

Albanien	14	Schwarzwald	92
①-Box Albanien	21	Neckartal-Radweg	94
Spezielle Gefahren (Thomas Longin).....	23	Schwäbische Alb	95
„Tradizionale“ (Martin Pfaffenzeller).....	24	Oberschwaben • Bodensee	95
Welcome to Albania! (Florian Welzel)	25	Bodensee-Radweg	96
		Weitere Tourentipps Baden-Württ.	97
Alpen	28	Bayern	97
Box Alpen	29	Franken	97
Alpenstraßen-Tipps (Andreas Hollmann)	30	Ostbayern (Oberpfalz / Niederbayern) ..	99
Pässe, Touren, Routen	32	Bayerischer Wald	100
Alpen Offroad.....	43	Südliches Niederbayern	101
Ausgewählte Alpenpässe und -touren		Ällgäu / Bayerisch-Schwaben	101
für Mountainbiker (Michael Kristl)	43	Oberbayern	102
		Via Claudia August (VCA)	103
Baltikum	47	Bayerische Alpen	104
Litauen	49	Brandenburg	105
Lettland	51	Berlin	105
Estland	52	Prignitz • Nordöstliches Brandenburg ...	106
Box Baltikum	55	Spreewald	107
		Spree-Radweg	108
Belgien	58	Berlin-Usedom-Radweg	108
Routen & Regionen	60	Fläming	109
Box Belgien	63	Weitere Tourentipps Brandenburg	109
		Hessen	111
Bosnien-Herzegowina	65	Taunus • Rhein-Main-Gebiet	113
Box Bosnien-Herzegowina	68	Rhön	114
		Mecklenburg-Vorpommern	115
Bulgarien	69	Ostseeküste	115
Routen & Regionen	70	Rügen	117
Box Bulgarien.....	74	Usedom, Oderhaff	118
Verslungene Wege durchs		Mecklenburgische Seenplatte	118
Pirin-Gebirge (Ralf Farellmann).....	77	Radweg Berlin-Kopenhagen.....	119
		Niedersachsen	120
Dänemark	78	Ostfriesische Inseln	122
Routen & Regionen	80	Weser-Ems-Gebiet	122
Jütland / Jylland	83	Lüneburger Heide, Wendland, Elbe ...	123
Fünen / Fyn	84	Osnabrücker Land, Weserbergland,	
Sjælland (Seeland), Møn, Falster,		Harzvorland, Harz	124
Lolland	84	Nordrhein-Westfalen	126
Bornholm	85	Sauserland	127
Dänemark zum Anbeißen	86	Region Nordrhein	128
Box Dänemark	87	Tourentipp Ruhrgebiet	128
		Rheinland-Pfalz	128
Deutschland	90	Eifel und Ahrtal	129
Routen & Regionen	91	Mosel	130
Baden-Württemberg.....	92	Hunsrück • Pfälzer Wald	131
		Deutsche Weinstraße • Mittelrhein	132

Saarland	133	Massif Central – Auvergne und	
Tourentipps Saarland	134	Cevennen	184
Sachsen	135	<i>In den Schluchten des Vercors</i>	
Radfernwege	135	(Thomas Schroeder)	186
Erzgebirge	135	Provence, Côte d'Azur	189
Oberlausitz	136	Französische Alpen	192
Weitere Tourentipps Sachsen	137	Normandie	194
Sachsen-Anhalt	137	Loiretal	195
Altmark · Mittlere Elbe	138	Bretagne	196
Saale-Radweg	138	<i>Frankreichs wilder Westen – Per Rad</i>	
Schleswig-Holstein	139	<i>durch die Bretagne</i> (Andreas Bugdoll) ..	199
Nordseeküste	140	Aquitanien	201
Nordfriesische Inseln	140	Pyrenäen	202
Flüsse und Kanäle	141	Korsika	205
Holsteinische Schweiz –		Box Frankreich	208
Ostholsteinische Seenplatte	142		
Thüringen	143	Griechenland	214
Thüringer Becken	143	Routen & Regionen	215
Thüringer Wald,		Nordgriechenland	215
Thüringer Schiefergebirge	144	Mittelgriechenland	218
Weitere Tourentipps für Thüringen ...	145	Peleponnes	220
Radweg-Parade	146	Griechische Inseln	221
Altmühltal-Radweg	146	• Ionische Inseln	221
Donau-Radweg (deutscher Teil)	148	• Ägäische Inseln	222
Elbe-Radweg	149	• Dodekanes	223
Main-Radweg	150	• Kykladen	224
Oder-Neiße-Radweg	151	• Kreta	225
Ostseeküsten-Radweg	152	<i>Kreta-Treter</i> (Thomas Metje)	226
Radweg Romantische Straße		BoxGriechenland	227
(Radfernweg D9)	152		
Weser-Radweg	153	Großbritannien	230
Box Deutschland	154	Routen & Regionen	232
		England	232
Färöer	159	Südost-England	232
<i>Auf dem Gipfel</i>		Südwest-England	233
(Carmen Hasenknopf)	160	Mittelengland	234
		Ostengland	235
Finnland	161	Nördliches England	236
Routen & Regionen	162	Wales	238
Åland-Inseln	162	Schottland	239
Küstenregionen	164	①-Box Großbritannien	243
Finnisch-Karelien / Karjala	166	<i>„End to End“ – ein 1000-Meilen Roadbook</i>	
Waldfinnland	166	(Christoph Gocke)	248
Finnisch-Lappland	167	<i>Der wilde Norden Schottlands</i>	
Box Finnland	169	(Andreas Bugdoll)	253
<i>Kiitos, Suomi!</i> (Jörg Wellendorf)	173		
Frankreich	178	Irland Republik Irland / Nordirland ..	257
Routen & Regionen	179	Routen und Regionen	258
Elsaß und Vogesen	179	Republik Irland	258
Burgund	183	Wicklow Mountains	258
		Ring of Kerry, Dingle	258

