



	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
ALL MOUNTAIN SPORT ⁽¹⁾ (Tour 1) 	FORSTHOFALMRUNDE 1.100 Hm Kondition: SCHWER Technik: MITTEL 10.00 - ca. 16.00 Uhr H	LEOGANGRUNDE ÜBER LOCHALM 900 Hm Kondition: SCHWER Technik: MITTEL 09.00 - ca. 16.00 Uhr 09.10 Uhr ab Saalbach S H	FAHRTECHNIK TRAINING LEICHT FORTGESCHRITTENE + SEEKARRUNDE T 700 Hm Kondition: MITTEL Technik: MITTEL 10.00 - ca. 16.00 Uhr H	HACKLBERGER-SEEN-RUNDE ÜBER JAUSERN 1.200 Hm Kondition: SCHWER Technik: MITTEL 10.00 - ca. 16.00 Uhr 10.10 Uhr ab Saalbach S H	ASITZKOPFRUNDE 1.200 Hm Kondition: SCHWER Technik: MITTEL 10.00 - ca. 16.00 Uhr 10.10 Uhr ab Saalbach S H	
ALL MOUNTAIN SOUL ⁽¹⁾ (Tour 2) 	FAHRTECHNIKTRAINING EINSTEIGER + TALSCHLUSSRUNDE T 500 Hm Kondition: LEICHT Technik: LEICHT 10.00 - ca. 16.00 Uhr H	LEOGANGRUNDE ÜBER FIEBERBRUNN 500 Hm Kondition: LEICHT - MITTEL Technik: LEICHT - MITTEL 10.00 - ca. 16.00 Uhr 10.10 Uhr ab Saalbach S H	SEEKARRUNDE 700 Hm Kondition: MITTEL Technik: MITTEL 10.00 - ca. 16.00 Uhr H	WESTGIPFEL 8 800 Hm Kondition: MITTEL Technik: MITTEL 10.00 - ca. 16.00 Uhr H	FAHRTECHNIKTRAINING EINSTEIGER + PANORAMA- & MONTITRAIL T 300 Hm Kondition: LEICHT Technik: LEICHT 10.00 - ca. 16.00 Uhr H	WETTERKREUZRUNDE 400 Hm Kondition: LEICHT Technik: LEICHT - MITTEL 10.00 - ca. 16.00 Uhr 10.10 Uhr ab Saalbach S H
FREERIDE & DOWNHILL ⁽¹⁾ 	FREERIDE TOUR SPIELBERGHORN ca. 180 Hm Uphill ca. 1.000 Hm Downhill Kondition: LEICHT Technik: LEICHT - MITTEL 10.00 - ca. 12.30 Uhr 10.10 Uhr ab Saalbach S H	FREERIDE TRAINING BLAU T z.B. Monti Trail, Panorama Trail, ... Technik: LEICHT 10.00 - ca. 12.30 Uhr 10.10 Uhr ab Saalbach S H	FREERIDE TOUR BIG 5 CLASSIC ca. 500 Hm Uphill ca. 5.000 Hm Downhill Kondition: MITTEL - SCHWER Technik: MITTEL 09.00 - ca. 16.30 Uhr 09.10 Uhr ab Saalbach S H	FREERIDE TRAINING ROT T z.B. Buchegg Trail, Hacklberg Trail ... Technik: MITTEL 10.00 - ca. 12.30 Uhr H	FREERIDE TRAINING ROT PLUS T z.B. Z-Line, Blue Line, Pro Line, ... Technik: MITTEL - FORTGESCHRITTEN 10.00 - ca. 12.30 Uhr H	FREERIDE TOUR MAGIC 4 ca. 500 Hm Uphill ca. 4.200 Hm Downhill Kondition: MITTEL - SCHWER Technik: MITTEL 09.00 - ca. 16.30 Uhr 09.10 Uhr ab Saalbach S H
E-BIKE ⁽¹⁾ (Einsteiger) 	FAHRTECHNIKTRAINING E-BIKE EINSTEIGER + TALSCHLUSSRUNDE T 500 Hm Kondition: LEICHT 10.00 - ca. 16.00 Uhr H			HACKLBERGER ALM 700 Hm Kondition: LEICHT Technik: LEICHT (Forststraße) 10.00 - ca. 16.00 Uhr H	FAHRTECHNIKTRAINING E-BIKE EINSTEIGER + PANORAMA- & MONTITRAIL T 300 Hm Kondition: LEICHT Technik: LEICHT 10.00 - ca. 16.00 Uhr H	BERNKOGELRUNDE 500 Hm Kondition: LEICHT Technik: LEICHT (Forststraße) 13.30 - ca. 16.00 Uhr H
KIDS & TEENS ⁽²⁾ vom 29.06.2020 bis 12.09.2020	FREERIDE TEENS LEICHT - FORTGESCHRITTEN T (12 - 15 Jahre) 13.30 - ca. 16.00 Uhr H	FREERIDE KIDS EINSTEIGER T (8 - 11 Jahre) 13.30 - ca. 16.00 Uhr H	FREERIDE TEENS LEICHT - FORTGESCHRITTEN T (12 - 15 Jahre) 13.30 - ca. 16.00 Uhr H	FREERIDE KIDS EINSTEIGER T (8 - 11 Jahre) 13.30 - ca. 16.00 Uhr H	FREERIDE TEENS LEICHT - FORTGESCHRITTEN T (12 - 15 Jahre) 13.30 - ca. 16.00 Uhr H	

H ▶ **Tourstart in Hinterglemm**
am bike'n soul Shop Reiterkogel.

