



WINTERBIKEN IN ISTRIEN – Die kroatische Halbinsel hat sich zu einer Bikedestination mit fast ganzjähriger Saison entwickelt. Das mit Trails und Wegen aller Arten gefüllte istrische Schatzkästchen hat Biketouren in einer topografischen Spannweite von null bis 1.400 m Höhe zu bieten.

Istrien ist bereits seit geraumer Zeit als Trainingsrevier in der Rennrad- und bei Trekkingradlern als hervorragendes Tourengebiet etabliert. Auch alle jene heimischen Rad-sportler, die sich und ihr Bike nicht unbedingt einem Flugzeug anvertrauen wollen, nutzen die leichte Erreichbarkeit und reisen mit dem Auto an. Auch, weil gerade für Enduro-Piloten im Pkw deutlich mehr Werkzeug und Ersatzteile Platz haben als im Flugge-päck der Billigflieger.

Wenn nämlich Downhillorientierte Allmountain-Biker die istrischen Trails „rocken“, können sich ihre 2,35er-Patschein inklusive der dazugehörigen Laufräder schnell einmal „gerockt“ im Sinne von „gesteinigt“ vorfinden. Da ist dann zwar guter Rat teuer, aber das mitgebrachte Reservelaufwerkzeug billiger.

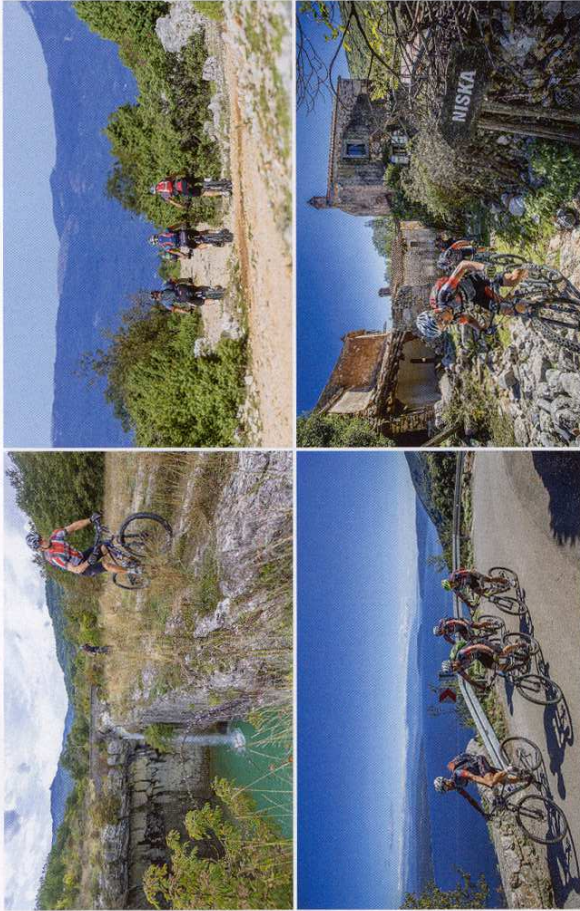
Damit ist also schon erklärt: Wer herausfordernde steinige Trails sucht, wird in Istrien rasch und unkompliziert fündig. Bemerkenswerterweise ist aber auch gar nicht so wenig „Flow“ auf den Trails anzutreffen!

Das Trainerteam des Bikeclubs GIANT Stattegg jedenfalls wählte für seine alljährliche „Team-Tour“ diesmal das Valamar Bikerhotel Allegro in Rabac als Stützpunkt für ausgedehnte Touren, die sich unter den Schlagworten „Land, Berg, Insel“ zu einigen wundervollen Biketagen addierten.

DAS LAND

Wenn schon Istrien statt Alpen, dann checkt man natürlich in Küstennähe ein. Auch wenn es der ambitionierte Biker nicht so mit dem Wasser hat: Rabac hat dafür alles, was einen Küstenort ausmacht: Strand-Café, -Beisl, -Restaurant, -Promenade, -Hotels – eine tragfähige Tourismusinfrastruktur für das Wohl vor und nach dem Aufsteigen aufs Vollgelenkte halt. Ir-gendwie hängt dann vom Strand bis ins innere Land alles mit allem zusammen: Küstentrails mit Steilküstentrassen, Fjorde mit Flussältern, Wasserfälle mit steinernen Brücken, Süß- mit Salzwasser, malerische Dörfer mit kraftvollen Fabrikruinen, fruchtbare Ebenen mit kargen Bergen.

