

## GEFÜHRTE E-MOUNTAINBIKE-TOUR FÜR FORTGESCHRITTENE

EINE AUSSICHTSREICHE RUNDTOUR UM DEN  
ITONSKPOPF MIT HERRLICHER SINGLETRAILABFAHRT.

Auf der Tour rund um den Itonskopf kannst Du das Bergpanorama fernab der Bergbahnen in aller Ruhe genießen. Es erwarten Dich einige anspruchsvolle Höhenmeter bis zum höchsten Punkt der Tour, der Alplegi auf 1.800 m Seehöhe. Die Singletrails in der Abfahrt lassen ebenso keine Langweile aufkommen. Für das leibliche Wohl ist bei den zahlreichen Einkehrmöglichkeiten unterwegs gesorgt.

### ECKDATEN

DAUER	1 Tag
SCHWIERIGKEIT	mittel - anspruchsvoll
KONDITION	▲▲▲▲
TECHNIK	▲▲▲▲
TERMINE	April - Oktober
PREIS UND ZAHLUNG	siehe Website — <a href="http://www.firmalpin.at">www.firmalpin.at</a>
TEILNEHMER	max. 6 Personen pro Bikeguide
BUCHBAR	als Gruppentour oder mit privatem Bikeguide



## ANFORDERUNGEN

### KONDITION ▲▲▲▲

Ausreichend Kondition für einen ausgiebigen Tag am E-Bike.

### TECHNIK ▲▲▲▲

Gute Beherrschung des E-Mountainbikes auf Singletrails in der Auffahrt und Abfahrt erforderlich. Das Hinter-  
radversetzen ist nicht zwingend erforderlich. Die Schwierigkeiten am Singletrail sind mit S2 zu bewerten.

## PROGRAMM

Vom Aktivpark Montafon geht es nach dem erfolgtem Bikecheck zuerst über Straßen, Wiesenwege und Forst-  
wege hinauf zum Alpengasthof Rellseck. Von dort geht es noch weiter bis zum höchsten Punkt der Alplegi auf  
1.800 m Seehöhe. Nun sind es nur noch wenige Minuten zur Alpe Latons, welche sich perfekt für eine kurze  
Einkehr eignet. Kurz nach der Alpe wird aus der Forststraße ein Singletrail, welcher uns in wechselndem Auf  
und Ab Richtung Kristberg oder zurück nach Bartholomäberg führt. Die Abfahrt nach Schruns erfolgt dann  
wieder über die öffentlichen Straßen.

Höhenunterschied ▲ 1350 m | ▼ 1350 m  
Dauer ~ 6,5 Std.

## AUSRÜSTUNG

### BEKLEIDUNG

- Wasserabweisende Gore-Tex Jacke oder Regenjacke
- ggf. Überhose bei schlechter Witterung
- Softshell-, Fleece- oder dünne Daunenjacke als Wärmelage
- Bike- oder Wanderhose (keine Jeans oder Baumwollhosen)
- atmungsaktive Ober- und Unterbekleidung
- Wechselwäsche
- Bike- oder Turnschuhe
- ggf. dünne Handschuhe, Haube / Stirnband (der Witterung angepasst)
- Sonnenbrille
- ggf. Ersatzbrille für Brillenträger

### TECHNISCHE AUSRÜSTUNG

- Rucksack (ca. 10 - 20 l)
- Fahrradhelm
- ggf. Knie- und Ellbogenschoner
- kleines Reparaturset (inkl. Pumpe und Reifen flickzeug)
- Fahrradschloss
- Modernes und serviciertes E-MTB

### SONSTIGES

- Rucksackapotheke, Rettungsdecke, pers. Medikamente
- Mobiltelefon
- Sonnencreme, Lippenchutz
- Trinkflasche
- Jause für den Tag (Müsliriegel, Schokolade, Nüsse, usw.)
- Bargeld, Ausweis, Alpenvereinsausweis (falls vorhanden)
- Bergkostenversicherung (ÖAV, ÖAMTC, VISA, ADAC, etc.)

## INFORMATIONEN ZUR TOUR

### ORGANISATORISCHES

DAUER	1 Tag
TREFFPUNKT	09:30 Uhr beim Aktivpark Montafon in Schruns
UNTERKUNFT	wird für diese Veranstaltung nicht benötigt
RÜCKKEHR	16:00 Uhr am Ausgangspunkt

---

### TEILNAHMEVORAUSSETZUNGEN

- Ausreichend Kondition für einen ausgiebigen Tag am E-Bike.
  - Gute Beherrschung des E-Mountainbikes auf Singletrails in der Auffahrt und Abfahrt erforderlich. Das Hinterradversetzen ist nicht zwingend erforderlich. Die Schwierigkeiten am Singletrail sind mit S2 zu bewerten.
- 

### INKLUDIERTER LEISTUNGEN

- Begleitung durch einen Bikeguide von Fimalpin
- Komplette Organisation
- Persönliche Beratung im Vorfeld

### ZUSATZKOSTEN

- Kosten für die eigene An- und Abreise
- Kosten für die Verpflegung untertags
- ggf. Kosten für die E-MTB Leihgebühr