

DAV Bericht Fahrtechnik 2025

Mountainbike-Fahrtechniktraining für Familien und Kinder und Anfänger

- Samstag 28.6.2025

von Manfred Huchler

Am Samstag, den 28.6.25, trafen sich bei schönem Sommerwetter Dirk, sein Sohn Nils, Thomas, Jonas und Linus sowie Rainer und ich. Unser Ziel: Die grundlegenden Fahrtechniken des Mountainbikens zu erlernen und zu verbessern.

Der Kurs begann um 10:00 Uhr morgens in der Nähe des Friedensdenkmals bei Edenkoben mit einer kurzen Einführung mit Sicherheitscheck. Danach ging es direkt in die Praxis: Spielerisch wurden verschiedene Übungen zur Verbesserung der Grundfahrtechniken durchgeführt, zum Beispiel das Durchfahren von Kurven in Verbindung mit der richtigen Blickführung, die Balance im Slalomparcours, das Bremsen auf verschiedenen Untergründen, das Fahren über Unebenheiten sowie das Bewältigen von steilen Anstiegen und Abfahrten. Individuelles Feedback und Korrekturen halfen den Teilnehmern bei der Umsetzung und der Verbesserung der Grundfahrtechniken, so dass mit jedem Durchgang Fortschritte sichtbar waren.

Im Anschluss konnte das Gelernte auf einer Tour zur St. Martiner Hütte und durch das Edenkobener Tal in der Praxis angewandt werden. Auf schönen Wegen ging es bergauf und bergab und die Teilnehmer waren vor einige Herausforderungen gestellt, die es ihnen erlaubten, die erlernten Grundtechniken in der Praxis weiter zu verbessern.

Der Kurs endete gegen 16:00 Uhr mit einer abschließenden Einkehr in der Waldgaststätte Friedensdenkmal, bei der alle ihre Erfahrungen und Fortschritte während des Kurses besprachen.

Insgesamt war das Mountainbike-Fahrtechniktraining ein großer Erfolg, der den Teilnehmern ein solides Fundament für künftige Mountainbike-Touren gegeben und ihre Begeisterung für den Sport weiter gestärkt hat.

Rückmeldungen:

Linus: „Supercool, vor allem das Pappbremsen war toll!“

Jonas: „Die Tipps waren sehr hilfreich, v.a. das Hochklupfen des Vorderrades“

Thomas: „Abwechslungsreiches Training mit Tipps und Tricks für Anfänger und Fortgeschrittene“

