

A gmahde Wiesn



Trailpark-Spaß mit Lift oder lange Auf- und Abfahrt mit Panorama – der Trailpark bei St. Corona kann alles.

1



Das Revier Das Gebiet unterteilt sich in zwei Bereiche: Bikepark und Panorama-Trails (Hochwechsel, S. 109). Der Bikepark liegt am unteren Teil des Wechsel-Berges, dort gibt es ein Restaurant, einen Motorikpark, einen Bikeshop und einen Schlepplift, der 200 Höhenmeter zurücklegt. Klingt lahm, aber die acht verschiedenen Trails aller Schwierigkeitsgrade sind ausgesprochen effizient angelegt! Außerdem wartet ein Uphill-Flowtrail mit Steilkurven, der gerade mit einem E-MTB recht spaßig ist. Alle Infos: www.wexltrails.at

Anreise St. Corona liegt etwa eine Autostunde von Wien entfernt. Wer von Deutschland aus anreist, legt am besten hier schon auf der Anreise nach Wien einen ersten Stopp ein. Oder auf der Rückreise.

Einkehr Trailpark-Rider treffen sich in der Wexl Lounge. Häufig sogar mehrmals am Tag, denn: Das Gebiet heißt nicht umsonst „Wechselgebiet“. Auf die hier typisch kurzen Regenschauer folgt aber meist schnell wieder Sonne.

Ein Trip nach Wien ist immer eine gute Idee. Vor allem mit echten Insider-Tipps in der Tasche. Helene Fruhwirth, Wienerin und Worldcup-Racerin, verrät ihre fünf Topspots rund um die Stadt und die besten Einkehradressen. Oiso, gemma!

Wexl Trails

DER TRAILPARK IN ST. CORONA

Es ist der Traum-Spot eines jeden Mountainbikers. Dieser Trailpark am unscheinbar kleinen Wechsel-Berg hat einfach alles. Meine favorisierte Trail-Kombi: erst mal rüber zum See, in die Flowline. Wie der Name verrät, schlängelt sich der Trail flowig mit Tables, Rollern und Anliegern den Berg hinunter – ein perfektes Warm-up! Der nächstschwierigere Trail startet bei der Almrauschhütte: Hier mischen sich schon Wurzeln und Steine in den Untergrund. Danach konzentriere ich mich voll auf Jumpline und Downhill-Strecke: Die Jumpline ist ein Traum mit Doubles, Tables, Hip Jumps, Road Gaps, Rollern, fetten Anliegern, Drops und Step Downs. Die Strecke ist so gebaut, dass man sie bereits nach einer „Anschauerrunde“ problemlos springen kann, denn die Speed-Kette und die Radien der Kurven passen perfekt zusammen. Lasst euch von der Größe der Sprünge und Gaps nicht abschrecken, nach ein paar Runs hat man's drauf. Die Downhill-Strecke fordert dagegen mit Wurzeln, Sprüngen, Drops und Schrägfahrten – gerade nach einem Regenguss höchst anspruchsvoll!

2



In den Wienerwald-Trails von Weidlingbach muss man zwar selbst hochtreten, aber die Steigung ist sehr moderat.



Trail Area Nord

TRAILCENTER IN WEIDLINGBACH

Wie es der Name verrät, befindet sich diese Trail Area im Norden von Wien. Ausgangspunkt zu den besten Trails ist Weidlingbach. Der kleine Ort liegt in einer Talkerbe und egal auf welcher Seite man die Waldhügel flanken hochfährt: Es gibt jede Menge guter Trails. Ich starte meist mit dem Südhang Richtung Wurzel-Trail 2.0. Zu seinem Einstieg gelangt man über eine gemütliche Auffahrt durch den Dornbachgraben und dann den Roan hinauf (3 km/200 hm). Oben ist die Sicht frei und der Blick schweift weit über die Hügel des Wienerwalds. Doch jetzt die Abfahrt: Der alte Wurzel-Trail ist jetzt Wanderern vorbehalten, Biker nehmen daher den Wurzel-Trail 2.0. Ein Waldpfad, der nicht mit gebauten Anliegern und Wurzeln geizt, aber noch flowig zu fahren ist. Weiter unten folgen ein paar Sprünge, die man treffen muss, um den Rhythmus zu halten. Als Nächstes bieten sich die Fun Line und die Flow Line an. Zu ihren Einstiegen kurbelt man den Nordhang hoch (1,7 km/150 hm) und freut sich dann über Anlieger und Sprünge, in denen man die Finger von den Bremsen nehmen kann. Auch Beginner haben hier viel Spaß.

