

2.200 KILOMETER & 80.000 HÖHENMETER 3 LÄNDER RAD- & BIKEARENA ...



Tour-Nr.	Name	KM	HM	START/ZIEL	Schwierig-keit
11	Val d'Uina-Reschenpass	68,9	1732	Nauders/Nauders	schwarz
32	Stabesrunde	8,3	470	Nauders/Nauders	rot
33	Zur Goldseehütte	20,6	820	Nauders/Nauders	schwarz
34	Bergkastelrunde	20,3	1070	Nauders/Nauders	schwarz
35	Zwei Seenrunde	11,8	560	Nauders/Nauders	schwarz
36	Durch den Kompatschwald	17,1	680	Nauders/Nauders	schwarz
37	Reschenrunde	20,5	563	Nauders/Nauders	rot
38	Planortrunde	26,8	940	Nauders/Nauders	schwarz
39	Durch den Muntwald	13	585	Nauders/Nauders	rot
40	Zur Labaunalm	10,8	620	Nauders/Nauders	schwarz
41	Schwarzseerunde	15,7	556	Nauders/Nauders	schwarz
42	Schweizerunde	32,5	1245	Nauders/Nauders	schwarz
43	Zur Rossbödenalm	18,4	851	Reschen/Reschen	schwarz
44	Unterspinrunde	19,7	592	Reschen/Reschen	schwarz
	bei Anfahrt über Nauders	+9	143		rot
45	Grünseetur	16	529	Reschen/ Nauders	rot
	bei Anfahrt über Nauders	+9	143		rot
46	Rund um den Reschensee	30,8	285	Nauders/Nauders	blau
47	Zur Grauner Alm	12,9	790	Reschen/Grauner Alm	blau
	bei Anfahrt über Nauders	+9	143		rot
48	Rojenrunde	28,4	855	Reschen/Reschen	rot
	bei Anfahrt über Nauders	+9	143		rot
49	Durchs Radurschital	22	840	Pfund/Pfunds	rot
	bei Anfahrt über Nauders	+13			rot
50	Zur Gschneier Alm	22,2	1072	Pfund/Pfunds	schwarz
	bei Anfahrt über Nauders	+13			rot
51	Rund um den Frudiger	24,2	1022	Pfund/Pfunds	rot
	bei Anfahrt über Nauders	+13			rot
52	Zur Ochsenberg Alm	17,8	1051	Pfund/Pfunds	schwarz
	bei Anfahrt über Nauders	+13			rot
53	Kobler Alm Runde	22,4	980	Pfund/Pfunds	rot
	bei Anfahrt über Nauders	+13			rot
54	Trainingsprintstrecke Wand	10,4	570	Pfund/Pfunds	rot
	bei Anfahrt über Nauders	+13			rot
55	Rund um die Zanderwiesen	10,3	413	Spiss/Spiss	blau
56	Plagött-Haider Alm	15,1	670	Reschen/St. Valentin	rot
	bei Anfahrt über Nauders	+9	143		rot
57	Rojen-Vallungtal	27,7	1070	Reschen/Reschen	schwarz
	bei Anfahrt über Nauders	+9	143		rot
58	Langtaufener Tal	27,3	800	Graun/Graun	rot
	bei Anfahrt über Nauders	+12	143		rot
60	St. Valentin - Plawenn - Planeier Alm	29,4	1300	Reschen/St. Valentin	schwarz
	bei Anfahrt über Nauders	+18	143		rot
61	Sesvennahütte	26,9	1210	Burgeois/Burgeois	schwarz
	bei Anfahrt über Nauders	+26	143		rot
62	Stierberghütte	16,4	935	Taufers im Münstertal	rot
	bei Anfahrt über Nauders	+38	143		rot
63	Almroundfahrt	38,3	1470	Taufers im Münstertal	schwarz
	bei Anfahrt über Nauders	+38	143		rot
8	Urezzas	20,6	868	Martina/Martina	rot
	bei Anfahrt über Nauders	+8,3			rot
6	Val Sinestra	38,8	1167	Triench in Sent	rot
	bei Anfahrt über Nauders	+22			rot
7	Ramosch	21,7	930	Ramosch/Ramosch	rot
	bei Anfahrt über Nauders	+18,2			rot



Tiroler Oberland
NAUDERS AM RESCHENPASS

VOM GLETSCHERWASSER BIS ZUM CAPPUCCINO ...
VOM FAMILIENRADWEG BIS ZUM SINGLETRAIL!



