



Grenzgänge im Karwendel

DIMB – Aktivtour
24. bis 26. September 2010

3 Tage inmitten der richtig hohen Berge
2 Nächte zwischen den Gipfeln



Bunte Bäume . Knackige Anstiege . Wilde Wasser . Feine Aussichten .
Alpine Blicke . Rauschende Abfahrten. Spaßige Trails . Leckere
Pausen . G'schicht'n am Wegesrand . Griabige Hütten . Tiefe
Eindrücke . Gemeinsame Erinnerungen

Für DIMBos und DIMBas mit
fortgeschrittener Fahrtechnik
und der Kondition und
Motivation, die genannten
Tagesetappen mit Teilstücken
bis zu 700 Höhenmeter am
Stück zu bewältigen



Wir fahren auf Asphalt,
Zieh- und Schotterwegen,
Waldwegen und Trails
mit Varianten für
Höhenmeterliebhaber
und Trailgenießer

Tag 1:	Grundtour: 1.368 hm und 30 km;	Variante: 1.905 hm und 37 km
Tag 2:	1.244 hm und 42 km	1.244 hm und 43 km
Tag 3:	32 hm und 40 km	86 hm und 40 km



Eine Veranstaltung des IBC-DIMB-Racing Teams der
DIMB.
Es gelten die Teilnahmehinweise für geführte Touren der
DIMB (www.dimb.de).
Das Tragen eines Helms ist Pflicht.





Grenzgänge im Karwendel

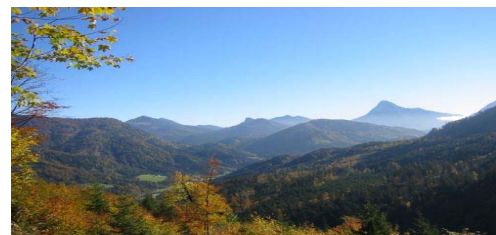
Tag und Nacht:

Tag 1: [Wir starten gemeinsam am Sylvensteinstausee in Richtung Karwendelgebirge](#)



Für die Genießer gleichmäßige Bergauffahrt mit Einblicken in unsere alpine "Heimat" der nächsten zwei Tage.
Steigende Herausforderung an Kondition und Fahrtechnik bergauf auf schmaler und steiler werdendem Weg.

Die Cracks erklimmen recht bald eine höhere Etage, genießen weitere Blicke und fahren auf technisch und konditionell anspruchsvollerem Untergrund.



Pause und Wiedersehen beider Gruppen in der Gernalm vor dem gemeinsamen steilen Aufstieg zur ersten Übernachtung in der urigen **Plumsjochhütte**.



Übernachtung im Lager mit Frühstück: 20 €
Dusche: 3 €



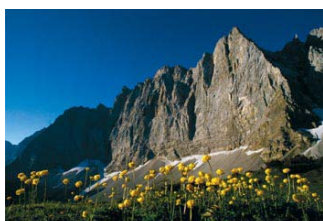
Bei entsprechender Anmeldezahl können wir Halbpension buchen.
Getränke zahlt jeder selbst.

Ein Hüttenschlafsack ist notwendig.

Tag 2: Wir starten den Tag mit einem guten Frühstück und dann geht's auf zur Abfahrt ins Engtal
– je nach Wetter Abstecher zum großen Ahornboden.



Durchs Risstal zum Abzweig für den großen Aufstieg. . .



.... immer die Laliderer Wände im Visier kurbeln wir uns hinauf in Richtung Mittagessen. Im Schatten der Wände queren wir auf schmalen Weg und zuletzt über eine steile Schiebe/Tragestrecke zur Falkenhütte.



Grenzgänge im Karwendel

Nach dem Mittagessen auf der bikerfreundlichen Hütte in direkter Nachbarschaft hochalpiner Klettersteige stürzen wir uns hinab zum kleinen Bruder des Großen Ahornbodens.



