



# Alpencross

von Garmisch nach Riva mit dem Fahrrad

# **Organisation & Workshops**



# Strecke und Übernachtungen

---

- Gesamtdistanz: 358 Kilometer & 4960 Höhenmeter
- Die Organisationsgruppe hat für jede der fünf Übernachtungen eine Unterkunft gebucht:
- Die Unterkünfte waren in:
  - Landeck
  - Nauders
  - Meran
  - Clas
  - Riva



## Fahrradworkshop

- Die Reparaturgruppe hat einen Workshop bei Radau durchgeführt, bei dem wir gelernt haben, wie man ein Fahrrad wieder startklar macht.
- Außerdem haben wir durch den Sponsor „Bike Franken“ mehrere Ersatzteile bekommen, die wir für den Notfall mitgenommen haben.



# Erste-Hilfe Workshop

---

- Herr Raschke besuchte uns einen Vormittag lang und erklärte uns, wie wir mit Fahrradtypischen Verletzungen umgehen müssen
- Er hatte auch Verbandssachen dabei und so übten wir auch in der Praxis



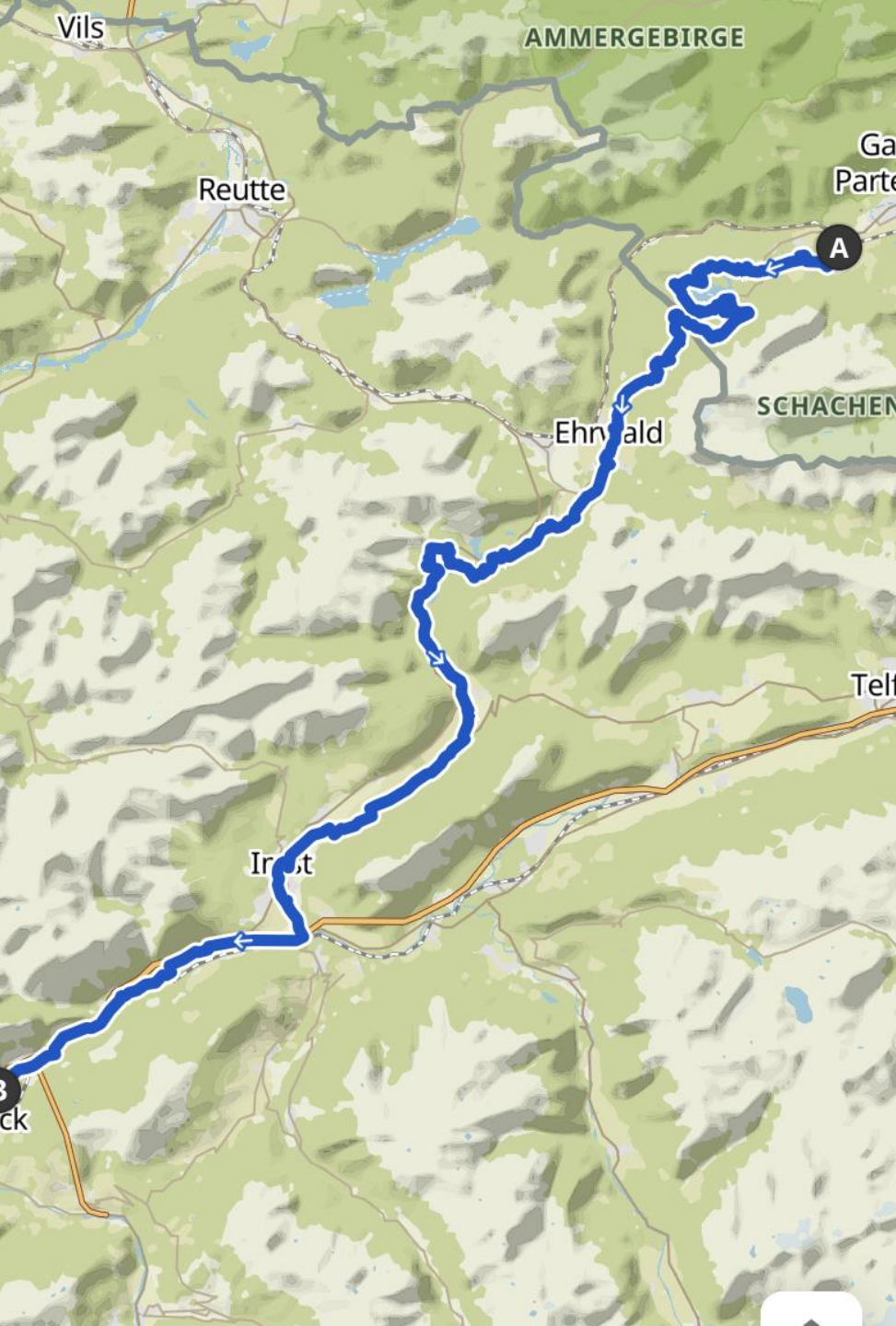
# Hinreise nach Grainau

---

- Eltern haben sich bereit erklärt uns mit insgesamt drei Autos inklusive Fahrräder nach Grainau zu fahren
- Abfahrt: 6 Uhr am Gymnasium Pegnitz
- Ankunft: Grainau: 9 Uhr

# Etappe 1

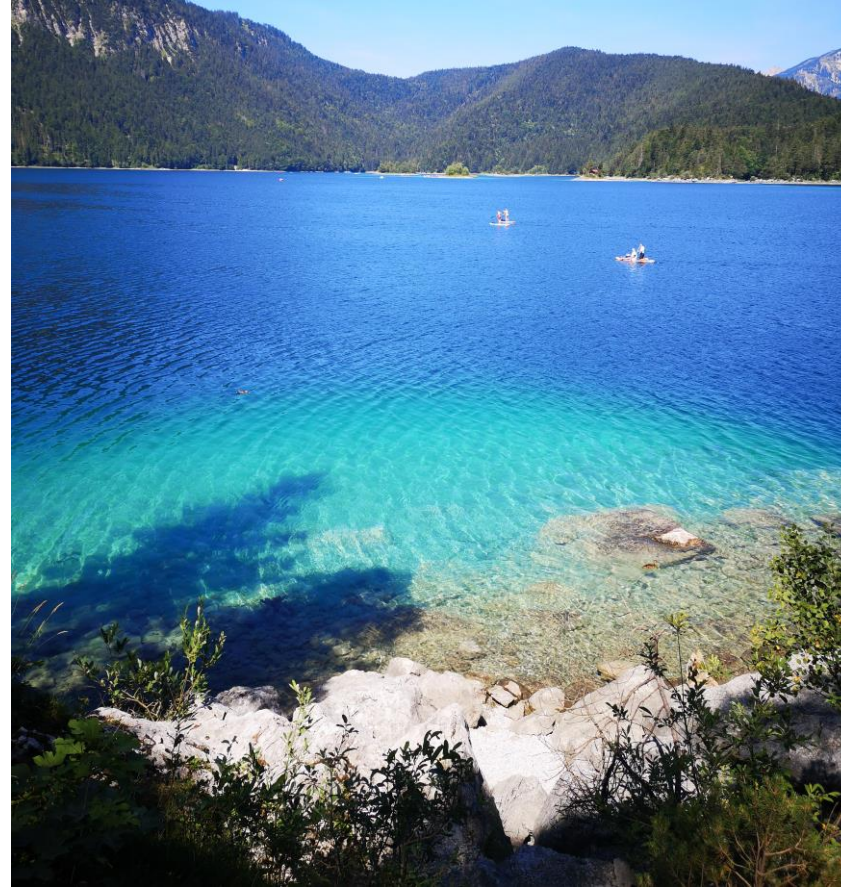
Grainau – Zams



# Über die Strecke

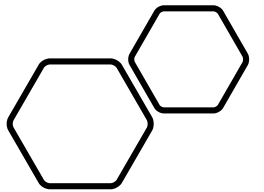
---

- Start: Parkplatz Kurhaus, Grainau
- Ende: Hotel Thurner, Zams
- 83,1 Kilometer
- 1610 Höhenmeter
- Höchster Punkt: 1560 m
- Tiefster Punkt: 760 m
- Mittelschwere technische Fähigkeiten erforderlich
- Konditionell sehr anspruchsvoll



# Eibsee

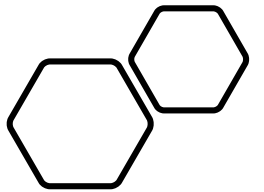
- Wunderschöne Natur
- Eines der größten Highlights auf der Tour





