



Mountainbiken

im

„Mühlviertel“

Sa. 1. - So. 2. Juni 2024



*Vom Sandstein und Granit, bis hin zu Ruinen, Gipfelkreuzen, Steigen und Flüssen ...
Alles was unsere schöne Heimat so zu bieten hat ...*



Die Strecken sind technisch teilweise sehr anspruchsvoll, aber mit der richtigen Fahrtechnik kein Problem. Unterwegs gibt's natürlich auch den einen oder anderen Technik Tipp und Trick (Position am Bike / Gleichgewicht / Kurven- und Bremstechnik)

Mitzubringen sind:

- Kondition für ca. 1500 Hm+
- Funktionstüchtiges MTB (Hardtail oder Fully)
- Helm(-pflicht!); Handschuhe; Sport-(Sonnen-)Brille
- Kleidung je nach Witterung! (Wind-/Regenjacke, Wechseltrikot/Shirt)
- Tourenverpflegung (Gipfeljause), genügend Getränke
- Ersatzschlauch, Erste Hilfe Set, Sonnencreme, Mobiltelefon



Fair-Play Regeln für Radfahrer

Fairness und gegenseitige Rücksichtnahme müssen die Grundlage für ein Miteinander und zur Wahrung der vielfältigen Interessen in der Natur bilden. Die Naturfreunde setzen sich für ein **umweltverträgliches und konfliktfreies Miteinander** aller Besucher und Nutznießer unserer Wälder ein. Das Einhalten der Fair-Play-Regeln für Radfahrer sorgt dabei für den Schutz von Fauna und Flora sowie für die notwendige Sicherheit.

- **Handle risikobewusst und selbstverantwortlich!**
Bereite dich entsprechend auf deine Touren vor!
- **Fair Play für Natur und Mensch**
Hinterlasse keine Spuren! Respektvolles Verhalten ist Voraussetzung für jede Erholungsnutzung im Wald. Wir sind Gast in der Natur!
- **Fußgänger haben Vorrang**
Freundlichkeit siegt! Gegenseitiger Respekt und Akzeptanz sind Grundlage für ein friedliches Miteinander.
- **Bleib am Weg!**
Verwechsle Fahrspaß nicht mit Grenzenlosigkeit! Fahre nicht querfeldein, du schädigst damit Natur und Umwelt.
- **Beachte Forst- und Jagdsperrgebiete!**
Schenke dem Lebensraum Wald und seinen Bewohnern den notwendigen Respekt und halte dich an offizielle Jagd- und Forstsperrungen!
- **Fahre nur bei Tageslicht!**
Dämmerung und Nacht gehören den Tieren.
- **Halte dein Rad unter Kontrolle!**
Passe deine Geschwindigkeit und Fahrweise der jeweiligen Situation an! Fahre auf Sicht!
- **Selbst-Check ist Pflicht**
Kontrolliere dein Rad regelmäßig! Trage eine Schutzausrüstung (Helm) und führe ein Erste-Hilfe-Set mit!