



MTB-Trail-Camp für Fortgeschrittene

23. -27.4.2025 - Gemona/Friaul

Frühjahrstraining im sonnigen Süden für den/die geübte(n) MTBiker*In

Nicht weit von der österreichischen Grenze bieten die Hügel- und Bergketten rund um Gemona mit ihrer besonderen Form und Struktur das ideale Gelände für MTB-Enduro-Trails. Das milde Klima, viele Sonnenstunden und das typische italienische Flair tragen das Weitere zu einem gelungenen Saisonstart bei. Ein weiterer und wesentlicher Umstand: es gibt keinen Stress mit Forst und Jägerei!

Angenehme Auffahrten (mit vereinzelt Steil- und Tragepassagen am Ende zum Gipfel) bringen uns zum Ausgangspunkt für ein verzweigtes Trailnetz in einem grandiosen Panorama. Bergab wartet dann ein Netzwerk aus verschiedensten Enduro-Trails, welches sich beliebig zu unzähligen Abfahrtsvarianten kombinieren lässt. Großteils handelt es sich um Abfahrten im Schwierigkeitsgrad S1-S3 (laut Singletrailsskala: <http://www.singletrail-skala.de/>)

Nach Möglichkeit (bei ausreichend Teilnehmer*innen) fahren/trainieren wir in 2 Leistungsgruppen

Kursinhalt:

- Verbesserung deiner fahrtechnischen Skills im Übungsgelände und Umsetzung am Trail
- Aktives und dynamisches Biken auf (mittel-)schweren Trails
- Risikobewusstes und kontrolliertes Biken in anspruchsvollem Gelände (S1 – S3)

Teilnahmevoraussetzung/Anforderungen:

- Ausdauerleistungsfähigkeit für MTB-Touren mit ca. 800-1000 Höhenmeter tägl.
- Risikobewusste und sichere Fahrtechnik auf allen Bodenbedingungen und -verhältnissen
- Sicheres Befahren von S1-Trails - Erfahrung auf S2-Trails

Ausrüstung/Material

- Funktionstüchtiges (gewartetes) All-Mountainbike:
 - 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
- Rucksack für Tagestouren

- Ersatzmaterial und Werkzeug (zwei Ersatzschläuche, Maxalami - für Tubeless, Pickzeug, Minipumpe, Reifenheber, Multitool, Kettenschloss)
- Ersatzschaltauge, Ersatzbremsbeläge – ev. Ersatzspeichen
- Schutzausrüstung
 - Empfehlung: Ellbogen-/Rückenprotektoren
- Erste-Hilfe-Ausrüstung

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

Quartier:

HOTEL PITTINI, Piazzale della stazione, 10, 33013 Gemona del Friuli, Italy - www.hotelpittini.it

Kursbeginn/Treffpunkt: Mi. 23.4.2025, 18.00 Uhr im Quartier

Kursende: So. 27.4.2025, ca. 15.00 Uhr

Sportliche Leitung: Mauro Peppolino

Preis für ehrenamtliche Mitarbeiter/Mitglieder: € 325,-/632,-
(Preis für Ausbildung und Quartier im DZ mit Frühstück)

EZ-Zuschläge sind persönlich vor Ort zu entrichten

Zusatzkosten Shuttle:

Bei Bedarf und Möglichkeit nehmen wir die Vorteile eines Shuttles in Anspruch. Die Zusatzkosten sind individuell vor Ort zu entrichten

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-Trail Camp Gemona – 25_SP88

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.

Kursleiter und Information: 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 Fortbildung.

Dein Naturfreunde-MTB-Team