## Hochtörlehütte

- Erste Mittagspause nach 700 hm Anstieg

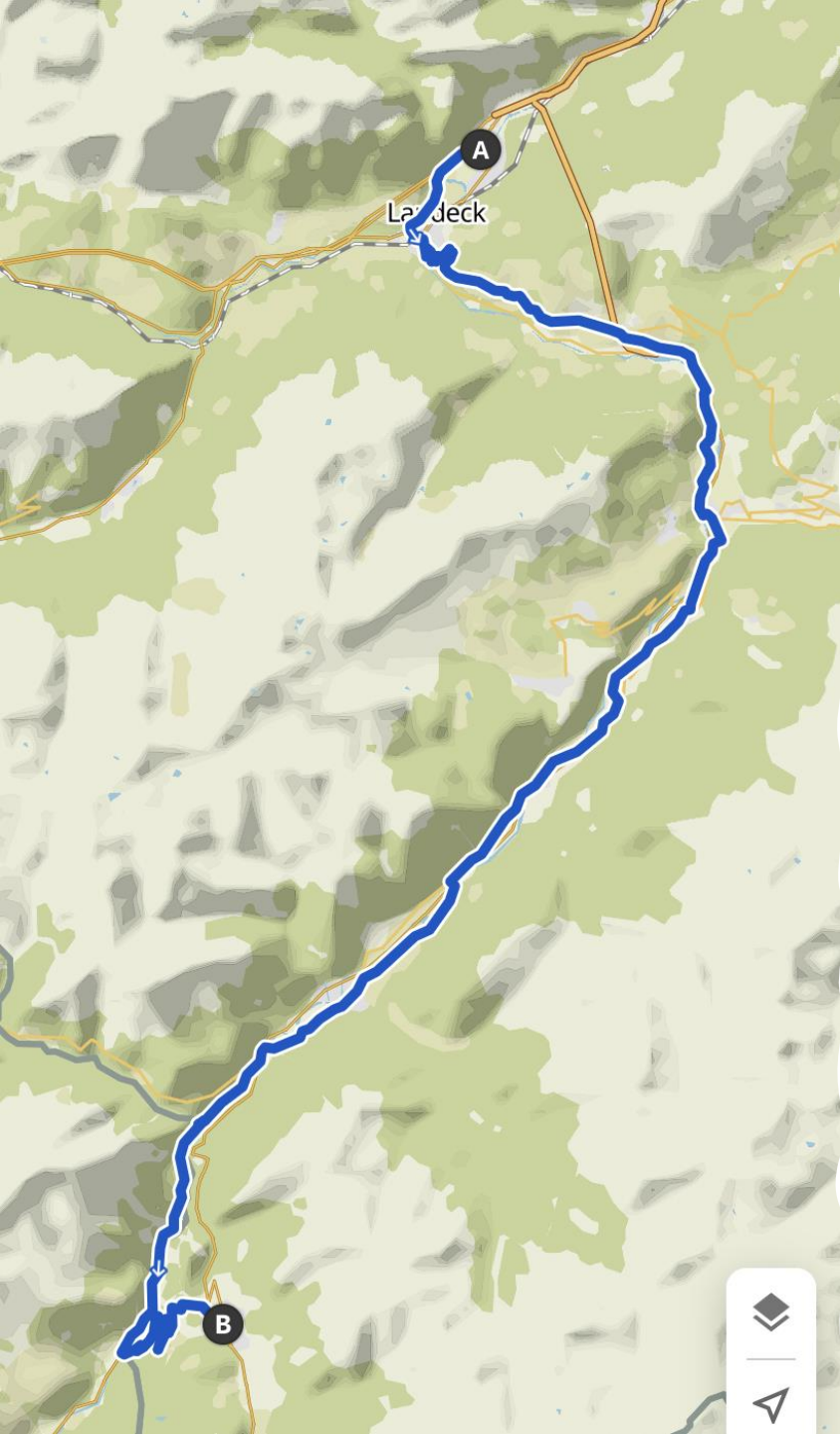






# Etappe 2

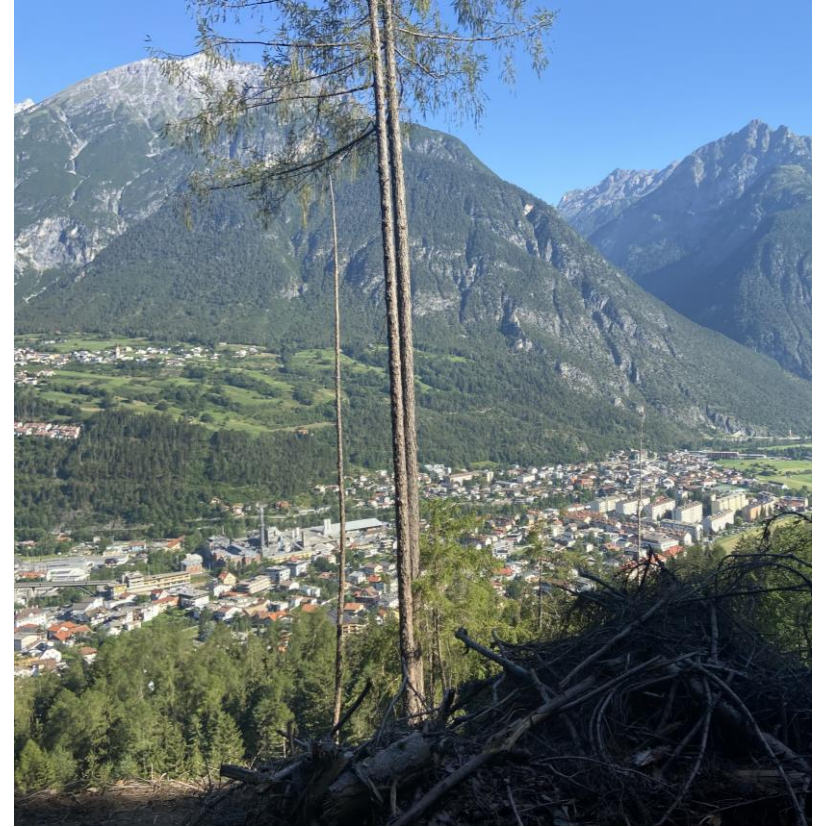
Zams - Nauders



# Über die Strecke

---

- Start: Hotel Thurner, Zams
- Ende: Ibex, Nauders
- 56,8 Kilometer
- 1110 Höhenmeter
- Höchster Punkt: 1410 m
- Tiefster Punkt: 550 m
- Mittelschwere technische Fähigkeiten erforderlich
- Konditionell sehr anspruchsvoll



# Fließer Platte

---





Abfahrt von der Fließer Platte



# Grenzübergang & Norbertshöhe

- Ca. 1 km in der Schweiz
- Anstieg von knapp 600 hm auf Norbertshöhe



Abfahrt Nobertshöhe



Ankunft Nauders

# Etappe 3

Nauders – Meran



# Über die Strecke

---

- 93km, 1030hm
- Von Nauders nach Meran
- Besonderheiten: Panzersperren, Reschensee, Bad in im Fluss Passer
- Mittagspause am Fischerteich Prad
- Erste u. einzige Panne der Tour (Xaver Eisend, Snakebite)



Versuch einer Trail Abfahrt 😊



# Plamort

- Erklímmung des Plamorts
- Besichtigung der Panzersperren und Bunker des 2. Weltkriegs