Das, was die 3-Länder-Rad- und Bikearena zu bieten hat, ist wahrhaftig großartig! 2.200 Kilometer, 80.000 Höhenmeter – für jeden Radbegeisterten die richtige Herausforderung. Egal ob Familienradler oder Extrembiker, die drei Länder Tirol, Engadin und Vinschgau begeistern durch ihre Kontraste. So wie Cappuccino und Gletscherwasser.

Wo gibt es südländisches Flair, mediterranes Klima und Berge der Superklasse? Wer kennt nicht die Highlights einer jeden Transalp-Alpenüberquerung wie die Uinaschlucht, das Madritschjoch, den Tarscher Pass? Diese legendären Touren und noch viel mehr Herausforderungen finden Sie in der 3-Länder-Rad- und Bikearena. Als Gegensatz zu den Extremtouren steht der Radweg Via Claudia Augusta, ein Radweg auf den Spuren der Römerstraße. Und mittendrin gibt es noch viele weitere Mountainbike-Highlights, die man einfach gefahren sein muss.

Für Rennradfahrer ist das Stifser Joch immer eine Reise wert, weitere traumhafte Rennrad-Touren führen ins Martelltal, in das Schnalstal oder auf das Timmlersjoch bzw. auf den Gampengas. Alles Rennradstrecken mit höchsten Notizen. Also hergeradelt in die 3-Länder-Rad- und Bikearena.

www.rad-bike-arena.com

MOUNTAINBIKEMODELL TIROL

Die Beschilderung:

- Die Schwierigkeiten:
- BLAUE STRECKE: leicht**
Familienfreundliche, auch mit normalen Fahrrädern befahrbarer Radwanderweg mit guter Fahrbahndecke (Feinschotter oder Asphalt und vergleichbare Decken). Steigungen und Gefälle zwischen 0% und 5%, auf kurzen Strecken maximal 10%. Wechsel von Steigung und Gefälle, keine kontinuierlichen Anstiege. KFZ-verkehrsfreie bzw. KFZ-verkehrsfreie Wege. Es treten keine besonderen Gefahrenbereiche auf oder auf Gefahrenstellen wird durch besondere Kennzeichnung (z.B. Beschilderung) hingewiesen.
 - ROTE STRECKE: mittelschwer**
Erfordert spezifisches Radfahrkönnen und besonders defensives Fahrverhalten. Mountainbikeausrüstung wird empfohlen. Steigung und Gefälle zwischen 5% und 12%, auf kurzen Strecken bis maximal 17%. Es treten unübliche, kurvenreiche Streckenabschnitte auf. Mit KFZ-Verkehr, der die gesamte Wegbreite beansprucht, muss gerechnet werden. Die Wegausstattung, unter anderem die Fahrbahndeckebelastung, Entwässerungseinrichtungen (z.B. Wasserlöcher), Absperreinrichtungen (z.B. Schranken), die Sicherheitseinrichtungen (z.B. fehlende Geländer und Zäune) und Hinweise auf Gefahrenstellen, ist ausschließlich auf den Wirtschaftsverkehr mit Traktoren und LKW ausgerichtet. Derartige Einrichtungen können an sich bereits Gefahrenstellen für Radfahrer darstellen. Es ist mit Absperreinrichtungen der Strecke aus betrieblichen Erfordernissen (z.B. Hubschraegerung und -transport), im Wegbereich lagernem Gestein, Betriebsmitteln und abgestellten Maschinen und Gefahrenstellen infolge von Naturereignissen jederzeit zu rechnen. An die Weganlage anschließendes Steilgelände ist ungesichert.
 - SCHWARZE STRECKE: schwierig**
Anspruchsvolle MTB-Strecke mit zahlreichen Gefahrenmomenten, die die Maximalablenkung der roten Strecke übersteigt und deren Streckencharakteristik noch schwieriger ist. MTB-Ausrüstung ist obligatorisch. Situationsangepasstes vorausschauendes Fahren ist erforderlich.
 - SINGLETRAIL: extrem schwierig**
Extreme und anspruchsvolle Strecke, kein autobefahrbarer Weg mehr. Charakter eines alpinen Steiges mit allen alpinen Gefahren. Absturzgefahr möglich, keine Sicherungseinrichtungen wie Geländer vorhanden, sehr steil. Mit Hindernissen wie hohen Stufen, Wurzeln und Felsblöcken muss gerechnet werden. Nicht immer fahrbar, zum Teil je nach Fährtenen, Schiebe- und Tragestrecken. Durch Witterungseinflüsse können diese Strecken oft nur noch schwer passierbar werden.

