



AlpenCross Classico  
„Garmisch - Vinschgau in 2 Leveln“

Kondition: **Lv 2**  
Fahrtechnik: **Lv 2**



|   |   |       |        |        |                        |
|---|---|-------|--------|--------|------------------------|
| 1 | <b>Level 2 Garmisch - Imst (Hotel 1080m)</b>  | 59 ▶  | 1250 ▲ | 800 ▼  |                        |
|   | <p>Anreise bis 09.00 Uhr. Begrüßung und Tourbesprechung anhand von Karten und Höhenprofil. Wir verlassen Garmisch unterhalb des Wetterstein-Massivs. Auf schönen Waldwegen entlang der Loisach geht es in Richtung Ehrwald. Durch das Ehrwalder Becken führte die historische römische Handelsroute Via Claudia Augusta. Wir folgen den Römern durch einen herrlichen Lärchenwald auf dem s.g. Panoramaweg. Von tollen Ausblicken begleitet passieren wir herrliche Bergseen, den Weissensee und Blindsee. Über fettgrüne Almen rollt es sich wie auf einem Moosteppich. Etwas später erleben wir</p> <p>Stau und zäh fließenden Verkehr hinter dem Fernpass, aber aus luftiger Höhe, etwa 200hm unter uns. Ein flowiger Waldtrail schlängelt sich hinab zum Fernsteinsee. Weiter gehts auf Wald- und Schotterwegen durch das idyllische Gurglbachtal bis Imst. Hier erwarten uns nochmals knackige 250 hm bis zur heutigen Unterkunft. Unser Hotel begeistert mit einem Naturbadesee und großzügiger Liegewiese vor der Tür. Von der Terrasse aus genießt man den freien Blick auf das Alpenpanorama. Ausgesprochen lecker ist auch die Küche.</p>   |       |        |        |                        |
| 2 | <b>Level 2 Imst - Pfunds (via Landeck) (Gasthof 970m)</b>   | 60 ▶  | 1250 ▲ | 1300 ▼ |                        |
|   | <p>Kurz nach dem gemütlichen Frühstück am üppigen Buffet schon das erste Highlight. Eine schmale Brücke überspannt die Salvesenklamm. An deren östlicher Flanke schlängelt sich ein netter Trail talwärts. Vorbei an der Bezirkshauptstadt Imst erreichen wir den reißenden Inn und gehen auf Augenhöhe mit den vielen Raftingbooten. Kurz bergauf und weiter auf schönen Waldwegen und Trails Richtung Landeck. Die Kronburg (1094m), die Ruine einer</p> <p>Felsenburg, lädt zu einer Kaffepause ein. Auf schönen Höhenwegen und vorbei am Landecker Schloss erreichen wir die Fließplatte mit den mittelalterlichen Wagenspuren der Römer. Die Via Claudia verläuft hier entlang der Bergflanke. Großartige Tiefblicke auf das Inntal und die umliegenden Gipfel verleiten zum Innehalten. Ein leichter Trail führt hinab ins Tal. Stromaufwärts und meist direkt am rauschenden Inns rollen bis ins ursprüngliche Dorf Pfunds. Übernachtung im</p>  |       |        |        |                        |
| 3 | <b>Level 2 Pfunds - Vinschgau (via Reschenpass) (Gasthof 868m)</b>  | 75 ▶  | 1250 ▲ | 1250 ▼ |                        |
|   | <p>Heute steht die Überquerung des Alpenhauptkamms auf dem Programm. Auf herrlichen, neu angelegten Radwegen entlang des Inn verlassen wir Pfunds. In der Altfinsternzüerschluft ist die Grenze zur Schweiz überquert. Die s.g. Feste Altfinsternzü, eine mittelalterliche Gerichtsstätte und Grenzbefestigung auf der Via Claudia Augusta, riegelt die enge Schlucht über dem reißenden Inn beeindruckend ab. Ein langer Schotterweg führt zur Norbertshöhe, oberhalb von Nauders. Launige Abfahrt bis Nauders und Mittagspause im bekannten Skiort. Gestärkt nehmen wir Kurs auf den</p> <p>Reschenpass. Dem pittoresken Reschensee, mit seinem markanten, aus dem See ragenden Kirchturm, folgt der ruhigere Haidersee. Vor uns türmen sich nun die höchsten Berge Südtirols auf, der Ortler (3899m) und die Königsspitze (3851m). Bella Italia empfängt uns mit dem mittelalterlichen Stadtkern von Glurns. Perfektes Timing für eine Cappuccino Pause. Ganz zufällig gibt es hier auch richtig gutes Gelati. Weiter führt der Weg durch den von der Sonne verwöhnten Vinschgau, durch unzählige Obstplantagen und vorbei an vielen Burgen und Schlössern dieses von der Sonne verwöhnten Tals.</p> |       |        |        |                        |
| 4 | <b>Rücktransfer Imst/Garmisch Mittwoch ca. 08.00 Uhr.</b><br>Zeiten vorbehaltlich Änderungen. Dauer ca. 1.5 bis 2.5 Stunden, je nach Verkehr.   | 194 ▶ | 3755 ▲ | 3350 ▼ | ◀◀◀ <b>Gesamtdaten</b> |



