



..... 5

RENNRAD BUCKETLIST

RADENTHUSIAST*IN SEIT:

.....





Prolog

„(ER-)FAHRE DIE STRECKEN DEINES LEBENS.“

Willkommen in der Welt der Pässe und Events:
„Deine **Rennradfahrer-BUCKET LIST**.“

Hi, ich bin Ralf und teile mit Dir die große Leidenschaft des Radsports.

Du bist - so wie ich - ein echter Radsport-Fan und sehnst Dich danach, **die berühmtesten und anspruchsvollsten Passstraßen und Events** der Welt zu meistern. Du hast „**die Beine eines Gottes und die Ausdauer eines Esels**“, und Du bist bereit, Dich selbst herauszufordern und Deine Grenzen zu überschreiten. Dann schnapp dir Dein Rennrad, schwing Dich auf den Sattel und fahre **52 Rennrad Highlights**, die Du erlebt haben musst.



Doch Vorsicht:
Diese Liste ist nichts für schwache Nerven (oder schwache Oberschenkel). Du wirst schwitzen, Du wirst keuchen, aber am Ende wirst Du triumphieren und Dich wie der König (oder die Königin) des Rennradfahrens fühlen.

„Worauf wartest Du? Klick in Deine Pedalen und los geht's!“

In dieser Bucket List findest Du spannende Impulse für die Planung Deiner großen RadHighlights.

Wir sehen uns auf der Strecke,

„... WAS DICH HIER ERWARTET.“

9 PÄSSE MIT LEIDENSCHAFT

10	Cap de Formentor
12	Passo dello Stelvio
14	Col de la Bonette
16	Ötztaler Gletscherstrasse
18	Col de la Chavade
20	Mortirolo-Pass
22	Sa Calobra
24	Col de la Loze
26	Col de la Ramaz
28	Col Du Glandon
30	Gavia Pass
32	Col Du Galibier
34	Col de la République
36	Zoncolan Passstraße
38	Col Du Tourmalet
40	Großglockner Bergtour
44	Col de la Joux
46	Col de la Madeleine
48	Col de l'Iseran
50	Col de la Croix de Fer
52	Col de Joux Plane
54	Col de la Colle-Saint-Michel
56	Col Du Granon
58	Col de la Forclaz
60	Col Du Télégraphe
62	Col de la Faucille
64	Col de la Croix Fry

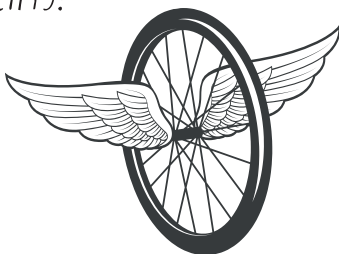
67 ECHTE BERG LEGENDEN

68	Route de Grand Alpes
70	Mont Ventoux
72	Sella Ronda
74	Alpe d'Huez

77 RENNEN & EVENTS

78	Strade Bianche
80	L'eroica
82	Tour de France
84	Maratona dles Dolomites
86	TOUR Transalp
88	Bodensee Radmarathon
90	Vätternrund
92	Kärnten Radmarathon
94	Tour de Suisse
96	Tour des Fjords
98	Tour de Romandie
100	Giro d'Italia
102	Vuelta a España
104	Paris-Nizza
106	Tour de Pologne
108	Tour de l'Ain
110	Tour de Savoie Mont Blanc
112	Tour de Luxembourg
114	Arctic Race of Norway
116	Gran Fondo
118	Critérium Du Dauphiné

„...KETTE RECHTS!“



Symbole
Anspruchslevel

ERSTE FLÜGEL



BERGZIEGE



GOTTMODUS





„ÜBER ALLE GIPFEL UND HÖHEN.“

PÄSSE MIT LEIDENSCHAFT

Es gibt wohl kaum etwas Aufregenderes und Herausfordernderes für Rennradfahrer als das Befahren von Passstraßen und Cols in Europa. Die Landschaft ist atemberaubend, die Luft frisch und klar und die Herausforderungen sind enorm.

