

Stadt Friedberg
Herr Hölzinger
Mainzer-Tor-Anlage 6
61169 Friedberg

Anmeldung

Hiermit möchte meinen Sohn

Name, Vorname:

Strasse/Hausnummer:

PLZ/Ort:

Geburtsdatum:

für die MTB-Tour „Trans-Taunus“ anmelden.



Datum, _____ Unterschrift des / der
Erziehungsberechtigten

Anmeldung bitte im Junity abgeben

Auf den Spuren der Römer den Limes entlang
bis nach Adolfseck und dann hinunter nach
Eltville an den Rhein. Minimale Ausrüstung:
MTB, Schlafsack, Plane, Essen

Termin: 11.-12.08. / 13.-14.08.

Strecke: Friedberg – Idstein – Eltville

Entfernung: ca. 110 Km

Wege: Trails, Forststrassen, Waldwege

Übernachten: Idstein Helfrich

Essen: Abendessen und Frühstück
mitnehmen, Kaffee gibt es beim
Bäcker

Abfahrt: 14:00 Junity

Rückreise: ab Eltville oder Wiesbaden mit
dem Zug, Ankunft ca. Friedberg
14:00 Uhr

Plätze: 5

Kosten: 15,- € pro Person inkl.
Zugfahrkarte

Betreuung: Lukas Hölzinger
(Dipl. Sozialarbeiter,
Erlebnispädagoge)

Mikroabenteuer Friedberg-Eltville

**Einfach – auf das Wesentliche
reduziert – 24 h NonStop**



11.-12.08. / 13.-14.08.

für Jungen zwischen 13 und 16 Jahren

Eine Veranstaltung der
Stadt Friedberg
Jugendfreizeiteinrichtung Junity
Mainzer-Tor-Anlage 6,
61169 Friedberg
Info-Telefon: 06031-88500
Mail: Lukas.Hoelzinger@Friedberg-Hessen.de



Zur Tour:

Los geht es von Friedberg aus zunächst über den Winterstein, immer am Limes entlang zur Lochmühle. Dort erwartet uns ein rampenartiger Anstieg hinauf zur Saalburg. Nach einer Pause führt der Weg entweder über einen 10 km langen Trail oder über einen ausgebauten Waldweg hinauf zum Feldberg, dem höchsten Punkt der Tour mit 879 m. Den Rest des Tages geht es dann fast nur noch bergab, von einer kleinen sehr steilen Rampe kurz vor Glashütten einmal abgesehen. Gegen 20:00 Uhr sollten wir dann in Heftrich sein. Dort gibt es auf einer Wiese eine Toilette und Trinkwasser, Dusche Fehlanzeige - also Waschlappen mitnehmen!

Abends dann noch etwas Essen, viel Wasser trinken und in den Schlafsack kriechen. Die Nacht unter dem Sternenhimmel wird sicher ein Erlebnis. Sollte es regnen hat jeder eine kleine Plane dabei, um sich und das Spärliche Gepäck zu schützen. Unter freiem Himmel enden die Nächte früh, die Vögel rufen uns zum Frühstück und wer als erster wach ist kann schon mal zum Bäcker fahren um Stückchen und Kaffee zu holen.

Nach dem Frühstück führt uns der Weg dann gegen 8 Uhr zurück zum Limes und in hügeligem Gelände über Adolfseck nach Bad-Schwalbach und Hausen. Darauf folgt dann eine rasende Abfahrt hinunter zum Kloster Eberbach, das genau wie der Limes zum Weltkulturerbe der UNESCO gehört, und in dem es eine fantastische selbstgemachte Limonade zu verkosten gilt.

Noch ein letztes Mal erwartet uns im Anschluss eine Abfahrt von gut 200 Höhenmetern durch die Weinberge hinab zum Rhein nach Eltvile.

Beine ins Wasser und Pause machen. Gut 15 Kilometer sind es dann noch nach Wiesbaden.

Hier versuchen wir uns mit den Rädern in den nächsten Zug zu quetschen, um dann über Frankfurt wieder nach Friedberg zu gelangen.

Anforderungen:

Die Tour verlangt dem Teilnehmenden binnen 24 Stunden einiges ab: am ersten Tag eine Strecke von ca. 50 km und etwa 1000 Höhenmetern bei geschätzten 6 Stunden im Sattel. Am zweiten Tag werden es dann „nur“ etwa 600 Höhenmeter und ca. 60 km bei einer reinen Fahrzeit von ebenfalls 6 Stunden sein. Je nach Kraftreserven der Gruppe ist es möglich viel auf Trails oder vermehrt auf Forststrassen zu fahren, die natürlich weniger Kraft und Aufmerksamkeit verlangen und dadurch schneller zu befahren sind. Wir orientieren uns immer an unseren Kraftreserven als Gruppe. Streckenänderungen können also vorkommen.

Ausrüstung:

Helm, Brille, Handschuhe, Rucksack mit ca. 20 – 25 Liter Volumen, Trinkflaschen oder Reservoir, Tagesverpflegung, Ersatzschlauch, Klamotten für den Abend (dicken Pulli), Schlafsack, Isomatte, Waschzeug Deo!!! und ein Bike das Tip-Top in Ordnung ist und mit mindestens 18 Gängen ausgestattet ist – No Singlespeed!

Nicht benötigt werden Werkzeug und Erste-Hilfe-Set - das müssen die Betreuer schleppen.

Falls euch noch etwas einfällt zum Mitnehmen, packt es ein, die o. g. Aufzählung besitzt keinen Anspruch auf Vollständigkeit.

Vortreffen: 16.07. 19:00 Uhr, Junity

Notfälle / Krankheiten / Allergien / Medikamente

In Notfällen während der Tour bin ich (Erziehungsberechtigte/r) wie folgt zu erreichen:

Name: _____

Adresse: _____

Telefon: _____

Mobil: _____

Bei dem Teilnehmer ist zu beachten:

Körperliche Beeinträchtigungen

Allergien

Medikamente

Sonstiges

In Notfällen erreichen Sie die Leitung der Maßnahme, Herr Hölzinger unter:

0172-6711509

Bitte zu Hause notieren!

