



## **Team "fit-for-life"**

---

Charly · Fredl · Heinz · Karin · Markus · Stephanus · Susanne · Theo

[www.transalps.de](http://www.transalps.de)

# TRANSALP 2001

## INHALTSVERZEICHNIS

A. DIE TOUR .....	Seite 3
B. DIE ETAPPEN (HÖHENPROFIL) .....	Seite 4
C. DAS TEAM .....	Seite 5
D. DIE VORGESCHICHTE .....	Seite 6
E. DAS TAGEBUCH	
Etappe 1, Samstag, 14.7.2001: See - Sur En .....	Seite 7
Etappe 2, Sonntag, 15.7.2001: Sur En - Innersulden .....	Seite 9
Etappe 3, Montag, 16.7.2001: Innersulden - Goldrain .....	Seite 12
Etappe 4, Dienstag, 17.7.2001: Goldrain - St. Gertraud .....	Seite 14
Etappe 5, Mittwoch, 18.7.2001: St. Gertraud - Lago di Tovel .....	Seite 16
Etappe 6, Donnerstag, 19.7.2001: Lago di Tovel - Arco .....	Seite 18
Freitag, 20.7.2001 - Montag, 23.7.2001 .....	Seite 20
F. INFORMATIONEN .....	Seite 22
G. ZUM SCHLUSS .....	Seite 22

## SPONSOREN

**TransAlp-CD, Roadcard, Druck, Website, Hosting**

### SPLEEN ADVERTISING GMBH

Nordendstraße 43 Rgb  
80801 München  
Fon: 089 / 37 48 92 90  
Fax: 089 / 37 48 92 48  
<http://www.spleen.de>  
[box@spleen.de](mailto:box@spleen.de)



**Getränke, Riegel, Trainingsvorbereitung**

### FIT FOR LIFE FITNESSCLUB

Münchner Straße 87a  
85221 Dachau  
Fon: 08131 / 3133 555  
<http://www.fit-for-life-fitnessclub.de>  
[info@fit-for-life-fitnessclub.de](mailto:info@fit-for-life-fitnessclub.de)



## A. DIE TOUR

### Etappe 1: Samstag 14.07.2001

See (1.050m) - Ischgl (1.376m) - Bodenalpe -  
Heidelberger Hütte (2.256m) - Fimber Pass (2.660m) -  
Vna - Ramosch (1.236m) - Sur En (1.124m)

Distanz: 51,76 km  
Durchschnitt: 10,4 km/h  
Zeit: 4:57:29 h  
Höhenmeter: 1574 m (davon 400 Hm schieben)  
Verbrauch: 2429 kcal

### Etappe 2: Sonntag 15.07.2001

Sur En (1.124m) - Uina Dadaint - Val d' Uina (1.800m) -  
Schlinig Pass (2.311m) - Sesvenna Hütte (2.256m) -  
Schlinig - Schleis - Latsch - Glurns - Prad -  
Stilfser Brücke - Innersulden (1.900m)

Distanz: 53,29 km  
Durchschnitt: 8,7 km/h  
Zeit: 6:03:38 h  
Höhenmeter: 2.218 m (davon 300 Hm schieben)  
Verbrauch: 2704 kcal

### Etappe 3. Montag 16.07.2001

Innersulden (1.900m) - Schaubachhütte (2.581m) -  
Madritsch Joch (3.123m) - Zufallhütte (2.265m) -  
Martellital - Goldrain (680m) (Etschtal)

Distanz: 34,22 km  
Durchschnitt: 7,4 km/h  
Zeit: 4:35:09 h  
Höhenmeter: 1.265 m (davon 600 Hm schieben)  
Verbrauch: 2070 kcal

### Etappe 4: Dienstag 17.07.2001

Goldrain (680m) - Latsch - Tarsch - Tarscher Alm -  
Tarscher Pass (2.517m) - Ultental - St. Gertraud (1.519m)

Distanz: 40,16 km  
Durchschnitt: 6,7 km/h  
Zeit: 5:56:01 h  
Höhenmeter: 2.260 (davon 800 Hm schieben)  
Verbrauch: 2240 kcal

### Etappe 5: Mittwoch 18.07.2001

St. Gertraud (1.519m) - Rabbi Joch (2.487m) -  
Haslgruber Hütte (2.525m) - Male - Cles - Tuenno -  
Lago di Tovel (1.178m)

Distanz: 61,91 km  
Durchschnitt: 11,4 km/h  
Zeit: 5:25:50 h  
Höhenmeter: 1.743 m (davon 100 Hm schieben)  
Verbrauch: 1711 kcal

### Etappe 6: Donnerstag 19.07.2001

Lago di Tovel (1.178m) - Malga Flavena - Passo Groste  
(2.443m) - Rif. Gaffer - Madonna di Campiglio (1.500m) -  
Lago di Val d' Agola - Passo Bregn da l'Ors (1.836m) -  
Stenico - Sarcaschlucht - Sentiero Marocche - Arco

Distanz: 86 km + x km Tragen  
Durchschnitt: 11,5 km/h  
Zeit: 7:27:13 h + Tragezeit  
Höhenmeter: 2.100 m  
Verbrauch: 2748 kcal



**Gesamt- Kilometer: 241,34 km**  
**Gesamt-Höhenmeter: 11.160 m**

#### Hinweise:

Die Distanzen können von der wirklich zurückgelegten Kilometern abweichen, da die Kilometerzähler erst ab einer Geschwindigkeit von 1,8 km/h mitzählen und die Räder einige Kilometer getragen wurden.

Bei der Zeit ist es ähnlich, es handelt sich dabei um die reine Fahrzeit (nicht Tragezeit!). Beim Verbrauch beziehen sich die Angaben auf die Daten der Polar M51 mit meinen Daten (weiblich, 27 Jahre, 58kg).

## C. DAS TEAM - fit for life



**Stephanus**

Der Gute-Laune-Garant! Er verpflegte uns während der Tour mit leckeren selbstgemachten Energieriegeln und Haselnüssen! Wurde während eines heißen Kickerkampfes beinahe von seinem Mannschaftskollegen Heinz erschlagen (vor Freude!!). Wurde ffl-Vize-Kickermeister! Gemeinsam waren sie unschlagbar!



**Heinz**

Nur 2 x tauschte er Weißbier gegen andere Getränke: 1 x gegen Wasser, 1 x gegen 2 Tassen Tee mit Rum am Rabbijoch bei 0°C in kurzer Hose. Er wurde der ffl-Kickermeister und schlug Stephanus nur knapp. Am Gardasee ließ er wieder keinen Klettersteig aus!



**Fredl**

Neueinsteiger. Nach kleineren Anfangsschwierigkeiten aufgrund Günnis Vorbereitungs-Ernährungsplan, meisterte er alle 6 Etappen scheinbar mühelos - nur sein Bike warf ihn hin und wieder ab. Stellte die digitale Kamera zur Verfügung. Verdrückte in Rekordgeschwindigkeit die größten Portionen!



**Susanne**

Frauenpower!!

Kam dieses Jahr mit weitaus weniger blauen Flecken davon! Bereitete sich auch dieses Jahr wieder bei einem Fahrtechniktraining mit Mike Kluge optimal auf die TransAlp vor - trotz durchgehendem Regen!



**Karin**

Konnte zum dritten Mal in Folge ihren Geburtstag im Rahmen der TransAlp feiern! War für die Technik im Team zuständig: Fahrradcomputer-Auswertung am Notebook und Transfer der digitalen Bilder, usw! Durch Losglück durfte Sie alle 6 Etappen mit dem Bike fahren! Juhu!



**Charly**

Unser Waschbär! Wiedereinsteiger - nachdem er die letztjährige TransAlp aussetzte, gab es dieses Jahr keine Ausrede. Seine eigenartige Rucksackhaltung bereitete uns viel Freude, leider gibt es kein Beweisfoto! Er hatte aus Zeitmangel die schlechteste Vorbereitung von uns, dafür schlug er sich bravurös.



**Theo**

Unser Guide!

Stellte wieder einmal eine absolute Traumtour zusammen, die wohl kaum mehr zu toppen ist - nur in Kombination mit besserem Wetter vielleicht! Seine sehr guten Italienisch-Kenntnisse halfen uns auch dieses Jahr oft weiter!



**Markus**

Neueinsteiger und Nestäckchen! Er hatte wohl eine so gute Tragetechnik gefunden, daß er sein Bike selbst da trug wo er es auch hätte schieben können - und das mit dem Schwersten aller unserer Bikes! Respekt!