Wer schon einmal den Mortirolo Pass in Italien erklommen hat, weiß wovon ich spreche. Mit seinen 48 Kehren und über 2.700 Höhenmetern ist es eine wahre Meisterleistung, diesen Col zu bezwingen. Aber auch der Alpe d'Huez in Frankreich mit seinen 21 Kehren und 1.860 Höhenmetern ist ein echter Hätetest.

Dann gibt es noch den Passo dello Stelvio in Italien, den Col Du Tourmalet in Frankreich und die Ötztaler Bergstraße in Österreich, um nur einige zu nennen. Jeder dieser Anstiege hat seine eigenen Herausforderungen und jeder erfordert harte Arbeit und Ausdauer.

Jede Kehre, jeder Meter, jeder Schweißtropfen und jeder Schmerz lohnt sich. Denn wenn man es geschafft hat, den Gipfel zu erreichen, ist das Gefühl unbeschreiblich. Die Aussicht ist atemberaubend und die Erleichterung, es gemeistert zu haben, einfach unbeschreiblich.

Und dann gibt es noch die besondere Atmosphäre, die beim Befahren von Passstraßen herrscht. Die Luft ist klar und frisch und man fühlt sich frei und unbeschwert. Man trifft auf Gleichgesinnte, die genauso euphorisiert die Herausforderung angenommen haben. Man tauscht sich über seine Erlebnisse aus und findet vielleicht sogar neue Freunde.

Also, worauf wartet ihr noch? Sattelt eure Rennräder und macht euch auf den Weg, um einige der schönsten Passstraßen und Cols Europas zu befahren. Es werden Erfahrungen und Momente sein, die ihr niemals vergesst.



„RAUF UND RUNTER. MEINE LIEBLINGSSTRECKE.“

CAP DE FORMENTOR

Ganz so schnell, das Du diese Lichtspur hinterlässt, wird Deine Fahrt zum Cap de Formentor wohl eher nicht. Diese einmalige Strecke führt Dich in permanenten Ups-and-Downs zu einem der schönsten Punkte **Mallorcas** und ist der **östlichste Ausläufer** des größten mallorquinischen Gebirges, **der Serra de Tramuntana**. Nutze auf jeden Fall die frühen Morgenstunden, da Dir ansonsten viele Touristenbusse und Autos die Freude ein wenig dämpfen würden. Ein besonderes Highlight auf der Strecke ist die Fahrt durch einen - bis vor nicht allzu langer Zeit noch unbeleuchteten - **Steintunnel am Puig Fumat**. Auf der Hin- und Rückfahrt rauscht Du durch ihn hindurch.

Starte an der **Platja del Port de Pollença**, wo Du Dich kurze Zeit später bereits der ersten Herausforderung stellst. Ein langer Anstieg - der **Coll de la Creueta** - zum **Mirador de Es Colomer**. Finde Deinen Rythmus und spare Dir die Körner für die weitere Strecke. Du wirst sie brauchen. Die nächsten Kilometer sind bestimmt von tollen Abfahrten - z.B. vom Mirador de Es Colomer bis zur Platja de Formentor - durch enge Haarnadelkurven, kurzen schnellen und recht geraden Abschnitten und wieder schweißtreibende Steigungen. Insgesamt zirkelst Du auf der ganzen Fahrt durch **11 Kehren**.

Die letzte Herausforderung ist die **Steigung zum Cap de Formentor auf 122 Hm** selbst, die mit einer **Steigung/Gefälle von 10,5%** beginnt. Hier wirst Du deine Kräfte auf die Probe stellen, aber die Aussicht vom **Leuchtturm** auf das Meer am Ende der Steigung entschädigen für die Anstrengungen.

Einen Zwischenstop empfehle ich dir an der **Platja de Formentor**. Hier kannst Du eine Pause einlegen, Dich erfrischen und die Aussicht in die Bucht genießen.

