

- TOUR 1: VIELFÄLTIG SCHWEBEN** **7**
 Von Solingen über Burg nach Lennep
 26 km | 370 Hm | 3–4 Std. | Strecke
- TOUR 2: TRASSEN-BLICHE** **23**
 Über den Dächern Wuppertals
 42 km | 330 Hm | 3–4 Std. | Strecke
- TOUR 3: SANFTE ANSTIEGE** **35**
 Über Breckerfeld ins Ennepetal
 46 km | 430 Hm | 4 Std. | Rundtour
- TOUR 4: BERGISCHE WEITBLICKE** **47**
 Engelskirchen-Lindlar-Runde
 46 km | 540 Hm | 5 Std. | Rundtour
- TOUR 5: BERGISCH BERGIG** **57**
 Marienheide, Wipperfürth & Lindlar
 49 km | 770 Hm | 5 Std. | Rundtour
- TOUR 6: KULTUR UND NATUR** **69**
 Wipperfürth und Neyetalsperre
 20 km | 150 Hm | 2–3 Std. | Rundtour
- TOUR 7: AUF DER KOHLENBAHN** **79**
 Von der Wupper zur Ruhr
 31 km | 300 Hm | 3 Std. | Strecke
- TOUR 8: ZWEI SEELEN ...** **91**
 Nach Siegburg und durchs Aggertal
 46 km | 280 Hm | 4 Std. | Rundtour
- TOUR 9: ZEITREISE AM FLUSS** **105**
 Von Wuppertal nach Leichlingen
 36 km | 250 Hm | 3–4 Std. | Strecke
- TOUR 10: WALD UND HEIDE** **119**
 Die Bergische Heideterrasse
 44 km | 260 Hm | 4 Std. | Rundtour

ALLE TOUREN AUF EINEN BLICK

- TOUR 11: AUGEN-BLICHE** 133
Von Marienheide nach Dieringhausen
40 km | 380 Hm | 4 Std. | Strecke
- TOUR 12: ENERGIE SPÜREN** 143
Rund um die Aggertalsperre
31 km | 370 Hm | 3–4 Std. | Rundtour
- TOUR 13: WUPPERWASSER** 153
Westlich der Wuppertalsperre
37 km | 430 Hm | 4 Std. | Rundtour
- TOUR 14: UNTER DEM MEER** 165
Niederbergbahn und Angerbachtal
43 km | 540 Hm | 4–5 Std. | Rundtour
- TOUR 15: IDYLL UND PAPIER** 179
Rund um Bergisch Gladbach
44 km | 380 Hm | 4 Std. | Rundtour