

Montag

(E-)MTB-Tour: Gallhöfe



Beschreibung:

Von Lana aus fahren wir nach Nals (Asphalt). Dort startet der Moosweg, sehr bekannt und beliebt bei den einheimischen MTB-Fahrern. Über einen Waldweg geht es nach Völlan weiter und dann steil hinauf zu den Gallhöfen von wo aus wir ein wunderbares Panorama genießen. Über Waldwege geht es über Völlan 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

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

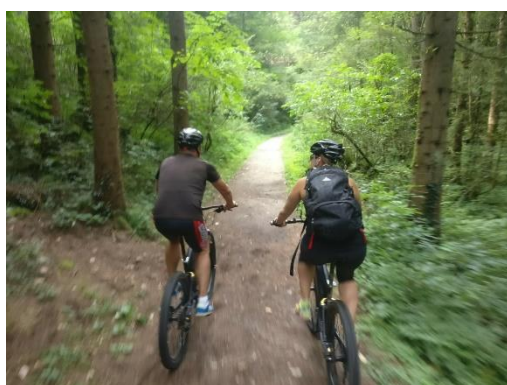
Anmeldung erforderlich

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



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: 14-17 Uhr

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

Anmeldung erforderlich

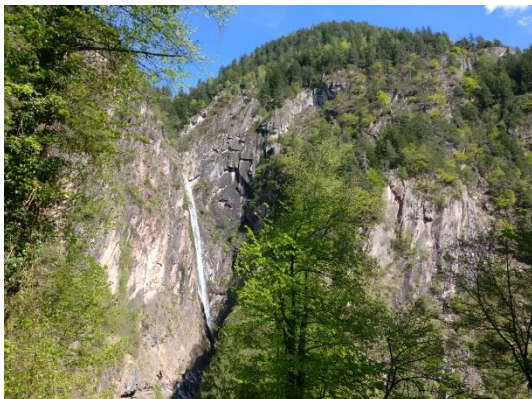
bei Hannes Silbernagl (+39 349 253 4676) oder Katharina Avi (+39 347 404 1925)

Preis: 25,00€

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

Mittwoch

Fragzburg



Beschreibung:

Von Lana aus fahren wir nach Sinich (Meran); weiter geht es auf Asphalt hinauf zum Schloss Fragsburg und weiter steil hinauf bis zu Südtirols höchstem Wasserfall, wo wir kurz verweilen. Anschließend erfolgt der Anstieg bis zum Greiter: dort genießen wir den wunderbaren Ausblick über Meran und sehen auch die Gärten von Schloss Trauttmansdorff. Schließlich treten wir zufrieden den Heimweg an.

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: 25,00€

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: 14-17.30 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: Vigiljoch



Beschreibung:

Zuerst nehmen wir Seilbahn oder Shuttle als Aufstiegshilfe, 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 Naturser Alm geht. Gemeinsam mit den Teilnehmern der Family Tour essen wir im Gasthaus „Gampf“ 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

Freitag

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: Burgen und Schlösser



Beschreibung:

Eine Tour mit Kultur: auf unserem Weg begegnen wir verschiedensten Schlössern, Burgen und Ruinen und erzählen euch etwas dazu.

Schwierigkeitsgrad: Basic

Zeit: 14-17.30 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