

Mountainbikegruppe

Informationen „kurz und bündig“

- Tourendetails** Immer aktuell auf dem Link:
www.pszh.ch/gruppe/mountainbikegruppe-illnau-effretikon
Zusätzlich wird per E-Mail orientiert, sofern eine E-Mail Adresse bekannt ist.
- Unkostenbeitrag** Halbtagestouren CHF 10.–, Tagestouren CHF 12.–
Davon ist eine Abgabe an PSZH von CHF 2.- eingeschlossen.
- Organisation** Eine Anmeldung ist für alle Touren **obligatorisch**, da die Teilnehmerzahl beschränkt ist (max. 8 TN pro Leiter). Die Bekleidung ist sportlich bequem und dem Wetter angepasst. Wir fahren immer mit Helm. Wir nehmen Getränk und eine Zwischenverpflegung mit (Picknick für Mittagessen bei Tagestouren). Folgende Dokumente sind ebenfalls dabei: ID oder Ausweis, Notfallausweis (wird neuen Teilnehmenden bei der ersten Tour abgegeben), Halbtax oder GA, sofern vorhanden.
- Touren** Das Angebot richtet sich an sportliche und fitte Seniorinnen und Senioren, die sich gerne auf dem Mountainbike auch abseits vielbefahrener Wege bewegen möchten. Sie sind bereit, auch mal das Bike zu schieben und nehmen die Herausforderung an, ab und zu einen Trail zu fahren.
Angeboten werden einfachere Halbtagestouren (geeignet auch für Einsteigerinnen und Einsteiger) bis zu eher anspruchsvolleren Tagestouren, die eine gewisse Technik und Kondition voraussetzen. Je nach Ausschreibung können auch Teilnehmende mit E-MTB's (keine gelben Kontrollschilder!) mitfahren.
- Ausrüstung** Für die Touren sind nur Mountainbikes mit entsprechend breiten Pneu und gutem Profil geeignet. Das Bike muss in jeder Beziehung betriebssicher sein. Wichtig sind vor allem das richtige Funktionieren der Bremsen und Übersetzungen, sowie der gute Zustand der genügend aufgepumpten Pneu.
Ab April 2022 ist ein Tagfahrlicht bei E-MTB's Vorschrift!
- Versicherung** Ist Sache der Teilnehmenden.
- Auskünfte** Bei der Koordinatorin der Pro Senectute Velo- und Mountainbikegruppe Illnau-Effretikon: Margrit Obrist (Kontakt Daten nächste Seite)
- Leitende** Die MTB-Leitenden sind auf der nächsten Seite aufgeführt. Sie haben eine Ausbildung als Erwachsenensportleitende Velo und MTB (esa) und bilden sich regelmässig weiter.

Die MTB-Leitenden



Margrit Obrist

Jg. 1955, verheiratet, 2 erwachsene Kinder, wohnt in Ottikon. Liebt Bewegung (Joggen, Wandern, Schneesport, Velofahren), Bücher, Kino, Ferien, Familie. Hat im Jahr 2009 die Pro Senectute Velogruppe in Illnau-Effretikon gegründet.

margritobrist@bluewin.ch

052 345 28 92 / 079 247 58 55



Reto Nüesch

Jg. 1947, verheiratet, 2 erwachsene Töchter, wohnt in Greifensee. Mountainbiker „der ersten Stunde“. War mit dem Bike schon in der Wüste und auf über 5000 m. Liebt Sport in vielen Facetten (Wandern, Skitouren, Tennis).

reto@nuesch.info

044 940 24 42 / 079 520 84 75



Testa Schmed

Jg. 1952, verheiratet, wohnhaft in Russikon. Macht gerne Outdoor-sportarten (Biken, Velofahren, Wandern, Skifahren und Aquafit). Am liebsten Ferien mit dem Wohnmobil oder in seinem Heimatort Disentis.

testaschmed@bluewin.ch

044 955 13 32 / 079 675 89 06