

## Basismodul Guiding – Sicherheit & Sorgfalt

Ausschreibung für den Lehrgang als Modul 2 zur Erlangung des Zertifikat Basisstufe MTB-Guiding (Level 1) im Rahmen der modularen Ausbildung zum MTB Guide / MTB Fahrtechniktrainer.



Die MTB Guide / MTB Fahrtechniktrainer Ausbildung ist eine Veranstaltung der  
Deutschen Initiative Mountainbike e.V. (DIMB) in Kooperation mit DIMB Racingteam  
Bundesgeschäftsstelle  
Heisenbergweg 42  
85540 Haar  
[www.dimb.de](http://www.dimb.de)

## **Einführung**

Sicheres Bikeguiding auf bekannten Strecken steht im Fokus des 4-tägigen Level I Lehrgangs. Ziel des Kurses ist es, alle wichtigen Grundlagen des Bikeguidings, sorgfältiges Arbeiten in kritischen Situation und richtiges Verhalten im Notfall zu vermitteln. Ebenso sensibilisieren wir für natur- und sozialverträgliches Auftreten und haftungs- und betretungsrechtliche Besonderheiten.

Dieses Modul richtet sich an alle angehenden oder bereits aktiven MTB-Guides, die auf professionelle und sichere Art und Weise Gruppen mit dem Mountainbike führen wollen und sich hierfür das notwendige Grundrüstzeug im Rahmen dieses kompakten Lehrgangs aneignen und einüben wollen. Der Lehrgang spricht Aspiranten an, die in der Vereinswelt, in sozialen Organisationen oder im kommerziellen Umfeld als Guide / Guidin tätig sein wollen. Er ist im Rahmen der Erlangung des Zertifikats Basisstufe MTB-Guiding (Level 1) Voraussetzung für alle, die weiterführenden Module bis zur Prüfung zum MTB-Guide oder MTB-Fahrtechniktrainer anstreben.

Die Unterrichtseinheiten finden zum größten Teil draußen und direkt auf der Tour und dem Trail statt. Als Austragungsorte für die Ausbildungen haben wir getreu unserem Motto „WIR KOMMEN ZU EUCH“ einige der schönsten Bikereviere in Deutschland und den Alpen ausgewählt!

Die Ausbildung der DIMB ist modular aufgebaut, mehr hierzu unter: <https://dimb.de/ausbildung/ausbildungskonzept>

## **Zeitumfang**

4 Tage (40 Unterrichtseinheiten); der Lehrgang beginnt an Tag 1 um 9 Uhr und endet an Tag 4 um ca. 15.00 Uhr.

## **Kosten**

Die Kosten für den 4-tägigen Lehrgang betragen 465€. Darin enthalten sind alle Aufwände für die Ausbildung durch Mitglieder des Bundeslehrteams Mountainbike, Raumkosten und die Unterrichtsmaterialien inkl Teilnahmebestätigung. Übernachtungskosten und Verpflegung sind von den Teilnehmenden extra zu bezahlen. Für den Kurs sind mindestens 12 Teilnehmer bei 2 Ausbildern vorgesehen. Die Rechnung wird nach der vollständigen Anmeldung gestellt. Die Zahlung ist für die Zusage der verbindlichen Teilnahme zwingend.

## **Unterricht**

Theorie 1/3 - Praxis 2/3. Die Theorie findet überwiegend handlungsorientiert im Team-Teaching statt, die Praxis in Kleingruppen mit Rollenspielen auf Tour (zNachstellung realer Guiding-Situationen und Notfälle). Im Rahmen der praktischen Ausbildung werden Touren mit einer Länge von ca. 25 - 35km und Höhenunterschieden von 650 - 850m gefahren.

## Teilnahmevoraussetzungen

- Volljährigkeit
- Verantwortungsvoller Umgang mit Teilnehmern und anderen Naturnutzern auf den Wegen
- Technische Basiskenntnisse und Bedienfähigkeit für das eigene Bike (Pannenreparatur, Bremsbeläge wechseln, eigenes SetUp, ...)
- Mountainbike-Erfahrung und souveräne Mountainbike-Beherrschung
- Fahrsicherheit (siehe unten bei Teilnahmebescheinigung):
  - Die grundsätzliche Fähigkeit, Trails bzw. Passagen der Schwierigkeit „Rot“ (vgl. Wege-schwierigkeiten<sup>1</sup>) befahren zu können, wird vorausgesetzt. Kriterien hierfür sind:
    - kontrollierte und ökonomische Fahrweise
    - zentrale Position
    - stabiles System (Bike und Biker)
    - naturverträgliches, dosiertes Bremsen