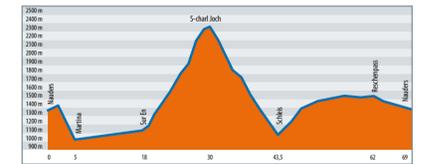
Verhaltensregeln:
Beachte die Regeln und die manchmal unvermeidbaren Sperren in deinem eigenen Interesse: Fahre stets mit kontrollierter Geschwindigkeit und auf halber Sicht, besonders bei Kurven, da jederzeit mit Hindernissen zu rechnen ist (z.B. Fahrbahnschäden, Steine, Äste, zwischengelagertes Holz, Weidewerk, Weidenäste, Schranken, Traktor-Fortmaschinen, Fahrzeuge von Berechtigten!).
Nimm Rücksicht auf Wanderer und Fußgänger und überhole nur im Schrittempo! Nimm Rücksicht auf den Schwierigkeitsgrad der Strecke und schütze deine Erfahrungen und dein Können als Biker genau wie Schütze deinen Kopf durch einen Helm und kontrolliere die Ausrüstung vor Antritt jeder Biktour (Bremsen, Klingel, Licht).
Halte dich an Absperren und akzeptiere, dass dieser Weg primär der land- und forstwirtschaftlichen Nutzung dient! Schließe die Wegedgatter!
Nimm Rücksicht auf Natur und Wild, verlasse die gekennzeichnete Route nicht, verzichte auf das Fahren abseits der geöffneten Wege und beende deine Biktour vor der Dämmerung. Hinterlasse keine Abfälle!

LEGENDE

- INFOBÜRO NAUDERS
- PARKPLATZ
- BERGBAHNEN (BikeTransport)
- DOPPELSESSLITZ (BikeTransport)
- CAMPING
- VIA-CLAUDIA-AUGUSTA Radweg
- AUSSICHTSPUNKT
- SCHLOSS, MUSEUM



11 Val d'Uina-Reschenpass **schwarz**
 Das Tourenhighlight für Konditionstiger - 3 Ländertour A/1/CH durch das sagenhafte Val d'Uina - von Mountainbikegazetten als eine der schönsten Touren der Alpen bezeichnet, fahrtechnisches Können erforderlich, keine Tour für Biker mit Höhenangst!



32 Stablesrunde **rot**
 Rundtour auf der Nauderer-Sonnenseite die abgesehen von einer kurzen Passage zw. Stables und dem Novelloshof (Einkehr) fahrtechnisch wenig Ansprüche stellt.



34 Bergkastelrunde **schwarz**
 Rundtour zur Bergstation der Bergkastel-Seilbahn - auf 2.200 m Downhill zur Goldseehütte (Einkehr) - Aufstieg zum Stables und Novelloshof (Einkehr) - auf Schotter zurück nach Nauders



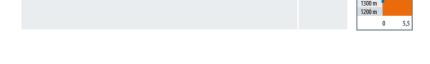
35 Zwei Seerunde **schwarz**
 Sehr kurze Achterschleife, die zwei fahrtechnisch schwierige Downhills zu bieten hat, bei denen Können voll auf ihre Kosten kommen.