Das Revier Der kleine Ort Weidlingbach liegt in einem Tal, nordwestlich von Wien, bereits im Bundesland Niederösterreich. Aus der Stadt braucht man mit dem Auto grob eine Dreiviertelstunde dorthin. Zwar gehört die ehemalige Holz-fäller- und Köhler-Region inzwischen zum Biosphärenreservat Wienerwald, aber dennoch durfte der Verein „Wienerwald Trails“ hier offizielle Mountainbike-Runden ausweisen. Neben der Trail Area Weidlingbach mit elf Trails warten noch sieben Trail-Abschnitte, die man auf zehn Rundstrecken bis in die Nachbartäler hinüber aufsammeln kann. Es gibt auch eine Verbindungsroute in das südlicher gelegene Trailcenter Hohe Wand Wiese. Info und Übersichtskarte: www.wienerwald.info

Anreise Am besten parkt man in Weidlingbach auf dem Parkplatz am Ende des Dornbach-Trails.

Einkehr Die Region ist ein beliebtes Ausflugsziel. Vor allem, weil es hier jede Menge urige Waldhütten zur Einkehr gibt. Eine eigene Brotzeit ist also nicht zwingend nötig.

3

Hochwechsel-Trails

PANORAMA-LOOPS ST. CORONA

Wie bei Spot 1, den Wexl-Trails, schon erwähnt, gibt's bei St. Corona noch mehr zu entdecken als nur den Bikepark. Nämlich: 16 Panorama-Trails für Tourenbiker. Mein Favorit ist der The WU-Trail. Er startet vom Gipfel des Hochwechsel auf 1743 Metern Höhe und ist ein gebauter, aber weitgehend naturbelassener, flowiger Trail, der zusätzlich mit großartiger Aussicht punktet. Allerdings stehen vor dem Spaß ganze 35 Kilometer und 1100 Höhenmeter zum Selbstkurbeln an. Ich persönlich schnappe mir dafür lieber ein E-MTB, denn langatmiges Bergauffahren war irgendwie noch nie mein Fall. Praktischerweise kann man sich unten im Bikeshop direkt ein E-Bike ausleihen. Und weil man sich damit bergauf eh nicht so schinden muss, kann man auf dem Weg zum Gipfel auch gleich noch in die Steyersberger Schwaig einkehren. Die Käsespätzle und das Schnitzel sind fantastisch und die Hütte ausgesprochen gemütlich. Aber wie schon erwähnt: Regengewand nicht vergessen! Mich haben diese plötzlich aufquellenden Wolken, die sich kurz und heftig über dem Wechsel ausschütten, schon mehrfach eiskalt erwischt!

Das Revier Insgesamt 16 professionell gepflegte Trail-Runden kann man sich abseits des Wexl-Trailparks bei St. Corona in die Beine kurbeln. Forstwege und einfache Singletrails wechseln sich auf diesen Panorama-Touren ab. Aushängeschild ist der 2,7 Kilometer lange, abwechslungsreiche und einfache The WU-Trail vom Gipfel des Hochwechsel, den man über Mönichkirchen und eine lange Auffahrt erreicht (35 km/1100 hm). Geöffnet von 15. Mai bis 1. November. Eine Übersichtskarte mit all diesen Panorama-Touren inkl. lohnender Trail-Abschnitte gibt's über www.wexl-trails.de

Anreise Ich persönlich komme nach St. Corona immer entweder für den Trailpark oder die Panorama-Trails. Aber wenn man von weiter weg anreist, lohnt es sich wahrscheinlich, zwei Tage und eine Übernachtung einzuplanen.

