



# Mountainbike Bundeskoordination

12. – 14.6.2026 / Saalbach/Hinterglemm

---

## Weiterbildung schafft Kompetenz

Für die kompetente Betreuung unserer Mitglieder sind ein regelmäßig aktualisierter Wissensstand, fachspezifische Kompetenz und sportliche Entwicklung Voraussetzung. Wir bieten dir die Möglichkeit dieser Weiterbildung bei der jährlich stattfindenden MTB-Bundeskoordination.

Wesentliche Zusatzbedeutung im Rahmen dieser Teamkoordination hat im Besonderen auch der Erfahrungsaustausch außerhalb der Unterrichtseinheiten. Im lockeren Umfeld, beim abendlichen Zusammensitzen werden sehr gerne interessante persönliche, technische und äußerst wertvolle Tipps preisgegeben und ausgetauscht. Im Besonderen wollen wir damit ausgebildete und in Naturfreunde-Ortsgruppen aktive MTB-Guides und MTB-Instruktoren ansprechen.

**Inhalt und Ziel** der Bundeskoordination 2026 sind die Beschäftigung mit den eigenen mentalen Beschränkungen beim MTBiken und einem damit möglichen Umgang.

## Koordinationsinhalte:

- MENTALTRAINING BASICS
  - Was ist mentale Stärke und wie kann man sie erlangen?
- SELBSTERFAHRUNG
  - Mentaltraining Tools fürs Biken und den Alltag
  - Vertrauen in eigene Fähigkeiten stärken
  - Selbstsabotage erkennen und entgegenwirken
  - Umgang mit Stress und Aufregung
- MENTALTRAINING FÜR GUIDES UND TRAINER
  - Kommunikationstools
  - Kunden beim Guiding mental unterstützen
  - Umgang mit nervösen und gestressten Kunden

Alle Module und Inhalte sind möglichst praxisnah gestaltet und im Alltag, wie auch beim Biken einfach umsetzbar. Zu Anwendung kommen Methoden, die simpel sind und jederzeit umgesetzt werden können. Für alle Teilnehmer\*innen gibt es im Anschluss ein Skript mit den besprochenen Inhalten.

## Teilnahmevoraussetzungen

- Aktive MTB-Tätigkeit in der Ortsgruppe
- Ausbildung: MTB-Kinderbetreuer\*in, MTB-Guide Touren oder Enduro-/Park, MTB-Instruktor\*in
- Sichere Fahrtechnik auf S1-Trails (<https://www.singletrail-skala.de/>)

**Material:**

- All-Mountain-, Trail- oder Endurobike (Fully)
- (Fullface-)Helm, Handschuhe und Brillen
- Protektoren (nach eigenem Ermessen) empfohlen
- Sportartgerechte Bikebekleidung und -ausrüstung (incl. Allwetterbekleidung)
- Bike-Rucksack, Bikewerkzeug, Pumpe, Ersatzmaterial
- Erste-Hilfe-Paket

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

**Quartier:** Hotel Vorderronach, Ronachweg 47 | 5753 Saalbach  
[www.vorderronach.at](http://www.vorderronach.at)

**Veranstaltungsbeginn:** 12.6.2026 – 18:00 Uhr im Quartier

**Veranstaltungsende:** 14.6. 2026 - ca. 15:00 Uhr

**Kursleiter:** Peter Gebetsberger

**Teilnahmegebühr:**

€ 210,- für Organisation, Training, Vorträge, Unterkunft und Verpflegung (Basis Doppelzimmer mit HP)

**Fälligkeit:** Der TN-Beitrag ist mit bestätigter Anmeldung fällig und dein Teilnahmeplatz mit Bezahlung des Kursbeitrages *fixiert*.

Bitte bei der Überweisung unbedingt folgende Zahlungsreferenz angeben:

**26\_SP98\_[Familiename]**

(Beispiel: *26\_SP98\_Mustermann*)

*Nur mit dieser Zahlungsreferenz können wir die Zahlung korrekt zuordnen!*

IBAN: AT31 1400 0028 1066 5010

BIC: BAWAATWW

**Stornobedingungen:**

- Ab dem 21. Tag vor Veranstaltung 50 %
- bei NICHT-Erscheinen 100 % des TN-Beitrages als Stornokosten.
- Vom Quartiergeber anfallende Stornokosten werden weiterverrechnet.

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

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

**Dein Naturfreunde-MTB-Team**