

Montag

(E-)MTB-Tour: Vigiljoch Family



Beschreibung:

Wir shuttle bis Pawigl, dann über einen schönen Forstweg über die Bärenbad-Alm zur St. Vigil Kirche mit herrlichem Rundblick auf die Dolomiten. Über einfache Trails fahren wir zur Familienalm „Gampl“, wo wir Mittag essen und die noch nicht müden Kids toben können ;) Schließlich geht es über schöne Waldwege vorbei an einem See zu unserem Ausgangspunkt.

Schwierigkeitsgrad: Leicht

Zeit: 10-16 Uhr

Treffpunkt: 9.45, SS38 Bike, Meranerstr. 7, Lana

Anmeldung erforderlich

bei Hannes Silbernagl (+39 349 253 4676) oder Katharina Avi (+39 347 404 1925)

Preis: 40,00 €, Familienpreise auf Anfrage.

Infos: www.bikeacademy-lana.it, info@bikeacademy-lana.it

(E-)MTB-Tour: Vigiljoch



Beschreibung:

Mit der Seilbahn auf das Vigiljoch, dann über einen schönen Forstweg zur St. Vigil Kirche mit herrlichem Rundblick auf die Dolomiten. Auf kurzen, aber steileren Passagen fahren wir auf 2000 Meter zum Rauher Bühel bevor es dann abwärts zur Naturnser Alm geht. Gemeinsam mit den Teilnehmern der Family Tour essen wir im Gasthaus „Gampl“ zu Mittag. Über Trails fahren wir zur "Schwarzen Lacke" und dann zurück nach Lana.

Schwierigkeitsgrad: (Leicht) Fortgeschritten

Zeit: 10-16 Uhr

Treffpunkt: 9.45, SS38 Bike, Meranerstr. 7, Lana

Anmeldung erforderlich

bei Hannes Silbernagl (+39 349 253 4676) oder Katharina Avi (+39 347 404 1925)

Preis: 40,00€

Infos: www.bikeacademy-lana.it, info@bikeacademy-lana.it

Dienstag

(E-)MTB-Tour: Ulten



Beschreibung:

Wir shuttle bis nach St. Walburg und fahren auf einem Forstweg bis zur Marschnellalm, die auf 2.213 m liegt. Nach etwa weiteren 150 Höhenmetern sind wir auf dem höchsten Punkt angelangt und überqueren den Bergrücken um auf die Riemerberglalm (2040 m) hinunterzufahren. Schließlich genießen wir eine flowige Abfahrt (Schwierigkeit S1-S2) bis zu unserem Ausgangspunkt zurück.

Schwierigkeitsgrad: Fortgeschritten - Könner

Zeit: 10-16Uhr

Treffpunkt: 9.45, SS38 Bike, Meranerstr. 7, Lana

Anmeldung erforderlich

bei Hannes Silbernagl (+39 349 253 4676) oder Katharina Avi (+39 347 404 1925)

Preis: 40,00€

Infos: www.bikeacademy-lana.it, info@bikeacademy-lana.it

Fahrtechniktraining



Beschreibung:

Es braucht ein Grundwissen an fahrtechnischen Fähigkeiten um sicher und mit Freude wieder zurück ins Tal zu kommen. Deshalb lernen wir richtig bremsen und schalten, die geeignete Kurventechnik auf Schotter, wie man bergauf aufsteigt und anfährt und bergab absteigt. Übungen zu Gleichgewicht und Balance runden unser Fahrtechniktraining ab.

Je nach Vorwissen und Können werden Inhalte und methodische Schritte auf die Gruppe angepasst.

Schwierigkeitsgrad: Basic

Zeit: 10-13Uhr

Treffpunkt: 9.45, SS38 Bike, Meranerstr. 7, Lana

Anmeldung erforderlich

bei Hannes Silbernagl (+39 349 253 4676) oder Katharina Avi (+39 347 404 1925)

Preis: 40,00€

Infos: www.bikeacademy-lana.it, info@bikeacademy-lana.it

(E-)MTB-Tour ins Mittelgebirge 1



Beschreibung:

Durch die Apfelwiesen fahren wir nach Gargazon um über den Moosweg nach Tisens zu gelangen. Vorbei am Aussichtspunkt Hyppolith, biegen wir nach dem Narauner Weiher Richtung Talmühle ab. Im Zentrum von Völlan nehmen wir dann die Abzweigung zum Völlaner Badl, unserem Tagesziel! Auf Straße oder leichten Trails geht es wieder zurück nach Lana.