Leihbikes Der Bikeshop am Trailpark vermietet sämtliche MTB-Kategorien. Wichtig ist eine Vorab-Reservierung online!





Der Anninger ist unser „Toskana-Spot“ im Süden der Stadt. Hier ist die Landschaft lieblich, die Trails aber eher schroff.



4

Der Anninger

DER TOSKANA-SPOT IM SÜDEN

Schroffe Kalkfelsen, Schirmföhren und der Duft von Tannennadeln – an meinem Homespot kommt man sich vor wie im Urlaub in der Toskana. Die Bike-Strecken sind wurzelig, steinig und steil, aber dennoch bergauf wie bergab flüssig zu fahren. Meine Lieblingsrunde startet in Mödling „An der goldenen Stiege“. An der Waldrast Krauste Linde vorbei und steiler bis kurz vorm Anningerhaus. Rechts zweigt der Kiental-Trail ab – auch Canadatrail genannt. Kurvenreich wickelt der sich bergab, bis man plötzlich 50 Meter sehr steil wieder hochmuss. Danach folgen zwei Sprünge („Hip Jump“ ist mein Lieblingssprung), steile, steinige Kurven, ein Minidrop und wieder Sprünge. Krönender Abschluss ist eine Mutprobe über einen Felspalt. Hier bloß nicht bremsen und aufpassen, dass man mit dem Pedal nicht hängen bleibt! Der nächste Anstieg führt zum Husarentempel hinauf. Von hier oben geht's auf dem schwarzen Trail über Felsen und Wurzeln ruppig zur Sache, aber ab der Hälfte kann man auf die leichtere, rote Variante wechseln.

Das Revier „Der Anninger“, wie der Wiener sagt, ist ein 675 Meter hoher Bergrücken im Süden von Wien. Seine vier bewaldeten Gipfel gehören zum Naturpark Föhrenberge und bieten tolle Aussichten über die Stadt. Seine Vegetation ähnelt der in der Toskana, der Boden besteht aus Kalkgestein und trocknet nach einem Regenschauer schnell wieder ab. Interessant für Biker: der sehr einfache blaue „Anninger Trail“ und der neue Trail im Buchtal. Letzterer startet am Anningerhaus und wickelt sich nach Gaaden hinunter (3,14 km/319 hm).

Tourenstart Ein guter Startpunkt ist der große Parkplatz am Ende der Straße namens „An der goldenen Stiege“ in Mödling.

Einkehr-Tipp Die Krauste Linde: die Speisen vom Toni und seinen Köchinnen darf man sich nicht entgehen lassen. Besonders die Powidl-Liwanzen als Nachspeise kann ich wärmstens empfehlen.

Bikeshop in Mödling: www.wienerwaldbiker.at

„Wann sind wir daaa?“



€ 24,90 [D]

ISBN 978-3-667-12858-4

Wer kennt sie nicht, die leidige Frage „Wann sind wir daaaaa?“. Wahrscheinlich jeder, der schon einmal mit Kindern verreist ist. Wer einen Wohnmobil-Urlaub mit Kindern plant, hat einige Besonderheiten zu beachten. Lisa und Sven Jöchler sind selbst Eltern und regelmäßig mit ihrem Nachwuchs im Caravan unterwegs. Sie kennen die Herausforderungen, haben mit der Zeit aber auch Strategien entwickelt und umfangreiches Wissen angesammelt, das sie mit anderen Eltern teilen möchten. Sie liefern in diesem Buch zum einen Ideen, wie die Reise kurzweilig gestaltet werden kann, zum anderen aber auch wichtige Tipps, die mit Baby und Kleinkind an Bord beachtet werden sollten.