36 Kompatschwald **schwarz**
 Rundtour entlang dem italienischen Grenzgebiet - schwelbtreibende Fragepassage durch Zirbenwald - über Bergkastelalm den Forstweg zurück nach Nauders



39 Durch den Muntwald **rot**
 Fahrtechnisch leichte und relativ kurze Streckentour, die auf dem Retourweg einen Abstecher zum Gasthof Paradtschhof macht - auf Asphalt zurück nach Nauders



41 Schwarzerseerunde **schwarz**
 Rundtour zum Naturdenkmal Schwarzersee, mit fahrtechnisch schwierigen Downhillpassagen, die nur für Könner fahrbar sind.



42 Schweizrunde **schwarz**
 Rundtour in die Schweiz mit steilem Wiesenweg am Beginn, Trailpassage bis zur Schweizer Grenze, auf Rad und Schotterwegen wieder zurück nach Nauders.



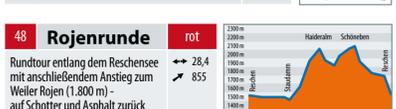
44 Unterspinnrunde **rot**
 Durch herrliche Lärchenwälder hoch zur Reschneralm (Einkehr) mit Fotoblick auf den Reschensee - mittlere Konditionstour auf guten Waldwegen



45 Grünsetour **rot**
 Diese Streckentour führt von Italien nach Österreich vorbei am Grünsee, traumhafter Downhill durch alten „Tiefer Sommerweg“ zurück nach Nauders



46 Rund um den Reschensee **blau**
 Rundtour in die Schweiz mit steilem Wiesenweg am Beginn, Trailpassage bis zur Schweizer Grenze, auf Rad und Schotterwegen wieder zurück nach Nauders.



47 Zur Grauner Alm **blau**
 Auf schön ausgebautem Schotterweg bis zur Grauner Alm und auf dem selben Weg wieder retour.



48 Rojenrunde **rot**
 Rundtour entlang dem Reschensee mit anschließendem Anstieg zum Weiler Rojen (1.800 m) - auf Schotter und Asphalt zurück nach Reschen



49 Durchs Radurschtal **rot**
 Streckentour, die entlang des Radurschtlbachs bis zur Radurschtlalm führt und so gut wie keine technischen Ansprüche stellt.



52 Zur Ochsenberg Alm **schwarz**
 Kurze Streckentour, die jedoch konditionell nicht zu unterschätzen ist, da auf relativ kurzen Teilstücken viele Höhenmeter zu überwinden sind.



53 Kobler Alm Runde **rot**
 Anspruchsvollere Rundtour, die zunächst durch den Kobler Schutzwall führt, anschließend rund um den Rauben Kopf verläuft und schließlich am Inn entlang nach Pfunds zurückkehrt



54 Trainingsprintstrecke Wand **rot**
 Steile Trainingsprintstrecke zum Weiler Wand, mit Weitblick ins schweizerische Engadin und in der Fortsetzung noch maliger anspruchsvoller Anstieg in den Wanderwald.



55 Rund um die Zanderwiesen **blau**
 Diese Route ist vor allem für Einsteiger gut geeignet, da nach einem kurzen und relativ flachen Stück eine nicht allzu anstrengende Steigung folgt. Anschließend führt die Tour noch durch die wunderschöne Blumenlandschaft der Zanderer Bergwiesen.



