



## Naturfreunde E-MTB Ladies Wochenende Hintersee



**Termin:** 22. - 24. September 2023

Einmal die **wunderschöne und naheliegende Landschaft der Region Fuschlsee im Herbst per Pedes zu entdecken**, hat einen besonderen Reiz!

Dabei lernst Du beim **Fahrtechniktraining Dein Können** auf dem **eigenen E-MTB Bike zu verbessern** oder auch kannst Du ganz einfach ein **Leih E-MTB Bike ausleihen** (KTM E-Testbike Center im Hotel) und hast so die Möglichkeit **neue Erfahrungen zu sammeln!**

Bei den anschließenden **E-Bike Touren steht der Genuss und der Spaß** in einer feinen, gemütlichen Gruppe für Mädchen und Frauen nichts mehr im Wege!

### **Inkludierte Leistungen:**

2 x Übernachtung/HP in Hintersee im Hotel „Das Hintersee\*\*\*\*“ ([www.hintersee.at](http://www.hintersee.at)), Zimmer mit Dusche/WC, WLAN, TV, Benützung des Wellnessbereichs „SPA Bergwelt“ mit Sauna (Bademäntel & Badetücher am Zimmer), 2 geführte Ausfahrten durch MTB-Guide

*Nicht enthaltene Leistungen:* An- und Abreise bis/von Hintersee, Stornoversicherung, sowie E-Bike Verleih!

**Treffpunkt:** Fr. 22.09. um 17:00 Uhr in Hintersee 4, A-5324 Hintersee Hotel „Das Hintersee“

Ankommen, Informationen (und E-Bike Verleih – bitte vorher reservieren im Hotel „Das Hintersee“ direkt! Tel.: +43 6224 8900-0)

**Preis:** € 319,- Person im Doppelzimmer, EZ-Zuschlag: € 75,-  
(Naturfreundemitgliedschaft ist Voraussetzung für die Teilnahme)

**Leitung:** Monika Dorfner, MTB-Trainerin

**Ausrüstung:** funktionstüchtiges E-Mountainbike (Akku bitte vorher vollladen!), Trinkflasche, Handschuhe, Brille, Riegel, Kleidung (zum Wechseln oder bei Regen/Wind), Reparaturset, Erste-Hilfe-Packerl aufgeladenes Mobiltelefon, Helmpflicht aller TeilnehmerInnen.

**Voraussetzungen:** Kondition mittel, MTB-Technik leicht-mittel,

**Mindestteilnehmeranzahl:** 5 Personen und max. 8

**Anzahlung:** € 60,- Person bei Anmeldung auf das Kto. der Naturfreunde OÖ - Touristik, IBAN AT85 1200 0803 1307 7100, BIC: BKAUATWW, Verwendungszweck: E-MTB Ladies Hintersee

### **Infos/Anfragen/Anmeldungen:**

Naturfreunde Oberösterreich, Landstraße 36/3, 4020 Linz, Tel.: (0732) 772 661-21, Fax.: (0732) 772 661-61

e-Mail: [touristik@naturfreunde-ooe.at](mailto:touristik@naturfreunde-ooe.at)

Website: <http://oberoesterreich.naturfreunde.at>





## Voraussichtlicher Programmablauf:

**Freitag: 17.00 Uhr „Ankommen“, Informationen und bei Leih E-Bike => Feineinstellung auf Person** (Körpergröße und Gewicht), **gemeinsames Abendessen.**

E-Bike Verleih – bitte vorher reservieren im Hotel „Das Hintersee“ direkt! Hotel „Das Hintersee“ Tel.: +43 6224 8900-0

Bitte um Angabe der Körpergröße und Gewicht!

**Samstag: 9.00 Uhr Start** mit dem **Fahrtechniktraining am hauseigenen Bike – Übungsparcour (ca.2 h)** anschließend **E-Bike Tour „Zwölferhorn“** mit **etwa 40km/1700hm** (variabel etwas zu kürzen oder zu verlängern!)

**Dauer: 4,5h (ohne Pausenzeiten)**

Kurzbeschreibung: Von Hintersee startend über die Hatzenalm (in Richtung St.Gilgen) erradeln wir das Zwölferhorn, wo uns ein tolles Panorama erwartet! Nach unserer Stärkung auf der Alm, haben wir die kürzere Variante um den Illingerberg oder die längere Variante über den Breitenberg für unsere Rückfahrt!

Voraussetzungen: Kondition mittel, MTB Technik mittel

**Sonntag: 9.00 Uhr Start** mit **Mobilisation** für unseren Körper, und dann auf zur **E-Bike Tour Gaissau – Anzenberg Runde** mit etwa **43km/1200hm Dauer: 3,5h (ohne Pausenzeiten)**

Kurzbeschreibung: Eine abwechslungsreiche Rundtour, die uns als erstes zum See dem „Hintersee“ führt. Vorbei am bekannten „Felsenbad“ durchfahren wir die wunderschöne Strubklamm, die einen besonderen Reiz hat.

Entlang dem Wiestalstausee zweigen wir ins Tal Richtung Gaissau ab. Ab da geht's bergwärts über die Spielbergalm zur Latschenalm, unserer Rastpause mit tollstem Ausblick auf die umliegenden Berge! Gestärkt ist es nicht mehr weit zur „Anzenberghöhe“, danach geht's hinab Richtung Hintersee, über Almgebiet, Wald und vorbei am Wasserfall zurück zum Hotel.

Voraussetzungen: Kondition mittel, MTB Technik mittel