

## **E-Mountainbikes: Spaß im Aufstieg, Herausforderung im Abstieg**

E-Mountainbiken erfordert Technik und Planung. Entdecken Sie, wie Sicherheit und Fahrkönnen auf den Trails entscheidend sind.

In den aufstrebenden E-Mountainbike-Communities ist eine bemerkenswerte Veränderung zu beobachten. E-Mountainbikes machen mittlerweile auch steilere Trails in den alpine Region zugänglich und ziehen viele neue Radfahrer an. Die Kombination aus Technologie und Freizeitvergnügen sorgt jedoch nicht nur für Freude, sondern auch für zusätzliche Herausforderungen.

### **Ein Trend mit Tücken**

E-Mountainbikes erfreuen sich wachsender Beliebtheit, da sie den Zugang zu unberührten Berglandschaften erleichtern. Katharina Gstrein, Bikeguide in Sölden, bemerkt, dass viele Wanderer die neue Mobilität schätzen: „Viele kommen hier als Wanderer und gehen als Biker heim“, berichtet sie. Doch während die Aufwärtsfahrt durch Unterstützung des Elektromotors leichter wurde, erfordert die Abfahrt doch eine andere Art von Geschicklichkeit. Andererseits, André Schmidt, Redaktionsleiter der Zeitschrift „MOUNTAINBIKE“, weist darauf hin, dass es viele Fahrer gibt, deren Können im Umgang mit diesen schwereren Bikes, die zwischen 20 und 25 Kilogramm wiegen, oft nicht ausreicht.

### **Die Herausforderung der Abfahrt**

Eine der größten Hürden für neue E-Mountainbiker liegt in der

Technik der Abfahrt. Anders als beim Aufstieg kann das Abwärtsfahren zu einer undurchsichtigen Herausforderung werden. „Das Fahren in steilen Abfahrten erfordert spezifische Fähigkeiten“, erklärt Schmidt. Es ist entscheidend, dosiert und punktuell zu bremsen, um Überhitzung und im schlimmsten Fall das Versagen der Bremsen zu vermeiden. Auch die Körperhaltung spielt eine wesentliche Rolle: „Nicht im Sattel sitzen, sondern gebeugt stehen, damit man das Rad besser kontrollieren kann“, fügt er hinzu.

## **Die Rolle der Sicherheitsbildung**

Angesichts der gestiegenen Unfallzahlen in den Alpen ist es unerlässlich, erwachsene Einsteiger auf die Herausforderungen der E-Mountainbike-Nutzung vorzubereiten. Ein einführender Technikkurs wird daher als sinnvoll erachtet, um grundlegende Kenntnisse zu vermitteln und Selbstüberschätzung zu vermeiden. Gstrein ermutigt Neulinge, sich Zeit zu nehmen, um Erfahrung zu sammeln, und weiß: „Dann ist auch die Abfahrt kein Krampf mehr.“ Es ist wichtig, dass Biker sich nicht scheuen, das Rad schieben, wenn sie sich unwohl fühlen

## **Streckenauswahl und Wetterbedingungen**

Die Wahl der Route kann entscheidend für ein gelungenes Mountainbike-Erlebnis sein. In Bikeparks sind die Schwierigkeitsgrade in der Regel klar gekennzeichnet. Wer sich jedoch auf unbekannte Trails begibt, sollte sich lokal informieren. Schmidt rät, vor Beginn einer Tour nach Empfehlungen in Radläden oder beim Tourismusbüro zu fragen. Auch das Wetter hat einen signifikanten Einfluss auf die Fahrbarkeit einer Strecke. Ein scheinbar einfacher Trail kann bei Nässe plötzlich zu einem gefährlichen Hindernis werden.

## **Fazit: Sicheres E-Mountainbiking als Gemeinschaftsaufgabe**

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass das E-Mountainbiken sowohl Herausforderungen als auch unvergessliche Erlebnisse bietet. Eine verantwortungsvolle Herangehensweise, die sowohl die persönliche Fähigkeit als auch die Terrainbedingungen berücksichtigt, ist unerlässlich. Nur durch gegenseitige Unterstützung und gemeinsames Lernen kann die Freude am Radfahren in den Bergen wachsam und sicher gestaltet werden. „Das E-Mountainbiken eröffnet neue Abenteuer, wenn man es richtig angeht“, meint Gstrein, die selbst lieber mit einem traditionellen Bike fährt, aber die Vorteile der Technik anerkennt. In einer Zeit, in der das Radfahren in der Natur zunehmend beliebt wird, ist die Sicherheit ein gemeinsames Anliegen der gesamten Biker-Community.

Details

**Besuchen Sie uns auf: [n-ag.de](http://n-ag.de)**