56 Plagött-Haider Alm **rot**
 Steiler Anstieg zur Haider Alm 2.100 m (Einkehr) traumhafter Panoramablick zum Reschensee - Abfahrt über Schotter nach Reschen



57 Rojen-Vallungtal **schwarz**
 Das lange und landschaftlich äußerst reizvolle Vallungtal wird an seinem einzigen besiedelten Ort Rojen vorbei bis in den Talschluss befahren. Speziell die letzten Kilometer im hinteren Teil des Tales fordern Mensch und Bike mit grobem Schotter und einigen Bachdurchfahrten. Mit der Grünbodehütte (2.364 m) wird die höchste voll befahrbare Strecke des Tourengebietes erreicht.



58 Langtaufener Tal **rot**
 Rundtour, Hinfahrt auf der rechten Talflanke, zurück im Talboden. Einkehr in der Melagerei (1.800 m) - Anfang bis Mitte August viel Ausflugsverkehr!



60 St. Valentin-Plawenn-Planeiler Alm **schwarz**
 Abwechslungsreiche Tour, die in mehreren Schleifen und dadurch einigen Kombinationsmöglichkeiten in zwei Seitentälern des Vinschgau führt. Die fahrtechnischen Hauptschwierigkeiten liegen in der Abfahrt vom höchsten Punkt bei der Planeiler Alm, sonst bewegt man sich meistens auf Schotter- und Asphaltstraßen.



62 Stierberghütte **rot**
 Kürzere aber anstrengende Tour in ein Seitental des Münstertales mit einer bewirtschafteten Hütte als Tourenziel. Die Rast und die schöne Aussicht muss man sich über eine steile Passage aber erst erarbeiten, es gibt auch auf dem ganzen Anstieg nur ein kurzes Bergabstück zum Ausruhen.



63 Almrundfahrt **schwarz**
 Schwere und lange Tour, die in den Engadin hinüberführt. Am Beginn muss man leider die Hauptstraße bis nach Müstair benutzen. Doch gemessen an der Gesamtstrecke ist das nur ein kleiner Abschnitt. Ab der Ortsausfahrt geht es über Nebenstraßen hinauf in den kleinen Ort Craistas, hoch über dem Münstertal. Nach einer kurzen Zwischenabfahrt nach Lü erwartet den Biker Naturgenuss pur, allerdings hilft auf dem Weg zum breiten Pass Costainas nur Schieben. In traumhafter Fahrt geht es jetzt durch zwei Hochtäler. Aber auch der zweite Pass des Tages ist nur mittels Schieben machbar. Ein langer Downhill hinunter zum Ausgangspunkt entschädigt aber für alle Mühen



6 Val Sinestra **rot**
 Abwechslungsreiche Rundtour, zuerst flach zum Ennrollen, dann rund um das Val Sinestra und später mit schönem Panorama immer hoch über dem Inntal, dann ein rasanter Schotterstraßendownhill hinunter zum Inn. Entlang des Innradwegs und zum Schluss noch einmal bergauf auf einer asphaltierten Straße zurück zum Ausgangspunkt



7 Ramosch **rot**
 Technisch leichte, aber konditionell mittelschwere Rundtour auf der Sonnenseite des Untereingadins. Für fahrtechnisch nicht so versierte Biker, die aber doch etwas Kondition mitbringen sollten.



8 Urezzas **rot**
 Diese direkt an der EU-Grenzgrenze beginnende Rundtour stellt zunächst an die Kondition einige Anforderungen, bietet dafür aber einen schönen Blick auf das Inntal.



61 Sesvannahütte **schwarz**
 Konditionell schwere Tour mit heftiger Schreibleistung zur Sesvannahütte 2.258 m (Einkehr) Die Tour in Gegenrichtung zu fahren, mit Asphalt hinauf und Schotter hinunter, ist empfehlenswert.



61 Sesvannahütte **schwarz**
 Konditionell schwere Tour mit heftiger Schreibleistung zur Sesvannahütte 2.258 m (Einkehr) Die Tour in Gegenrichtung zu fahren, mit Asphalt hinauf und Schotter hinunter, ist empfehlenswert.



61 Sesvannahütte **schwarz**
 Konditionell schwere Tour mit heftiger Schreibleistung zur Sesvannahütte 2.258 m (Einkehr) Die Tour in Gegenrichtung zu fahren, mit Asphalt hinauf und Schotter hinunter, ist empfehlenswert.