Kondition: **Lv 3**  
Fahrtechnik: **Lv 2,5**



|   |  |       |        |        |                        |
|---|--|-------|--------|--------|------------------------|
| 1 | <b>Level 3 Garmisch - Imst (Hotel 1080)</b>  | 66 ▶  | 1750 ▲ | 1520 ▼ |                        |
|   | <p>Anreise nach Garmisch bis 09.00 Uhr. Begrüßung durch den Guide und Tourbesprechung anhand von Höhenprofil und Karte. Tourstart und entspanntes Einrollen auf einem Flachstück. Schon lässt der erste Anstieg hinauf zum malerischen Eibsee grüßen. Nach dessen Umrundung gewinnen wir auf breiten Forstwegen Höhe und betrachten den türkisfarbenen See bald aus der Vogelperspektive. Die grüne Grenze nach Österreich ist schnell passiert und ein schöner Höhenweg oberhalb der Loisach führt nach Ehrwald. Mittagspause. Gut gestärkt gehts auf Forstwegen durch herrliche Lärchenwälder, über fettgrüne Almwiesen und vorbei an kleinen Waldseen. Den</p> <p>Fernpass überlassen wir den Automobilisten und verschwinden auf einem Flowtrail talwärts im dichten Wald. „Vorhang auf“ - tschaka, das Fernsteinschloss und der gleichnamige, bei Tauchern beliebte, tieblaue See. Durch das herrliche Gurglbachtal schlängelt sich der Bachlauf und wir kurven fröhlich mit bis Imst. Hier erwarten uns nochmals knackige 250 hm bis zur heutigen Unterkunft. Unser Hotel begeistert mit einem Naturbadesee und großzügiger Liegewiese vor der Tür. Von der Terrasse aus genießt man den freien Blick auf das Alpenpanorama. Ausgesprochen lecker ist auch die Küche.</p>          |       |        |        |                        |
| 2 | <b>Level 3 Imst - Pfunds (via Pillerhöhe) (Gasthof 970m)</b>   | 63 ▶  | 1350 ▲ | 1400 ▼ |                        |
|   | <p>Kurz nach dem Tourstart schon das erste Highlight. Eine schmale Brücke überspannt die Salvesenklamm. An deren östlicher Flanke schlängelt sich ein Trail talwärts. Vorbei an der Bezirkshauptstadt Imst erreichen wir den reißenden Inn. Ein Stück rollen wir auf Augenhöhe mit den Raftingbooten stromabwärts um die Wette. Ein kurzer Pulskiller führt hinauf zu Österreichs spektakulärsten Bungee Jumping Brücke. Die eindrucksvolle Benni-Raich-Brücke zählt mit 94m zu den höchsten Fußgängerhängebrücken Österreichs. Unter uns eine der wohl atemberaubendsten Schluchten Europas, der Pitzenklamm. Weiter