

Komplett überarbeitete Neuauflage 2004



Unterhalb des Garmil Sattels (Tour 35)

**50 Rundtouren in
Vorarlberg und in
den angrenzenden
Gebieten Ostschweiz
und Liechtenstein**

BIKEGUIDE

VNr.	Tour	Km	Höhenmeter	Schwierigkeit	Zeit	Seite/
1	Pfänder	20.3	630	M	1:30-2:00	13
2	Rund um den Pfänder	28.4	750	L	2:15-2:45	15
3	Rund um den Hirschberg	18.5	700	M	1:45 - 2:15	18
4	Thal - Sulzberg	27.5	640	M	2:30 - 3:00	20
5	Hochhäderich	23.4	940	M	2:00 - 2:30	22
6	Hochgrat - Hochhäderich	46,6	1860	S	5:00 - 6:00	26
7	Rotenberg	7.8	240	L	0:40 - 1:00	28
8	Von Sibratsgfäll insAllgäu	58.3	1640	S	5:30 - 6:30	30
9	Schönenbach - Hinteregg	34,8	1250	M	2:45-3:15	34
10	Rehenberg - Brogen Alp	26.8	900	M	2:15 - 2:45	36
11	Schreibere Sattel	32.3	1215	S	3:00 - 3:30	39
12	Bezau -Weißenthal	28.2	1080	M	2:30 - 3:00	42
13	Niedere	26.0	1150	M	2:45 -3:15	45
14	Ostergunten - Au	28.7	1010	L	2:30 - 3:00	47
15	Diedamskopf	26.7	1500	S	3:00 - 3:30	50
16	Rund ums Zafernhorn	36.0	1700	SS	3:45-4:15	54
17	Rund um die Kanisfluh	34.6	1200	M	3:15-3:45	57
18	Uga	15.9	620	L	1:30-2:00	59
19	Meiental	25.9	1000	M	2:15 - 2:45	63
20	Alberschwende - Bödele	20.2	840	M	1:50 - 2:20	65
21	Alberschwende - Boznau	19,9	550	M	1:45-2:15	67
22	Ammenegg - Bödele	20.5	950	S	2:15-2:45	70
23	Gschwendt Sattel	21,7	950	S	2:15-2:45	74
24	Dornbirn -Weißenthal	35,7	1280	M	3:15-3:45	76
25	Schutannen - Kühberg	21.9	1035	S	2:15-2:45	79
26	Emser Runde	19.9	1000	S	2:00 - 2:30	82

Nr.	Tour	Km	Höhen- meter	Schwierig- keit	Zeit	Seite
27	Millrütte	16.6	730	M	1:30-2:00	86
28	Hohe Kugel	35.5	1500	M	3:30 - 4:00	90
29	Hoher Sattel	9.1	330	M	0:45- 1:15	93
30	Gapfohl	28.8	1200	M	3:00 - 3:30	95
31	Bad Laterns	33.3	700		2:45 -3:15	98
32	Dünserberg	32.0	1230		3:00 - 3:30	100
33	Thüringerberg	20,7	1050	M	2:15 - 2:45	102
34	Furka -Türtsch	35.1	1450	SS	4:15 - 4:45	105
35	Laguz	28.0	1 150	M	2:45-3:15	107
36	St. Anton von Rheineck	40.2	1150	S	3:45 -4:15	1 10
37	St. Anton vom Rheintal	23.3	910	M	2:00 - 2:30	1 14
38	Gäbris	26.3	1050	M	2:30 - 3:00	1 18
39	Hirschberg	27.0	950	M	2:15-2:45	121
40	Kamor	33.1	1320	M	3:00 - 3:30	123
41	Hinterälpele	20.4	1030	M	1:45-2:15	126
42	Silum - Gaflei	25.3	1170	M	2:15-2:45	130
43	Mattlerjoch - Gamp	45.0	1700	SS	5:30 - 6:00	134
44	Tschengla	27,0	780	M	2:15-2:45	138
45	Nenzingerberg - Brand	52.4	1500	M	4:45 -5:15	140
46	Golm	26.8	1250	M	2:45-3:15	142
4/	Rund um den Itonskopf	31.0	1350	S	3:30 -4:00	146
48	Kristberg - Sonnenkopf	30.3	1100	M	3:00 - 3:30	149
49	Heilbronner Hütte - Silbertal	63.4	1700	SS	6:00 -7:00	151
50	Kriegerhorn - Spullersee	29.8	1 100		2:45 - 3:15	154

Abkürzungen: L - Leicht, M - Mittelschwer, S - Schwierig, SS - Sehr Schwierig