



	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
<b>ALL MOUNTAIN SPORT</b> <sup>(1)</sup> (Tour 1) 	<b>FORSTHOFALMRUNDE</b> (im Anschluss an Techniktraining) 550 Hm Kondition: MITTEL Technik: MITTEL 10:00 - ca. 16:00 Uhr	<b>LEOANGRUNDE ÜBER LOCHALM</b> 900 Hm Kondition: SCHWER Technik: MITTEL 09:00 - ca. 16:00 Uhr <b>09:10 Uhr ab Saalbach</b>	<b>HENNERLEITER TOUR</b> 1.000 Hm Kondition: MITTEL - SCHWER Technik: MITTEL 10:00 - ca. 16:00 Uhr	<b>BERGSEENRUNDE</b> 1.200 Hm Kondition: SCHWER Technik: MITTEL 10:00 - ca. 16:00 Uhr <b>10:10 Uhr ab Saalbach</b>	<b>WADLBEISSER TOUR</b> (im Anschluss an Techniktraining) 550 Hm Kondition: MITTEL Technik: MITTEL 10:00 - ca. 16:00 Uhr	
<b>ALL MOUNTAIN SOUL</b> <sup>(1)</sup> (Tour 2) 	<b>TALSCHLUSSRUNDE</b> (im Anschluss an Techniktraining) 500 Hm Kondition: LEICHT Technik: LEICHT 10:00 - ca. 16:00 Uhr	<b>HOCHALMRUNDE</b> 600 Hm Kondition: MITTEL Technik: MITTEL 10:00 - ca. 16:00 Uhr	<b>LEOANGRUNDE ÜBER HOCHFILZEN</b> 500 Hm Kondition: LEICHT - MITTEL Technik: LEICHT - MITTEL 10:00 - ca. 16:00 Uhr <b>10:10 Uhr ab Saalbach</b>	<b>WESTGIPFEL 8</b> 800 Hm Kondition: MITTEL Technik: MITTEL 10:00 - ca. 16:00 Uhr	<b>PANORAMA- &amp; MONTITRAIL</b> (im Anschluss an Techniktraining) 300 Hm Kondition: LEICHT Technik: LEICHT 10:00 - ca. 16:00 Uhr	<b>WETTERKREUZRUNDE</b> 500 Hm Kondition: LEICHT Technik: LEICHT - MITTEL 10:00 - ca. 16:00 Uhr <b>10:10 Uhr ab Saalbach</b>
<b>GENUSSRADLER</b> <sup>(1)</sup> (Tour 3)  E-Bike empfohlen		<b>HACKLBERGER ALM</b> (im Anschl. an Fahrsicherheitskurs) 700 Hm Kondition: LEICHT Technik: SEHR LEICHT 10:00 - ca. 16:00 Uhr		<b>BERNKOGELRUNDE</b> (im Anschl. an Fahrsicherheitskurs) 500 Hm Kondition: LEICHT Technik: SEHR LEICHT 10:00 - ca. 16:00 Uhr		<b>ZELLER-SEE-RUNDE</b> 500 Hm Kondition: LEICHT Technik: SEHR LEICHT 10:00 - ca. 15:00 Uhr <b>10:10 Uhr ab Saalbach</b>
<b>FAHRTECHNIK TRAININGS</b> <sup>(1)</sup> & <b>FAHRSSICHERHEITS KURSE</b> <sup>(1)</sup> 	<b>FAHRTECHNIK-TRAINING FÜR EINSTEIGER</b> Technik: LEICHT 10:00 - 12:30 Uhr	<b>FAHRSSICHERHEITS-KURS FÜR E-BIKE EINSTEIGER</b> Technik: SEHR LEICHT 10:00 - 12:00 Uhr	<b>FAHRTECHNIK-TRAINING FÜR EINSTEIGER</b> Technik: LEICHT 10:00 - 12:30 Uhr	<b>FAHRSSICHERHEITS-KURS FÜR E-BIKE EINSTEIGER</b> Technik: SEHR LEICHT 10:00 - 12:00 Uhr	<b>FAHRTECHNIK-TRAINING FÜR EINSTEIGER</b> Technik: LEICHT 10:00 - 12:30 Uhr	