gehts auf abwechslungsreichen Wegen durch das Pitztal dem</p> <p>nächsten Highlight entgegen. Die Pillerhöhe, der s.g. Inntalblick, bietet auf 1550m überwältigende Tiefblicke auf das Inntal und den Alpenhauptkamm am Horizont. Es folgt eine kurzweilige Abfahrt durch herrliche Alpenlandschaft und vorbei an vielen Bauernhöfen. Im Tal schwenkt der Kompass in südliche Richtung, der ehe. römischen Haupthandelsroute „Via Claudia Augusta“ folgend. Über alte Römerbrücken und immer nahe des reißenden Inns erreichen wir unsere heutige Unterkunft kurz vor der Schweizer Grenze im s.g. Dreiländereck.</p>  |       |        |        |                        |
| 3 | <b>Level 3 Pfunds - Vinschgau (via Uinaschlucht) (Gasthof 868m)</b>  | 7F ▶  | 15€ ▲  | 1600 ▼ |                        |
|   | <p>Heute steht die Überquerung des Alpenhauptkamms auf dem Programm. Auf herrlichen, neu angelegten Radwegen entlang des Inn verlassen wir Pfunds. In der Altfinsternzüerschluft ist die Grenze zur Schweiz überquert. Die s.g. Feste Altfinsternzü, eine mittelalterliche Gerichtsstätte und Grenzbefestigung auf der Via Claudia Augusta, riegelt die enge Schlucht über dem reißenden Inn beeindruckend ab. Bei SurEn beginnt die landschaftlich reizvolle, aber z.T. geistvolle Auffahrt zum Schlingpass auf 2300m. Teil der Show ist der ca. 1,5 m breite Weg durch die legendäre Uinaschlucht, eine zur Seite offenen und teils ungesicherten Felsenröhre (ca. 1 Std. schieben).</p> <p>Ein im Alpenraum einzigartiges Erlebnis (siehe Fotogalerie). &lt;b&gt;Nicht&lt;/b&gt; schwindelfreie und trittsichere Teilnehmer müssen sich heute Lv2 anschließen. Im Zweifel bitte &lt;b&gt;vor Buchung&lt;/b&gt; Kontakt mit unserem Office aufnehmen! Nachmittags erreichen wir mit vielen Eindrücken im Kopf die herrlich gelegene Sesvenna Hütte(2256m). Wie ein Adlerhorst liegt sie inmitten hochalpiner Kulisse und begeistert mit überwältigen Blicken auf die stets schneebedeckte Ortler-Gruppe. Ab hier geht es nur noch bergab, dem sonnenverwöhnten Vinschgau entgegen.</p> |       |        |        |                        |
| 4 | <b>Rücktransfer Imst/Garmisch Mittwoch ca. 08.00 Uhr.</b><br>Zeiten vorbehaltlich Änderungen. Dauer ca. 1.5 - 2.5 Stunden, je nach Verkehr.  | 200 ▶ | 4600 ▲ | 4520 ▼ | ◀◀◀ <b>Gesamtdaten</b> |

