>	<b>Die Thaneller-Umrundung</b>	118
	Vom Rotlech zum Alpkopf	
	1345 Hm 31,6   34,4   33,9 km 4 Std.	
<b>16</b>	<b>Die Reutter Runde</b>	124
	Von Burgen und Seen	
	1090 Hm 29,1 km 3 Std.	
<b>17</b>	<b>Der Lechtaler Alpencross</b>	130
	Fast schon in Italien	
	2600 Hm 74,3 km 9 Std.	
<b>9</b>	<b>Ein Berg, zwei Trails – der Pürschling</b>	78
	Singletrails mit unterschiedlichen Ansprüchen	
	700   750 Hm 11,5   29 km 2   3 Std.	
<b>10</b>	<b>Auf das Kienjoch</b>	84
	Ein alter Reitweg König Ludwigs II.	
	990 Hm 17,7 km 2½– 4 Std.	
<b>11</b>	<b>Die große Ammergauer Runde</b>	88
	Einmal um die Ammergauer Alpenwelt	
	3500 Hm 165 km 2–3 Tage	
	Lechtaler Alpen	98
<b>12</b>	<b>Die Lechrunde</b>	100
	Entlang dem Lech an seinem letzten unverbaute Abschnitt	
	192   414 Hm 26,9   31,3 km 2   3 Std.	

<b>18</b>	<b>Bernhardseck – Rampenspaß und Trailgaudi</b>	138	<b>21</b>	<b>Der Spullersee</b>	156
	Enduro oder kehrenreicher Genuss			Zu den Quellen des Lech	
	1340 Hm 22,6 km 4 Std.			970 Hm 26,1 km 4 Std.	
<b>19</b>	<b>Pistensurfen nach Bürstegg</b>	144	<b>22</b>	<b>Der große Lechtaler Alpencross</b>	162
	Schwungvolle Pisten und Trails			In fünf Tagen von Zug nach Reutte	
	zur Walsersiedlung Bürstegg			7300 Hm 204 km 26 Std.	
	1170 Hm 22 km 3 Std.			Register	189
<b>20</b>	<b>Die Grubigalmabfahrt</b>	150		Impressum	192
	Manifest eines perfekten Trails				
	1058 Hm 20,5 km 3 Std.				