## E. DAS TAGEBUCH

### Tag 1: Samstag, 14.07.2001

Abfahrt Karlsfeld, Autoanfahrt nach See

See (1.050m) - Ischgl (1.376m) - Heidelberger Hütte (2.256m) - Fimber Pass (2.660m) - Ramosch (1.236m) - Sur En (1.124m)



Treffpunkt um 7 Uhr bei Theo - strahlender Sonnenschein, ganz im Gegensatz zum letzten Jahr. Alle waren pünktlich. Berge von Gepäck und 8 Bikes warteten darauf, in den guten alten Bus und in Fredl's Frontera verstaut zu werden. Ein wahrer Autocorso versperrte die Zufahrt zur Garage. Wir packten alle an und schafften es tatsächlich alle Taschen, Rucksäcke und Räder unterzubringen. Vor der Abfahrt verteilte ich die Tourpakete an alle Mitfahrer, bestehend aus der offiziellen TransAlp 2001-CD (mit jeweils 2 Lieblingsliedern der Teamfahrer!), dem Etappenplan in Kreditkartenformat mit allen wichtigen Infos und Telefonnummern, wetterfeste Aufkleber fürs Fahrrad, falls die Tour bestanden werden würde, sowie einem Ernährungsplan vom Günni (mit Hinweisen wie die gesponserten Nahrungsergänzungsmittel optimal eingesetzt werden sollten)!

Um 7.45 Uhr war es soweit: verteilt auf 2 Autos starteten wir - erst mal Richtung Tankstelle. Mit 6 Leuten und jeder Menge Gepäck benötigte der schwerbeladene Bus erst mal etwas Luft in die Reifen. Dann ging es aber gleich weiter Richtung Garmisch. Diesmal ohne Zwischenstopp beim Mc Donalds und ohne Pinkelpause an Stephanus' Pinkelstein. Fredl ist vorgefahren, wir trafen ihn aber bei Garmisch wieder. Ruckzuck waren wir über den Fernpaß. Der erste technische Defekt trat auf: Heinz fehlte eine Schraube an seinen Cleats, die er durch eine viel zu große notdürftig ersetzt hatte - das konnte nicht funktionieren! Kurz bevor wir auf die Autobahn Richtung Ischgl abbiegen wollten, entdeckten wir auf der anderen Straßenseite einen Bikeshop direkt neben einer Tankstelle. Das traf sich gut, da wir vermuteten, daß Fredl noch ein Pickerl kaufen mußte. Also Blinker raus und nix wie hin! Für Fredl gings zu schnell, er fuhr weiter und kam von 300 m weiter samt Isa und Markus zu Fuß angerannt. Nachdem alles erledigt war - einschließlich Pipi-Pause - ging es weiter; allerdings auf getrennten Wegen... mit dem Bus über die Autobahn, mit dem Frontera über die Landstraße! Fredl hatte die Auffahrt verpaßt. An der Abfahrt Richtung Paznauntal warteten wir auf ihn & Co., allerdings ohne Erfolg. Irgendwann kam dann per Handy der entscheidende Hinweis: "Wir sind schon in See. Wo seid Ihr!?" Also nix wie hin!



Abfahrt Karlsfeld: Charly, Susi, Karin, Heinz, Fredl, Markus, Stephanus, Theo

Endlich hatten wir uns wieder und es konnte losgehen. Zunächst allerdings mit dem Taschenumladen. Isa mußte gleich wieder Richtung München zurück, weil sie um 14 Uhr im Studio antreten mußte. Theo sah die ganze Aktion sehr gelassen, er war schließlich der Autofahrer dieses Tages. Um kurz vor 12 Uhr hatten wir endlich alles verstaut, die Räder fahrtüchtig gemacht und die Rucksäcke aufgeschliffen. Da Theo den Altimeter mit Memory-Funktion hat, nahm ich diesen, um das Höhenprofil auf dem Notebook speichern zu können. Auf gehts!



Abfahrt See: Fredl, Markus, Charly, Stephanus, Susanne, Karin, Heinz

Vom Ortsausgang See ging es zunächst über die Straße Richtung Ischgl. Bereits der erste Versuch, einen Tunnel zu umfahren, endete im Nirgendwo - also zurück, Marsch, Marsch! Der Weg auf der anderen Straßenseite brachte uns aber weiter. Kurz vor dem zweiten Tunnel ging es rechts über eine kleine Brücke zu einer Forststraße, die direkt entlang des Baches nach Ischgl führte. Nun waren wir richtig! Immer noch strahlender Sonnenschein und herrliche Temperaturen - wenn man das mit den Witterungsverhältnissen vom letzten Jahr vergleicht... ein Bomben-Auftakt!

In Ischgl selbst orientierten wir uns Richtung Fimbabahn. Allerdings sind wir 2000 irgendwie anders gefahren, aber trotzdem landeten wir bald wieder auf dem ersten steilen Anstieg, der uns gleich herausforderte. Fredl mußte seinen Kohle-

hydrat-Ernährungsplan von Günni bitter büßen - ihm standen die Berge von Spaghetti und Kartoffeln bis zum Hals... Karin und Stephanus gaben schwer Gas und sind bald verschwunden. Wir kamen an einem Wildschweingehege vorbei, um das herum - nicht etwa innendrin - lauter kleine Ferkel sausten. An dieses Stück hatte keiner von uns mehr eine rechte Erinnerung vom letzten Jahr. Erst die Stelle, an die die Seilbahn kreuzt und ein Weidezaun zu überfahren ist, kommt uns wieder bekannt vor. Ein Biker (Ischgl-Iron) überholt uns mit mit einer Monster-Geschwindigkeit, allerdings ohne jegliches Gepäck - mußte ein Einheimischer gewesen sein, der diesen Weg zu seiner Trainingsstrecke erchoren hatte. Auf den Hängen weideten hauptsächlich Pferde. Diesmal fuhren wir durch ein Meer von herrlichem Grün und schönen Blumen. Langsam zogen ein paar Wolken auf und es wurde kühler. Karin, Stephanus und Heinz erreichten als Erste die Heidelberger Hütte. Dann Susanne und später kamen Fredl, Charly und Markus. Es gab Kaiserschmarrn und Frittatasuppe. Für Heinz war die Welt ohnehin in Ordnung - 2 dunkle Weißbier ölfen Kehle und Muskeln!



Heidelberger Hütte



Aufstieg zum Fimberpaß



Dieses Jahr war es um einiges "grüner"



Gipffoto!!

Nach einer ausgiebigen Pause ging es weiter Richtung Fimberpass. Dieses Mal gab es außer Altschnee keine weiße Überraschung! Trotz allem war der Aufstieg ziemlich beschwerlich. Oben angekommen, mußte

Charly erst mal sein Bike (alleine...) mit dem Gipfelschild fotografieren - Starallüren eines Trek-Bikes! Stephanus hatte es daraufhin gleich an dem Pfahl festgebunden. Nach Foto- und Anziehpause ging es wieder bergab Richtung Schweiz. An der Abflugstelle des vergangenen Jahres kam Susanne noch vorbei, aber etwas später war es dann doch wieder soweit... Stephanus hätte beinahe sein Rad in die ewigen Jagdgründe geschickt. Später nahmen noch einige Kühe (eine davon mit einem aparten Nasenring aus Plastik) die Verfolgung auf bzw. versperrten uns den Weg. Kurze Pause an der Hütte - wie letztes Jahr - dann weiter talauswärts.



Suchbild: Wo ist die Susi???

Eine große Lawine hat das Bild des Tales erheblich verändert: Über dem Bach waren Brücken aus Altschnee (besser nicht passieren...) und mehr Geröll. Der kleine Steg, den wir schon letztes Jahr überqueren mußten, hatte eine gefährliche Schiefelage. Anschließend ging es weiter wie auf einer Bobbahn, rauf und runter Richtung Ramosch. Dann noch ein kurzes Stück über die Straße, bis wir links zum Abzweig nach Sur En kamen. Der Campingplatz war schon lange vorher zu sehen gewesen.

Im Hotel angekommen, ging es gleich ab auf die Zimmer. Theo hatte bereits alle Taschen verteilt. Während Susanne duschte installierte ich die Schnittstelle von Theo's Tachometer, um die Daten auf das Notebook speichern zu können. Das klappte auch alles, allerdings zeigte es nicht die Daten des heutigen Tages an, sondern viel ältere. Unter der Dusch fiel mir dann ein, wie es funktionieren könnte und so war es dann auch, die erste Etappe hatten wir nun grafisch vorliegen, juhu!