Schwierigkeitsgrad: (Leicht) Fortgeschritten

Zeit: 14-18 Uhr

Treffpunkt: 13.45, SS38 Bike, Meranerstr. 7, Lana

Anmeldung erforderlich

bei Hannes Silbernagl (+39 349 253 4676) oder Katharina Avi (+39 347 404 1925)

Preis: 25,00€

Infos: www.bikeacademy-lana.it, info@bikeacademy-lana.it

Mittwoch

(E-)MTB-Tour: Alpin 1



Beschreibung:

Von Lana aus shuttleln wir über den Gampenpass bis St. Felix. Dort fahren wir eine Forststraße hoch, an der Felixer Alm und am Felixer Weiher (Tretsee) vorbei bis ganz nach oben zum Gipfelkreuz vom beeindruckenden Gantkofel (Monte Macaion). Das Panorama ist atemberaubend und die extrem steil abfallende Felskante beeindruckend. Über Trails geht es dann zurück zum Ausgangspunkt und schließlich bis nach Lana.

Schwierigkeit: Fortgeschritten - Könner

Zeit: 10-16Uhr

Treffpunkt: 9.45, SS38 Bike, Meranerstr. 7, Lana

Anmeldung erforderlich

bei Hannes Silbernagl (+39 349 253 4676) oder Katharina Avi (+39 347 404 1925)

Preis: 40,00€

Infos: www.bikeacademy-lana.it, info@bikeacademy-lana.it

Fahrtechnik Kids



Beschreibung:

Spielerisch lernen wir fahrerische Fertigkeiten wie richtiges Bremsen, Kurventechnik und Vieles mehr.... Weitere Übungen zur Schulung des Gleichgewichts und der Koordination, wie z. B. das Abfahren auf Stufen soll die vielseitigen Anforderungen des Fahrradfahrens vermitteln, wobei Freude, Spaß, Herausforderung und Mut im Vordergrund stehen.

Je nach Vorwissen und Können werden Inhalte und methodische Schritte auf die Gruppe angepasst.

Schwierigkeitsgrad: Basic

Zeit: 10-13Uhr

Treffpunkt: 9.45, SS38 Bike, Meranerstr. 7, Lana

Anmeldung erforderlich

bei Hannes Silbernagl (+39 349 253 4676) oder Katharina Avi (+39 347 404 1925)

Preis: 40,00€

Infos: www.bikeacademy-lana.it, info@bikeacademy-lana.it

Rennrad-Tour zum Kalterer See



Beschreibung:

Entlang der Weinstraße fahren wir bis wir uns die Höhenmeter Richtung Mendelpass erkurbeln. Wir müssen aber nicht ganz hinauf, genießen nur den Ausblick von erhöhter Position und fahren dann rasant hinab und um den Kalterer See entlang. Je nach Lust und Laune nehmen wir noch einen kurzen aber steilen Pass mit, oder fahren gemütlicher um den Mitterberg herum. Der Claudia Augusta Radweg bringt uns zurück nach Lana.

Schwierigkeitsgrad: (Leicht) Fortgeschritten

Zeit: 14-18 Uhr

Treffpunkt: 13.45, SS38 Bike, Meranerstr. 7, Lana

Anmeldung erforderlich

bei Hannes Silbernagl (+39 349 253 4676) oder Katharina Avi (+39 347 404 1925)

Preis: 25,00€

Infos: www.bikeacademy-lana.it, info@bikeacademy-lana.it

Donnerstag

(E-)MTB-Tour: Hafling Family



Beschreibung:

Wir shuttle bis Hafling und fahren dann zum „Knottnkino“, bei dem das Panorama die Hauptrolle spielt. Anschließend geht es hinauf zur Leadner Alm, auf der wir unser Mittagessen einnehmen. Nach der Stärkung noch ca. 200 Höhenmeter hinauf auf die Wurzer Alm, wo vielleicht eine kleine Nachspeise auf uns wartet. Schließlich fahren wir zu unserem Ausgangspunkt zurück.

Schwierigkeitsgrad: Leicht

Zeit: 9.30 - 16 Uhr

Treffpunkt: 9.15, SS38 Bike, Meranerstr. 7, Lana

Anmeldung erforderlich

bei Hannes Silbernagl (+39 349 253 4676) oder Katharina Avi (+39 347 404 1925)

Preis: 40,00 €, Familienpreise auf Anfrage.

