

INHALT

10
VORWORT
14
TRAILRULES
17
AUSRÜSTUNG

20

FAHR- TECHNIK

22

EINFÜHRUNG
24
GRUNDPOSITION
28
AKTIVIERUNG
ODER ANSPRUCHSVOLLE
PASSAGEN MEISTERN
32
EFFEKTIVES BREMSEN MIT
DER RICHTIGEN UND DOSIERTEN
BREMSTECHNIK
36
WEITE KURVE – ÜBER BIKE-
NEIGUNG ZUR DYNAMISCHEN
KURVENFAHRT
40
UM DIE ECKE – ENGE KURVEN
ODER SERPENTINEN FAHREN

46

25 TOUREN

48

ALLGEMEINE INFORMATIONEN
52
BESCHILDERUNG MOUNTAIN-
BIKEPARK PFÄLZERWALD
56
TOUR 01 / GRÄFENSTEINER LAND
60
TOUR 02 / GALGENFELSEN-TOUR
64
TOUR 03 / SCHOPPEN-TOUR
68
TOUR 04 / WELTACHS-TOUR
72
TOUR 05 / GÄSBOCK-TOUR
76
TOUR 06 / LANDSTUHL-TOUR
80
TOUR 07 / SÜDPFALZ-TOUR
84
TOUR 08 / TRIFELS-TOUR
88
TOUR 09 / KELLERFELS-TOUR
92
TOUR 10 / DEUTSCHES WEINTOR
96
TOUR 11 / LUITPOLD-TOUR

100

TOUR 12 / HAUENSTEIN-
ERFWEILER-RUNDE
104
TOUR 13 / DAHNER-FELSENLAND-
MARATHON-TOUR
108
TOUR 14 / GRENZ-TOUR
112
TOUR 15 / BUNDENTHAL-RUNDE
116
TOUR 16 / AREA-1-TOUR
120
TOUR 17 / EPPENBRUNNEN-TOUR
124
TOUR 18 / WASGAU-TOUR
128
TOUR 19 / LEMBERG-TOUR
132
TOUR 20 / BÄRMESEN-RUNDE
136
TOUR 21 / DAHNER TRAILRUNDE
140
TOUR 22 / TRAIL-TOUR FLADENSTEINE
144
TOUR 23 / VOGESEN-TOUR
148
TOUR 24 / ZWEITÄGIGE RUNDTOUR
SÜDPFALZ
152
TOUR 25 / PFALZCROSS
159
TRAILROCK

7