20

Bike-Erlebnisse für diesen Sommer

Die besten Singletrails fahren, am Rad auf Forschungsreise gehen oder eine ganz andere Alpenquerung machen: Was man sich auf zwei Reifen nicht entgehen lassen sollte.

Redaktion: Klaus Haselböck

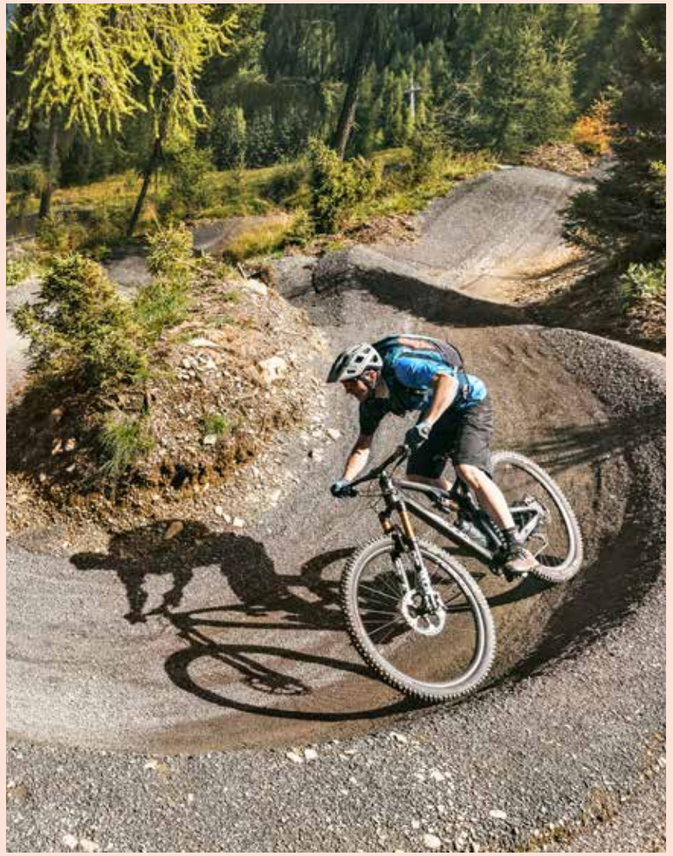
Die Alpen am Bike erkunden: Wer sich die „Haute Route“ erradelt, kommt auch durch das magische Val d’Anniviers.

1.
Am längsten Trail Europas

Kärnten

Roller, kleine Anlieger und jede Menge Steilkurven: In den Kärntner Nockbergen schlängelt sich ein Flowtrail-Monster von der Bergstation Kaiserburg Bad Kleinkirchheim über 910 Tiefenmeter ins Tal. Die 15 Kilometer machen ihn zum längsten seiner Art in Europa. Wer zwischendurch eine Abkühlung vom Kurven-Surfen braucht, kann auch mehrfach unterbrechen und auf markierten Naturwegen, den „Nock-Lake-Trails“, über die andere Seite des Berges zum idyllischen Brennsee fahren. Zurück zum Flowtrail geht es dann aus eigener Kraft oder mit Unterstützung von Bike-Shuttles, um sich nach der nächsten Auffahrt (kostenlos mit der Gravity Card oder der Bike Card Kärnten) wieder in die große Achterbahn zu werfen.

- **Für:** Flow-Junkies
- **Zeitbedarf:** ein halber Tag
- **Gut zu wissen:** Es lohnt sich, vorab am riesigen Übungsparcours bei der Talstation der Kaiserburgbahn die Fahrtechnik aufzupolieren.



Noch eine und noch eine: Der 15 Kilometer lange Flowtrail bei Bad Kleinkirchheim ist ideal, um die Kurventechnik zu perfektionieren.

2.
Mit Antrieb auf und ab

Graubünden

Es gibt Regionen, die fürs E-Biken einfach wie geschaffen sind: So hat sich das Engadin vom Geheimtipp zu einem Must-ride-Spot gemausert. Das liegt an dem dichten, variantenreichen Trailnetz, seiner perfekten Anbindung an Gondeln und den Bernina-Express sowie den genialen Ausblicken bis zum formschönen Biancograt in der Berninagruppe.

In dem Bündner Hochtal haben E-Bike-Einsteigerinnen und -Einsteiger richtig Spaß (beispielsweise auf der einfachen Strecke von Silvaplana nach St. Moritz), während sich Könner auf Uphill-Trails und hochalpinen Strecken austoben – etwa hinauf auf den 3.055 Meter hohen Piz Nair. Zudem gibt es im Oberengadin zwei Dutzend „Energy-Bänkli“ zum kostenlosen Aufladen des Bikes. Dank der Fahrradständer bieten sie sich zum Rasten an und haben neben WLAN-Hotspots auch Steckdosen zum Laden mobiler Geräte.

- **Für:** Unersättliche
- **Zeitbedarf:** ein bis fünf Tage
- **Gut zu wissen:** Auch im Spätsommer und Herbst kann man hier wunderbar biken. Die Bahnen im Engadin sind bis Mitte Oktober in Betrieb.

3.
Der Sattel als Zeitmaschine

Baden-Württemberg

Auf den 417 Kilometern des Schwäbische Alb Radweges reist man gleich Millionen Jahre zurück. So kommt man bei Weilheim an der Teck an einem erloschenen Vulkan vorbei, sucht im Schiefer-Erlebnis Dormettingen nach Ammoniten oder taucht im Schloss Lichtenstein, dem Märchenschloss Baden-Württembergs, in die Zeit des Adels ein.

- **Für:** Forschernaturen
- **Zeitbedarf:** acht Tage
- **Gut zu wissen:** Auf dem Radweg gibt es einige starke Steigungen (in Summe 4.000 Höhenmeter).

FOTOS: STEFAN SCHLUMF, SAM STRAUSS