Infos: www.bikeacademy-lana.it, info@bikeacademy-lana.it

(E-)MTB-Tour: Stoanerne Mandln



Beschreibung:

Diese Tour muss man einmal erlebt haben. Mit der Seilbahn als Aufstiegshilfe ist der erste Aussichtspunkt schnell erreicht. Nach 400 Höhenmetern gibt es eine kleine Stärkung auf einer der schönsten Almen des „Tschögglbergs“ um die nächsten 500 Höhenmeter zu schaffen. Kurz vor unserem Ziel, den stoanernen Mandeln, wird es auf 100 Höhenmetern noch ein letztes Mal kräftezehrend. Danach geht es auf zuerst einfachen Wiesenwegen, dann einem kurzen aber anspruchsvollen

Trail zu unserer Mittagsrast. Über anspruchsvollere Trails geht es über Mölten nach Terlan. Der Radweg „Claudia Augusta“ bringt uns zurück nach Lana.

Schwierigkeitsgrad: Fortgeschritten - Könnner

Zeit: 9.30 - 16 Uhr

Treffpunkt: 9.15, SS38 Bike, Meranerstr. 7, Lana

Anmeldung erforderlich

bei Hannes Silbernagl (+39 349 253 4676) oder Katharina Avi (+39 347 404 1925)

Preis: 40,00 €

Infos: www.bikeacademy-lana.it, info@bikeacademy-lana.it

Freitag

(E-)MTB-Tour: Alpin 2



Beschreibung:

Mit dem Shuttle fahren wir bis Völlan und fahren dort im Zentrum gleich den Kastanienweg hinunter. Auf Nebenstraßen mit kleinen Tunnels, über Forststraßen und Trails geht es aufwärts bis zur Mittagspause. Währenddessen genießen wir den Ausblick auf die Ultner Seite mit Bergen und Stauseen; anschließend fahren wir über das Platzerer Jöchl und Trails bringen uns zurück nach Lana.

Schwierigkeit: Fortgeschritten - Könnner

Zeit: 10-16Uhr

Treffpunkt: 9.45, SS38 Bike, Meranerstr. 7, Lana

Anmeldung erforderlich

bei Hannes Silbernagl (+39 349 253 4676) oder Katharina Avi (+39 347 404 1925)

Preis: 40,00€

Infos: www.bikeacademy-lana.it, info@bikeacademy-lana.it

Tourtechnik



Beschreibung:

Wer über ein Grundwissen an fahrtechnischen Fähigkeiten verfügt, ist hier genau richtig um sein Können zu verfeinern. Wir lernen direkt im Gelände die geeignete Kurventechnik, das Überwinden von Hindernissen bergauf und bergab und alles Weitere um uns sicher und richtig auf unseren MTBs zu bewegen.

Je nach Vorwissen und Können werden Inhalte und methodische Schritte auf die Gruppe angepasst.

Schwierigkeitsgrad: (Leicht) fortgeschritten

Zeit: 10-13Uhr

Treffpunkt: 9.45, SS38 Bike, Meranerstr. 7, Lana

Anmeldung erforderlich

bei Hannes Silbernagl (+39 349 253 4676) oder Katharina Avi (+39 347 404 1925)

Preis: 40,00€

Infos: www.bikeacademy-lana.it, info@bikeacademy-lana.it

(E-)MTB-Tour ins Mittelgebirge 2



Beschreibung:

Wir durchqueren Lana bevor wir die ersten dreihundert Höhenmeter auf einem Trail hochfahren. Dort angekommen wird der sogenannte „Vorbichl“ zu unserer Spielwiese. Leichte Trails mit S1 Einstufung bringen alle in den Flow die wir uns mit kurzen, aber knackigen Anstiegen verdienen müssen. Danach nehmen wir unser Ziel, St. Hippolyth, in Angriff von wo aus wir 20 Ortschaften und rund 40 Schlösser, Burgen und Ruinen erblicken können. Abwechslungsreiche Trails bringen uns zurück nach Lana.

Schwierigkeitsgrad: (Leicht) Fortgeschritten

Zeit: 14-18 Uhr

Treffpunkt: 13.45, SS38 Bike, Meranerstr. 7, Lana

Anmeldung erforderlich

bei Hannes Silbernagl (+39 349 253 4676) oder Katharina Avi (+39 347 404 1925)

Preis: 25,00€

Infos: www.bikeacademy-lana.it, info@bikeacademy-lana.it