Das Größte war geschafft - für diesen Tag

Das Abendessen war wie letztes Jahr erstklassig. Als Dessert gab es einen Obstsalat und ich wunderte mich, daß alle anderen den so einfach weglöffelten, denn da war eine Menge Alkohol drinnen. Es stellte sich heraus, daß der Köchin wohl nur bei meinem Obstsalat die Schnapsflasche ausgekommen war, auch nicht schlecht!! Die Sensation des Abends war, daß Heinz ein Glas Wasser (!!!) bestellte und auch trank (nachdem er 2 Weißbier getrunken hatte!)



Beweisfoto: der wassertrinkende Heinz

Müde fielen wir alle ins Bett und freuten uns auf den kommenden Tag!

## Tag 2: Sonntag, 15.07.2001

Sur En (1.124m) - Uina Dadaint - Val d' Uina (1.800m) - Schlinig Pass (2.311m) - Sesvenna Hütte (2.256m) - Schlinig - Schleis - Latsch - Glurns - Prad - Stifiser Brücke - Innersulden (1.900m)



Stephanus und Theo ... wer wird denn da Pause machen?

Keiner von uns schlief in der Nacht besonders gut! Als Susanne und ich relativ früh zum Frühstück gingen, wunderten wir uns, dass die Männer bereits vollständig vertreten waren und einen Teil des Buffets schon abgeräumt hatten. Glücklicherweise gab es auch dieses Jahr wieder ein so leckeres Bircher Müsli, hmmm! Da kam die Kraft ganz von alleine! Nachdem Stephanus etwas aus dem Bus holte, verkündete er lautstark, daß es soeben angefangen hatte zu regnen! Na super! Also wechselte ich doch noch von kurze auf 3/4-Fahrradklamotten! Pünktlich zur Abfahrt um 9 Uhr blickte allerdings die Sonne wieder hervor, juhuhu!

Und dann ging es los: für die meisten auf bereits bekannten Terrain. Komischerweise konnten sich Susanne und ich an die selben Streckenabschnitte nicht mehr erinnern und so zog sich der erste Teil des Anstiegs bis zur Hütte "Uina Dadaint" länger als erwartet. Zwischendurch erwischte uns ein kurzer Schauer - aber das bei Sonnenschein - also nur halb so schlimm. Von einer uns entgegenkommenden großen Wandergruppe wurden wir lautstark angefeuert! Heinz, Theo und Stephanus erwarteten uns bereits vor der Hütte.

Nach einer Bauchmuskeleinheit von Stephanus (als Video dokumentiert!) fuhren wir rasch weiter, vorbei an zahlreichen Kühen über eine grüne Alm auf einem schmalen Trail bis zum felsigen Eintritt in das bekannten wunderschöne Val d' Uina. Markus, der an diesem Tag den Autofahrdienst hatte, fuhr bzw. trug sein Bike noch einige Meter mit hinein in die atemberaubende Felsschlucht, bevor er sich von uns trennte und sich auf den Weg zurück nach Sur En machte. Wir waren von der gigamäßigen Aussicht ebenso angetan wie im letzten Jahr und viel zu schnell erreichten wir das Ende der Schlucht. Oben angekommen blies uns ein eiskalter Wind um die Ohren. Auf dem SingleTrail zum Schlinigpaß mußten wir immer mal wieder schieben. Das Feld zog sich ziemlich schnell auseinander und so kämpfte sich jeder von uns durch Wind und Wetter.



Markus, Charly, Fredl, Susanne, Karin

Ziemlich genau an der Grenze zog immer dichter Nebel auf! Aber ich wußte, daß die Sesvennahütte nicht mehr weit entfernt sein konnte! Meine Finger und ich freuten sich schon auf eine warme Suppe. Theo erwartete uns - dick eingepackt - kurz vor der Hütte um uns die letzten Meter zu weisen, denn man konnte bei dem dichten Nebel leicht daran vorbeifahren. Die Hütte war recht gut besucht, doch Stephanus und Heinz hatten uns bereits einen Tisch gesichert. Wir stärkten und wärmten uns mit Spagetti, Apfelstrudel, Weißbier, Apfelschorle und Tee und stellten erfreut fest, dass die Nebelschwaden nach oben wegzogen und es draußen gar nicht mehr so unfreundlich aussah.



Die Mädels...

Trotzdem zogen wir uns alle Klamotten an, die wir in unseren Rucksäcken fanden, denn es stand eine lange Abfahrt vor uns. Ich hatte das erste Stück noch sehr gut in Erinnerung, denn genau bei dieser monstersteilen Abfahrt schwor ich mir letztes Jahr, nie wieder mit V-Brakes zu fahren. Mein Ghosty brachte mich ganz easy hinunter ohne dass ich Krämpfe in den Unterarmen bekam, juhu! Von Meter zu Meter wurde es wärmer - so konnten wir bald Schicht für Schicht ausziehen. Dabei übersahen wir wohl Stephanus, der unbemerkt stehenblieb und der Rest des Teams an ihm vorbeifuhr. Als sich kurze Zeit später der Weg gabelte und wir davon ausgingen, dass Stephanus bereits vorgefahren ist, opferte sich Theo und fuhr die Straße hinunter, um ihn einzuholen. Als Treffpunkt machten wir die Brücke im nächsten Ort aus, die der Rest der Truppe über eine schönere Forststraße erreichen konnte. Gerade als wir losfahren wollten kam Stephanus! Und Theo war bereits über alle Berge! Mist! Nichts desto trotz fuhren wir über den Alternativweg bis zum vereinbarten Treffpunkt und warteten auf Theo, der auch kurze Zeit später ankam. Gemeinsam ging es dann weiter bis nach Glurns.



Die erste kurze Rast nutzte Stephanus für ein kurzes Bauchworkout

Dort besetzten wir bei strahlendem Sonnenschein einen Tisch auf dem Marktplatz und tranken unsere ersten Cappos. Hmhmhmhm! Die kommenden Kilometer rasten wir im Windschatten hintereinander her - entlang des Etschtalradweges bis nach Prad. Von dort aus mussten wir zunächst auf der Hauptstraße Richtung Stifiser Joch fahren, bäh! Noch dazu fing es plötzlich an, in Strömen zu regnen. Da wir wussten,

# VAL D' UINA GALERIE 2001



Fredl und Markus - der erste Anblick des Val d' Uina



Ja wo sind sie denn?



... felsige Angelegenheit



inkl. Bachüberquerung



Das Panorama



Stephanus trägt, Karin schiebt - verkehrte Welt



kein Kommentar



der erste Cappo in Glurns...



Stephanus



... irgendwo überhalb von Prad auf neu erforschten Wegen



mei is des scheel





Endlich in Sulden angekommen - und sofort umgestiegen auf 'nen Roller!

dass wir noch an die 1.000 Höhenmeter vor uns hatten, blieb uns nichts anderes übrig als die Tatsache zu ignorieren. Als wir an einer Gruppe von Motorradfahrern vorbeifuhren, die sich gerade unterstellten, winkten wir ihnen gut gelaunt zu, worauf sie uns ziemlich doof nachschauten.

Bald konnten wir die Hauptstraße verlassen und auf eine sehr steile Forststraße abzweigen. Theo war sich ziemlich sicher, dass wir über diesen Weg nach Sulden kommen würden. Also kämpften wir uns Meter für Meter durch dichtes Gras, Brennnesseln und stacheliges Gebüsch (diesen Weg scheint schon lange niemand mehr betreten zu haben), bis wir oberhalb der Hauptstraße wieder an eine Lichtung kamen. Die letzten Kilometer auf der Straße zogen sich endlos und es wurde immer kälter. Irgendwann erblickte ich ziemlich erschöpft das Hotel Mignon, puh! Markus erwartete uns schon mit Kohlenhydratdrinks und zeigte uns die Zimmer! Leider war die Sauna bereits aus, so mussten wir uns unter der Dusche wieder aufwärmen, brrrr!

Der Höhepunkt des Abend war dann eindeutig das gigantische Menü! Vom Salatbuffet über Suppe, Fisch und Fleisch bis zur Nachspeisenkreation war einfach Alles vom Allerfeinsten! Die nette Bedienung freute sich über unseren gesunden Appetit und meinte nur, daß sie auf solche Gäste wie uns schon lange gewartet hatte. Das wunderte uns nicht, denn außer uns waren ausschließlich Gäste über 70 Jahre vertreten.

Anschließend installierte ich Fredl's Digitalkamera auf meinem Notebook und so konnten wir uns daraufhin die Bilder der ersten beiden Etappen anschauen!