Clare, West Mayo, Galway	261	Box Kroatien	336
Donegal	262	<i>Geburtstag in Kroatien</i> (Florian Welzel) ..	338
Irlands Inland	264	Luxemburg	341
Nordirland	264	Routen & Regionen	342
Tourentipps für Nordirland	265	Box Luxemburg	343
<i>Irland im Winter</i> (Sebastian Johannsen) ..	266	Malta	345
Box Irland	269	Box Malta	346
<i>Mein irisches Radel-Tagebuch</i> (Michael Kristl)	273	Montenegro	347
Island	279	Routen & Regionen	348
Routen & Regionen	280	Küste und Hochkarst	348
Die Ringstraße	280	Die Tiefebene	349
• im Westen	282	Nordmontenegro	349
• im Norden	282	Ⓛ-Box Montenegro	351
• im Osten	283	Niederlande	352
• im Süden	283	Routen & Regionen	354
<i>Sieben Stunden bis</i> <i>Landmannarlaugar</i> (Georg Föcker)	285	Friesland und Groningen	354
Hochlandpisten	288	Drenthe · Overijssel	356
<i>Kreuzweg Gaesavatnaleid</i> (Georg Föcker) ..	290	Twente Gelderland	357
Box Island	293	Noord- und Zuid-Holland	358
Italien	298	Flevoland und Utrecht	359
Routen & Regionen	299	Zeeland	360
Südtirol / Dolomiten	299	Noord-Brabant	361
Oberitalienische Seen –		Limburg	362
Trentino, Lombardei, Piemont	304	Box Niederlande	363
Venetien, Emilia Romagna	306	Nordmazedonien	367
Apennin	307	Routen & Regionen	368
<i>Übergänge über den nördlichen</i> <i>Apennin</i> (Ulrich Lamm)	308	Box Nordmazedonien	370
Sentiero GEA	309	<i>Unbekanntes Mazedonien</i> (Florian Welzel)	371
Toskana	310	Norwegen	373
Umbrien	312	Routen & Regionen	376
Südliches Italien	313	Südnorwegen / Sørlandet	376
<i>Eine Woche wie ein Tag – durch</i> <i>die Abruzzen</i> (Andreas Bugdoll)	314	Rallarvegen	379
Sizilien	316	Westnorwegen	380
Sardinien	318	Ostnorwegen / Østlandet	381
Box Italien	320	Mittelnorwegen / Trøndelag	382
<i>Einmal um Sardinien</i> (Andreas Bugdoll) ..	324	Nordnorwegen	383
Kosovo	327	Box Norwegen	386
Box Kosovo	329	Osteuropa	
Kroatien	330	Belarus (BY) – Ukraine (UA) –	
Routen & Regionen	331	Moldawien (MD) – Russland	
Istrien	331	(europäischer Teil / RUS)	392
Dalmatien	333	Belarus (Weißrussland)	394
Nord-Kroatien	335	Ukraine	394

