

Radsport Gottmadingen 2019 e.V.

„Für alle was dabei Tour im Donau-Valley“



Der Tagesausflug des Radsport Gottmadingen 2019 e.V. führt uns am 28.04.2019 zum „ehrlichen Biken“ ins landschaftlich sehr reizvolle Donautal. Wir starten vom Wanderparkplatz in Gutenstein. In der ersten Hälfte der Tour gilt lockeres Einrollen auf Fahr- und Forstwegen gespickt mit vereinzelt knackigen Anstiegen bis zum ersten Foto-Hotspot an der Ruine Linzenburg am Lenzenfels. Danach gibt es den ersten kleinen Trailspaß hinunter zur Donau, die wir in Neidingen überqueren. Nun geht es steil bergauf. Hier kommen die Bergspezialisten voll auf ihre Kosten. Wer hier schiebt muss sich nicht schämen. Aber der Aufstieg zur Stettener Schutzhütte lohnt sich. Denn von hier aus ist es nicht mehr weit zum Schaufelsen, wo grandioses „Fern sehen“ auf dem Plan steht. Hier picknicken wir und genießen die Aussicht. Gut gestärkt und mit angelegten Protektoren geht es auf anspruchsvollem Untergrund wieder talwärts. Hier ist es dann teilweise ausgesetzt und spitzkehrig und wir können an unserer Fahrtechnik arbeiten. Mit breitem Grinsen unten angekommen wartet schon die Einkehr zum Tourabschluss im Restaurant Donauperle in Gutenstein auf uns.

Wenn du gern in der Natur auf dem Mountainbike unterwegs bist, technisch anspruchsvolle Abfahrten und schöne Aussichten genießen möchtest, sei dabei!!!!

Wann?

28.04.2019 um 9:00Uhr

Wo?

Bei der Brücke 1 , 72488 Sigmaringen (Fahrzeit von Gottmadingen ca.1h)

Wer?

Vereinsmitglieder des RSG und Gäste, Jugendliche ab 15Jahren, Jugendliche als Gäste des RSG zusätzlich in Begleitung eines Erziehungsberechtigten **Achtung! begrenzte Teilnehmerzahl von 10 Personen**

Kosten:

35,-€ für Gäste(der Teilnehmer ist über unsere Nichtmitgliederversicherung für die Dauer der Veranstaltung sportversichert, bei Eintritt in den Verein werden 50% der Kosten auf den Mitgliedsbeitrag im ersten Jahr angerechnet.)

Für RSG Mitglieder ist die Veranstaltung kostenfrei.

Was brauchst du für die Tour?

- Einen gut sitzenden Fahrradhelm. Es besteht **Helmpflicht**.
- Ein gut gewartetes Mountainbike, witterungsgerechte Bekleidung, Langfingerhandschuhe und eine Bike-Brille. Wir empfehlen zusätzlich Protektoren für Knie und Ellbogen. Vor der Tour machen wir gemeinsam einen Bike- & Ausrüstungscheck.
- Einen Tagesrucksack mit Regen- und Wechselbekleidung, Ersatzschlauch, Reifenheber, Multitool, Luftpumpe, Gewebepatch, Kabelbinder, Ersatzbremsbeläge und einem passenden Ersatzschaltauge. Der Guide hat einiges an Ersatzteilen dabei und kann damit im Notfall aushelfen.
- Minderjährige und Teilnehmer, die nicht Mitglied des RSG sind benötigen eine unterschriebene Einverständniserklärung.

- Minderjährige Teilnehmer als Gäste fahren in Begleitung eines Personensorgeberechtigten. Es gilt ein Mindestalter von 15 Jahren.
- Für die Tour-Verpflegung und ausreichend Getränke sorgt jeder Teilnehmer eigenverantwortlich .Es besteht die Möglichkeit die Trinkflaschen unterwegs aufzufüllen.
- Geld für die Einkehr

Dauer der Tour:

ca.5h inclusive Einkehr Ankunft in Gottmadingen ca.17.00Uhr

Tourlänge:

ca, 23km mit ca. 800 Höhenmetern

Kondition :

Level 2-3 auf einer Skala bis 5, Tempo niedrig bis mittel

Fahrtechnik:

Level 2-3 auf einer Skala bis 5

Bergauf auf Straßen, Forstwegen und flüssigen Singletrails , kurze Steigungen bis 20% und vereinzelte Schiebepassagen

Bergab auf Forst- und Fahrwegen, auf Singletrails S1 Und S2 nach Singletrailskala, stellenweise ausgesetzt und mit Spitzkehren (teilweise ist ein Versetzen des Hinterrades notwendig)

<http://www.singletrail-skala.de/>

Tourguide:

Rene Schikowski (MTB-Guide DIMB, C-Trainer BDR, Fahrtechniktrainer DIMB, Kids on Bike Scout) Ihr könnt euch unter der Telefonnummer +49163 7703595 oder per E-Mail reneschikowski@gmx.de anmelden.