

Vorwort	10	8 Via Alpe Adria	90
Der Traum vom Alpencross		Von Mittenwald nach Makarska	
1 Via Claudia Augusta	12	– via Dolomiten, Slowenien,	
Von Füssen via Reschenpass		Kvarner Bucht und Velebit	
zum Gardasee		<i>Special:</i> Google Earth –	100
<i>Special:</i> Alpenüberquerungen –	22	das Auge auf die Erde	
ein Streifzug durch die Geschichte		9 Haute Route	102
2 Alpencross auf		Von Chamonix via Theodulpass	
Fernradwegen	24	nach Zermatt	
Von München via Brenner und		<i>Special:</i> Im Rausch der Riesen	110
Dolomiten nach Venedig		– die höchsten Alpenpässe für	
<i>Special:</i> Radfernwege –	32	Mountainbiker	
Radfernweg, Fernradweg, Velo-Route...		10 Grande Traversata	
3 Die »Heckmair-Route«	34	delle Alpi	112
Von Oberstdorf via Scalettapass		Von Martigny via Mont Blanc	
zum Gardasee		nach Ventimiglia	
<i>Special:</i> Andi Heckmair –	42	<i>Special:</i> GTA –	122
der Alpencross-Pionier		la Grande Traversata delle Alpi	
4 Die »Joe-Route«	44	11 Die »Bahnentour«	124
Von Oberstdorf via Stilfser Joch		Von Oberstdorf via Stilfser Joch	
zum Gardasee		zum Gardasee	
<i>Special:</i> Serac Joe –	52	<i>Special:</i> Bergradeln mit	
der Alpencross-Guru		Aufstiegshilfen –	132
5 Der Yeti-Trek	54	mehr bergab als bergauf	
Von Mittenwald via Eisjöchl		EXTRA: Alles, was man über Alpencross	
zum Gardasee		wissen muss	134
<i>Special:</i> »Transalp Challenge« –	62	Ausrüstung	136
das Etappenrennen für Zweiertteams		Vorbereitung	146
über die Alpen		Mit oder ohne Guide?	156
6 Dynamite Trails	64	Auf Papier oder digital?	158
Vom Tegernsee via Pfitscher Joch		Checklisten Ausrüstung	160
zum Gardasee		Register	162
<i>Special:</i> »Dynamite Trails« –	74	Impressum	164
alte Militärstraßen in den Alpen		Mit CD:	
7 Via Alpina	76	<i>GPS-Tracks, detaillierte Roadbooks,</i>	
Von Berchtesgaden längs über die Alpen		<i>Karten und Höhenprofile zum</i>	
nach Martigny		<i>Ausdrucken</i>	
<i>Special:</i> Via Alpina –	88		
Ostalpen versus Westalpen			