Wir empfehlen das Basismodul Fahrsicherheit vor dem Basismodul Guiding für diejenigen, die sich bzgl. der eigenen Fahrsicherheit unsicher sind.
- Kondition (siehe unten bei Teilnahmebescheinigung): Leistungsvermögen für ca. 40 km und bis 1.000 hm pro Tag
- Schwindelfreiheit und/oder Trittsicherheit bei kurzen ausgesetzten Abschnitten
- Mitgliedschaft in der DIMB bzw. in einem Mitgliedsverein der DIMB

## Ausstattung / Mitzubringen

- Mountainbike in technisch einwandfreiem Zustand
- Pedelecs (eMTB) können im Lehrgang genutzt werden. Ein Tag muss mit dem „normalen“ MTB absolviert werden, um die konditionellen Voraussetzungen nachweisen zu können. Inhaltlich (Technik, Guiding, ...) wird im Lehrgang NICHT auf das eMTB eingegangen, lediglich sensibilisiert. Hier empfehlen wir die Fortbildungen eMTB. Akzeptiert werden ausschließlich MTB-Pedelecs (Unterstützung bis 25 km/h). Aus rechtlichen Gründen werden getunte Pedelecs und S-Pedelecs ausgeschlossen.
- versenkbare Sattelstütze mit Schnellspanner (keine Verschraubung) oder Teleskopsattelstütze
- Reifen mit ausreichend Profil, regen- und trailtauglich (keine „Slicks“)
- Helmpflicht während der gesamten Tour. Ein guter Sitz des Bikehelms ist Voraussetzung zur Kursteilnahme und wird im Ausrüstungscheck überprüft. Wichtig: Prüft unbedingt den Helmsitz bereits zuhause (z. B. sollte sich der Helm bei korrekt eingestelltem Riemen-/Tragesystem auch mit moderatem Kraftaufwand nicht nach oben/hinten verschieben lassen)
- Sonnenbrille mit Wechselgläsern bzw. klare Schutzbrille- und (Langfinger-) Handschuhe sind geländeangepasst verpflichtend zu tragen (z. B. auf Trail bergab)
- ggf. weitere persönliche Schutzausrüstung (z. B. Protektoren)
- Witterungsabhängige und funktionelle Radkleidung, Wechselkleidung
- Rucksack (ca. 20l-25l) inkl. MultiTool und Ersatzteile (Schlauch, Ersatzbremsbeläge, Schalttaue...)
- 1. Hilfe-Set

---

<sup>1</sup> <https://dimb.de/ausbildung/wegeschwierigkeit>

- Fahrradbeleuchtung – gute Fahrradbeleuchtung mitbringen -> vor allem bei Kursen im Frühjahr und Herbst bitte für gute und trailtaugliche Front-Beleuchtung und ein rotes Rücklicht sorgen, für den Fall, dass die Praxiseinheiten in die Dämmerung kommen.
- Getränke, Tourverpflegung und Geld für die mittägliche Einkehr.
- Ggf. Schreibzeug inkl. Papier
- Dinge des persönlichen Bedarfs
- Fahrradschloss (je nach Austragungsort steht das Rad ggf. vor dem Seminarraum)
- Für die Touren empfehlen wir Flatpedals. Natürlich kann all dies auch auf Klickpedalen bewältigt werden. Erläuterung: Die Erfahrungen zeigen uns, dass das Üben von Situationen auf dem Trail, z.B. im Bereich Notfallübung, viel Konzentration erfordert. Die Freiheit, die das Flatpedal gibt, erhöht die Sicherheit.
- *Fehlende, mangelhafte oder falsche Ausstattung kann zum Lehrgangsausschluss führen. Bitte nehmt o. g. Punkte ernst. Ihr nehmt als Guide-Anwärter an diesem Lehrgang teil und müsst dieser Mehrverantwortung auch im Bereich ‚Ausstattung‘ gerecht werden.*

### **Anmeldung**

Anmeldung per vollständig ausgefülltem Buchungsformular an das Bundeslehrteam Mountainbike der DIMB c/o DIMB Bundesgeschäftsstelle. Hinweise: Die Lehrgänge sind meist schnell ausgebucht. Die Plätze werden nach Anmeldedatum vergeben. Eine Reservierung ist nicht möglich.

