

INHALT

Vorwort	9
Bikepacking	10
Vorbereitung & Ausrüstung	18

DIE TOUREN

Garmisch – Gardasee

1 Auf den Spuren der Römer durch die Alpen	30
Leichte Variante durch das Tiroler Oberland, den Vinschgau und entlang der Südtiroler Weinstraße	
2 Malerische Almen und fordernde Pässe	46
Die mittelschwere Tour zwischen Zugspitze und Karwendel, Timmelsjoch und Meran, Sarntaler Alpen und Brenta-Dolomiten	
3 Unsere westlichste Route zum Gardasee	62
Eine schwere Tour über Inntal, Reschenpass, Val Müstair, Umbrailpass, Gaviapass, Tonalepass, Dolomiti di Brenta und Lago di Tenno	
4 Die östlichste und anspruchsvollste Route zum Gardasee	80
Karwendel, Zillertal, Eisacktal, Lüsner Alm, Gröden, Seiser Alm, Val di Fassa, Val di Fiemme, Dolomiti Lagorai, Valsugana, Alpe Cimbra, Pasubio, Vallarsa	

Garmisch – Comer See

5 Den Inn entgegen über die Alpen	100
Leichte Tour von Oberbayern ins Tiroler Oberinntal, durchs Engadin und Bergell ins Veltlin	
6 Auf Schmugglerwegen durch die Alpen	116
Zwei Räder, vier Länder, zwei Nationalparks – ein Abenteuer auf einer mittelschweren Route	

Alpe-Adria

- 7 Der Klassiker von Salzburg nach Grado neu interpretiert** 134
Über Berchtesgaden, ins Saalachtal, nach Zell am See, an die Salzach, nach Bad Gastein, durch die Hohen Tauern nach Kärnten, ins Friaul und an die Adria
- 8 Vom Chiemgau nach Triest** 150
Eine mittelschwere Tour über Ruhpolding ins Saalachtal, nach Zell am See, ins Gasteinertal und durch die Hohen Tauern nach Kärnten, an die Soča in Slowenien und durch den Triester Karst an die Adria
- 9 Außergewöhnliche Wege von Salzburg an die Adria** 168
Eine schwere Tour über die Postalm, die Nockberge, zu den Kärntner Badeseen, abgeschiedene Pässe am Karnischen Hauptkamm, einsame Kammwege und tiefe Schluchten in den Julischen Alpen, an die Soča und durch den Triester Karst

Packliste 186

Register 187

Impressum 192