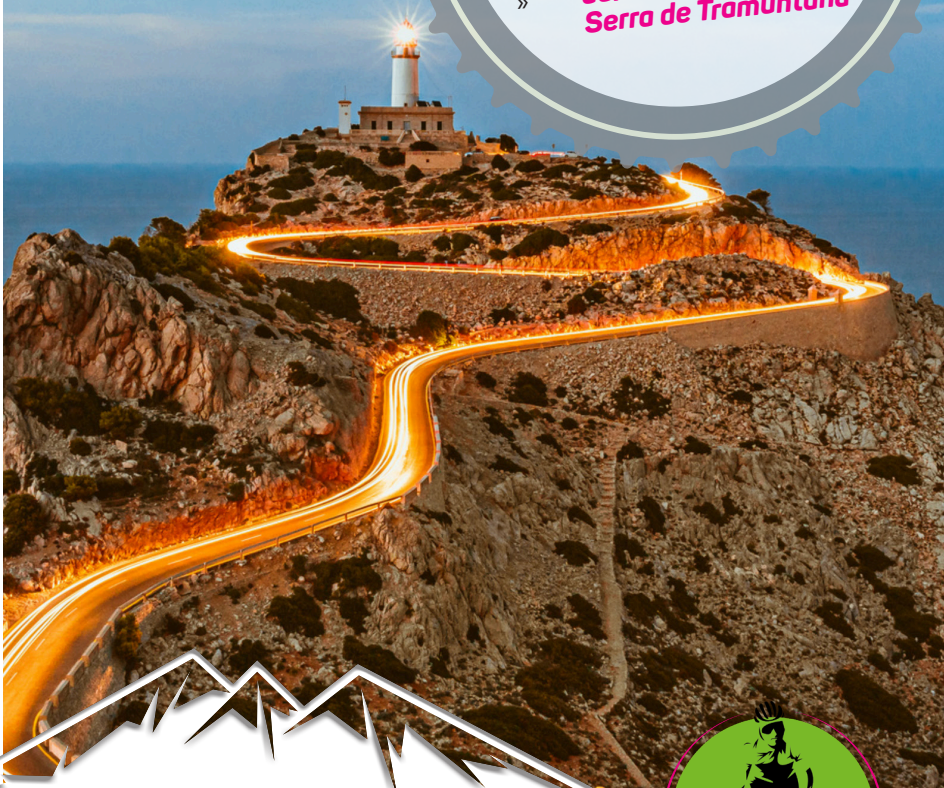
Weitere Pässe in der Umgebung

Coll de Femenia (515 m) 39,2 km | 597 Hm
Coll de Sa Bataia (579 m) 45,4 km | 681 Hm
Sa Calobra (728 m) 56,7 km | 948 Hm
Ermita de Bonany (317 m) 60,6 km | 469 Hm

DU PLANST DIE STRECKE VOM . . . 2000
BIS ZUM . . . 2000



- » 16,6km One-way
- » 487 Hm One-way
- » 9 Kehren
- » durchschnittliche Steigungen von 8-9%
- » maximale Steigungen von 13%
- » durch die östliche Serra de Tramuntana



Anspruch



„WERDE KÖNIG ODER KÖNIGIN DER BERGE.“

PASSO DELLO STELVIO

Der Passo dello Stelvio in einer der berühmtesten und anspruchsvollsten Bergregionen Europas, befindet sich in den italienischen Alpen. Mit insgesamt **60 Haarnadelkurven**, die Dich immer wieder in neue Höhen führen und einer Streckenlänge von 48,7 km, erfüllen sich alle Deine Radfahrerträume.

Zwischen den Steigungen kannst Du Dich auf den flachen Abschnitten etwas ausruhen, bevor es wieder bergauf geht. Die Steigungen betragen durchschnittlich 7,4 % und erreichen in manchen Abschnitten sogar bis zu 14 %. So fühlt sich echter Spaß an. Vertraue Deiner Kondition. Du wirst es schaffen!

Der Passo dello Stelvio ist **der höchste befahrbare Pass in den italienischen Alpen** und befindet sich auf einer Höhe von 2.757 m. Von Bormio aus startend, führt die Strecke durch dichte Wälder und vorbei an malerischen Bergdörfern. Du wirst auch die atemberaubende Aussicht auf die umliegenden **Bergmassive** genießen können, wie die **Ortlergruppe** und die **Berninagruppe**.

Das Highlight der Strecke ist jedoch der Pass selbst, der Dich mit seiner grandiosen Aussicht belohnt, wenn Du es geschafft hast, ihn zu erklimmen. Du wirst die Landschaft in voller Pracht erleben und Dich wie der König der Berge fühlen.