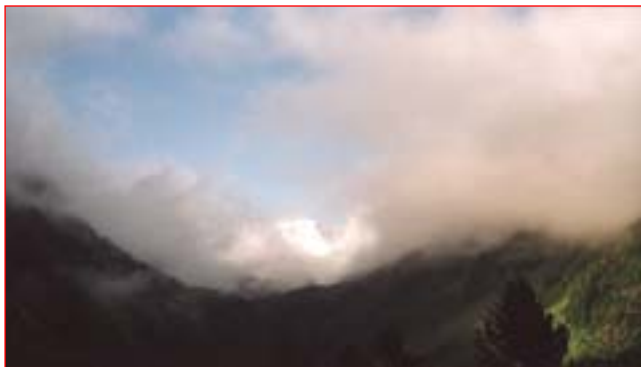
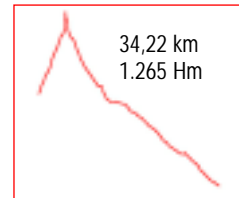
Daraufhin versuchten wir alle möglichst gut zu schlafen, was bei dem lautstarken Gewitter kaum jemandem gelang.



Diese Nachspeise hatten wir uns redlich verdient

## Tag 3, Montag, 16.07.2001

Innersulden (1.900m) - Schaubachhütte (2.581m) - Madritsch Joch (3.123m) - Zufallhütte (2.265m) - Martelltal - Goldrain (680m)



Ein Stück blauer Himmel gab uns Hoffnung über das Madritsch Joch zu kommen...

Oh je, der durchgehende Regen und das lautstarke Donnern in der Nacht ließ nicht gerade auf einen tollen neuen Tag hoffen. Doch mein größter Geburtstagswunsch ging doch noch in Erfüllung, denn pünktlich zum Frühstück konnten wir einen ersten kleinen blauen Fleck am Himmel erkennen. Juhu! Als ich gerade auf dem Balkon stand um das Wetter genauer zu betrachten, sah ich Stephanus, Theo und Fredl, die bereits ihre Taschen ins Auto packten - und so bekam ich ein erstes Geburtstagsständchen gesungen, wow! Da der Nebel und die Wolken sich erst so langsam nach oben verzogen, konnten wir noch nicht erkennen, ob wir über das Madritschjoch kommen würden oder nicht. Also frühstückten wir zunächst sehr ausgiebig. Das Buffet ließ keinen Wunsch offen. Wie immer pünktlich um 9 Uhr standen wir warm eingepackt und voller Erwartung vor dem Hotel - immerhin hatten wir an diesem Tag vor, die 3000m-

Marke zu überschreiten! Aber vorher war wie immer erst Bikepflege angesagt: dabei wurden fleißig die Ketten gesäubert und geschmiert (Stephanus nahm dabei fatalerweise die falsche Zahnbürste!!) Daraufhin konnten wir tatsächlich bei Sonnenschein in Richtung Schaubachhütte starten.



Obligatorisches Abfahrtsfoto vor dem Hotel Mignon in Innersulden

Leider nicht besonders lange fahrenderweise, denn bald wurde der Forstweg extrem steil, so dass sogar das Schieben sehr anstrengend wurde. Die Kulisse war superschön, denn das schwarze Ortlermassiv mit dem weißen Schnee und den großen Wolkentürmen, die daran fest hingen, wirkte ziemlich beeindruckend. Die ausgesetzte Schaubachhütte - unser erstes Ziel - war immer mal wieder aus der Entfernung zu sehen, schien aber kaum näher zu kommen. Wir konnten es immer noch nicht glauben, was für ein Glück wir mit dem Wetter hatten, denn es schien



da war nicht viel mit Fahren!!!

größtenteils die Sonne. An der Hütte blies ein eiskalter Wind, so dass wir nur kurz pausierten, bevor wir uns auf den Weg weiter nach oben über das Madritschjoch machten. Die Schneefelder wurden immer länger, tiefer und steiler - und die Luft immer dünner. So kämpften wir uns mit den geschulterten Rädern Meter um Meter nach oben. Als unsere Höhenmesser genau eine Höhe von 3000m anzeigten, war natürlich Fotopause angesagt. Die letzten 150 Höhenmeter bis zum Gipfelkreuz waren dann auch kein Problem mehr (mal abgesehen von den unfreundlichen Wanderern, die uns entgegenkamen). Oben schossen wir noch schnell ein paar Bilder und zogen uns die letzten Kleidungsstücke über, denn es war saukalt.



Ortlermassiv

Und dann ging das Abenteuer eigentlich erst los, denn der Abstieg erwies sich als sehr schwierig. Stephanus machte es uns vor und landete prompt nach zwei Schritten bei extremer Steilheit und Schnee auf dem Hosenboden und rutschte ein Stück weiter bis es wieder einigermaßen ging. So in der Art machten wir es ihm alle nach. Dann teilte sich die Gruppe: ich folgte Stephanus und Heinz, und erfanden dabei eine neue Trendsportart: Bike-Boards, was eine extrem gelenkschonende und schnelle Art und Weise darstellte über die Schneefelder herunterzukommen. Die anderen folgten Theo und querten das Schneefeld und nah-



Wo ist denn der Typ, der da am Zaun lehnte hin verschwunden?

men eine andere Route, was im Nachhinein vielleicht die bessere Alternative war, denn bald kamen, Heinz, Stephanus und ich an eine Felsformation, die nur sehr schwer zu bezwingen war. Aber zurück konnten wir auch nicht mehr. Mit einer Hand klammerten wir uns an die Felsen, mit der anderen hielten wir die Räder. So kletterten wir bestmöglichst über die Felsen zum nächsten Schneefeld. Doch da es sich um einen Gletscher handelte, war der Einstieg auf das Schneefeld



Schneewanderung

sehr schwer, denn da war ein ziemlich großer Spalt und drunter das Schmelzwasser das talauswärts floß. Wir mussten vor allem darauf achten, nicht mit einem Bein in die Schneespalten zu kommen. Aber auch das meisterten wir und so rutschen wir dann das letzte Stück samt Rad auf dem Hosenboden, bzw. Heinz eleganter auf seinen Schuhen, das Schneefeld herab. Ziemlich zeitgleich kamen auch die anderen über den Alternativweg herunter. Und nun lag eine geniale Abfahrt über ein Singletrail in ein noch genialeres Tal vor uns (endlich

wieder grün, nicht mehr nur grauer Fels!!). Dabei legte zwar jeder von uns eine kurze Akrobatiknummer ein (Salto über den Lenker oder elegantes Übergrätschen), aber dabei verletzte sich glücklicherweise niemand.



Das offizielle 3000m-Bild!!



sehr freundlich schaut das Ortlermassiv nicht gerade aus...

Von Meter zu Meter wurde es wärmer! Susanne, Fredl und ich sahen mit Entsetzen aus der Weite, wie die Herren plötzlich wieder Ihre Räder schulterten und einen extrem steilen Anstieg in Angriff nahmen, obwohl der Hauptweg eigentlich schön bergab weiterführte. Aber wir erkannten recht schnell, dass es sich dabei nur um einen kurzen Abstecher zur Zufallhütte handelte, der sich sehr lohnte. Denn oben setzten wir uns auf die Terasse, verspeisten Spagetti und Erdbeerkuchen. Anschließend hatten wir einen heftigeren Trail vor uns. Ich denke da waren schon seit Monaten keine Wanderer, geschweige denn Biker unterwegs gewesen. Für die Meisten von uns war da Schieben angesagt, aber schön war es trotzdem. Irgendwann spuckte uns der Urwald auf eine Asphaltstraße aus.

Diese führte durch das Martelltal, von dem uns Theo bereits erzählt hatte, dass es dort zu dieser Jahreszeit die besten Erdbeeren gebe. Das war echt cool, denn während der Abfahrt wurde man zeitweise von einer wahnsinns Erdbeeraromadurftwolke eingefangen. Lecker!



Das Männer-Gipfelfoto auf 3.125m Höhe



Von da hinten oben kamen wir... wow!