	<b>FAHRTECHNIK-TRAINING FÜR FORTGESCHRITTENE</b> Technik: MITTEL 10:00 - 12:30 Uhr				<b>FAHRTECHNIK-TRAINING FÜR FORTGESCHRITTENE</b> Technik: MITTEL 10:00 - 12:30 Uhr	
<b>ENDURO, FREERIDE &amp; DOWNHILL</b> <sup>(1)</sup> 	<b>FREERIDE TRAINING BLAU</b> Technik: LEICHT 10:00 - ca. 12:30 Uhr <b>10:10 Uhr ab Saalbach</b>	<b>FREERIDE TOUR SHRED 'N ROLL</b> ca. 180 Hm Uphill / ca. 2.000 Hm Downhill Kondition: LEICHT Technik: LEICHT - MITTEL 10:00 - ca. 12:30 Uhr <b>10:10 Uhr ab Saalbach</b>	<b>FREERIDE TOUR BIG 5 CLASSIC</b> ca. 500 Hm Uphill / ca. 5.000 Hm Downhill Kondition: MITTEL - SCHWER Technik: MITTEL	<b>FREERIDE TRAINING BLAU</b> Technik: LEICHT 10:00 - ca. 12:30 Uhr <b>10:10 Uhr ab Saalbach</b>	<b>FREERIDE TOUR „HOME OF LÄSSIG“</b> ca. 180 Hm Uphill / ca. 2.000 Hm Downhill Kondition: LEICHT Technik: LEICHT - MITTEL 10:00 - ca. 12:30 Uhr	<b>FREERIDE TOUR MAGIC 4</b> ca. 500 Hm Uphill / ca. 4.200 Hm Downhill Kondition: MITTEL - SCHWER Technik: MITTEL
	<b>FREERIDE TRAINING ROT</b> Technik: MITTEL 13:30 - ca. 16:00 Uhr	<b>FREERIDE TRAINING ROT PLUS</b> Technik: FORTGESCHRITTEN 13:30 - ca. 16:00 Uhr	<b>FREERIDE TRAINING ROT PLUS</b> Technik: FORTGESCHRITTEN 13:30 - ca. 16:00 Uhr	<b>FREERIDE TRAINING ROT</b> Technik: MITTEL 09:00 - ca. 16:30 Uhr <b>09:10 Uhr ab Saalbach</b>	<b>FREERIDE TRAINING ROT</b> Technik: MITTEL 13:30 - ca. 16:00 Uhr	<b>FREERIDE TRAINING ROT PLUS</b> Technik: FORTGESCHRITTEN 13:30 - ca. 16:00 Uhr
<b>FREERIDE</b> <sup>(2)</sup> <b>MINIS</b> (5-7 Jahre) <b>KIDS</b> (8-11 Jahre) <b>TEENS</b> (12-15 Jahre) vom 03.07.2023 bis 09.09.2023	<b>KIDS FREERIDE EINSTEIGER</b> 10:00 - 12:30 Uhr	<b>MINIS FREERIDE EINSTEIGER</b> 10:00 - 12:30 Uhr	<b>KIDS FREERIDE EINSTEIGER</b> 10:00 - 12:30 Uhr	<b>MINIS FREERIDE EINSTEIGER</b> 10:00 - 12:30 Uhr	<b>KIDS FREERIDE EINSTEIGER</b> 10:00 - 12:30 Uhr	<b>KIDS FREERIDE EINSTEIGER</b> 10:00 - 12:30 Uhr
	<b>TEENS FREERIDE LEICHT - FORTGESCHRITTEN</b> 13:30 - ca. 16:00 Uhr	<b>TEENS FREERIDE LEICHT - FORTGESCHRITTEN</b> 13:30 - ca. 16:00 Uhr	<b>TEENS FREERIDE LEICHT - FORTGESCHRITTEN</b> 13:30 - ca. 16:00 Uhr	<b>TEENS FREERIDE LEICHT - FORTGESCHRITTEN</b> 13:30 - ca. 16:00 Uhr	<b>TEENS FREERIDE LEICHT - FORTGESCHRITTEN</b> 13:30 - ca. 16:00 Uhr	<b>TEENS FREERIDE LEICHT - FORTGESCHRITTEN</b> 13:30 - ca. 16:00 Uhr