Streckenprofil:

- » km 0,0 - **Bormio (1.225 m)**
- » km 4,0 - **Alp Grüm (1.925 m)**
- » km 8,8 - **Trafoi (2.045 m)**
- » km 15,8 - **Prato (2.200 m)**
- » km 23,5 - **Bivio (2.330 m)**
- » km 31,2 - **Spondigna (2.338 m)**
- » km 37,8 - **Mortirolo (1.958 m)**
- » km 45,9 - **Stelvio (2.757 m)**

DU PLANST DIE STRECKE VOM . . . 2000
BIS ZUM . . . 2000



» 48,7 km lang
» 60 Haarnadelkurven
» 2.758 Höhenmeter
» durchschnittliche
» Steigung 7,4%
» max. Steigungen 14%



Anspruch



„DU ERKLIMMST EUROPAS HÖCHSTER PASSSTRABE.“

COL DE LA BONETTE

Hey Freund, willkommen zu einem „kleinen“ Ausflug auf den Col de la Bonette – dem **höchsten Straßenpass in Europa!**

Hier bist Du goldrichtig auf der Suche nach einer Herausforderung für Dich und Dein Rennrad und ich kann dir versprechen, dass der Col de la Bonette alle Deine Erwartungen erfüllt. Dieser Pass befindet sich im Herzen der **Alpen**, im **südlichen Frankreich, nahe der Grenze zu Italien**. Er ist ein Teil des **Parc Naturel Régional Du Mercantour** und umgeben von beeindruckenden **Bergmassiven** wie der **Cime de la Bonette**, dem höchsten Gipfel des Massivs mit einer Höhe von 2.715 Metern.

Die Strecke ist 27,4 Kilometer lang und Du musst 2.802 Höhenmeter überwinden, um die Passhöhe von 2.715 Metern zu erreichen. Und jetzt wird es interessant, denn die durchschnittliche Steigung beträgt 10,1%, also solltest Du schon ein paar Saisonkilometer in den Beinen haben. Nutze daher die Abschnitte mit geringerer Steigung, um Dich ein bisschen zu erholen.

Das ist ein Streckenprofil für die Strecke

- » **1km : 9,6%**
- » **5km : 8,6%**
- » **10km : 8,5%**
- » **15km : 8,8%**
- » **20km : 8,9%**
- » **25km : 8,2%**
- » **27km : 9,3%**

Ich weiß, es sieht nach einer Menge Anstrengung aus, aber glaub mir, es lohnt sich. Der Col de la Bonette ist eine epische Herausforderung für jeden Rennradfahrer und die Aussicht und die Atmosphäre auf dem Gipfel werden Dich vergessen lassen, dass Du überhaupt jemals angestrengt hast. Pack Dein Rennrad, wir treffen uns dort!

DU PLANST DIE STRECKE VOM . . . 2000
BIS ZUM . . . 2000

- »
- »
- »
- »

27,4 km lang
2.802 Höhenmeter
2.715m Passhöhe
höchste Passtraße
Europas
durchschnittliche
Steigungen von 10,0%



Anspruch



„33 KEHREN IM HERZEN TIROLS.“

ÖZTALER GLETSCHERSTRASSE

Ich weiß, dass du ein richtiger Radfanatiker bist, aber hast du schon einmal darüber nachgedacht, die Öztaler Gletscherstraße zu bezwingen? Ich sage dir, das wäre eine Erfahrung fürs Leben!

Die Öztaler Gletscherstraße befindet sich in **Tirol, Österreich** und führt Dich durch atemberaubende Landschaft, vorbei an imposanten Bergmassiven wie der **Wildspitze**, dem **Similaun** und dem **Pitztaler Gletscher**. Die Strecke ist **48 km lang** und hat eine **Passhöhe von 2.830 m**. Du musst Dich auf insgesamt **33 Kehren und einige anspruchsvolle Steigungen** einstellen, aber glaub mir, der Ausblick entschädigt für jede Anstrengung.