Plötzlich stand die Asphaltstraße total unter Wasser. Da musste wohl kurze Zeit vorher ein starker Platzregen heruntergekommen sein. Und so wurden wir zwar an diesem Tag nicht von oben nass, dafür aber umso mehr von unten. Igit! Da wir wussten, dass es nicht mehr weit zum Etappenzielort sein konnte, zogen wir uns nicht mehr groß Regenklamotten an. Nach einigen Kilometern Wasserrutschenabfahrt erreichten wir den Ort Goldrain. Da Susanne Geld holen mussten, hielten wir am nächsten Bankomaten. Als wir da so warteten, schaute plötzlich Charly vom Nachbargrundstück über den Zaun. So ein Zufall, denn sonst wären wir wahrscheinlich vorbeigedüst. Wir parkten unsere Räder in der Garage und veranstalteten ein Geburtstags-Sit-In vor Theos Bus. Ich hatte meinen Geburtstag durch die vielen schönen Eindrücke der Tour total vergessen! Doch die Anderen zauberten Steck-

Sektgläser und Champagner hervor - und Geschenke, uiiiiii! Ich bekam das Polo Sport-Parfum und die dazugehörige Bodylotion, hmmm! Und dann durfte ich noch einen Opel Zafira auspacken, natürlich in Miniatur, aber in schwarz und superschön. Dadurch fiel mir das lange Warten auf den "Richtigen" um einiges leichter. Das hat mich gefreut! Vielen Dank nochmal an alle TransAlper! Anschließend bezogen wir unsere super Zimmer und marschierten sofort, ziemlich durchgefroren, in die extra für uns aufgeheizte Sauna, juhu! Die zwei Saunagänge belebten Körper und Geist!

Pünktlich stürmten wir in den Speisesaal: diesmal gab es wieder ein Menü vom Allerfeinsten (siehe Foto). Anschließend führte uns Charly, der ja bereits tagsüber den Ort erkundete, ins bombastischen Ortszentrum. Stephanus hatte bei unserer Ankunft schon einen netten kleinen Biergarten entdeckt und dort spazierte wir hin - Stephanus und ich voran, und so konnten nur wir die extrem lustige Szene miterleben, wie ein Mädels auf ihren Roller stieg und mit Vollgas losfahren wollte und plötzlich vorne über zwischen Rollen und Hauswand flog. Dabei passierte nichts und ihre Freundin lachte sich kaputt. Wir auch, aber nicht so ganz offensichtlich! In dem kleinen Biergarten (es handelte sich dabei um eine Tafelrunde, denn die Bedienungen



Auf der Terasse der Zufallhütte

und Kellner waren alle kostümiert) unter dichtem Efeu genehmigten wir uns 2 Pullen Wein. Susanne, Theo, Fredl und Markus machten sich bald wieder auf den Weg zurück ins Hotel. Stephanus und ich hielten noch 1 Weinglas länger durch, und Heinz und Charly gaben sich die Kante und killten noch eine weitere Pulle Wein.



Meine 3. Geburtstagsfeier in Folge im Rahmen einer TransAlp



und alle auf einmal...



Unser Geburtstagsbuffet

## Tag 4: Dienstag, 17.07.2001

Goldrain (680m) - Latsch - Tarsch - Tarscher Alm - Tarscher Pass (2.517m) - Ultental - St. Gertraud (1.519m)



Abfahrt bei Sonnenschein vor dem Hotel Tappeiner in Goldrain

An diesem Morgen strahlte die Sonne bereits vom Himmel als wir aufstanden. So konnten wir nach dem Frühstück und dem Packen im kurzen Radoutfit (Theo sogar oben ohne, huiiiiii!) voller Freude und Erwarten in die 4. Etappe starten. Heinz gab langsam die Hoffnung auf, noch einen freiwilligen Autofahrer zu finden. Deshalb war er an diesem Morgen weniger gut gelaunt, als er sich ins Auto setzte und die Kilometer bis nach St. Gertraud mit dem Bus zurücklegen mußte. Der Rest der Truppe freute sich auf eine sonnige Tour über den Tarscher Paß.

Die ersten Kilo- und Höhenmeter legten wir auf Asphalt (kaum befahrene Straße) zurück. Anschließend ging es über einen Forstweg zur Tarscher Alm.



Beweisfoto für Heinz: Weißbier vom Faß auf 1.920m Höhe

Wir entdeckten auf einem Wegweiserschild, daß es dort sogar Franziskaner Hefeweizen vom Faß gibt und das auf 1.940m Höhe - sofort legten wir eine Gedenkminute für Heinz ein! Warum auch immer?! Die letzten Kilometer dorthin mußten wir (zumindest der Großteil) schieben. Fast oben angekommen deprimierte uns dann noch ein Mädchel, das die Skipiste in einem Mordstempo hochfuhr, als ob gar nichts dabei wäre. Auf der Alm (die obere!!) wurden wir von dem Wirt äußerst nett empfangen und stärkten uns dort mit Nudeln und Apfelschorlen! Uns fiel auf, daß außer uns ausschließlich Wanderer unterwegs waren, und davon eine ganze Menge. Wir konnten von der Alm aus den noch vor uns liegenden Weg und das Gipfelkreuz sehen: ca. 600 nicht fahrbare Höhenmeter lagen vor uns (deshalb wahrscheinlich die Überzahl an Wanderern!).



Spagettipause auf der oberen Tarscher Alm

Das erste Stück führte auf einem breiten, aber sehr steilen Schotterweg nach oben, vorbei an sehr komisch blickenden Karo-Hemden-Träger und coolen Pferden mit Tolle, die arrogant an uns vorbeiblickten. Auf dem zweiten Stück war dann auch mit Schieben schluß - so schulterten wir die Räder und kletterten auf einem schmalen Pfad nach oben, immer



Aufstieg zum Tarscher Paß



Geschafft!!!!

das nicht näher kommende Gipfelkreuz im Visier. Manche Wanderer glaubten uns auch jetzt noch nicht, daß wir da wirklich hoch wollten. Aber wir schafften es! Von dort oben konnten wir bis in das Tal, aus dem wir heute morgen gestartet sind, blicken! Das sah total verrückt aus, denn wir befanden uns in einem total kargen, grauen und steinigen Gelände und von unten strahlte uns das satte Grün der Wiesen entgegen. Natürlich legten auch wir Steine auf das Männchen (vor allem für Heinz!) und zogen uns warm an, denn erstens war die Sonne dort oben verschwunden und zweitens hatten wir den Abstieg vor uns.



Der Tarscher Paß ist bezwungen - yeah!

Stephanus hatte es besonders eilig und war bald nur noch aus der Entfernung zu sehen, was fast zu seinem Verhängnis wurde, denn gerade unser größter Tierfreund Stephanus wurde von den Tarscher Killerziegen verfolgt, was von oben sehr lustig aussah, allerdings ihn kurzzeitig in Panik versetzte. Er wurde immer schneller... aber er konnte sich letztendlich mit eigener Kraft aus der Gewalt der Tiere befreien. Der Abstieg war aber auch ohne

Tierangriffen sehr mühsam, denn man mußte extrem aufpassen auf den losen Steinen nicht den Halt zu verlieren. Und dann kamen uns auch noch 2 Burschen entgegen (zu Fuß!), die so extreme Körperausdünstungen hatten, daß wir vermuteten, daß sie mit den Ziegen verbündet waren und es auf die armen, ahnungslosen, absteigenden MTBer abgesehen hatten.



Kurze Rast nach dem Angriff der Tarscher Killerziegen!

Nach einer kurzen Pause kamen wir bald auf einen breiten Forstweg auf dem es dann schneller talwärts ging. Gerade als wir an einem Gasthaus vorbeikamen, fielen die ersten dicken Regentropfen und so nutzen wir die Gelegenheit, Latte Macchiato zu trinken. Das passte ganz gut, da wir nicht genau wußten wie wir weiterfahren mußten, um nach St. Gertraud zu kommen. Theo studierte kurz die Karte. Fakt war, daß wir noch an die 500 Höhenmeter zu fahren hatten! Also machten wir uns bald wieder auf den Weg, hielten nochmal kurz an einer Kirche und fuhren hinab ins Tal. Gerade als wir an einem Haus stehenblieben und Theo einen Einheimischen fragte, ob der Weg richtig sei, bewegte sich die Erde! Ja, wie wir später in den Nachrichten erfuhren war ganz in der Nähe - in Meran - ein Erdbeben. Ich saß leider (oder Gott sei Dank!?) in diesem Moment auf meinem Fahrrad und durch den Dämpfer bekam ich persönlich nicht viel davon mit. Die anderen beschrieben aber, daß sie dachten es würde direkt ein Zug unter ihnen durchfahren.

