

Vorteile als ADFC Mitglied

140.000 Menschen sind schon dabei.

Nutzen Sie die Vorteile der ADFC-Mitgliedschaft

- Ermäßigte oder kostenfreie Teilnahme an den Veranstaltungen des ADFC München
 - Kostenlose Nutzung der Selbsthilfe-Werkstatt
 - Sechsmal jährlich das bundesweite ADFC-Magazin Radwelt
 - Haftpflicht- und Rechtsschutzversicherung als Fahrradfahrer/in oder als Fußgänger/in bzw. als Benutzer/in öffentlicher Verkehrsmittel in Verbindung mit einem Fahrradtransport (Selbstbeteiligung im Versicherungsfall 500,- € bzw. 250,- €)
 - Kostenfreie Rechtsberatung bei allen Fragen rund um das Fahrrad und den Straßenverkehr
 - Rabatte und Vergünstigungen bei Fördermitgliedern des ADFC München
 - Aktionspreise für Produkte von Partnerfirmen des ADFC
 - 500 Freikilometer für das ADFC Tourenportal www.adfc-tourenportal.de
 - kostenfreie Nutzung der ADFC-Infoline, das Servicetelefon des ADFC
- Weitere Infos zur Mitgliedschaft:
www.adfc.de/mitgliedschaft



Fordern Sie unser Infopaket an bestehend aus:

- Informationen über den ADFC
- Probeexemplar "Radwelt"
- Infos zu Versicherungen

www.adfc.de/mitgliedschaft/infopaket-anfordern

Jetzt ADFC-Mitglied werden - online unter:

<http://www.adfc.de/mitgliedschaft/mitglied-werden/beitrittserklaerung>

Impressum

ADFC München e.V., Platenstraße 4, 80336 München,
Verantwortlich: Peter Kappel, Vorsitzender

Teilnahmebedingungen

Die Teilnahme ist nur mit einem einwandfrei funktionstüchtigen Mountainbike möglich. Die Mitnahme von Helm und Handschuhen, wetterfester Bekleidung sowie etwas Proviant wird empfohlen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Teilnahme an den Touren erfolgt auf eigene Verantwortung, eine Haftung der Tourenleiter ist ausgeschlossen.

Die Teilnahmegebühr beträgt: 3,00 € für ADFC Mitglieder und 7,00 € für Nichtmitglieder.

Bei Bahnfahrten entstehen zusätzliche Kosten von ca. 15,00 Euro.

Zusätzlich zu den konditionellen **Schwierigkeitsstufen** (1 leicht bis 5 sehr schwer) wird in den Beschreibungen die **Anforderung an die Fahrtechnik** definiert.

Fahrtechnik 1:

Schotterwege, kleine asphaltierte Nebenstraßchen und einfache kurze Pfade sind hier vorherrschend. Es gibt keine Tragestrecken, die Anstiege sind nicht all zu steil, technisch leicht und ebenso wie die Downhills für jede/n locker zu fahren. Allerdings sollten Sie schon mit ihrem Mountainbike vertraut sein.

Fahrtechnik 2:

Für diese Touren ist eine gute Beherrschung des Bikes unverzichtbar. Es sind längere Abschnitte auf Schotter- und Wanderwegen zu meistern und auch kleinere Stufen und Wurzeln sollten kein Hindernis darstellen. Schwierige Passagen beschränken sich auf wenige Meter. Die Downhills (manchmal auch die Uphills) sind teilweise auf Singletrails, kurze Schiebe- und Tragestrecken sind möglich.

Fahrtechnik 3:

Wer hier mitfährt, sollte sein Bike auch in schwierigen Passagen beherrschen. Uphills und Downhills sind technisch anspruchsvoll auf Singletrails oder schwierigen Schotterpassagen. Längere Schiebe- oder Tragestrecken sollten Sie nicht abschrecken. Sie brauchen Kraft für steile Bergaufstrecken und Souveränität für technisch schwierige Passagen.

Weitere Fahrradtouren des ADFC München finden Sie unter: www.adfc-muenchen.de -> Radtouren



Mountainbike Touren 2014



April 2014

Sa. 26.04.2014 - **Durch das blaue Land**

Wir umrunden Rieg- und Staffelsee auf kleinen Wegen. Dabei erklimmen wir etliche Moränenhügel mit toller Aussicht.

TL: Richard Kramschuster, Peter Helsper
Schwierigkeit 3, Fahrtechnik 1, 65 km, 700 Hm,
Treffpunkt: 07:50 Uhr, Hbf Gleis 27 - 36

Mai 2014

Sa. 10.05.2014

Zwischen Ammersee und Starnberger See

Knackige Anstiege, tolles Bergpanorama und feine Trails, das alles gibt es nicht weit von München.

TL: Richard Kramschuster, Martin Brischwein
Schwierigkeit 3, Fahrtechnik 2, 55 km, 800 Hm
Treffpunkt: 09:40 Uhr, Herrsching Bhf (S8)

Sa. 17.05.2014 - **Walchsee**

Entlang der Tiroler Ache und dem Schmugglerweg geht es zum Walchsee. Am Kaisergebirge vorbei erreichen wir Kufstein. TL: Thomas Nies, Manfred Plöckl
Schwierigkeit 3, Fahrtechnik 1, 60 km, 600 Hm
Treffpunkt: Hbf Gleis 5 – 10 um 8:30 Uhr

Sa. 31.05.2014 - **Eschenlaintal und Jachenau**

Von Eschenlohe fahren wir durch das idyllische Eschenlaintal zum Walchensee. Danach geht es durch die Jachenau und über den Sylvensteinsee zum Endpunkt in Lenggries.

