



ABENTEUER TRAININGSLAGER TRANSOST KLASSIK
VOM 06.04. – 12.04.2015

Das ultimative Trainingsabenteuer für Nachwuchsiker zw. 13 – 17 Jahren.
Geguidet vom Ex-MTB Profi und Trainer Ingo Loth.
Geleitet von Elias Neubert.



TRANSOST KLASSIK – DIE MTB HIGHLIGHTS

- ★ 7 Gebirge – 7 Tage – 3 Länder
- ★ 1 Tag im Trailpark Singletrek pod Smrkem (Nove Mesto)
- ★ Elbsandstein-, Isar-, Riesengebirge, Jeschken...
- ★ Schneekoppe (Höchster Berg im Riesengebirge - 1.602 m)
- ★ Abschnitte der Trans Ost Challenge
- ★ Begleitfahrzeug inkl. Transfers
- ★ Betreuung durch Ex-Profi Ingo Loth
- ★ Training mit gleichgesinnten – Vereinsübergreifend
- ★ Für Mädchen und Jungen



LEISTUNG

- ★ 6 x Übernachtung
- ★ Vollverpflegung
- ★ Guide und Trainingsanleitung
- ★ Begleitfahrzeug für Gepäck
- ★ kleinere Reparaturen
- ★ Starterbeutel
- ★ Mind. 8 Teilnehmer

TRAININGSINHALT

- ★ Grundlagentraining
- ★ Technik- und Trailpassagen
- ★ 1 Tag im Bikepark Nove Mesto
- ★ Angepasst an Leistung der Gruppe
- ★ Transfer im Begleitfahrzeug möglich

TOURDATEN

- ★ Weitere Details zum Trainingslager und Treffpunkt 14 Tage vor Beginn der Tour
 - ★ Tag 1: Treff 9:30 Uhr in Sebnitz – Abfahrt gegen 10 Uhr
 - ★ Tag 7: Ankunft gegen 14 Uhr in Sebnitz
 - ★ Streckenlänge ca. 400km
 - ★ Höhenmeter ca. 10.000
- ★

PREISE

- ★ 370 Euro (inkl. MwSt.) Vollpension
- ★ Anmeldung per Email bis 28.02.2015
- ★ In Absprache mit dem Verein Antrag auf Trainingslager Zuschuss beim KSB
- ★ Teilnahme nur mit Schriftlicher Genehmigung der Sorgeberechtigten

KONTAKT

Markus Weinberg
0172-3520648
mw@usp-sport.com

usp-management UG
TransOst
Schillerstraße 1
01326 Dresden
www.transost.de



TOURENBESCHREIBUNG

7 TAGE - 7 GEBIRGE - 3 LÄNDER

VON SEBNITZ INS RIESENGBIRGE UND ZURÜCK.

Eine mehrtägige Mountainbiketour verbunden mit vielen Höhenmetern, anspruchsvollen Trails, wunderschönen Naturerlebnissen und gemütlichen Übernachtungen, von der Sächsischen Schweiz aus bis zur Schneekoppe im Riesengebirge. Eine Tour mit Anspruch, Klasse und Herausforderung, verbunden mit Naturerlebnissen der besonderen Art.

Das Highlight der Tour ist sicher das Riesengebirge mit seinem Geist dem Rübezahl. Es wird auch die Insel der Arktis in Europa genannt. Wir durchfahren hier an einem Tag die Montane bis zur Alpinen Vegetationsstufe mit dem Gefühl in Nordnorwegen unterwegs zu sein.

Das fahrtechnische Highlight ist das Trailparadies (Singltrek pod Smrkem/ Nove Mesto) im Grenzland Tschechien/Polen am Fuss des Isergebirges. Perfekt und ausschließlich für Biker angelegte Singletrails mit unglaublichem Flow. Die einzelnen Etappen verteilen sich auf insgesamt sieben Gebirge. Angefangen in der Sächsischen Schweiz, über das Zittauer Gebirge geht es weiter ins Isergebirge, ins Riesengebirge zur Schneekoppe. Nach einer Übernachtung im malerischen Mala Skala im Chesky Ray stellt sich nun der Jeschken im gleichnamigen Gebirge den Radlern entgegen. Den Abschluss der Tour macht die romantische Böhmisches Schweiz.

ABLAUF UND WETTER:

Wir organisieren in Absprache mit den Teilnehmern und den Vereinen im Vorfeld Fahrgemeinschaften nach Sebnitz und wieder zurück.

Auf den Etappen steht uns ein Begleitbus zur Verfügung. Bei entsprechenden Wetter fahren wir die ganze Etappe und je nach Alter kann unterwegs auch in den Bus zugestiegen werden - bei zu schlechten Wetter führen wir einen Transfer durch und orientieren uns auf bestimmte Locations (um dort zu fahren) und gestalten den Tag dann alternativ (Z.B. früh Crosslauf und abends Athletik)

HINWEISE:

Die Tour wird von einem Guide geführt. Der 2. Guide fährt das Begleitfahrzeug. Die Tour führt über abwechslungsreiches Gelände, Wald- und Feldwege, Trails sowie Asphalt. Meist sind täglich 2-3 längere Anstiege und Abfahrten zu bewältigen. Die Tour ist fahrtechnisch und konditionell anspruchsvoll. Übernachtet wird in einfachen, landestypischen Pensionen und Hotels inkl. Frühstück. Teils essen wir zu Mittag in gut bürgerlichen Gaststätten oder Hütten oder werden durchs Begleitfahrzeug versorgt. Abends essen wir meist in der Unterkunft oder wenige Gehminuten davon entfernt. Die Tour wird von einem Fahrzeug begleitet, welches wir ein bis zwei mal täglich und am Übernachtungsort treffen. Im Fahrzeug wird das Gepäck, Ersatzteile, Werkzeug, Snacks und Trinkwasser transportiert. Bei Defekt oder anderen Gründen kann ein Teilnehmer auch im Begleitfahrzeug mitreisen. Die Belohnung für alle Kilometer und Höhenmeter sind gnadenlose Single Trails. Am Ende der Tour hat jeder der Radler insgesamt knapp ca. 400 km und 10.000 Höhenmeter in den Knochen.