Die Autoren im Podcast „Mellen & Zellen“:
#105 Wann sind wir da
mit Lisa und Sven Jöchler



DELIUS KLASING

shop.delius-klasing.de

5



Die Trails im Revier Hohe Wand Wiese sind extrem abwechslungsreich und gut gepflegt. Helenes Favorit ist aber die Kenda Line.



Hohe Wand Wiese DAS TRAILCENTER WIEN

Mit der U-Bahn kann man aus der Innenstadt bequem ins Trailcenter Wien fahren. Ganze 20 Minuten dauert diese Reise nach Hütteldorf. Von dort radelt man sich auf den letzten sieben Kilometern nach Mauerbach einfach noch warm, bevor es im Trailcenter zur Sache geht. Die meisten Biker leisten sich neben dem Eintritt noch ein Lift- oder Shuttle-Ticket dazu. Das mache ich auch, aber einmal pro Besuch trete ich immer den neuen Uphill-Flowtrail hoch. Auch wenn der reichlich anstrengend ist, machen seine Kurven viel Spaß. Oben auf 500 Meter Höhe angekommen, stehen vier Trails zur Wahl, die sich auf ihrem Weg nach unten auf mehr als die doppelte Anzahl aufdröseln. Es gibt kleine und große Jumplines, Flowtrails, Wurzel-Trails, Trails mit schwierigen Schrägpässagen und Endurotrails. Wer sich beim Springen verbessern will, konzentriert sich auf die Kenda Line. Die hat Tables, Drops, Sharkfins, enge Kurven, Stepups und Doubles. Wer all das perfekt zusammenfügen will, muss: üben. Und weil der Park bei den Wienern so beliebt ist, kommt es hier häufig zu inspirierenden Sessions!

Das Revier Dieser Trailpark mit insgesamt zehn sehr spaßigen Trails und einer Skills Area befindet sich im Nordwesten von Wien. In diesem ehemaligen Skigebiet gibt es sogar einen Schleplift, der einem etwa den halben Anstieg abnimmt. Doch auch ohne Lift muss man in diesem Park ein Ticket für die Trail-Nutzung kaufen (Erwachsene 11 Euro, Jugendliche 8 Euro pro Tag). Geöffnet ist das Trailcenter Wien von März bis Oktober, bei schlechter Witterung sind die Trails gesperrt. Für die Einkehr vor, während und nach den Rides sorgt das eigene Bistro mit guter Küche. Alle Infos zum Trailcenter: www.hohewandwiese.com

Lift Der Tellerlift transportiert von Juni bis September nur Gäste der Rodelbahn. In dieser Zeit können Biker aber einen Shuttle-Service zur Sophienalpe nutzen oder besser noch den sehr gut angelegten Uphill Flowtrail. Seine großzügigen, hohen Anlieger lassen sich hervorragend mit einem E Bike hochflitzen!

Alle Infos zu Wien Auf der Wienerwald App gibt's alle Infos zur Tourenplanung. Das Sightseeing in der Stadt macht mit der Destinations-App „ivie“ am meisten Spaß.

PFÄLZER WALD

Eines der besten Bike-Revier Deutschlands



€ 29,90 [D]
ISBN 978-3-667-12357-2

Mit seinen flowigen Pfaden und dem schnellen Wechsel von Anstiegen und Abfahrten gilt der Pfälzerwald als eines der besten Bike-Revier Deutschlands. Patrick Wiedemann stellt die 25 schönsten Touren zwischen Pfälzer Weinstraße und Pirmasens vor – für die ganze Familie und alle Erfahrungslevel. Mit dabei sind Klassiker wie das Dahner Felsenland ebenso wie eher unentdeckte Gebiete. Daneben stellt er auch Mehrtagestouren vor, inklusive einer Runde über die französische Grenze. Aufnahmen des Bike-Fotografen Adrian Greiter, Kartenausschnitte und Höhenprofile sowie Fahrtechnik-Tipps zu Abfahrtspositionen, Bremsen und Kurventechnik sind weitere wichtige Bestandteile dieses Bike-Führers.

