



Mountainbike-Guide / Enduro + Park

Modul I: 25. – 28.7.2024, Schladming, Reiteralp

Modul II: 5.-8.9.2024, Leogang

Der MTB-Sport entwickelte sich im letzten Jahrzehnt mit rasender Geschwindigkeit. Die Bikes wurden entsprechend der jeweiligen Disziplin angepasst und werden immer leichter und leistungsfähiger. Die Möglichkeiten und erlaubten Strecken zum Biken hinken zwar noch hinterher, auf gebauten (Single-)Trails und in modernen Bikeparks gibt es jedoch mittlerweile ein breites Betätigungsfeld. Dementsprechend gibt es auch viele MTBiker*Innen, welche für ihre Entwicklung gerne Unterstützung hätten. Diesem Trend folgen wir mit der Ausbildung zum „Mountainbike-Guide Enduro & Park“.

Mit der richtigen Vorbereitung zu Spaß, Freude und Herausforderung auf Enduro-Trails und im BikePark

Die Ausbildung richtet sich an alle Biker*Innen, welche die Herausforderung vor allem auf Endurotrails und in den Trailabschnitten eines Bikeparks suchen und die dazu notwendigen Fertigkeiten an Freunde und MTBike-Begeisterte weitergeben wollen.

Der Schwerpunkt richtet sich von der Bewältigung von flowigen Passagen, weiten und (sehr) engen Kurven ohne/mit Anlieger, vom weichen Waldboden über staubige und rutschige Passagen, Wurzelgeflecht bis zu Schotter und felsigen Abschnitten. Gewürzt wird das alles mit Kanten, kurzen Steilabfahrten, vielen Bodenwellen, Tables und kleinen Drops - ALLES was die Enduristi in Hochstimmung bringt.

Du lernst den methodischen Aufbau für alle Techniken und Skills zur Bewältigung der Anforderungen auf Endurotrails und im Bikepark und bist nach positivem Abschluss befähigt, OG-Veranstaltungen und Fahrtechniktrainings auf Endurotrails und in Bikeparks durchzuführen.

Die praktische-methodische Ausbildung garantiert, dass du dich mit einer Gruppe sicher und umweltbewusst bewegen wirst, fahrtechnische Tipps vermitteln kannst und auch in Notsituationen (Unfall und dgl.) adäquat reagieren kannst!

Ausbildungsinhalte

- Training und Entwicklung Eigenkönnen
- Techniktraining – Theorie und Praktische Übungen
- Spezielle Bewegungslehre
- Allg. Methodik und Didaktik des Unterrichts der notwendigen Fertigkeiten
- Spezielle Methodik im Bikepark
- Lesen und vorbereiten von Lines und obstacles
- Tourenplanung
- Material/Ausrüstung/Bikeeinstellungen/Reparatur und Praxistipps

- Führen und Leiten von Gruppen
- Ausgleichs- und Regenerationstraining
- Recht / Haftung / Versicherung bei Tätigkeiten im Verein

Die Vermittlung der Lehrinhalte findet bei allen Wetterbedingungen statt

Teilnahmebedingungen & Anforderungen!

- Sicheres Biken auf S2-Trails (<http://www.singletrail-skala.de>) mit Spitzkehren und steilen up- und downhill-Passagen – bitte selbstkritisch hinterfragen!
- mind. 5 Tage Bikepark-Erfahrung
- körperliche (konditionelle) Eignung, d.h. sehr gute trainierte Ausdauerleistungsfähigkeit für Touren bis 1000hm
- stabiler Gesundheitszustand
- Freude im Umgang mit Menschen

Kriterien zum positiven Kursabschluss:

Während (kursimmanent) der Ausbildung bewertet der Kursleiter

- Technisch-praktisches Eigenkönnen am Trail und im Bikepark
- Methodisch-didaktische Aufgabenstellungen (Lehrauftritte)
- Anwesenheit während der gesamten Kurszeit
- Risikobewusstes Verhalten am MTBike
- Führen von Gruppen und Umgang mit Teilnehmer*Innen

Modul I

Quartier: Almdorf Reiteralm - <https://www.almdorf-reiteralm.at/>

Kursbeginn: 25.07.2024, 18.00 Uhr im Quartier

Kursende: 28.07.2024, ca. 15.00 Uhr

Modul II

Quartier: Hotel Bacher, <https://www.hotelbacher.at/>

Kursbeginn: 5.9.2024, 18.00 Uhr im Quartier

Kursende: 8.9.2024, ca. 15.00 Uhr

Kursleiter: Peter Gebetsberger

Trainer: Martin Doleschal

Benötigtes Material (in einwandfreiem Zustand):

- MTB-Fully - einsetzbar auf Tour, Singletrail UND im Bikepark ODER
- 2 Bikes (All Mountain und freeride/downhill)
- Sportartgerechte Bikebekleidung und -ausrüstung (incl. Allwetterbekleidung)
- Full Face Helm
- Protektoren für Rücken, Knie, Schultern, Ellbogen (neck guard nach eigenem Ermessen)
- Rucksack, Bikewerkzeug, Pumpe, Ersatzmaterial (Schlauch, Bremsbeläge, Kettenschloss,...)
- Handschuhe und Brillen
- Erste-Hilfe-Paket
- Gymnastik-/Yogamatte für Ausgleichs- und Regenerationstraining

Bei den praktischen Ausbildungsinhalten besteht Helm-, Brillen-, Handschuh- und Protektorenpflicht!

Literaturempfehlung:

Mountainbike Fahrtechnik: Enduro, Freeride & Downhill/Sascha Bamberg

Preis für ehrenamtliche Mitarbeiter*Innen/Mitglieder*Innen: € 420,- / € 869,-
(DZ/HP, Training und Ausbildung durch MTB-Trainer)

Fälligkeit: Der TN-Beitrag ist mit bestätigter Anmeldung fällig. IBAN: AT31 1400 0028 1066 5010 – Text: MTB -Guide Enduro+Park – 24_SP31 (bitte auch Termin und Teilnehmernamen angeben)

Anmeldung und Detailinformationen:

Wir freuen uns über deine Anmeldung online <https://akademie.naturfreunde.at/>.

Stornobedingungen:

- Bei Stornierung ab dem 21. Tag vor Veranstaltungsbeginn verrechnen wir 50 %,
- bei NICHT-Erscheinen 100 % des TN-Beitrages als Stornokosten.
- Vom Quartiergeber anfallende Stornokosten werden weiterverrechnet.

Detailinformation: Mag. Peter Gebetsberger - 0664/500 41 28

Organisation: Moritz Zellinger – moritz.zellinger@naturfreunde.at

Für weitere Fragen und Informationen sind wir gerne für Dich erreichbar und wünschen dir eine interessante und herausfordernde Ausbildung.

Dein Naturfreunde-MTB-Team