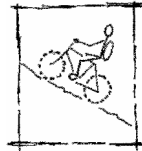


# Dachstein - Runde

## "Level 3" Mountainbike Tour für "Ambitionierte"



am SA den ??Juli. 2007 um 06.30 Uhr



### Tourbeschreibung:

Die Runde führt über 188 Kilometer und 4.700 Höhenmeter durch drei Bundesländer, Oberösterreich, die Steiermark und Salzburg. Im Mittelpunkt steht dabei der Dachstein. Die Tour führt von Bad Goisern über das Ausseerland und das Ennstal nach Gosau und wieder hinunter nach Bad Goisern.

#### Erster Tag:

Über den Pötschenpass zum Sommersbergsee. Dann nach Bad Aussee, wo wir bald rechter Hand den mächtigen Dachstein Gletscher entdecken. Zum Odensee, anschließend auf die Steinitzenalm und bis zum Salza Stausee. Zum Tourende von der Viehbergalm mit einzigartigem Panorama, über "Lenis Hütte" nach Gröbming.

#### Zweiter Tag:

Ins Ennstal bis zum "Burgstaller" und über einen Wurzel-Trailweg bergab. Dann zum Marcheggsattel, über den Lahneggsattel in das Lammertal. Ausblicke? Grandios!

#### Dritter Tag:

Bei Niedergschwandt zur Hornspitze, wo wir wieder ganz "hautnah" den Dachsteingletscher diesmal von der Südseite erleben. Einen Downhill nach Russbach und auf den Paß Gschütt hinauf. Jetzt haben wir beinahe alle Anstrengungen geschafft. Nur noch bis zum Hallstätter See und zurück zum Ausgangspunkt St. Agatha.



### Hinweise für Mountainbike-Touren:

- Es besteht Helmpflicht!
- Das Rad muss sich in einwandfreiem technischem Zustand befinden.
- Bitte befolge unbedingt die Anweisungen des Bike Guide. Durch grobes ordnungswidriges Verhalten kann der Teilnehmer von der Veranstaltung ausgeschlossen werden. Die dadurch entstandenen Kosten sind vom Betreffenden selbst zu tragen.
- Teilnahme von Minderjährigen nur mit schriftlicher Einverständniserklärung des Erziehungsberechtigten für die Dauer der Maßnahme.
- Gesundheitliche Eignung wird vorausgesetzt. Über vor Fahrtantritt bekannten Erkrankungen besteht Mitteilungspflicht.
- Teilnahme von Nichtmitgliedern des SC Aising-Pang ist nur zum „Schnuppern“ und mit Abschluss einer Tagesmitgliedschaft möglich, Kostenpunkt 3.- €
- Die Anmeldungen werden in der Reihe des Eingangs berücksichtigt, die Einteilung in gleiche Leistungs-Gruppen behält sich der Organisator vor.
- Ist die Veranstaltung ausgebucht oder ist der Teilnehmer dem Gruppenlevel nicht gewachsen, kann die Anmeldung zurückgewiesen werden.
- Der Veranstalter behält sich vor die Freizeit abzusagen, weitergehende Ansprüche können nicht geltend gemacht werden.
- Mountainbiken ist eine Risikosportart! Ein BikeGuide ersetzt nicht Deine Eigenverantwortung!
- Die Einschätzung der Schwierigkeit einer Biketour ist sehr subjektiv und hängt von vielen Faktoren, u.a. der persönlichen (täglichen) Verfassung, dem Wetter, etc. ab.



### Treffpunkt 06.30 Uhr:

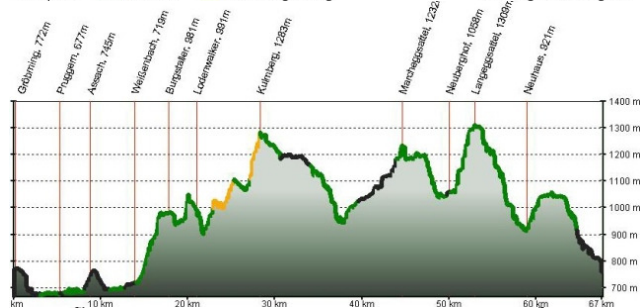
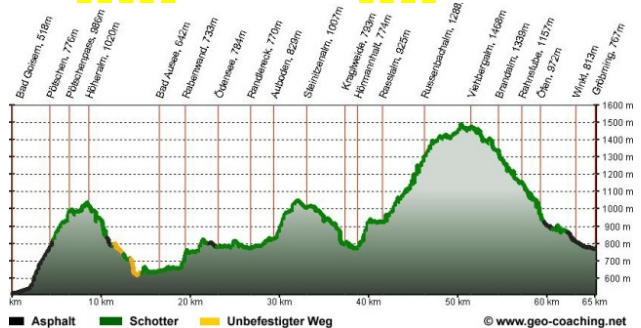
Zeughaus SC Aising-Pang in 83026 Rosenheim, Ganghofer Straße

**Voranmeldeschluß:** einen Monat vor Tourstart

### Die Tour in Kurzform:

Streckenlänge: 64 km / 67 km / 48km,  
Höhendifferenz: 1980m / 1840m / 1270m,  
Fahrzeit: 6,5h / 7h / 5h  
Rastmöglichkeiten: Hütten werden noch eruiert.  
Zweimal Übernachtung aus dem Rucksack.

Kondition **1 2 3 4 5 6** Fahrtechnik **1 2 3 4 5 6** Erlebniswert **1 2 3 4 5 6**



### Wegeregeln:

Die Beachtung dieser DIMB-Trailrules ([www.dimb.de](http://www.dimb.de)) führt zu umwelt- und sozialverträglichem Radeln und hilft, weitere pauschale Einschränkungen unserer Sportart zu vermeiden.

1. Halte dein Mountainbike unter Kontrolle.
2. Respektiere andere Naturnutzer.
3. Nimm Rücksicht auf Tiere.
4. Plane im Voraus.
5. Fahre nur auf Wegen.
6. Hinterlasse keine Spuren.

### Das solltest Du mitnehmen:

#### Wichtig:

Handschuhe kurz/lang, Helm, Geld, EC- u. Kreditkarten, ÖSTERREICH: Personaldokumente, Auslandskrankenschein – versicherung, Chipkarte.

#### Kleidung:

Wechselwäsche, Arm- Beinlinge, Regenschutz, Brille, Unterziehmütze/Buff. Eventuell Hüttenübernachtung, Badekleidung.

#### Sonst noch:

Handy, Notlicht, Erste Hilfe, Pumpe, Flickzeug, Schlauch, Werkzeug, Karte (Alpenvereinskarte Nr. 14 Dachstein). Rucksack mit Regenhülle, Trillerpfeife mit Schnur am Rucksack.

#### Verpflegung:

Getränke+Zusätze, Energieriegel, Obst.

### Veranstalter:

Skiclub Aising-Pang e.V.  
Tel.: 08031 - 6 51 60  
Aisinger Straße 76  
83026 Rosenheim  
[www.skiclub-aising-pang.de](http://www.skiclub-aising-pang.de)

### Notruf Handy

112

### Organisator u. BikeGuide:

Michael Kraus  
Tel.: 08061 - 93 95 68  
Mobil.: +49 (0)160 - 97 77 36 03  
[mtb-guide@skiclub-aising-pang.de](mailto:mtb-guide@skiclub-aising-pang.de)  
[www.laufen.skiclub-aising-pang.de](http://www.laufen.skiclub-aising-pang.de)