### **Zusage der Teilnahme**

Die verbindliche Teilnahmezusage erfolgt nach Vorliegen aller für die Anmeldung relevanten Daten sowie nach Zahlungseingang der vollständigen Lehrgangsgebühren auf das Ausbildungskonto der DIMB.

### **Seminarraum/Unterkunft**

Da ggfs. Einheiten wetterbedingt umgeplant werden müssen, empfehlen wir die Übernachtung in der Unterkunft, in der wir auch unseren Seminarraum haben oder in unmittelbarer Nähe. Wichtig: Die DIMB ist kein Reiseveranstalter! In der Unterkunft ist ein Zimmerkontingent für die Teilnehmer reserviert. Grundsätzlich handelt es sich um Doppelzimmer, Einzelzimmer im Einzelfall und nur bei Verfügbarkeit sowie mit Aufpreis. Wer eine Übernachtung benötigt, meldet sich bitte direkt in der Unterkunft und **nicht** bei der DIMB. Die Hoteldetails des jeweiligen Lehrganges findet Ihr auf den Lehrgangsinformationen, die ihr nach der Anmeldung zugeschickt bekommt. Je nach Austragungsort und tatsächlichem Kursablauf machen wir mittags Brotzeit und kehren nicht ein.

### **Informationen zum Lehrgang**

Weitere Informationen zum Ablauf erhalten die TeilnehmerInnen mit der verbindlichen Kurszusage. Circa zwei Wochen vor Kursbeginn werden die Teilnehmerliste, so dass sich Fahrgemeinschaften finden können, sowie weitere aktuelle Informationen per E-Mail verschickt. Die Daten sind ausschließlich kursintern zu nutzen. Wenn Eure Daten auf der Teilnehmerliste erscheinen sollen, dann setzt bitte den entsprechenden Haken bei der Anmeldung.

### **Teilnahmebescheinigung**

Jeder Teilnehmer erhält eine Bestätigung über die Teilnahme am Basismodul Guiding mit einer Auflistung der Lehrinhalte und einer Empfehlung für die weiterführenden Aufbaumodule (Guiding/Fahrtechnik). Dies beinhaltet die Einschätzung und Bewertung von Guiding (Umsetzung des Gelernten in den Übungstouren), Fahrsicherheit und Kondition (siehe Voraussetzungen).

### **Lizenzverlängerung**

Dieser Lehrgang erfüllt die Voraussetzungen zur Verlängerung einer Trainer-C-Lizenz.

### **Fragen bitte an:**

Bundeslehrteam Mountainbike der DIMB – Büro Ausbildung

E-Mail: [ausbildung@dimb.de](mailto:ausbildung@dimb.de)

Telefon: +49 89 6931088-2

# Die Lernbereiche im Stundenansatz

## Basismodul Guiding, gesamt 40 Unterrichtseinheiten

### Vorbereitung und Durchführung von MTB-Touren (24 UE)

- Zielgruppen definieren und Strecken zielgruppengerecht wählen
- Persönliche Fähigkeiten und Fertigkeiten kennen und einschätzen
- Bike- und Ausrüstungscheck
- Praxistipps Wetter
- Sensibilisierung für Pedelec und eMTB
- Sicheres und sorgfältiges Guiding, grundlegende Guidingtechniken
- Anpassung der Guidingtechnik an Gruppe und Situation

### Notfallvermeidung und Notfallmanagement (10 UE)

Hinweis: Erste Hilfe Kenntnisse werden vorausgesetzt und nicht geschult

- Gefahrenquellen erkennen und vermeiden
- Kritische Situationen erkennen und beherrschen
- Verhalten bei typischen Notfällen
  - Einschätzen der Situation
  - Beherrschen des Notfallalgorithmus
  - Notruf und Organisation des Notrufes inkl. Lokalisierung des Unfallortes mittels Karte

### Natur- und Sozialverträglichkeit (3 UE)

- Sensibilisierung
- Vorbildfunktion

### Versicherung und Recht (2 UE)

- Sensibilisierung Betretungsrecht
- Einführung Haftungsrecht
- Sensibilisierung Versicherung

### Persönliches Feedback (1 UE)