



MTB Guide-Touren

Modul I 1.5. - 4.5. 2025, Bad Goisern

Modul II 4.9. - 7.9. 2025, Saalbach

Sicher und risikobewusst auf Trails- und Touren

Der Mountainbikesport hat in den letzten Jahren eine enorme Entwicklung genommen - egal ob auf gebauten Singletrails, genehmigten (Forst-)Schotterstraßen oder in Bike-Parks. Für anhaltenden Spaß, Risikobewusstheit und Sicherheit auf den Trails und Touren gewinnt eine spezifische MTB-Ausbildung immer mehr an Bedeutung.

Die vorliegende Ausbildung richtet sich an alle ehrenamtlichen Mitarbeiter und Mitglieder, welche gerne mit Natur-Freunden*Innen biken. Angesprochen sind alle Interessenten*Innen, die sich mit dieser Ausbildung die Voraussetzung für eine verantwortungsbewusste und zielorientierte Tätigkeit in der Ortsgruppe schaffen möchten.

Nach Absolvierung der Module I und II ist der MTB-Guide berechtigt, Rad- und MTB-Touren in der Ortsgruppe zu organisieren und durchzuführen.

E-MTBer*Innen sind herzlich willkommen!

Die praktisch-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!

Der Unterricht erfolgt in zwei – zeitlich voneinander getrennten – Modulen. Zum positiven Abschluss der Ausbildung müssen beide Module absolviert werden. Zusätzlich muss ein Rechtsvortrag (online) besucht werden.

Kursinhalte:

- Bike Know-How: Material / Ausrüstung / Einstellungen
- Techniktraining: Theorie, methodisch-didaktische Übungen und praktische Umsetzung
- Tourenplanung
- Orientierung: Karte, Busssole, GPS und praktische Anwendung auf der Tour
- Grundlagen der Gruppenführung
- Ausgleichstraining – Dehnen und Kräftigen

Teilnahmevoraussetzungen:

- Aktive Tätigkeit in einer Naturfreunde-Ortsgruppe
- Trainierte Ausdauerleistungsfähigkeit, d.h. Kondition für ca. 1000 hm uphill
- Stabile Gesundheit
- Risikobewusste und sichere Fahrtechnik
- Basisausbildung „Erste Hilfe“

Material:

- Cross-Country-fähiges – gewartetes und funktionstüchtiges - MTB oder E-Bike (Fully oder Hardtail mit Flat- oder Klickpedalen, Metall- oder hochwertige Kunststoffpedale mit sehr griffigen Bärenatzen)
- Sportartgerechte Bike-Bekleidung und -ausrüstung (incl. Allwetterbekleidung)
- Bike-Rucksack, Bike-Werkzeug, Pumpe, Ersatzmaterial (Schlauch – wenn nötig, Bremsbeläge, ...)
- Gymnastikmatte für Ausgleichstraining
- Orientierungsmaterial: Planzeiger und Bussole (einfache Bussole ca. € 20,-) – div. Apps nach Belieben
- MTB-Alpinlehrplan ISBN: 978-3 – 7633-6105-2/_4. vollständig überarbeitete Auflage 2023)
- Erste-Hilfe - Paket
- Das Kartenmaterial wird von uns zur Verfügung gestellt!

Während der gesamten Ausbildungsdauer besteht Helm-, Brillen- und Handschuhpflicht!

Quartier: Modul I: Hotel Goiserer Mühle - <https://www.hotel-goiserermuehle.at/de/>

Modul II: Hotel Vorderronach - <https://www.vorderronach.at/>

Veranstaltungsbeginn: jeweils Do. 1.5.2025 bzw. 4.9.2025 - 18.00 Uhr im Quartier

Veranstaltungsende: jeweils am Sonntag, ca. 15.00 Uhr

Kursleitung: Peter Gebetsberger

Sportliche Leitung: Martin Doleschal

Preis:

für ehrenamtliche Mitarbeiter*Innen/Mitglieder*Innen: **€ 520, – / € 928, –**
(DZ/HP, Betreuung durch MTB-Trainer, Kartenmaterial)

Fälligkeit:

- **Der TN-Beitrag ist mit bestätigter Anmeldung fällig.** Dein Teilnahmeplatz wird mit Bezahlung des Kursbeitrages *fixiert*.
- IBAN: AT31 1400 0028 1066 5010 – Text: MTB-Guide-Touren – 25_SP80 (bitte auch Termin und Teilnehmername angeben)

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