ROADBIKEN ... MITTEN IM ZENTRUM DER SCHÖNSTEN PASS-STRASSEN DER ALPEN!

1 Via Claudia Augusta
 Die alte Kaiserstraße „Via Claudia Augusta“ von Landeck bis nach Meran. Ein herrliches Radeln bis auf die ganze Familie. Retour von Meran mit der Vinschgauer Bahn bis nach Mals.

2 Inntalradweg Nauders – Maloja
 Dieser Radweg begleitet Sie durch ein atemberaubendes Alpenpanorama. Entlang des Inntales bis zur Quelle des Inns am Malojapass

3 Reschensee-Runde
 Diese Route eignet sich ideal für Radanfänger und Familien. Sie führt von Nauders rund um den Reschensee und wieder retour.

4 3-Länder Tour
 Durch drei Länder und über 3 Pässe führt diese abwechslungsreiche, landschaftlich eindrucksvolle Rundtour. Der Offenpass mit 2.150 m ist der Höhepunkt dieser Tour.

5 Albula-Flüela
 Die Radtour durch den Kanton Graubünden bietet eindrucksvolle Gebirgsparanomen der Rätischen Alpen. Start in La Punt

6 3-Täler Tour
 Landschaftlich eindrucksvolle Rundtour durch das schweizerische Inntal, das Val Bernina und das italienische Valle di Livigno.

7 Kaunertaler Gletscherstraße
 Herrliche Radtour bis an den Rand des ewigen Eises

Die wichtigsten Pässe der Umgebung

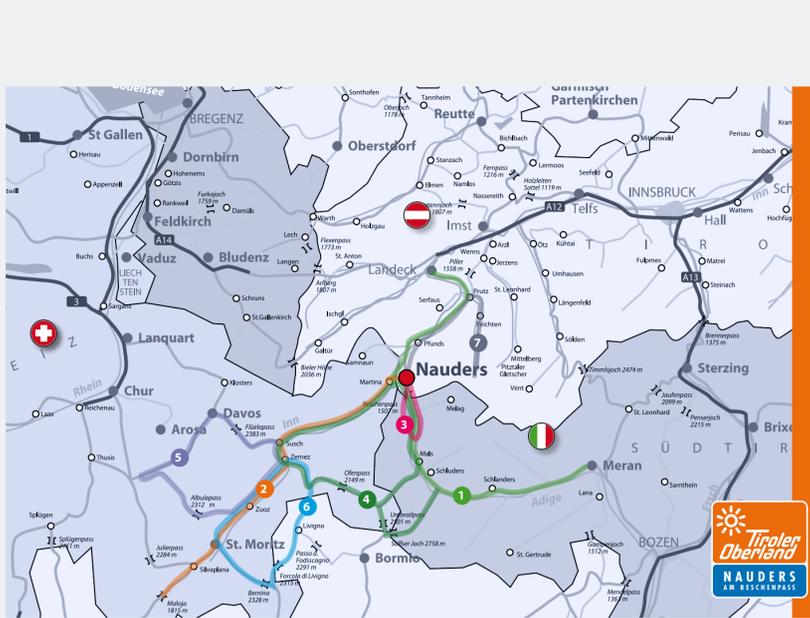
Stilfer Joch	2758 m	Offenpass	2149 m
Gavia Pass	2618 m	Aprica Pass	1176 m
Mortirolo	1852 m	Bernina Pass	2328 m
Albula Pass	2312 m	Flüela Pass	2383 m
Umbrail Pass	2501 m	Reschenpass	1507 m
Kaunertaler Gletscherstraße	2740 m	Julierpass	2284 m

VIA-CLAUDIA-HUCKEPACK
 Von ca. Mai bis Oktober bietet der Österreichische Postbus auf der Linie Landeck Nauders einen kostenlosen Huckepacktransport der Fahrräder an.

