

MOUNTAINBIKE

JAHRESPROGRAMM 2021

So, 18.04.21 **PEDELEC- / E-MTB-FAHRTECHNIKTRAINING**
Ausrüstungsüberprüfung, Einstellen der richtigen Sitzposition, Fahrtechniktraining unter Berücksichtigung der antriebsbedingten Besonderheiten, Abschlusstour
Anspruch: leicht
Teilnahmegebühr:
Mitglieder 20 Euro, Nichtmitglieder 30 Euro
Anmeldung und Infos unter mtb@naturfreunde-gengenbach.de
Leitung: Günther Preis, Holger Legant

So, 16.05.21 **Urenkopfturm**
Gengenbach - Urenkopf - Landwassereck - Geisberg - Geroldseck - Gengenbach
Anspruch: Kondition schwer, Fahrtechnik mittel
Länge: ca. 75 km, Höhendifferenz: ca. 1700 hm
Treffpunkt: 10:00 Uhr Rathaus Gengenbach
Leitung: Thiemo Bauer

So, 30.05.21 **E-BIKE / PEDELEC / E-MTB OHLSBACHRUNDE**
Ohlsbach - Fritscheneck - Brandecklindle - Späneplatz - Kalikutt - Moosturm - Ziel Kornebene
Anspruch: Kondition leicht-mittel, Fahrtechnik leicht-mittel
Länge: ca. 30 km, Höhendifferenz: ca. 900 hm.
Treffpunkt: 10:00 Uhr Rathaus Gengenbach
Leitung: Holger Legant

So, 13.06.21 **BUCHKOPFTURM-RUNDE**
Gengenbach - Bad Peterstal - Buchkopfturm - Glaswaldsee Kornebene



Anspruch: Kondition schwer, Fahrtechnik mittel
Länge: ca. 92 km, Höhendifferenz: ca. 2100 hm
Treffpunkt: 9:00 Uhr Rathaus Gengenbach
Leitung: Thiemo Bauer

So, 20.06.21

TOUR VON FREUDENSTADT NACH GENGENBACH

Freudenstadt - Kniebis - Glaswaldsee - Löcherberg -
Kornebene - Gengenbach

Anspruch: Kondition leicht-mittel, Fahrtechnik leicht-mittel
Länge: ca. 60 km, Höhendifferenz: ca. 900 hm
Anfahrt nach Freudenstadt mit der Bahn
Anmeldung bis 18.06.2021 unter
mtb@naturfreunde-gengenbach.de
Leitung: Elke Pockrandt

So, 12.09.21

E-BIKE / PEDELEC / E-MTB MÜHLSTEINRUNDE

Lindach - Mühlstein - Heidenkirche - Löcherbergwasen -
Moosturm - Ziel Kornebene

Treffpunkt: 10:00 Uhr Rathaus Gengenbach
Anspruch: Kondition leicht-mittel, Fahrtechnik leicht-mittel
Länge: ca. 35 km, Höhendifferenz: ca. 1000 hm.
Leitung: Holger Legant

Sa, 18.09.-
19.09.21

MTB-TOUR FÜR FRAUEN

Schönes Tourenwochenende mit Spaß am Fahren in
geselliger Runde. Übernachtung auf der Kornebene.
Entspannung mit Yoga nach Hatha.

Anspruch: leicht - mittel
Anmeldung bis 10.09.2021 unter
mtb@naturfreunde-gengenbach.de
Leitung: Elke Pockrandt



Fr, 03.10.21

HÜNERSEDELRUNDE

Gengenbach - Steinach - Hünersedel - Langenhardt
Guttahütte - Gengenbach

Anspruch: Kondition mittel - schwer, Fahrtechnik mittel

Länge: 63 km, Höhendifferenz: 1450 hm

Treffpunkt: 10:00 Uhr Rathaus Gengenbach

Leitung: Thiemo Bauer

Ganzjährig

**NICHT VERGESSEN: JEDEN FREITAG
MOUNTAINBIKE-STAMMTISCH AUF DER KORNEBENE!**

DAS BRAUCHT IHR:

- Gut gewartetes Mountainbike (E-Bikes mit vollem Akku)
- Helm, Brille
- Handschuhe
- Gefüllte Trinkflasche
- Werkzeug, Erste-Hilfe-Set
-

Nähere Infos zu den einzelnen Touren erscheinen rechtzeitig in der Tagespresse bzw. im Aushang des Naturfreundehauses Kornebene. Bei Fragen zu den einzelnen Touren: mtb@naturfreunde-gengenbach.de