Entgegen Charlys Hoffnung - der muskuläre Probleme hatte - nahmen wir nicht den direkten Weg über die Landstraße, sondern fuhren auf einem superschönen Weg über die höher liegenden kleinen Dörfer und kamen so nach insgesamt 2.300 Höhenmetern (neuer persönlicher Rekord, juhu!) nach St. Gertraud an dem einzigen Hotel des Ortes an, in dem Heinz uns bereits erwartete. Wir erholten uns kurz auf der sonnigen Terasse, bevor uns Heinz auf die eher spärlichen Zimmer führte. Nach Duschen und Körperpflege freuten wir uns wie immer auf das wohl verdiente Abendessen und das war wieder einmal genau nach unserem Geschmack: Salatbuffet, Pasta zur Vorspeise, umfangreiche Hauptspeise und leckere Nachspeise. Nur die vielen Fliegen ärgerten uns. Nach dem Essen ließen wir den superschönen Tag mit einem Match am Kickerkasten ausklingen. Charly und Heinz spielten gegen Stephanus und mich, und besiegten uns letztendlich, aber wir forderten Revanche, spätestens am Lago!!!



Am Abend ging der Kampf weiter...

## Tag 5: Mittwoch, 18.07.2001

St. Gertraud (1.519m) - Rabbi Joch (2.487m) - Haslgruber Hütte (2.525m) - Male - Cles - Tuenno - Lago di Tovel (1.178m)



Abfahrt in St. Gertraud

Der Himmel ließ an diesem Morgen nicht das Beste hoffen, zumindest nicht, wenn man in die Richtung blickte, in die wir mußten. Aber es hätte schlimmer sein können, denn immerhin war es trocken und nicht sooooo kalt. Nachdem Charly am Vortag über Oberschenkelprobleme klagte, konnte Susanne, die an diesem Tag Autodienst hatte, noch hoffen. Doch nach einer kleinen Testfahrt nach dem Frühstück entschied sich Charly doch, die Etappe mitzufahren. Und so verabschiedeten wir uns von Susi und nahmen den Forstweg nach oben in Richtung Rabbi Joch. Nach einigen Kilometern wurde der Anstieg steiler und der Untergrund grobschottriger, so daß ein Fahren kaum noch möglich war. Die Nebelschwaden verfolgten uns vom Tal aus auf Tritt und Schritt.

Irgendwann wurde der Forstweg zu einem schmalen Pfad und die Bikes mußten getragen werden. Das Wetter wurde immer schlechter und der Wind blies uns eiskalt um die Ohren. Manchmal konnte man in der Entfernung ein Steinmännchen sehen, das uns den Weg deutete. Irgendwann kamen wir an einer vereinsamten Alm vorbei, vor der ein sehr finster blickender Mann mit einem noch finsterer blickenden schwarzen Schäferhund standen und uns sehr mißbilligende Blicke zuwarfen. Fast oben (soweit wir das zumindest bei dem Nebel erkennen konnten) zogen wir uns warm an - bis auf Heinz, der seine lange Hose nicht dabei hatte, da er sie in seiner Tasche am Morgen nicht finden konnte (sie tauchte dann am Gardasee wieder auf - in seiner Tasche!). Deshalb machten wir schnell ein paar Fotos am Rabbijoch (nur zu erkennen durch das Schild) und hofften, daß die Haslgruber Hütte, unsere nächste Anlauf- bzw. Aufwärmstation nicht mehr weit sein konnte!



Der Nebel war uns dicht auf den Fersen...

So war es dann auch: glücklicherweise fuhr Markus dicht vor mir und erkannte die Hütte, an der ich wahrscheinlich aufgrund des Nebels prompt vorbeigefahren wäre.

Irgendwie erinnerte mich das an einen der Schlechtwetter-Skitage in meinem Leben, an denen man völlig durchfrozen in eine Skihütte einkehrt... nur diesmal stellten wir anstelle der Snowboards die Räder ab. In der Hütte merkte man recht schnell, daß wir Südtirol verlassen hatten, denn die Hüttenwirte konnten kein Deutsch mehr. Aber wir hatten ja unseren Meisterdolmetscher Theo dabei, und so kamen wir zu Spagetti, Suppe und Tee. Sogar unser Heinz verzichtete freiwillig auf seine obligatorischen Weißbiere und zog 2 Tassen Tee vor - allerdings mit Rum! Der Gedanke daran, wieder ins Freie zu müssen versetzte mich nicht gerade in Hochstimmung, doch ich zog mir tapfer meine Windstoppersocken und alles andere warme Zeug an und wagte mich nach Draußen.



Schieben, schieben, schieben ...

Wir hatten nun einen supergenialen Singletrail vor uns. Das machte Spaß und so wurde es uns auch ziemlich schnell wieder warm. Auf einem breiteren Forstweg und anschließend auf einem Asphaltsträßchen ging es dann weiter talauswärts durch einige Dörfer. Irgendwie war das interessant zu beobachten: man muß nur über einen Berg fahren (oder gehen) und plötzlich ist man in einem komplett anderen Landesteil: total italienisch mit Palmen, mildem Klima und richtig südländischem Flair...



Heinz am Rabbijoch in kurzen Hosen bei 0°C

In dem Ort hielten wir Ausschau nach einem Café, doch außer einem Jugendzentrum war alles wie ausgestorben (die hatten alle Siesta!). Also genehmigten wir uns in der etwas komischen Jugendzentrumsatmosphäre zwischen Kickerkästen unsere Cappos. Wir mußten uns sowieso schnell wieder auf den Weg machen, da wir noch einige Kilometer und Höhenmeter vor uns hatten. Auf einem Radweg kamen wir recht schnell voran - bergauf und bergab bis nach Dimaro. Von dort aus mußten wir zunächst auf einer recht befahrenen Straße und bald wieder auf einem Radweg weiter. Plötzlich entdeckten wir eine Radrennbahn zu unserer Linken und steuerten natürlich sofort darauf zu und drehten eine Runde auf der Tartanbahn!



Wasserfall

Da kam gleich ein 6-Tage-Rennen-Feeling auf! Und dann war der Endspurt der heutigen Etappe angesagt: wir befanden uns auf einer Höhe von 600m und wußten, daß unser Zielort, der Lago di Tovel auf 1.200m liegt, oje! Und dann ging es anfangs auch noch bergab bevor eine nicht mehr enden wollende Straße stetig bergauf bis zum Lago di Tovel führte. Stephanus, Theo und Heinz waren sehr schnell aus unserer Sichtweite. Ich hatte leider nicht mehr viele Reserven.

Auf halber Strecke kam uns Susanne mit dem Bus entgegen und dopte uns mit frischen leckeren Erdbeeren, erklärte uns den Weg zur Pension und bereitete uns auf eine, im Vergleich zu den letzten Unterkünften, eher spartanische Version vor. Aber das war uns in diesem Moment ziemlich egal, Hauptsache endlich ankommen! Dann fing es auch noch an zu regnen. Fredl und ich bauten uns währenddessen mit den unterschiedlichsten Abendmenüideen auf.



Im Fahren fotografiert...

Ziemlich am Ende unserer Kräfte kamen wir endlich zur Pension Lago di Rosso und vernichteten auf der Stelle die Reste des Geburtstagskuchens und die Erdbeeren, bevor wir die Zimmer bezogen. Die familiengeführte Pension war super nett: eine knarrende Holzterasse, die uns auf unsere Etage führte, die Zimmer gerade so breit, daß zwei Betten hintereinander paßten (und ein Schrank daneben) und eine Etagendusche mit heißem Wasser, die uns verhalf wieder einigermaßen fit zu werden. Vor dem Abendessen spazierten Stephanus, Susanne und ich an das naheliegende Seeufer. Es regnete nur noch ganz leicht und die Nebel- bzw. Dunstschwaden lagen gespenstisch über dem See. Eine sehr schöne Stimmung war das... dabei stellen wir ganz schwermütig fest, daß nun schon unsere letzte Etappe vor uns lag. Warum gehen die schönen Stunden und Tage im Leben immer so schnell vorüber?



Kurzer Abstecher auf eine Radrennbahn

Nach einem kurzen gemeinsamen Treffen auf der Veranda der Pension gab es Abendessen. Da wurden alle unsere Vorstellungen und Wünsche, die wir während der Fahrt hatten, weit übertroffen: nach einer Vorspeise (Wahl zwischen einer

Minestrone oder Spagetti) gab es als Hauptgericht frischen Fisch mit Kartoffeln, Bohnen und Blattspinat. Zur Nachspeise wurde uns ein noch warmer selbstgemachter Apfelkuchen serviert! Lecker, Lecker! An der Bar genehmigten wir uns anschließend noch verschiedene Gute-Nacht-Grappas. Susanne und ich probierten einen Schokoladen-Grappa, waren aber davon eher enttäuscht! Man kann ja nicht immer Glück haben!