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



**Tourstart in Saalbach**  
am bike'n soul Shop Schattberg X-Press.



**Kursstart am Learn-To-Ride Park in Saalbach**  
an der Talstation der Kohlmaibahn.



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



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

<sup>(1)</sup> Teilnahme ab 16 Jahren. Unter 16 Jahren nur nach Rücksprache mit unseren Guides und Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten.

<sup>(2)</sup> 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.

# BIKE'N SOUL

Alle Informationen und Preise

Saison 2022 (Vorab)



## MINIS, KIDS & TEENS FREERIDE



## ALL MOUNTAIN FAHRTECHNIK TRAINING



## ALL MOUNTAIN TOUR



## ENDURO, FREERIDE & DOWNHILL



## GENUSSRADLER TOUR



## 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
- Joker Card 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.



**ENDURO, 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.



**GENUSSRADLER** (Tour 3) > Die perfekten Touren für Jedermann/frau bei denen der Naturgenuss im Vordergrund steht. Wir radeln auf guten Wegen und meiden knifflige Trails, sodaß keine fahrtechnische Vorkenntnisse benötigt werden.



**FAHRTECHNIKTRAINING** > Lerne den perfekten und sicheren Umgang mit deinem Bike auf unserem Übungsgelände. (versch. Könnensstufen)



**MINIS & KIDS FREERIDE** > Langsames Herantasten ans Freeriden im Learn to Ride Park. Der perfekte Start für kleine Biker!



**TEENS FREERIDE** > Wir starten mit einem kleinen Fahrtechniktraining und anschließend gehts ans Bikepark-Shredden!

## BIKE SCHULE & TOUREN

### PREIS PRO PERSON UND TOUR / TRAINING

Halbtages-Tour .....	25,00 €
Ganztages-Tour .....	39,00 €
Fahrtechnik-Training (halbtags) oder Fahrsicherheits-Kurs (halbtags) .....	39,00 €
Fahrtechnik-Training inkl. Tour (ganztags) .....	49,00 €
Minis Freeride (5-7 Jahre) .....	30,00 €
Kids Freeride (8-11 Jahre) .....	30,00 €
Teens Freeride (12-15 Jahre) .....	35,00 €

## PRIVATE GUIDING & PRIVATES TECHNIKTRAINING

### PRIVATGUIDING HALBTAGS

10.00 - 12.30 Uhr .....	159,00 €
13.30 - 16.00 Uhr .....	159,00 €
Jede weitere Person .....	30,00 €

### PRIVATGUIDING GANZTAGS

10.00 - 16.00 Uhr .....	259,00 €
Jede weitere Person .....	35,00 €

**GROSSGRUPPEN** ..... Preis auf Anfrage

### BIKE'N SOUL SHOP REITERKOGELBAHN

5754 Hinterglemm | Austria  
+43 (0) 676 / 639 51 02 | Mail: shop@bike-n-soul.at  
**Montag bis Sonntag: 08:45 - 17:45 Uhr**

### BIKE'N SOUL SHOP SCHATTBURG X-PRESS

5753 Saalbach | Austria  
+43 (0) 676 / 639 51 06 | Mail: shop@bike-n-soul.at  
**Montag bis Sonntag: 08:45 - 17:00 Uhr**

### BIKE'N SOUL INFOCENTER HINTERGLEMME

Dorfstraße 205 (Fußgängerzone in Hinterglemm)  
5754 Hinterglemm | Austria  
+43 (0) 676 / 674 72 09 | Mail: infocenter@bike-n-soul.at  
**Montag bis Samstag: 08:30 - 18:00 Uhr**



## E-BIKERS WELCOME

Ihr könnt bei **allen** unseren Tourenkategorien jederzeit auch mit dem E-Bike am Start sein!

BIKE-N-SOUL.AT