Während der übliche Meerestou-rist den Tag unter seineisgleichen im Schutz der gebauten Küstenwirklich-



Das Trailrevier auf Istrien: Nah genug und auch wettermäßig eine echte Alternative in den kalten Monaten für Endurobiker.

DER BERG
1.401 m Seehöhe klingt jetzt echt nicht wie der Hammer! Für einen inneralpinen Gebirgsbewohner sogar irgendetwas niedlich. Mathematisch-topografisch gesehen summieren sich aber von null auf 1.401 m doch ganz schön viele Höhenmeter. Wenn wir in den Alpen wirklich einmal 1.400 Höhenmeter auf einen Sitz fahren wollen, geht uns meistens der Berg oder der Weg vorher aus. Oder beides.

Der Gebirgszug des Učka entlang der nördlichen Ostküste von Istrien erstreckt sich zum Meer hin relativ steil abfallend, und das über eine Länge von ca. 30 km. Ein ganz schönes Trumm Berg also. Das Herrliche aus der Sicht des eher Downhillorientierten Bikers: Vom Küstenort Ičići südlich von Opatija schlingt sich, angenehm sanft ansteigend und durchgehend asphaltiert, eine verkehrssarme Nebenstraße bis auf den Gipfel des Učka in besagter Seehöhe von 1.401 Metern.

DIE INSEL
Der südöstliche Widerpart des Učka ist nur am Wasserweg erreichbar: Die Insel Cres breitet sich langgezogen gegenüber der istrischen Ostküste über 80 km nach Süden aus und bildet dabei ein ganz schmales Band, das an der dicksten Stelle kaum 10 km an Breite aufbringen kann. Wunderbare kleine Strahlen im ersten Stock bis zu 300 m über dem Meer lassen an Panoramagenuss nichts zu wünschen übrig und

erlauben da und dort auch kleine Trail-Abstecher in eine ganz reduzierte karge Landschaft. Die Hauptstadt Cres hat alles, was ein Küstenort braucht: Strand-Café, ... Aber das hatten wir ja schon!

Das ist Biken in Istrien

Eine Alternative für Winterradler

Highlights: Trail vom Učka-Gipfel über Mala Učka nach Lovran; Downhill vom Dorf Gradisce; Panoramabiken auf Cres; Strandtrails südlich von Rabac;

Bike-Veranstaltungen: Etappenrennen Terra Magica, 12.5.-17.5.2015; www.istria-bike.com; Učka Marathon, <http://bbk-marun.hr>

Stützpunkt: Ein perfekter Ausgangspunkt ist das Valamar Allegro Rabac, www.valamar.com.

Unser Team on tour: Bikeclub GIANT Stattegg, www.bike09.at

INFO: Tourismusinformation, Kartenmaterial, Tourenvorschläge, GPS www.istria-bike.com Kartenmaterial online www.openbmbmap.org

52

BIKE

WINTER-CHECK

Der Profi-Schrauber über das richtige Einwintern

56

WINTER-TRAIL

Wie man in Istrien ordentlich Höhenmeter macht

59

BIKER, WAS MACHST DU IM WINTER

Ein Tiroler über das Biken im Dunkeln



56

2014 UEC European Mountain Bike Marathon Masters Championships
Bad Golsern / www.trophy.at/uec

12th July

2015 UEC European Mountain Bike Marathon Masters Championships
Graz/Stattegg / www.bike09.at

16th August

bike & more 2014

UEC MTB JUGEND EM GRAZER BIKE-MARATHON STATTEGG
11. - 17.8. 2014

Plakat JEMMA 2014 in A1

rad.sport.szene Juli 2014

LUCA HAUTZ

JUNGRIMMEN Ich kam vor mehr als 10 Jahren zum Mountainbiken. Mein erstes Rennen war ein 100-Meter-Mountainbike-Rennen, damals kleinen, schubhernen Mädchen, wehrstreichlich keine, dass ich letztendlich nicht gewinnen konnte. Ich war mal an der Startlinie eines Weltcups stehen würde. Im Jahr 2010 ließ ich mit dem Voreinstellen bei der DM, sämtliche Zweifeln verblassen und startete voll durch. Das Training, sowie die Rennen absolvieren ich stets ohne Druck, denn mein Mittel zum Erfolg ist der Spaß, den ich mir machen kann. Ich merke, obwohl nicht mehr so ambitioniert, wie ich mal war, dass ich dieses Jahr von mehreren liebsten Interaktionen geschwächt, aber die Saison ist noch jung und ich bleibe zuversichtlich auf die österreichische Meisterschaft!

FOTOS: Bildz, GANT Stattegg, Hurdal, Tonderer