TL: Manfred Plöckl, Martin Brischwein
Schwierigkeit 3, Fahrtechnik 1, 55 km, 600 Hm,
Treffpunkt: 7:50 Hbf Gleis 27 – 36

Juni 2014

Sa. 07.06.2014 - **In den Ebersberger Forst**

Von Zorneding aus fahren wir eine Runde im Münchner Osten ohne lange, dafür aber mit umso mehr kurzen Anstiegen und über spannende Trails im Ebersberger Forst.

TL: Werner Enders, Richard Kramschuster
Schwierigkeit 2, Fahrtechnik 2, 50 km, 800 Hm
Treffpunkt: 09:00 Uhr Zorneding Bhf (S4)

Sa. 28.06.2014 - **Um die Notkarspitze**

Nach einer anspruchsvollen Auffahrt zur Enningalm geht es über einen Singletrail mit vielen Spitzkehren und über den alten Ettaler Weg zurück.

TL: Richard Kramschuster, Peter Helsper
Schwierigkeit 4, Fahrtechnik 2, 50 km, 1300 Hm
Treffpunkt: 7:50 Uhr Hbf Gleis 27 – 36

Juli 2014

Sa. 05.07.2014 - **Um die Mieminger Kette**

Von Ehrwald fahren wir auf Schotterpisten und Trails über die Fernpasshöhen nach Nassereith. Von dort auf das Mieminger Plateau, wo uns das Gasthaus Arzkasten zur Mittagseinkehr erwartet. Nach einer langen und abwechslungsreichen Abfahrt hinunter nach Telfs im Inntal klettern wir auf schmalen Wegen wieder auf die Höhe und gelangen in die Leutasch. Hier lassen wir es ausrollen zum Tourenende nach Mittenwald.

TL: Martin Brischwein, Richard Kramschuster
Schwierigkeit: 5, Fahrtechnik 2, 85 km, 1700 Hm
Treffpunkt: 07:00 Uhr Hbf Gleis 27 – 36

Sa. 19.07.2014

Mangfallgebirge zwischen Tegernsee und Schliersee

Von Holzkirchen bis Gmund am Tegernsee auf gemütlichen Wegen. Danach auf bekannten und unbekanntem Strecken ins Mangfallgebirge. Mittagsrast auf einem gemütlichen Hüttenklassiker mit bester Aussicht. Auf leichtem Gefälle zurück.

TL: Werner Enders, Dietmar Imhof
Schwierigkeit 3, Fahrtechnik 2, 65 km, 1200 Hm
Treffpunkt: 09:00 Uhr Holzkirchen Bhf (S3, BOB)

Sa. 26.07.2014 - **Zur Coburger Hütte**

Wir fahren von Mittenwald durch die Leutasch ins Gaisital zum Seebensee. Anschließend wandern wir 30 Minuten zur Coburger Hütte. Tourende ist in Garmisch.

TL: Thomas Nies, Manfred Plöckl
Schwierigkeit 3, Fahrtechnik 1, 70 km, 900 Hm
Treffpunkt: 07:50 Hbf Gleis 27 – 36

Alle MTB-Tourenbeschreibungen und weitere ADFC Touren auf der ADFC München Webseite unter:
www.adfc-muenchen.de/radtouren/tagestouren/mtb.html

August 2014

Sa. 02.08.2014 - **Um den Aufacker**

Vom Loissachtal aus umrunden wir den Aufacker im Uhrzeigersinn. Wir genießen zwei längere Anstiege, zwei spannende Abfahrten und streifen das Ammertal.

TL: Werner Enders, Dietmar Imhof
Schwierigkeit 4, Fahrtechnik 2, 50 km, 1200 Hm
Treffpunkt: 07:50 Hbf Gleis 27 – 36

Sa. 09.08.2014 - **Riesenberg und Trockenbach**

Keine Angst, so riesig ist der Berg nicht und zu trinken gibt es auf der Tour auch was. Von Prien aus geht es zum Riesenberg und dann am Laubenstein vorbei ins Trockenbachtal, das uns über die Schwarzriesenhütte nach Erl in Tirol führt. Ende der Tour in Kufstein.

TL: Manfred Plöckl, Martin Brischwein
Schwierigkeit 3, Fahrtechnik 2, 50 km, 1000 Hm
Treffpunkt: 08:30 Uhr Hbf Gleis 5 - 10

September 2014

Sa. 13.09.2014 - **Karwendelhaus**

Es geht zum Karwendelhaus (1771m). Nach der Mittagsrast Abfahrt zum kleinen Ahornboden. Tourende in Klais.

TL: Thomas Nies, Peter Helsper
Schwierigkeit 4, Technik 1, 75 km, 1100 Hm
Treffpunkt: 08:00 Uhr Hbf Gleis 27 – 36

Sa 20.09.2014 - **Mangfallgebirge**

Von Bayerischzell aus fahren wir über das Klooschertal und den Elendsattel zur Mittagsrast in der Erzherzog-Johann-Klause. Von dort auf Forstwegen bergauf, dann auf Trails wieder hinunter zur Kaffeepause in der Bairalm. In der Langenau kommen die Trailsspezialisten nochmal auf ihre Kosten, es sei denn man zieht die parallel verlaufende Forststraße zur Schwaigeralm vor. Tourende ist in Tegernsee.

TL: Martin Brischwein, Peter Helsper
Schwierigkeit 4, Technik 2, 55 km, 1200 Hm
Treffpunkt: 07:50 Uhr Hbf Gleis 27 - 36

Bitte informieren Sie sich am Vorabend der Tour ab 18:00 Uhr im ADFC Forum über etwaige Änderungen.
www.adfc-muenchen.de/forum/index.php