Ein besonderes Highlight der Strecke sind die **Gletschertseen**, die du auf dem Weg passierst. Ein weiteres Highlight ist die Sicht auf das **Gletscherpanorama**.

Ich empfehle Dir, die Gletscherstraße von **Ende Mai bis Anfang September** zu befahren. In dieser Zeit ist das Wetter am besten und Du hast die Möglichkeit, die zahlreichen Hütten entlang der Strecke zu besuchen und Dich auszuruhen.

- » km 0: **Start in Sölden**
- » km 10: Erste Kehre - Steigung 6%
- » km 15: **Zwischenstopp an der Tiefenbachferner-Hütte**
- » km 25: Zweite Kehre - Steigung 8%
- » km 30: Dritte Kehre - Steigung 10%
- » km 40: Passhöhe - Steigung 12%
- » km 48: **Ziel in Sölden**

Lass Dich auf dieses unvergessliches Abenteuer ein.

TIROL RUFT NACH DIR!

DU PLANST DIE STRECKE VOM . . . 2000
BIS ZUM . . . 2000



» 48,0 km lang
» 2.830m Passhöhe
» 33 Kehren
» durchschnittliche
Steigungen von 9,0%
» maximale
Steigungen von 12%

Anspruch



„MÄCHTIGE BERGMASSIVE DER FRANZÖSISCHEN ALPEN.“

COL DE LA CHAVADE

Als richtiger Rennradfanatiker kurvst Du - begleitet von vielen aussichtsreichen Punkten - am Hang oberhalb der **Ardèche** hinauf. Dieser 14 km lange Col ist ein absoluter Traum für jeden Rennradfahrer. In den französischen Alpen gelegen, bietet er eine atemberaubende Aussicht auf die umliegenden Bergmassive wie die **Mont Blanc-Kette** und die **Dent de Cons**.

Entdecke Sehenswürdigkeiten entlang der Strecke, wie zum Beispiel eine alte Kapelle und die Aussichtsplattform mit Blick auf die Dent de Cons.

Leg unbedingt einen Zwischenstopp in der kleinen Stadt Les Chavannes ein, um Dir eine Pause zu gönnen und Dich auf den Rest der Tour vorzubereiten.

- » km 0: **Start in Les Chavannes**
- » km 5: **Zwischenstopp in Les Chavannes** (optional)
- » km 10: **Aussichtsplattform auf die Dent de Cons**
- » km 14: **Passhöhe des Col de la Chavade**

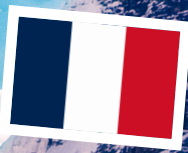
Diese Steigungen erwarten Dich:

- » **km 0-5: 4%**
- » **km 5-10: 8%**
- » **km 10-14: 10%**

KLEINER ABSTECHER-TIPP:

Nimm ab Lanarce die gemütliche Alternative zur parallel verlaufenden Nationalstraße. Das kleine Sträßchen folgt idyllisch einem Bergbach, dieser macht etliche Kurven in seinem Tal.

DU PLANST DIE STRECKE VOM . . . 2000
BIS ZUM . . . 2000



- » 14 km lang
- » knapp 1.000m
- » Höhendifferenz
- » Passhöhe auf 1.266m
- » durchschnittliche
- » Steigung 5,5%
- » maximale
- » Steigungen bis zu 9%
- » etwas verkehrsreicher
- » ideal am Wochenende



Anspruch



„PASSO DEL MORTIROLO.“

MORTIROLO-PASS

Der italienische Mortirolo Pass - *eigentlich Passo della Foppa (1852 m)* - in der **Provinz Sondrio/Lombardei**, ist eine unglaubliche 12,4 Kilometer lange Strecke mit 1.300 Höhenmetern und einer Passhöhe (Foppapass) von 1.852 Metern über dem Meeresspiegel. Der durchschnittliche Steigungsgrad beträgt 11,6%, aber es gibt auch Abschnitte, die über 18% steigen. eine Anstrengung, die sich wirklich lohnt! Während Du den Pass hinaufstrampelst, wirst Du unglaubliche Ausblicke auf die umliegenden Bergmassive wie die **Ortlergruppe** und die **Adamellogruppe** genießen und Dich von der Herausforderung motiviert fühlen, die Steigungen zu bezwingen. Aber vergiss nicht, es gibt keine Abkürzungen zum Gipfel - nur harte Arbeit und Einsatz bringen Dich nach oben.

