

MTBTravel.de – Nauders 2024



Drei-Länder-Trail-Woche

Sind Sie ein begeisterter Mountainbiker, der sich nach neuen Herausforderungen sehnt und an seine Grenzen gehen möchte? Oder bist du gerade dabei, dich auf Trail- und Endurotrails weiterzubilden und bereit, in die aufregende Welt der Flowtrails, Enduroabfahrten, Wurzelpassagen, Almwiesen, atemberaubenden Aussichten, "Slowskill"-Passagen, natürlichen Steingärten und vielem mehr einzutauchen? Dann ist die Drei-Länder-Wanderwoche rund um Nauders genau das Richtige für Sie!

Termine 2024:

7. bis 13. Juli

Preis:

€ 1395,00 p.p.

Technik: Level 2 (Fortgeschrittene)

Kondition: mittelschwer

Mountainbike: Federung: 110 bis 170mm - Hardtail oder Vollfederung und Flatpedal



Was ist in unserer Drei-Länder-Wanderwoche **enthalten** ?

- 6 Übernachtungen auf der Basis von 2 oder 3 Personen pro Zimmer
- 6-mal reichhaltiges Frühstück + Lunchpaket
- Parken/ Wifi/ Fahrradabstell- und Reinigungsmöglichkeiten
- Trockenraum für Fahrradkleidung und -schutz
- Kostenloser Wäscheservice
- Zugang zum Wellnessbereich (Sauna)
- **Alle Tage Techniktraining und Trailriding** mit Martijn Kuiken
- Liftpass für den Zugang zu allen Loipen

Extras

- Privatzimmer: gegen Aufpreis und je nach Verfügbarkeit (+ 300 Euro)

Dieser epische Mountainbike-Training-Trip wird von keinem Geringeren als dem **MTB Skills Coach Martijn Kuiken** geleitet. Jeder Tag beginnt mit einem intensiven Techniktraining, bei dem Sie die Feinheiten der Trail- und Endurotechnik lernen. Dieses Wissen setzen wir dann auf anspruchsvollen Trails in der Umgebung in die Praxis um. Darüber hinaus erhält jeder Teilnehmer einen Liftpass, mit dem Sie mühelos die schönsten Strecken in Österreich, Italien und der Schweiz befahren können.

Sie fragen sich vielleicht: "Ist dieses einzigartige Erlebnis für mich geeignet?" Wenn Sie bereits über solide Mountainbike-Kenntnisse verfügen und sich nach mehr Perfektion und Kontrolle sehnen, ist die Antwort ein klares **"Ja"**! Bist du motiviert genug, dich selbst herauszufordern, deine Grenzen zu verschieben und sie unter fachkundiger Anleitung zu erweitern? Wir sind bereit, Sie bei diesem Abenteuer zu unterstützen!



Unter Martins fachkundiger Anleitung werden Sie immer zuerst Ihre eigenen Grenzen ausloten, in einer sicheren Umgebung, in der Sie in Ihrem eigenen Tempo lernen und experimentieren können, bevor wir die Messlatte höher legen.

Neben der Stärkung deiner technischen Fähigkeiten widmen wir während der Drei-Länder-Trail-Woche auch den Slowkills große Aufmerksamkeit. Diese Fähigkeiten sind von unschätzbarem Wert, wenn es um schwierige Trails geht, bei denen Kontrolle und Präzision wichtiger sind als Geschwindigkeit. Du lernst, wie du in technischem Gelände dein Gleichgewicht halten und Hindernisse überwinden kannst.



Durch abwechslungsreiche Ausfahrten und Übungen werden Sie ermutigt, an Ihre Grenzen zu gehen und neue Herausforderungen anzunehmen. Kurz gesagt, die Three Nations Trail Week bietet Ihnen als Mountainbiker eine einzigartige Gelegenheit, Ihre Trail- und Endurofähigkeiten auf das nächste Level zu bringen, und das alles in einer sicheren Umgebung, die auf Ihre persönlichen Bedürfnisse zugeschnitten ist. Machen Sie sich bereit für eine unvergessliche Mischung aus Lernen, Herausforderung und Spaß, die Ihnen noch lange in Erinnerung bleiben wird!

