

## Mountainbike-Fahrtechnik-Level

### Einleitung

- Unsere Levelübersicht soll dir dabei helfen, eine richtige Selbsteinschätzung vorzunehmen. Dann befindest du dich auf der richtigen Tour/der richtigen Veranstaltung für dich.
- Wir lehnen uns bei der Levelübersicht an die Singletrail-Skala an. Die komplette Singletrail-Skala findest du hier: <http://www.singletrail-skala.de/>

### Level 1

- Du bist Mountainbike-Anfänger mit geringen Vorkenntnissen in Fahrtechnik oder du hast wenig Singletrail-Erfahrung. Das Befahren weiter Kurven und Waldwegen beherrschst du flüssig, ebenso das sichere Bremsen auf losem Untergrund. Du hast Spaß an der Natur und wagst dich auch mal auf leichte Trails.
- Untergrund: Waldwege, fester, breiter Trail, leichtes Gefälle, weite Kurven, leichte Hindernisse/Stufen bergab und bergauf.
- Entspricht in etwa Singletrail-Skala: S 0 bis S 1.

### Level 2

- Du bist ein fortgeschrittener Biker mit mehr als zwei Jahren Bike-Erfahrungen und sicherer Beherrschung des Bikes in Singletrails. Balance, Bremskönnen und Grundposition/Aktivposition in Trails sind fest eingeübt. Das Fahren von weiten Kehren, einiger steiniger oder wurzeliger Trails mit leichtem Gefälle macht Dir Spaß und gelingt weitestgehend.
- Untergrund: feste Trails, fahrbare Serpentinaen, kleine Wasserrinnen, Stein- und Wurzelabsätze bis ca. 30cm Höhe, Gefälle bis ca. 40%.
- Entspricht in etwa Singletrail-Skala: S 1, stellenweise S 2.

### Level 3

- Du bist ein sehr fortgeschrittener Biker mit mehr als fünf Jahren Trailerefahrung und hast Spaß an rumpeligen Abfahrten über Stock und Stein. Serpentinaen gelingen fast immer, es sei denn man müsste das Hinterrad versetzen.
- Untergrund: schmale Trails, loser Untergrund bis zum Schotter, größere Wurzeln und Steine, Absätze und Treppen sind überfahrbar, Gefälle 50-60%, Spitzkehren.
- Entspricht in etwa Singletrail-Skala: S 2, stellenweise S 3.

### Level 4

- Du bist ein sehr fortgeschrittener Biker mit mehr als fünf Jahren Trailerefahrung und hast Spaß an rumpeligen Abfahrten über Stock und Stein. Serpentinaen gelingen fast immer, es sei denn man müsste das Hinterrad versetzen. Im Gegensatz zu Level 3 treten hier vermehrt Single-Trails der Kategorie S 3 auf. Entspannte Rollabschnitte werden seltener. Du beherrschst exaktes Bremsen und eine sehr gute Balance. Der Untergrund wird schwieriger.
- Untergrund: schmale, auch verblockte Trails, meist nicht verfestigt, größere Wurzeln und Steine, höhere Absätze und Treppen, teilweise nicht mehr überrollbar, Schrägfahrten, Gefälle bis ca. 70%, Spitzkehren, auch rutschiger Untergrund und loses Geröll.
- Entspricht in etwa Singletrail-Skala: bis S 3.