S ▶ **Tourstart in Saalbach**
am bike'n soul Shop Schattberg X-Press. Der Start in Saalbach ist 10 Minuten nach dem Start in Hinterglemm. Dies kann sich aufgrund unvorhersehbarer Verzögerungen in Hinterglemm um wenigen Minuten verzögern.

T ▶ **Fahrtechniktraining (Allmountain / Tour)**
Spezielle Techniktrainings auf unserem Übungsgelände. Im Anschluss an das Techniktraining fahren wir noch eine kleine Tour.

T ▶ **Fahrtechniktraining (Freeride)**
Das Freeride-Techniktraining findet, eingebettet in lässige Rides, direkt auf unseren Bikeparkstrecken statt.

⁽¹⁾ Teilnahme ab 16 Jahren. Unter 16 Jahren nur nach Rücksprache mit unseren Guides und Einverständnis-erklärung der Erziehungsberechtigten.

⁽²⁾ Teilnahme nur mit Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten. Eine Einverständniserklärung als Vordruck erhalten Sie gerne im bike'n soul Infocenter, in einem bike'n soul Shop oder in einem unserer bike'n soul Hotels. Änderungen unter Vorbehalt; sowohl bei schönem als auch schlechtem Wetter.



TOURENCHECKLISTE

Alles, was du für deine Touren & Trailabenteuer benötigst

- Voll funktionstüchtiges Mountainbike
- Wichtig: Bei allen Touren gilt Helm- und Handschuhpflicht**
 - zusätzlich Knie- und Ellbogenprotektoren bei dem Befahren unserer Bikepark-Strecken mit einem Bike in der Federwegs-Klasse 120-160 mm
 - ergänzend Brust- und Rückenpanzer und Fullface-Helm bei dem Befahren unserer Bikepark-Strecken mit einem Bike in der Federwegs-Klasse 160-200 mm
- Jokerkarte und/oder Liftkarte
- Ersatzschlauch
- an das Wetter angepasste Kleidung
- Sonnenschutz und Sonnenbrille je nach Wetter
- Etwas zu trinken
- Kleiner Snack oder Energieriegel etc.

Alles weitere wie z.B. Multitool und kleine Luftpumpe dürft ihr natürlich gerne mitnehmen, wird aber auch von unseren Guides zu jeder Tour mit eingepackt. Bei Fragen stehen wir dir gerne telefonisch unter +43 (0) 676 / 843 645 307 oder persönlich im Infocenter zur Verfügung.

TOURENKATEGORIEN



ALL MOUNTAIN SPORT (Tour 1) > Für alle sportlich ambitionierten Biker, die gerne 1.000 Höhenmeter und mehr aus eigener Kraft überwinden möchten.



ALL MOUNTAIN SOUL (Tour 2) > Für all Soul Biker, die einige Höhenmeter selbst überwinden möchten, aber um ganz hoch hinaus zu kommen, auch gerne den ein oder anderen Gipfelsieg der Gondel überlassen.



FREERIDE & DOWNHILL > Für alle die den Schwerpunkt auf unsere Bikeparkstrecken und Trails legen. Wir nutzen die Gondel wann immer es geht und sind mit Bikes ab mindestens 140 mm und mehr unterwegs.



E-BIKE EINSTEIGER > Für alle E-Bike Einsteiger, welche gerne auf Forststraßen oder auf sehr einfachen Trails die Glemmtaler Berge und Hütten erleben möchten.



E-BIKERS WELCOME > Ihr könnt bei **allen** unseren Tourenkategorien jederzeit auch mit dem E-Bike am Start sein! Auch bei den „Nicht-E-Bike-Touren“.

BIKE SCHULE & TOUREN

PREIS PRO PERSON UND TOUR

Geführte Tour (Montag bis Samstag)*	30,00 €
BIG 5 Tour (Mittwoch)*	35,00 €
MAGIC 4 Tour (Samstag)*	35,00 €
Fahrtechnik Training (Allmountain / Tour)*	40,00 €
Fahrtechnik Training (Freeride)*	30,00 €
Kids & Teens (Montag bis Freitag)*	30,00 €

* gefahren wird jeweils ab 4 Personen

PRIVATE GUIDING & PRIVATES TECHNIKTRAINING

PRIVAT GUIDE / TRAINER (HALBTAGS)

09.30 - 12.00 Uhr (1-2 Personen)	145,00 €
13.00 - 15.30 Uhr (1-2 Personen)	145,00 €
jede weitere Person	30,00 €

PRIVAT GUIDE / TRAINER (GANZTAGS; 1h Pause)

10.00 - 15.30 Uhr (1-2 Personen)	245,00 €
jede weitere Person	45,00 €

GRUPPEN AB 5 PERSONEN..... Preis auf Anfrage

BIKE'N SOUL SHOP REITERKOGELBAHN

5754 Hinterglemm | Austria
+43 (0) 676 / 843 645 304 | Mail: shop@bike-n-soul.at
Montag bis Sonntag: 08.45 Uhr - 17.00 Uhr

BIKE'N SOUL SHOP SCHATTBURG X-PRESS

5753 Saalbach | Austria
+43 (0) 676 / 843 645 306 | Mail: shop@bike-n-soul.at
Montag bis Sonntag: 08.45 Uhr - 17.00 Uhr

BIKE'N SOUL INFOCENTER HINTERGLEMME

Dorfstraße 205 (Fußgängerzone in Hinterglemm)
5754 Hinterglemm | Austria
+43 (0) 676 / 843 645 307 | Mail: infocenter@bike-n-soul.at

BIKE-N-SOUL.AT