Moldawien.....	395	Südöstliches Polen	
Russland (europ. Teil)	395	(Kleinpole, Weichsel).....	452
Box Osteuropa	397	Westkarpaten • Green Velo	455
<i>Drei Tage bis St. Petersburg</i>		Box Polen	456
(Christoph Gocke)	400	<i>Rundbrief aus Istanbul: 25 Jahre nach dem</i>	
Österreich	404	<i>Fall der Mauer</i> (Herbert Lindenberg)	460
Routen & Regionen	405	Portugal	464
Radfernwege im Überblick	405	Routen & Regionen	466
Burgenland	408	Nord- und Mittelpotugal	466
Nördliches Burgenland	408	Südpotugal	468
Neusiedler-See-Radweg	408	Algarve	470
Südliches Burgenland	410	Madeira.....	472
Kärnten	410	Azoren	473
Drau-Radweg	412	Box Portugal	477
Niederösterreich	413	<i>Via de la Plata – der andere Jakobsweg</i>	
Kamp-Thaya-March-Radweg (KTM)	414	(Andreas Bugdoll)	480
Oberösterreich	415	Rumänien	485
Mühlviertel/Donautal • Donauradweg	416	Routen & Regionen	486
Innviertel / Hausruck	417	Box Rumänien	491
Salzkammergut	418	Schweden	495
Salzkammergut-Radweg	418	Routen & Regionen	498
Phyrn-Eisenwurzen	418	Schwedische Radfernwege	498
Salzburger Land	419	Südschweden / Götaland.....	499
Alpenmarathon	421	Mittelschweden / Svealand.....	502
Tauernradweg	422	Nordschweden / Norrland.....	504
Ennsradweg	422	Box Schweden	508
Mozart-Radweg	423	<i>E-Mails von Gotland</i> (Helene Müller)	512
Steiermark	424	Schweiz	514
Ober-/Mittelsteiermark	424	Routen & Regionen	516
Unter-/West-/Oststeiermark	425	Das Schweizer Veloroutennetz	516
Mur-Radweg	425	Schweizer Jura	518
Tirol	426	Mittelland.....	519
Nordtirol	425	Schweizer Alpen	521
Osttirol	429	Graubünden	522
Innradweg • MTB Tirol	430	Berner Oberland	524
Vorarlberg	431	Wallis	525
Box Österreich	432	Tessin (Ticino).....	526
<i>Von der Donau zum Bodensee</i>		Box Schweiz	528
(Andreas Bugdoll)	437	<i>Velogeschichten aus den Bergen</i>	
<i>Wehe Via Claudia oder Warten auf</i>		(Andreas Hollmann)	533
<i>den Postbus</i> (Christoph Gocke).....	439	Serbien	537
Polen	442	Routen & Regionen	538
Routen & Regionen	444	Der Donau-Radweg durch Serbien.....	538
Nordwestliches Polen		Gebirgstouren	541
(Ostseeküste, Pommern)	444	Serbien als Transitland	541
Nordöstliches Polen		Box Serbien	542
(Ostseeküste, Ermland, Masuren)	447		
Südwestliches Polen			
(Großpolen, Schlesien)	451		

Slowakei	544	Nord- und Ostböhmen	606
Routen & Regionen	545	Mähren	608
Westslowakei	545	Box Tschechien	610
Mittelslowakei	546	Türkei (europ. Teil)	
Ostslowakei	548	Europäische Türkei	613
①- Box Slowakei	550	Box Türkisch-Thrakien	614
Slowenien	553	Ungarn	615
Routen & Regionen	554	Routen & Regionen	616
Nordwestliches Slowenien		Westliches Ungarn (Transdanubien) ...	616
(Julische Alpen)	554	Donauradweg	620
Südliches Slowenien (Karst)	555	Nordungarische Mittelgebirge	621
Östliches Slowenien	556	Große Tiefebene (Alföld)	622
Slowenien	557	Box Ungarn	624
<i>Tourenparadies Julische Alpen</i>		<i>Donauradtour mit Anhang – die ersten</i>	
(Andreas von Heßberg und		<i>2500 km</i> (Sybille Fleischmann)	627
Waltraud Schulze)	559	Zypern	632
Spanien	562	Box Zypern	635
Routen & Regionen	563	Zwergstaaten	
Katalonien	563	Von Liechtenstein bis Gibraltar	
Atlantisches Nordspanien (Baskenland,		(Christoph Gocke)	636
Kantabrien, Asturien, Galicien)	566	Anhang	639
Jakobsweg (Camino de Santiago)	568	Abkürzungen im Buch	640
Zentralspanien (Castilla-La		Länderkürzel (internationale	
Mancha, Extremadura)	570	Kfz-Kennzeichen Europas)	640
Südspanien / Andalusien	571	Hilfreiche Radreise-Websites	641
<i>Zum Pico de Veleta</i> (Georg Föcker)	575	Basiswissen Radreisen	641
Balearen	576	Radreisen mit GPS (Georg Föcker)	642
Kanarische Inseln	580	EuroVelo · Europaradweg R1	645
Spanien	590	Der Autor	648
<i>3000 km durch den spanischen Frühling</i>		Danksagung	649
(Karin Gesierich und Johannes Lindtke)	596	Die Fotografen	649
Tschechien	601	Register A–Z	656
Routen & Regionen	602	Kartenverzeichnis	
Westböhmen	602		
Südböhmen	604		
Mittelböhmen	605		