Ab hier gilt es die gewonnenen Kräfte bedacht einzusetzen, denn vor uns liegt der letzte knackige Aufstieg des Tages und auch unserer Tour: Der Hochalmsattel steht noch zwischen uns und unserer nächsten Unterkunft: dem traditionsreichen Karwendelhaus.



Übernachtung im Lager ohne Frühstück: 18 €
Ermäßigung für DAV-Mitglieder

Auch hier können wir bei ausreichender Gruppen-
größe Halbpension buchen.
Getränke zahlt jeder selbst.



Ein Hüttenschlafsack ist notwendig.

Tag 3:

Zum Aufwärmen wartet der Rück-Aufstieg zum Hochalmsattel und von dort geht's in rauschender Fahrt obi, obi, obi... bis der Rissbach uns stoppt.

Ihm folgen wir mit einem letzten Höhenmeter- und Trail-Abstecher bis zum Isartal, durch das wir wieder dem Ort Fall am Sylvensteinsee entgegenfahren, wo wir am frühen Nachmittag unsere Tour beenden.

Wer kommt mit?

Anmeldung ab 15.03.2010 möglich unter ig.muenchen@dimb.de

Wir benötigen Namen, Vornamen, DIMB-Mitgliedsnummer

Detailinformationen nach Anmeldung



Grenzgänge im Karwendel

Die Anforderungen:

Für die Genießer

Anforderungen an die Kondition: Level 2, stellenweise bergauf Level 3
Tempo niedrig bis mittel.

Am 2. Tag ca. 15-minütige Schiebe/Tragestrecke bergauf.

Anforderungen an die Fahrtechnik: Level 2, stellenweise bergauf und bergab Level 3
Wir bewegen uns auf Fahrstraßen, Waldwegen und flüssig zu fahrenden Singletrails mit leichten Hindernissen (Wurzeln, Steinen, Rinnen), Untergrund nicht immer verfestigt.

Auf den Varianten:

Anforderungen an die Kondition: Level 3

Tempo mittel bis mittelhoch

Zusätzliche Höhenmeter auf sehr steiler Piste sind zu bewältigen. Kurze Schiebe- und Tragestrecken bergauf und je nach Fahrtechnik auch bergab sind möglich.

Anforderungen an die Fahrtechnik: Level 4, stellenweise Level 5

Singletrails mit größeren Hindernissen wie Stufen, Steinen, größeren Wurzeln, losem Untergrund. Stellenweise auch verblockte Passagen sowie enge Kurven und Spitzkehren

Die Ausrüstung:

Wir erwarten: ein technisch einwandfreies, gewartetes Mountainbike.

Ersatzbremsbeläge, Ersatzschläuche, Flickzeug, Tool, Ersatzschaltauge.

Rucksack mit entsprechendem Fassungsvermögen und Regenhülle.

Trinksystem oder 2 Trinkflaschen.

Festes Schuhwerk mit trittfester Sohle.

Den Bedingungen für herbstlich wechselndes Wetter entsprechende Kleidung, Wechselzeug, Regenausrüstung (Jacke und Hose), Langfingerhandschuhe, Helm, Sonnenbrille, Windbreaker.

Hüttenkleidung: T-Shirt und Hose für die Nacht, Hüttenschuhe (in der Hütte ist das Tragen von Bikeschuhen mit Cleats nicht erlaubt), Fleecepulli, Hüttenschlafsack, Micro-Handtuch, Kosmetik- und Sanitärartikel (Probegrößen), Unterwäsche, Socken/Strümpfe, Taschenlampe/Stirnlicht, evtl. erforderliche Medikamente, Handy, Ladegerät/Ersatzakku, Bargeld in ausreichender Höhe, Personalausweis.

Wir empfehlen außerdem: Fotoapparat, Riegel/Gels zum Verzehr während der Etappen.

Fragen? Gern! Mail an: ig.muenchen@dimb.de

