

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	3
Die Etappen	10
Etappe 1: Vom Zillertal Richtung Italien – zum Schlegeisspeicher oder übers Pfitscher Joch	12
Etappe 2: Ins Eisacktal nach Brixen – übers Pfitscher, Pfunderer oder Valsler Joch	20
Etappe 3: Auf die Sonnenseite der Dolomiten – über Grödner Höhenweg und Seiser Alm	28
Etappe 4: Am Fuße von Rosengarten-Latemar – vom Schlernggebiet ins Eggental	36
Etappe 5: Hinab ins Etschtal und weiter – Lavazejoch, Trudner Horn oder hinauf in die Brenta	42
Etappe 6: Gardasee-Finale – aus der Brenta über Ranzo oder Passo Ballino an den Lago	50
Anhang	56
Bike-Check	58
Erste-Hilfe-Guide	59
Packlisten	60
Wetterkunde	62
Impressum	63