

MTB Jugend-Bezirkstraining in Vorderburg am 15.11.2025

Beim 2. Bezirkstraining im Bereich MTB kamen am 15.11.25 in Vorderburg 28 Teilnehmer/innen zusammen. Zuerst folgte eine kurze Erklärung zum Ablauf des Trainings und dem Verhalten. Insbesondere die Unterstützung der teilnehmenden MTB-Fahrer/innen wurde erbeten, um die 2 großen Gruppen zusammen zu halten. Dann brach die Gruppe mit der U11 auf zur Fahrt nach Faistenoy am Grüntensee. Ca. 14 km abwechslungsreiches Terrain lagen vor den Kindern – gespickt von Wurzelpassagen, Schotterwegen, schräge Wiesenhänge, Stufen, zahlreichen Brücken, schmale Durchfahrten und ausgewaschene Wanderwege.



Bei der Auffahrt nach Oberellegg mussten die Teilnehmer/innen besonders auf die Traktion des Hinterrades achten, um die steilen Anstiege möglichst durchzufahren. Hier wurde von den Trainern hingewiesen, möglichst viel im Sattel zu fahren, um das Gewicht auf dem Hinterrad zu halten und nicht im Wiegetritt auf das Vorderrad zu verlagern. Für die Abfahrt wurden die jungen MTBler/innen hingewiesen, möglichst die größeren Unebenheiten mit dem Ellbogengelenk auszugleichen und entsprechend den Schwerpunkt des Oberkörpers zu verlagern. Über die zahlreichen Brücken am Mühlbachtobelweg war anschließend das Ziel, das Vorderrad auf die Brücke (Stufe) zu setzen und das Hinterrad durch Anheben nachzuziehen.

