



**Naturfreunde
Niederösterreich**

Kennst du deine Grenzen?

Fachbereich Rad/Mountainbike
Lilienfeld - Muckenkogel

Bei diesem Mountainbike Trainingstag kann jeder ab 14 Jahren mitmachen egal ob Naturfreundemitglied oder nicht. Du benötigst ein eigenes Mountainbike - egal ob mit oder ohne Strom.
Trainiert wird am Muckenkogel.



Das wird geboten

Bei diesem Tageskurs (9:00 - 17:00 Uhr) soll das Zusammenspiel von MTB und dem/der Fahrer/In verbessert werden. Wir verlassen die Forststraße und begeben uns auf lässige Flow Trails. Ausgebildete MTB Guides zeigen dir wie du dich im Gelände mit deinem Bike sicherer fühlst und auch anspruchsvollere Stellen mit Leichtigkeit meistern kannst.

Die perfekte Position am Bike – Sicheres Auf und Absteigen im Gelände – Bremsen am Trail – Bergauf im Gelände anfahren – Kurventechnik/Blickkontakt – richtig schalten, auch beim E-Bike – Sicherheit bei der Ausfahrt – und vieles mehr.

Ausrüstung

E-Mountainbike oder Bio-Mountainbike funktionsfähig (Bremsen, Schaltung, Reifen, Akku bei E-Bike) Helm verpflichtend, Handschuhe, Brille, Rucksack, Reserveshirt, Regenschutz, Reserveschlauch, Reparaturzeug. Müsliriegel, Trinkflasche, persönliche Gegenstände.

**Alle Details
&
Anmeldung**



Veranstaltungsleitung

Rudolf Vajda
Tel.: 0670/4027440
Tamara Pirkfellner
Tel.: 0680 1259367

Mindestteilnehmer: 4 Personen
Maximalteilnehmer: 10 Personen

Treffpunkt:

Almgasthof Billensteiner
Kolmstr. 2, 3180 Lilienfeld

Termin: 27.06.2026

Anmeldeschluss: 13.06.2026

Preis pro Person:

€ 30,- Naturfreundemitglieder
€ 40,- Nichtmitglieder

Leistungen:

Organisation und Betreuung durch
Naturfreunde MTB Guides

→ **Anmeldung:**
www.niederoesterreich.naturfreunde.at

Naturfreunde Niederösterreich
3100 St. Pölten, Hess-Straße 4/2/6
02742/357211
niederoesterreich@naturfreunde.at
ZVR 765065732