Mit der Hoffnung, daß die noch immer nassen Klamotten über Nacht trocknen würden und daß der Regen aufhören würde, gingen wir alle ins Bett und ließen uns von dem lauten Plätschern in den Schlaf bringen ...



Lago di Tovel

## Tag 6: Donnerstag, 19.07.2001

Lago di Tovel (1.178m) - Malga Flavena - Passo Groste (2.443m) - Rif. Gaffer - Madonna di Campiglio (1.500m) - Lago di Val d' Agola - Passo Bregn da l' Ors (1.836m) - Stenico - Sarcaschlucht - Sentiero Marocche - Arco



Heidiland ...

wahrscheinlich weil wir bereits die letzte (dafür aber längste) Etappe vor uns hatten.

Vor der Abfahrt kümmerten wir uns wie immer um die Räder, gaben ihnen die letzte Ölung und verabschiedeten uns diesmal wieder von Charly, der seine Etappe gegen die Autofahrt zu Gunsten von Stephanus einlöste. Wir beauftragten ihn noch, die Zimmer durchzusehen, falls wir ausversehen was liegengelassen hätten, und nahmen den Weg nach oben. Ich wunderte mich, daß Stephanus an diesem Tag einen so leeren Rucksack am Rücken hatte und sagte ihm das auch. Das ließ er sich wohl durch den Kopf gehen, denn einige Kilometer später fiel ihm ein, daß er seine GoreTex-Jacke im Schrank hat hängen lasse. Er drehte schnell um und hoffte, daß Charly noch da war und die Jacke gefunden hat. Doch Charly hat sich wohl schnell aus dem Staub gemacht - die Jacke war glücklicherweise noch im Schrank (Charly, Charly, Auftrag nicht erfüllt!!!) Großes Glück für Stephanus, denn wie sich später rausstellen sollte wäre es ohne Jacke sehr ungemütlich geworden auf dem Passo Groste! Wir warteten währenddessen auf Stephanus. Als wir wieder vollständig waren, kämpften wir uns über die nassen Wege nach oben. Bald versperrte uns eine Gerölllawine den Weg. Bagger waren bereits dabei, den Weg wieder freizumachen. Staphanus und Charly hörten am Vorabend, wie diese Lawine abging, allerdings dachten sie eher an ein Donnern. Wir balancierten über die großen und losen Geröllbrocken mit den Rädern auf der Schulter und waren froh als wir drüber hinweg waren.



Auf dem Weg zum Passo Groste



Tragen ohne Ende

Danach ging es auf einem Forstweg weiter bergauf bis wir ins märchenhafte "Heidiland" kamen - eine scheinbar unberührte und saftig grüne Landschaft! Bald darauf wurden die Wiesen immer spärlicher und wir kamen dem steinigen und grauen Passo Groste immer näher. Fahrbar war ab dem Heidiland nichts mehr und so wechselten wir immer wieder zwischen Schieben und Tragen und kämpften uns Meter um Meter nach oben. Uns verfolgten die Wolken vom Tal und holten uns irgendwann ein. Es wurde unangenehm kalt und feucht. Da wir eingekreist waren von sehr hohen Bergen und kein Ziel zu sehen war, konnten wir immer nur ahnen wie weit es noch sein könnte. Nach jeder Kuppe hofften wir auf die Rifugio... irgendwann kamen wir auf ein Plateau. Da der Wind so verdammt kalt und stark blies, zogen wir uns alles an, was wir dabei hatten (spätestens hier wäre Stephanus ohne Jacke erfroren!). Und dann stand die Rifugio plötzlich vor uns. In dieser Liftstationshütte, in der zu dieser Jahreszeit so gut wie gar nichts los ist, wärmten wir uns und füllten unsere verlorenen Kohlenhydrate mit Spagetti auf. Von unserem Platz aus konnten wir unser nächstes Ziel - Madonna di Campiglio - bereits sehen. Da wir noch einige Kilo- und Höhenmeter vor uns hatten, machten wir uns bald auf den Weg. Die Abfahrt war im ersten Teil sehr grobschot-



trig und steil, was besonders dem Markus ohne Vorderbremse (seine Magura Louise hat den Druck verloren!) zu schaffen machte. In regelmäßigen Abständen mußte er die glühende Hinterradbremse abkühlen lassen, um die nicht auch noch zu "verlieren". Es ging hinab bis nach Madonna di Campiglio, der meiner Meinung nach immer noch scheußlichste Ort in Norditalien. Vom Ort ging es irgendwann auf einem Schotterweg weiter bergab. Stephanus wollte uns ganz stolz die Stelle zeigen, an der er bei unserer ersten TransAlp seinen Vorwärtssalto machte, doch diese Stelle war





... und dann auch noch Regen!

strahlende, grüne Wiese von den Fotos der anderen (die mit der Kuh!), aber selbst dort oben zu stehen war einmalig!!

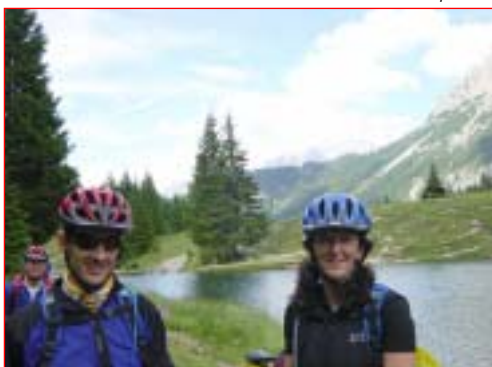
mittlerweile durch Holztreppe entschärft worden. Der kommende Trail war aber auch nicht ganz ohne - aber wir schafften es ohne Sturz. Irgendwann kamen wir auf einen größeren Forstweg. Nachdem wir nun wieder einige Höhenmeter zu strampeln hatten und sich die Sonne mittlerweile wieder durchgesetzt hatte, zogen wir uns mal zur Abwechslung aus. Auf einem "angenehm" steilen und breiten Forstweg schlängelten wir uns nach oben - Theo voran, dann Stephanus und Heinz, Susi und ich quasselnder Weise, Fredl (Kreuzschmerzgeplagt) und Markus hinterher. An einem schönen See trafen wir uns alle wieder. Von da an war bis zum Passo Bregn da l'Ors wieder Schieben angesagt. Einem Teil der Gruppe war dieser Abschnitt bereits von der letzten Etappe der ersten TransAlp bekannt. Da ich damals die Autofahretappe hatte, freute ich mich umso mehr dieses doch noch erleben zu können. Doch merkte ich auch langsam, daß mein Akku ganz schön leer war. Einerseits sehnte ich mich danach, endlich in Arco anzukommen, auf der anderen Seite war damit die dritte Transalp schon wieder beinahe zu Ende. Diese Tatsache stimmte mich einerseits glücklich und andererseits traurig...

Ich kannte die große, durch die Sonne



Und wo müssen wir da drüber??

Anschließend hatten wir eine monsterlange Abfahrt vor uns, erst auf einem kleinen Pfad, später auf einem breiteren Forstweg. In einer Hütte machten wir noch einmal eine Pause und tranken Latte Macchiato und aßen Kuchen. Dann fuhren wir auf Asphalt hinab bis ins Tal. Die letzten Kilometer bis Arco bestritten wir dann nicht auf der Autofahrstraße, sondern fuhren gleich noch eine Mosertour (Marocche-Tour) über Dro bis nach Arco. Kurz bevor es dunkel wurde, so gegen 21 Uhr, kamen wir am Hotel an, holten die Schlüssel und ließen uns die Apartments zeigen. Vor lauter Stress, rechtzeitig vor der Dunkelheit anzukommen, die Zimmer zu beziehen und noch rechtzeitig irgendwo hinzukommen, wo es was zu essen gab, kam leider gar nicht die gemeinsame Ankunftsfreude auf, was sehr schade war. Charly war superfleißig und hatte alle Taschen nach oben geschleppt, obwohl er gar nicht dort wohnte, weil er mit Kiss, die heute nachreiste (allerdings mit dem Auto) in dem Hotel eincheckte. Supergenial war, daß er uns den Wunsch erfüllt hatte, die Kühlschränke mit Bier und Cola zu füllen. Da ich mir seit dem Passo Groste eine kalte Cola einbildete war deshalb auch meine erste Tat der Griff zum Kühlschrank - Cola bei 4 Grad, wow!



Fredl und Susi ...