DIE VINSCHGERBAHN
 eignet sich perfekt für einen „rollenden“ Rücktransport nach einem Bikeausflug. Das Bike ist bei genügend Platzangebot im gleichen Abteil mit dem Fahrgast.

TAXISERVICE IN NAUDERS

- Taxi Schmid Tel.: +43 54 73 87 590; +43 54 73 87 281; +43 664 33 74 840
- Taxi Mair (max. 2 Räder) Tel.: +43 54 73 87 579; +43 676 53 57 517
- Taxi Padöll (max. 2 Räder) Tel.: +43 54 73 87 245; +43 699 81 84 41 43



6 3-Länder Tour
 Durch drei Länder und über 3 Pässe führt diese abwechslungsreiche, landschaftlich eindrucksvolle Rundtour. Der Offenpass mit 2.150 m ist der Höhepunkt dieser Tour.

5 Albula-Flüela
 Die Radtour durch den Kanton Graubünden bietet eindrucksvolle Gebirgsparanomen der Rätischen Alpen. Start in La Punt

6 3-Täler Tour
 Landschaftlich eindrucksvolle Rundtour durch das schweizerische Inntal, das Val Bernina und das italienische Valle di Livigno.

7 Kaunertaler Gletscherstraße
 Herrliche Radtour bis an den Rand des ewigen Eises

Die wichtigsten Pässe der Umgebung

Stilfer Joch	2758 m	Offenpass	2149 m
Gavia Pass	2618 m	Aprica Pass	1176 m
Mortirolo	1852 m	Bernina Pass	2328 m
Albula Pass	2312 m	Flüela Pass	2383 m
Umbrail Pass	2501 m	Reschenpass	1507 m
Kaunertaler Gletscherstraße	2740 m	Julierpass	2284 m

RACE ACROSS THE ALPS - DAS HÄRTESTE EINTAGESRENNEN DER WELT

Start: Nauders 1365 m
 Strecke: 525 km
 Pässe: 13 Alpenpässe
 Hm: 13650 m
 Richtzeit: 32 h
 www.sad.it

KAUNERTALER GLETSCHERKAISER

Start: Ried 864 m
 Strecke: 41 km
 Hm: 1887 m
 Höchster Punkt: Kaunertaler Gletscher 2751 m
 Ziel: Kaunertaler Gletscher 2751 m

www.radsportwochen.at

Kompass Wander- & Bikekarte

Der Sommerhit!

6 Tage
 12 Bergbahnen
 1 Gletscherstraße
 1 Badesee
 2 Erlebnisfreibäder
 1 Hallenbad
 10 Tennisplätze

Info:
 TVB Tiroler Oberland Tourismusbüro Nauders
 Dr. Tschiggfrey Strasse 66, A-6543 Nauders
 Tel.: +43 5473 87 220, Fax: +43 5473 87627
 office@nauders.info · www.nauders.info

3-LÄNDER MOUNTAIN- & ROADBIKETOUREN
NAUDERS AM RESCHENPASS

Tiroler Oberland
NAUDERS AM RESCHENPASS

Der Sommerhit!

Der Sommerhit!

6 Tage
 12 Bergbahnen
 1 Gletscherstraße
 1 Badesee
 2 Erlebnisfreibäder
 1 Hallenbad
 10 Tennisplätze

Geführte Wanderungen & Mountainbike-Touren und viele weitere tolle Sommer-Highlights

Die „summer-card-gold“ - die Eintrittskarte zum grenzenlosen Urlaubsvergnügen im Ferienparadies Tiroler Oberland. Erhältlich in den „summer-card“ Mitgliedsbüros!

www.tiroleroberland.at

Tiroler Oberland
NAUDERS AM RESCHENPASS

Info:
 TVB Tiroler Oberland Tourismusbüro Nauders
 Dr. Tschiggfrey Strasse 66, A-6543 Nauders
 Tel.: +43 5473 87 220, Fax: +43 5473 87627
 office@nauders.info · www.nauders.info