



MTB Touren-Guide

Modul I 16.04. - 19.04. 2026, Bad Goisern

Modul II 03.09. - 06.09. 2026, 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*innen 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 ein MTB-Guide berechtigt, Rad- und MTB-Touren in der Ortsgruppe zu organisieren und durchzuführen.

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! E-MTBER*innen sind herzlich willkommen!

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, Bussole, 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. 700 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)
- Helm, Radhandschuhe, Radbrillen (helle Gläser)
- 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 Donnerstag - 18.00 Uhr im Quartier

Veranstaltungsende: jeweils am Sonntag, ca. 15.00 Uhr

Kursleitung: Martin Doleschal

Preis:

für ehrenamtliche Mitarbeiter*innen/Mitglieder: € 560, – / € 994, –
(Quartier, DZ/HP und Ausbildung)

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_SP80_[Familiennamen]

(Beispiel: 26_SP80_Mustermann)

Nur mit dieser Zahlungsreferenz können wir die Zahlung korrekt zuordnen!

IBAN: AT31 1400 0028 1066 5010

BIC: BAWAATWW

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: Christoph Steiner christoph.steiner@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