Überblick über das Programm: Was Sie erwartet

Jeder Tag beginnt gegen 08:00 Uhr mit dem Frühstück. Die Lifte öffnen um 09:00 Uhr, und das Ziel ist es, um diese Zeit am Lift oder am Ort des Tagesprogramms zu sein. Das Mittagessen wird jeden Tag unterwegs eingenommen. An jeder Bergstation finden Sie gemütliche Restaurants, die lokale und klassische Spezialitäten servieren. Gegen 15:00/15:30 Uhr schließen wir das Programm ab, danach ist Zeit, noch einmal Trails zu fahren und auf Wunsch Instruktionen zu erhalten. Um 16:00 Uhr kehren wir zur Unterkunft zurück, um den Tag auszuwerten.

In Italien und Österreich werden die Schwierigkeitsgrade der Strecken wie beim Skifahren durch Farben gekennzeichnet:

- Schwarz: Sehr technisch und steil
- Rot: sehr anspruchsvoll
- Blau: Schwierig
- Grün: Leicht/ Flowtrail

Sonntag: Wir kommen am Nachmittag auf eigene Faust in Nauders an. Das Kennenlernen und Abendessen findet an einem noch zu bestimmenden Ort im Dorf statt. Danach checken wir im Hotel oder in unserer Unterkunft ein.

Montag: Die Woche beginnt in einem gemächlichen Tempo. Der Vormittag ist den Grundfertigkeiten gewidmet und wie man sie auf Flowtrails anwendet, um maximalen Spaß und Kontrolle zu haben. Heute fahren wir hauptsächlich auf den grünen Trails, um uns an das Fahren in den Alpen zu gewöhnen.

Dienstag: Wir wiederholen die Techniken vom Vortag, um warm zu werden. Auf dem Programm stehen Schwünge, Sichttechniken und eine Einführung in die Linienwahl, die für das Befahren von technischen Alpen Trails unerlässlich ist. Wir erkunden heute grüne und blaue Trails.

Mittwoch: Heute kombinieren wir die Techniken der vorherigen Tage und fahren grüne, blaue und rote Trails. Der Schwerpunkt des Tages liegt auf Off-Camber- und Wurzelpassagen. Außerdem fahren wir nach Italien, um einen der längsten und beeindruckendsten Flowtrails der Region zu erkunden. Auf dem Programm stehen auch der "Endo-Turn", Bunny-Hops und kleine Sprünge, die auf den Trails Spaß machen und unverzichtbar sind.

Donnerstag: Auf dem Programm steht der berühmte "Bunkertrail", der zwar als rot markiert ist, aber unserer Meinung nach in Italien eher ein schwarzer Trail ist. Heute fahren wir eine längere Strecke mit anspruchsvollen Enduro-Traversen, Fels- und Wurzelpassagen und atemberaubenden Ausblicken entlang des Weges als Belohnung!

Freitag: Heute geht es um Fragen: Was willst du noch lernen und welche Strecke würdest du gerne noch einmal fahren? Müdigkeit kann eine Rolle spielen, daher kann die Intensität je nach Gruppendynamik variieren. Wer möchte, hat die Möglichkeit, einen schwarzen Trail zu fahren, der eine gute Beherrschung der Technik erfordert. In Nauders gibt es mehrere anspruchsvolle Trails.

Samstag: Das Abenteuer ist leider vorbei! Mit einer Fülle von Erfahrungen, erweiterten Fähigkeiten und vielleicht sogar neuen Freundschaften kehren wir nach Hause zurück. Gegen 09:00 Uhr wollen wir auschecken und abreisen, wohl wissend, dass viele noch eine lange Reise vor sich haben.

Verpassen Sie nicht diese Chance, sich in der wunderschönen Umgebung Tirols selbst zu übertreffen. Melden Sie sich noch heute an und machen Sie sich bereit für ein Abenteuer, das Ihre Fähigkeiten und Ihre Leidenschaft für das Mountainbiken auf ein neues Niveau heben wird.

