

Mountainbike- Programm

von Thomas Schulze

Die Bewertung des Schwierigkeitsgrades ist an eine „Single-Trail-Skala“ (STS), die an die UIAA-Schwierigkeitsbewertung für Kletterrouten angelehnt. Es gibt die Grade S0 (problemlos fahrbar) bis S5 (praktisch nicht fahrbar). Für MTB-Ganztagestouren wird die Schwierigkeit nach STS genannt.

ab **04. Mai 2023** jeden Donnerstag

MTB- Feierabendrunde

Dauer: ca. 2 - 2½ Std., gefahren wird auf befestigten Wegen im Landkreis, die ein „allgeländetaugliches“ Fahrrad erfordern, der einwandfreie technische Zustand der Räder wird vorausgesetzt. Helme dienen der persönlichen Sicherheit und werden empfohlen. Die Routen werden auf das Können der Teilnehmer abgestimmt. Angeboten werden können Schwierigkeiten – bezogen auf trockenen Untergrund - nach STS (Single-Trail-Skala): überwiegend S1, maximal bis S2+ (passagenweise). Danach geselliges Beisammensein in heimischer Gastronomie.

Treffen vor dem DAV-Kletterzentrum, Dammweg **um 18:30 Uhr** (frühere Termine auf Absprache mit mir), die Saison endet gegen Mitte September.

Ab Mitte August (bis Mitte September) Vorverlegung des Starttermins auf 18:00Uhr.

Sonntag, 14.05.2023

MTB- Ganztagestour „Bamberg's Osten“/ Lkr. Bamberg

Streckenlänge ~~50km~~ / ca. ~~1000Hm~~ 57km/ 930Hm
Überwiegende Schwierigkeit nach STS: S1 (Maximum: einige Stellen S2).

Treffen: ÖPNV/ Coburg Hbf. ab 8:38Uhr (Treffen 8:20Uhr), an Bamberg Hbf. 9:01Uhr; Treffen auf dem Bahnhofsvorplatz: 9:05Uhr; Rückfahrt: z.B. 15:22Uhr ab Bamberg Hbf.- *Zeiten nach aktuellem Fahrplan*; Parkmöglichkeiten für PKW- Fahrer: gibt es z.B. in der Coburger Str. stadtauswärts nahe Friedhof (3min. Fahrzeit zum Hbf.)

Sonntag, 18.06.2023

MTB- Ganztagestour „Tolle Trails, olle Gemäuer“/ Lkr. Coburg

Streckenlänge 65km / ca. 1100Hm
Überwiegende Schwierigkeit nach STS: S1 (Maximum: einige Stellen S2).

Treffen: 9:00Uhr
Startort: DAV- Kletterzentrum Coburg, Dammweg 4;

Sonntag, 20.08.2023

MTB- Ganztagestour „Rund um Burg Lauenstein“/ Lkr. Kronach

Streckenlänge ca. 50km / ca. 1400Hm
Überwiegende Schwierigkeit nach STS: S1 (Maximum: einige Stellen S2).

Treffen: 8:15Uhr vor DAV- Kletterzentrum Coburg, Dammweg 4;
Startort: 9:30Uhr; in Ludwigsstadt auf Parkplatz gegenüber Schiefermuseum

Sonntag, 17.09.2023

MTB- Ganztagestour „Auf den Spuren des Hassberggritts“/ Lkr. Hassberge

Streckenlänge ca. 50km / ca. 1200Hm
Überwiegende Schwierigkeit nach STS: S1 (Maximum: einige Passagen/ Stellen S2).

Treffen: 8:30Uhr vor DAV- Kletterzentrum Coburg, Dammweg 4;
Startort: 9:30Uhr; Parken vor Fitnesscenter Gymnasion, Johannisstr. 25, 97461 Hofheim i.Ufr.

Mountainbike(halb)tagestouren am Sonntag zum Einstieg in die Saison bietet auch der ADFC-Coburg bereits ab Ende April an (www.adfc-coburg.de).

Auch Tourenfahrer seien auf das zweimonatlich erscheinende Programm des ADFC Coburg verwiesen. Dort findet sich ein umfangreiches Angebot für jedes Leistungsvermögen (www.adfc-coburg.de). Die jeweiligen Tourenleiter sind als Ansprechpartner mit Telefon-Nr. genannt.

Termin auf Absprache

Radtechnikworkshop

Der muß nicht unbedingt MTB- spezifisch sein. Jedes Fahrrad hat zwei Räder mit Reifen, zumeist auch Schläuchen, eine Kette, meist auch eine Schaltung. Manchmal fehlt es bereits an grundsätzlichem Wissen und Können, einfache Pannen sachkundig zu beheben, was zumeist aber nicht schwierig ist.

Ort: im DAV-Kletterzentrum, Dammweg; bevorzugt montags

Ansprechpartner MTB: Thomas Schulze, Tel. 09561/ 871742

Termin auf Absprache

MTB- Fahrtechniktraining

Auf Basis einer Selbsteinschätzung werden Lernziele und Schwerpunkte im Ablauf werden je nach Tagesform und Leistungsniveau gesetzt. Ziel ist es, sich alten und neuen Bewegungsmustern bewußt zu werden, um quasi "nebenbei" besser auf die oft rasch wechselnden Fahrsituationen beim Mountainbikefahren vorbereitet zu sein.

Ort: wird mit den Teilnehmer/-innen gemeinsam festgelegt

Ansprechpartner MTB: Thomas Schulze, Tel. 09561/ 871742