



# MTB Tour- & Trail-Camp für Fortgeschrittene

---

**28.5. – 01.06.2025, Arco / Gardaseeberge**

## MTB-Touren und Trails rund um Arco, Riva und Torbole

Das Tourenangebot rund um den Gardasee ist schier unermesslich. Landschaftliche Highlights, fahrtechnische Herausforderungen, lange Anstiege – das ist der ausgefüllte Tourentag am Gardasee. Das spezielle „Arco“ Flair lädt auch ein, nach einer gelungenen Tour, sich gemütlich ins z.B. Cafe Trentino zu sitzen und den Tag zu reflektieren. Wir werden auch ein Bike-Shuttle Service nützen, da wir dadurch auch die höher gelegenen Trails erreichen und somit mehr Trail-Tiefenmeter genießen können.

### Inhalt:

- Mehrere schöne Touren mit sehr unterschiedlichen Untergründen, Aussichten und da und dort mal eine Herausforderung.
- Lange Anstiege und exzellente Abfahrten – teils etwas steiler, kleinere Geländestufen, Spitzkehren und Wurzeln (S1 – S2, vereinzelt S3 Stellen) - <http://www.singletrail-skala.de/>

### Teilnahmevoraussetzung/

- Stabile Gesundheit
- Ausdauerleistungsfähigkeit für MTB-Touren mit ca. 800-1300 Höhenmeter tägl.
- Risikobewusste und sichere Fahrtechnik auf allen Bodenbedingungen und -verhältnissen
- Erfahrung auf Wurzeltrails und in steinigem Gelände

### Was ist mitzubringen?

- Funktionstüchtiges (gewartetes) All-Mountainbike:
  - Empfehlung: Full-Suspension-Bike mit mind. 120mm Federweg!
  - V.a. Bremsen, Bremsbeläge, Bremsscheiben und Reifen müssen in einwandfreiem Zustand sein!
  - hochwertige Flatpedale (gute Pins) mit passenden MTB-Schuhen (weiche, glatte Sohle) oder Klickpedale (wer sich damit absolut wohl fühlt). Keine Käfigpedale mit Laufschuhen oder so!
  - Reifen: Das ist kein Race-Camp, d.h. gute Reifen zahlen sich aus
  - Dropper-Post oder Sattelstützen-Schnellspanner
- Funktionelle Bike-Bekleidung – auch für feuchte/nasse Bedingungen
- Ausrüstung
  - Rucksack für Tagestouren
  - Evtl. Riegel für unterwegs
  - ev. benötigtes Ersatzmaterial und Werkzeug (zwei Ersatzschläuche, Maxalami - für Tubeless, Pickzeug, Minipumpe, Reifenheber, Multitool, Kettenschloss

- Ersatzschaltauge und Ersatzbremsbeläge!
- Schutzausrüstung
  - Div. Protektoren: Ellbogen, Rücken, Knie,... nach eigenem Ermessen
- Erste-Hilfe-Paket

**Bei allen Ausfahrten gilt Helm-, Brillen und Handschuhpflicht – zusätzliche Protektoren werden empfohlen!**

**Kursbeginn:**

Mi. 28.05.2025, 18.00 Uhr – Garni on the Rock <https://www.garniontherock.com/de>

**Kursende:**

So. 01.06.2025, nach der Tour ca. 16 – 17 Uhr

**Sportliche Leitung:** Georg Berndorfer – 0664/502 71 30

**Preis/Person:**

Preis für ehrenamtliche Mitarbeiter\*Innen/Mitglieder\*Innen: € 325, – / € 632, –

(Preis für Organisation, Betreuung und Guiding – inkl. Quartier im DZ mit Frühstück, **exkl. BikeShuttle** und dgl.)

**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-Tour-&Trailcamp Gardasee – 25\_SP87 (bitte auch Termin und Teilnehmernamen 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:** Peter Gebetsberger - 0664/500 41 28

**Organisation:** Moritz Zellinger – [moritz.zellinger@naturfreunde.at](mailto:moritz.zellinger@naturfreunde.at)

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

**Dein Naturfreunde-MTB-Team**