Nachdem das Zimmeraufteilungsproblem gelöst war und wir alle geduscht waren, marschierten wir in den Ort und gingen in die Pizzeria die allen noch gut bekannt war, denn dort aß Annett vor zwei Jahren "die" Spagetti "Tutti Frutti". Und wir hatten Glück, denn dort gibt es bis 1 Uhr warmes Essen. Neben reichlich Kohlenhydraten nahmen wir auch ohne schlechtem Gewissen Wasser und Wein bzw. Bier zu uns, denn das hatten wir uns jetzt verdient! Charly und Kiss kamen und saßen sich zu uns und gaben eine Runde Schnaps aus. Wie lange wir dort saßen, weiß ich ehrlich gesagt nicht mehr, jedenfalls haben wir uns anschließend noch in unserem Apartment zusammengesetzt und die leckere Nußtorte, die uns Kiss zur Feier des Tages mitbrachte, feierlich angeschnitten. Vielen, vielen Dank noch einmal!



Stephanus mit heimlichen Mitfahrer

Susanne und ich machten es uns auf der riesigen Schlafcouch in der Küche bequem und schliefen ziemlich schnell ein.



GRÜN!!! Passo Bregn de l'Ors (1.836m)

## Tag 7-10, Freitag 20.07.2001 - Montag 23.07.2001

Arco / Torbole / Riva

Nachdem wir ab sofort, ganz im Gegensatz zu den letzten Tagen, selber für das Frühstück zuständig waren, mußten wir zunächst einkaufen gehen. Stephanus und Fredl hatten am Vorabend zwar davon geredet, daß sie das übernehmen würden, doch war von Beiden am Morgen weit und breit nichts zu sehen, also machten Susanne, Heinz und ich uns hungrig auf den Weg in den Ort, um die Zwei zu suchen und ihnen gegebenenfalls zu helfen. Doch weder in dem großen Supermarkt, noch in einem der altbekannten Cafés waren sie aufzufinden! Uns blieb nichts anderes übrig, als doch noch einmal in unser Apartment zu schauen, ob wir sie verpaßt hatten, und uns mit ihnen abzusprechen! Nicht, daß wir alles doppelt kaufen würden. Dort waren sie dann tatsächlich auch. Sie hatten in Stephanus' Lieblings-Tante-Emma-Laden bereits Wurst, Käse und Milch eingekauft. Also machten Susanne, Heinz und ich uns noch einmal auf den Weg um die restlichen Zutaten für ein königliches Frühstück zu besorgen. Und das wurde es dann auch: es gab so ziemlich alles: Müsli, Semmeln, Joghurt, Marmelade, Nutella, Eier, Saft, Wurst und Käse, und Obst.

Die kommenden 4 Tage verbrachten wir alle ziemlich ähnlich: tagsüber Shoppen oder faul am Stand liegen, Café trinken, Panini essen, Eis essen, Lesen, Tour de France schauen oder einfach nur schlafen! Außer Heinz, der sich nicht dem Erholungsprogramm anschloß, sondern wie letztes Jahr, alle Klettersteige abzugehen, die es in der Nähe so gibt.



Sonnenuntergang auf dem Marktplatz von Arco

Am Freitag Abend kochten wir selber: wie letztes Jahr gabe es Susannes leckere Spaghetti mit Tomaten, Basilikum und Knoblauch und dazu Salat! Anschließend holten wir uns leckeres Eis und spazierten mit Stirnlampe und Feuerwerk bewaffnet auf die Burg von Arco - zu unserem bereits zum Kult gewordenen Plätzchen mit Blick auf den Marktplatz von Arco! Dort zündeten wir - natürlich zu unseren Ehren - das Tischfeuerwerk an!

Für Samstag Abend hatten wir einen Tisch im "Alla Grotta" reserviert. Dort gab es bei super Wetter auf der Terrasse leckere Käsespezialitäten (Bergkäse, Raclette, Käsefondue, etc.). Wir hatten viel Spaß und freuten uns schon auf das große Feuerwerk, daß um 22 Uhr vom Strand in Torbole abgeschossen werden sollte.

Da wir auch letztes Jahr genau zu dieser Attraktion am Gardasee waren, wußten wir bereits, welcher der beste Ort ist, um dieses Spektakel gut beobachten zu können. So machten wir uns pünktlich auf den Weg, mit den Bikes den naheliegenden Monte Brione (zumindest zur Hälfte) zu erklimmen. Ich weiß gar nicht mehr warum (wahrscheinlich tat der Alkohol sein übriges), aber Susanne und ich bekamen plötzlich einen wahnsinnigen Lachanfall, so daß es letztendlich sogar zu einem Sturz von Susanne kam (Schuld war nur der Pulli, der einfach von Susannes Hüfte in die Steppenwolfs Speichen wollte...)! Aber es ist nichts passiert! Auf halber Höhe fanden wir wieder einen genialen Platz mit super Blick auf Torbole. Wir mußten auch nicht lange warten, bis sie mit dem Feuerwerk loslegten. Und es war wieder wunderschön! Fredl verfolgte das Ganze über das Display seiner Kamera und ihm gelangen letztendlich einige gute Aufnahmen!



hmmmm... endlich gibts unser wohlverdientes Eis



Leckeres Abendessen im "Alla Grotta"



Persönliches Feuerwerk auf der Burg von Arco



Da stimmt alles ...



Offizielles Feuerwerk am Strand von Arco, beobachtet vom Monte Brione...



... geduldig aufgenommen von Fredl

Das Highlight am Sonntag war eindeutig der Besuch von Annett. Das heißt, sie kam eigentlich, um Fredl und Markus abzuholen, aber wir verbrachten alle noch einen superschönen Tag am Strand von Torbole und gingen Abends gemeinsam zum Essen, bevor sie sich verabschieden mußten! Schnief!

Am Montag war für den Rest des Teams Taschen packen und Zimmer räumen angesagt. Aber bevor es in Richtung Heimat ging, kauften wir noch ein paar italienische Spezialitäten ein und verbrachten noch ein paar schöne Stunden am Strand in Torbole - diesmal sogar auch Heinz (ihm blieb auch gar nicht anderes übrig, hihi!). Gerade als wir den letzten Cappo am Strand tranken, kam die erste SMS vom arbeitenden Fredl aus der Heimat. Wir konnten es uns nur schwer vorstellen, nach der schönen Woche mit den vielen vielen verschiedenen Eindrücken, am nächsten Tag ebenfalls wieder am Schreibtisch sitzen zu müssen. Aber uns blieb nichts anderes übrig und so brachte uns Theo mit seinem Bus wieder in unsere Heimat!



Susi und Fredl und stahlblauer Himmel



Latte Macchiato am Strand von Torbole



Nachrichten aus der Heimat



Annett - der "Abholdienst" von Fredl und Markus



Postkarte an fit-for-life



Letztes gemeinsames Abendessen in Arco

## F. INFORMATIONEN

### Adressen Unterkünfte

#### Hotel Tappeiner \*\*\*

Fam. Tappeiner  
39021 Latsch Goldrain  
Schanzenstr. 5  
Tel. (0473) 742069  
Fax (0473) 742626  
<http://www.suedtirol-hotels.com/Vinschgau/Latsch/Hotel-Tappeiner/>

#### Hotel Mignon

Fam. Wieser  
I-39029 Suldén (Südtirol)  
Tel. 0039 0473 613045  
Fax 0039 0473 613194  
E-Mail: [mignon@tophotels.net](mailto:mignon@tophotels.net)  
<http://www.tophotels.com/mignon/>

#### Albergo Lago Rosso

Lago di Tovel (1.178m)  
I-38019 Tuenno  
Trentino  
Tel. (0463) 451242  
Fax (0463) 451242

#### Appartamenti / Hotel / Pension "AL SOLE"

Via Foro Boario, 5  
38062 ARCO - (TN)  
Tel. +39 464 516676 - Fax +39 464 518585  
e-mail: [info@soleholiday.com](mailto:info@soleholiday.com)

#### Pension - Restaurant Ultnerhof

Fam. Bertagnolli  
St. Gertraud im Ultental (1512 m)  
Tel. & Fax: +39 0473 798 117  
<http://www.ultental.it/pensionultnerhof/>

## G. ZUM SCHLUSS



Bis zum nächsten Jahr

#### PERSÖNLICHES FAZIT:

Auch dieses Jahr wurde die TransAlp zu einem unvergesslichen Erlebnis! Ich hoffe wir können dieses Event noch viele Jahre fortführen - ganz nach dem Motto: "Immer weiter, immer höher, immer schneller"

Eure Karin