

LG Mettenheim MTB-Youngsters – Technik & Trail Wochenende Westendorf 20.-22.09.2024



Tag 1 – Freitag, 20.09.2024

21 Teilnehmer: 16 Jugendliche, 5 Betreuer.

Nachdem die vielen Räder gut verstaut waren, machten wir uns nachmittags auf den Weg nach Westendorf in Tirol.

Dank Sonja waren die Zimmer schnell aufgeteilt, so blieb noch genügend Zeit für ein erstes kleines Technik Training.

Gekonnt und mit viel Elan wurden die Geschicklichkeitsübungen abgespult. Das war schon mal ein kleiner Vorgeschmack, was uns die nächsten beiden Tagen auf den Trails erwartet.

Als Abendessen gab es Schnitzel mit Pommes, mit Nachschlag, bis auch der letzte satt wurde.

Ungeduldig warteten schon alle auf die (aktive) Abendbeschäftigung: Hockey, Tischtennis, Bouldern und Kickern, für jeden war was dabei.

Tag 2 – Samstag, 21.09.2024

Fleckalm Trail, 40km, 500hm

Um 9 Uhr gings flach rund 15km nach Kirchberg. Dort angekommen wurden die Basics geschult am Übungsparcour der Fleckalm Talstation.

Anschließend versuchten wir uns am unteren Teil vom Trail. Sauenge Spitzkehren und ein fieser glitschiger Rockgarden forderte alle.

Nach einer kurzen Stärkung strampelten wir die 500hm zur Mittelstation rauf. Das Tempo war zügig, die anschließende Pause somit verdient.

Für die lange Fleckalm Trail Abfahrt gab es ein kurzes Briefing. „Lehrer“ Stefan fuhr voraus, die etwas weniger sicheren hinterher. Nach einer Ballerlücke kam Konsti und Hudl mit den „Pros“.

Bodenkontakt ließ sich nicht ganz vermeiden, aber alle kamen heil unten an. Ein grandioser Tag ging schließlich am Lagerfeuer zu Ende.

Tag 3 – Sonntag, 22.09.2024

Wiegalm u. Gaißberg Trail, 40km, 800-1200 hm

Kurz flach, lang steil, so gings zum Zwischenziel auf 1500 Meter. Essen, Trinken und Schneeball werfen. Die Pause tat allen richtig gut.

Nach einem kurzen Schotterabschnitt, ging es in den Wiegalm Trail, ein schmaler, manchmal steiler, meist super flowiger Weg mit Steinen u. Wurzeln.

Unten überholte uns Lisi Osl, ehem. MTB-Profi. Was wir da noch nicht wussten, „Ihr“ Trail wird gerade hergerichtet, somit leider gesperrt.

Ein letztes Mal ging es bergauf. Fünf Nimmersatt strampelten die 400hm, der Rest liftelte.

Nachdem der Lisi Osl Trail also gesperrt war, hieß unsere Abfahrt Gaißberg Trail, Austragungsort der Österreichischen Downhill-Staatsmeisterschaft 2014. Stefan voraus, Konsti und Hudl hinten. Auch heute kamen alle (sicher, heil) unten an.

Westendorf
Freitag
20.09.



Kurze Besprechung zu den geplanten Geschicklichkeitsübungen



Johannes

Patrick

Raphael



Maxi

David

Dominik

Andi

Maxi

Simon

Samuel

Marco

Silas

Kirchberg
Samstag
21.09.



Warm-Up 1 (im Schatten, brrr) – Fleckalm Talstation



Warum-Up 2 (in der Sonne ☺) – Pumptrack geht immer



Fleckalm Mittelstation – Rast nach schweißtreibender 500 hm Auffahrt



Fleckalmtrail – S2, Wurzelpassagen, kl. Sprünge, Anliegerkurven (Bilder von Komoot)

Brixen i. Thale
Sonntag
22.09.



Warm-Up 1 – 10 km flach von Westerdorf nach Brixen i. Thale



Warm-Up 2 – 800hm Anstieg zur Wiegalm



Fast oben – Simon, Silas, Domi / Raphi, Markus, Patrick



Vorfreude auf den Wiegalm Naturtrail – S1, schmaler Wanderweg mit Stein- und Wurzelpassagen flowig

Kirchberg
Sonntag
22.09.



Chiara, Annika, Emma



Hände durchschütteln, Bremsen abkühlen lassen



Gaisberg Trail – S3, Anlieger, steil, Wurzeln, Drops über Geländekanten und Holzbauten.



Krass steile Passage – beste Haltungsnoten bei Domi, Konsti, David und Silas

Unterkunft
Funpark
Westendorf



