

Tourenbeschreibungen Herbstprogramm 2021

Montag - Fahrtechnik

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 und anschließend probieren wir unser neu erworbenes Können gleich aus! Je nach Vorwissen und Können werden Inhalte und methodische Schritte auf die Gruppe angepasst.

Dienstag - Der Passer entlang - 33 bis 50 km / 300 bis 400 Höhenmeter

Wir starten entlang des Falschauerflusses und fahren dann abseits der Straßen durch Apfelwiesen nach Meran. Durch den historischen Sissipark erklimmen wir die ersten Höhenmeter bis der Fahrradweg ins urige Passeiertal startet. Immer entlang der Passer passieren wir mehrere kleine Dörfer und auch einige namhafte Hotels (in einem davon hat auch schon die deutsche Nationalmannschaft genächtigt). Zu Mittag kehren wir im Torgglerhof ein und sehen den Gleitschirmfliegern beim Landen zu. Die 300 Höhenmeter, die wir vormittags geschafft haben, versüßen uns anschließend die Fahrt Tal auswärts...

Mittwoch - Mittelgebirge - 35 km / 850 Höhenmeter

Von Lana aus radeln wir uns Richtung Gargazon durch die Apfelwiesen warm, ehe es den Moosweg berghoch geht nach Tisens. Mit herrlichem Ausblicken ins Burggrafenamt geht es weiter über schöne flowige Trails nach Prissian, Grissian und Naraun. Beim Völlaner Badl haben wir den höchsten Punkt erreicht und nun folgt eine schöne Abfahrt mit verschiedenen Trails bis nach Lana.

Donnerstag – Montiggler & Kalterer See - 40 km / 650 Höhenmeter

Wir fahren von Lana mit dem Bikeshuttle zum Messner Mountain Museum in Firmian. Die ersten Kilometer unserer Tour führen uns bergauf, über die alte Bahntrasse, ins Weindorf Grlan. Am bekannten Weinberg Schreckbichl fahren wir in den Montiggler Wald. Über Forststrassen und einen kleinen Trail gelangen wir zu den Montiggler Seen, dann weiter über einen Trail zum Kalterer See. Dort genießen wir das herrliche Panorama und stärken uns nach Belieben.

Auf dem Rückweg durchfahren wir das malerische Lavasontal und gelangen nach Eppan. Weiter geht's durch die bekannten Weindörfer St. Michael und St. Pauls wieder zurück zu unserem Shuttle, der uns wieder nach Lana bringt.

Freitag - Burgentour Missian - 46 km / 540 Höhenmeter

Durch Apfel- und Weinanlagen fahren wir durch die kleinen Dörfer Nals und Andrian durch und nehmen anschließend den Anstieg nach St. Pauls in Angriff. Durch das Burgendorf Missian gelangen wir schließlich zum Schloss Hocheppan. In der Burgschenke (Spezialität Knödelgerichte) machen wir Mittagspause mit Blick auf Bozen und die Dolomiten. Nach der Abfahrt bringt uns die bekannte Weinstraße wieder zurück nach Lana.