# Abfahrt zum Reschensee

---



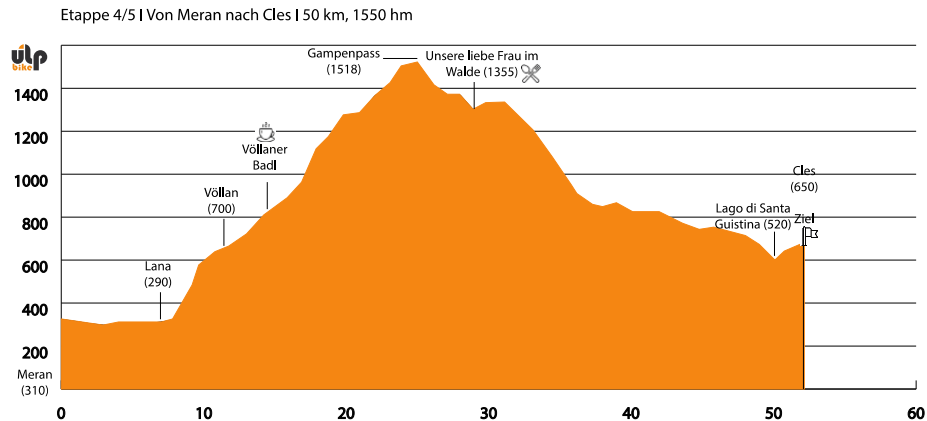
## Ankunft in Meran

- Bad im Fluss Passer
- Ankunft in der Jugendherberge Meran

# Etappe 4

Meran - Cles

# Über die Strecke



- Start bei Jugendherberge Meran
- Ende Antica Trattoria in Cles
- 53,0 km, 1.620 hm
- Mittlere technische Fähigkeiten erforderlich
- Konditionell sehr anspruchsvoll
- Höchster Punkt 1530 m
- Tiefster Punkt 290 m
- Mittlere technische Fähigkeiten erforderlich
- Konditionell schwerer Grad
- Höchster Punkt 1530 m
- Tiefster Punkt 290 m



Fahren zwischen Apfelplantagen



Ankunft in Cles



# Etappe 5

Cles - Riva



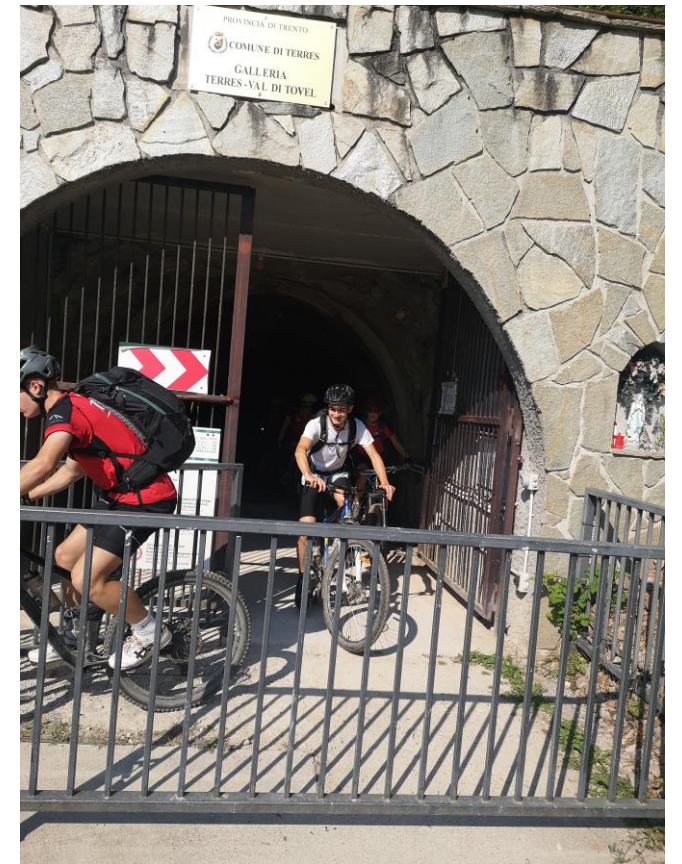
# Über die Strecke

---

- Start bei Antica Trattoria in Cles
- Ende bei Riva del Garda See
- 85,3 km, 1.250 hm
- Höchster Punkt: 1.040 m
- Tiefster Punkt: 70 m
- „Galleria di Terres“: 2,4km langer Tunnel, ziemlich bald auf der Etappe
- Nach etwas mehr als 50 km war die Pause dringend nötig, die Hitze hat allen zu schaffen gemacht
- Die letzten 30 km als Zielstrecke alle gemeinsam



Start der letzten Etappe



# Galleria di Terres

---



Letzten Meter



Endlich am Ziel!

---





Verdiente Belohnung



# Heimreise:

---

- Am 23.07.22 ging es für uns mit dem Shuttle-Bus wieder nach München
- Von München haben uns wieder Elternteile abgeholt und nach Pegnitz gefahren
- Einen kleinen Zwischenstopp gab es aber noch: An der Grenze nach Deutschland wurden wir von der Polizei kontrolliert 😊