|                      |  |  |   |
|----------------------|--|--|---|
| <b>Level 2</b>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- mind. 2 Jahre Mountainbikeerfahrung,</li> <li>- gute Kondition (regelmäßig 2 mal Biken pro Woche),</li> <li>- gute Bikebeherrschung auf unbefestigten Wegen sowie auf Single-Trails im hochalpinen Gelände</li> <li>- mind. 2 Jahre Geländeerfahrung,</li> </ul> <p><b>Wir empfehlen ein Fahrtechnik-Seminar im Taunus oder der Pfalz als Vorbereitung und gewähren 15,- EUR Nachlass auf GoCrazy-Tagesseminare oder Coaching im Vorfeld.</b></p>   | <p><b>Tempo-Parameter</b></p> <p>max. 9 km/h bei 3 % Steigung,<br/>max. 6 km/h bei 6 % Steigung,<br/>max. 3 km/h bei 9 % Steigung</p> <p>Definiert die <b>Geschwindigkeit, bsp. 6 km/h</b>, auf unbefestigtem Untergrund <b>bei jeweiliger Steigung, Bsp. 6%</b>. Auf durchgängig harten Schotterwegen und auf Asphalt kann es bis zu 3 km/h schneller sein.</p> <p>Entspricht ca. 300 - 450 hm pro Stunde, je nach Untergrund.</p>  | <p>Die genannten Parameter lassen sich am besten mit den BikeComputern von CICLO CM 414/434 Alti oder von VDO MC2.0+ nachvollziehen. Diese Modelle beherrschen die gleichzeitige Anzeige von Geschwindigkeit und Steigung. So ist es möglich, bereits im Vorfeld der Tour zu prüfen ob man der Anforderung hinsichtlich des Tempos entspricht. Während der Tour kann man ebenfalls mitverfolgen ob sich die Gruppe innerhalb dieser Parameter bewegt.</p> |
| <b>Level 3</b>       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- mind. 3 Jahre Mountainbikeerfahrung,</li> <li>- sehr gute Kondition (regelmäßig 3 mal Biken pro Woche),</li> <li>- sichere Bikebeherrschung auf unbefestigten Wegen und Trails im alpinen Gelände</li> <li>- Trittsicherheit und Schwindelfreiheit für die Uinaschlucht</li> </ul> <p><b>Wir empfehlen ein Fahrtechnik-Seminar im Taunus oder der Pfalz als Vorbereitung und gewähren 15,- EUR Nachlass auf GoCrazy-Tagesseminare oder Coaching-Staffeln im Vorfeld.</b></p>  | <p><b>Tempo-Parameter</b></p> <p>max. 12 km/h bei 3 % Steigung,<br/>max. 9 km/h bei 6 % Steigung,<br/>max. 6 km/h bei 9 % Steigung</p> <p>Definiert die <b>Geschwindigkeit, bsp. 9 km/h</b>, auf unbefestigtem Untergrund <b>bei jeweiliger Steigung, bsp. 6%</b>. Auf durchgängig harten Schotterwegen und auf Asphalt kann es bis zu 3 km/h schneller sein.</p> <p>Entspricht ca. 480 - 660 hm pro Stunde, je nach Untergrund.</p> |   |
| <b>Wissenswertes</b> | <p><b>Mindestteilnehmerzahl je Gruppe/Level ist 5.</b> Die maximale Teilnehmerzahl je Guide beträgt unter normalen Umständen 11. Mountainbike-Reisen können nur mit technisch einwandfreien und zeitgemäßen Mountainbikes mit zeitgemäßen Scheibenbremsanlagen angetreten werden. Trekking- oder Crossbikes nur auf Anfrage. <b>E-MTBs sind nur im Rahmen von E-Bike-Terminen erlaubt.</b> Die Teilnehmer nebst deren Ausrüstung müssen den speziellen alpinen Anforderungen und Voraussetzungen gemäß der jeweiligen Tourenausschreibung in Hinblick auf Kondition, Fahrtechnik, Tempo-Parameter, Bikeausstattung und der spezifischen Bekleidung entsprechen. <b>Auf allen GO CRAZY Mountainbike-Reisen besteht aus Gründen der Sicherheit Helmpflicht, auch bergauf und in Schiebepassen!</b> Touren werden bei jedem Wetter durchgeführt, Ausnahme sind Gewitter oder Unwetter bei Tourstart am Morgen. Aus wichtigem Grund oder aus Gründen der Sicherheit und der Gewährleistung einer reibungslosen Durchführung behalten wir uns ausdrückliche Änderungen hinsichtlich der</p> |  |   |

[www.go-crazy.de](http://www.go-crazy.de)