Außerdem wirst Du entlang der Strecke einige Sehenswürdigkeiten entdecken, wie **die alte Straße, die den Pass überquert, die Kirche Madonna del Ghisallo, die als Schutzpatronin der Radfahrer gilt**, und dem **Museo del Ciclismo**.

Das erwartet Dich am „Passo Del Mortirolo“:

- » Kilometer 1-2: 6,0% Steigung
- » Kilometer 2-3: 10,5% Steigung
- » Kilometer 3-4: 11,8% Steigung
- » Kilometer 4-5: 12,2% Steigung
- » Kilometer 5-6: 16,2% Steigung
- » Kilometer 6-7: 14,5% Steigung
- » Kilometer 7-8: 17,4% Steigung
- » Kilometer 8-9: 12,5% Steigung
- » Kilometer 9-10: 11,4% Steigung
- » Kilometer 10-11: 9,8% Steigung
- » Kilometer 11-12: 7,5% Steigung
- » Kilometer 12-13: 6,0% Steigung

Du wirst atemberaubende Ausblicke auf die **Ortlergruppe, Adamellogruppe** und weitere umliegenden Berge genießen!

DU PLANST DIE STRECKE VOM . . . 2000
BIS ZUM . . . 2000

- »
- »
- »
- »
- »
- »

**12,4 km lang
durchschnittliche
Steigung 11,6%
1.800m Höhen-
unterschied
1.300 Höhenmeter
maximale
Steigung 18,0%
Passhöhe auf 1.915m**



Anspruch



„SPANIENS SPANNENSTE SCHLANGE.“

SACALOBRA

Jeder der Strecken auf der **Baleareninsel Mallorca** unter die PneuS nimmt, sollte diese Tour mit auf seine Must-Ride-Liste packen. Der Sa Calobra führt Dich durch das beeindruckende Gebirge der **Serra de Tramuntana**. Und das mit einer One-way-Länge von **9,2 km**. Du startest auf der **Höhe von 260 Metern über dem Meeresspiegel**, und durchfährst **9 Kehren**. Durchschnittliche **Steigungen/Gefälle von 8-9%** und **Spitzenwerten von bis zu 13%** mit spektakulären Aussichten auf den Gebirgszug „versüssen“ Dir dieses Erlebnis.

Bevor du losfährst, solltest du Dich darauf vorbereiten, dass die Abfahrt hinunter in die Bucht ziemlich steil ist. Du bekommst einen leichten Eindruck davon, was Dich beim Aufstieg erwartet. Die Tour führt durch schroffe Felsen, während sie sich runter zum Meer schlängelt. Eine atemberaubende Bucht erwartet Dich am Ende der Abfahrt. Und ganz wichtig: Das hier ist eine Sackgasse. Bist Du hinunter geprescht, wirst Du die Strecke auch komplett zurück fahren. Außer du nimmst die Bootsverbindung - aber das wirst Du nicht wollen. Freu Dich auf dieses unvergessliche Erlebnis.

Ein besonderes Highlight der Strecke ist die sogenannte „**Descens de Sa Calobra**“, die **letzte und längste Kehre** auf der Strecke, die Dich direkt zum Meer hinunterführt. Mit Ihrem atemberaubenden Blick auf das Meer und die umliegenden Felsen, fühlst Du Dich wie in einem Traum.

Wenn du die Abfahrt erfolgreich beendet hast, belohne Dich in einem der Restaurants der Sa Calobra Bucht mit einer Erfrischung und Stärkung für den schweißtreibenden Aufstieg und genieße die Aussicht auf das azurblaue Meer.

Verpasse während Deines Aufstieges nicht die **Aussichtsplattform „Mirador de Sa Creueta“**. Von dort aus hast du einen atemberaubenden Blick auf die Bucht und das Meer. Es ist ein perfekter Ort für eine Pause und um ein paar Fotos.

DU PLANST DIE STRECKE VOM . . . 2000
BIS ZUM . . . 2000