

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	Kurztouren CHF 7.00 – 10.00 / Tagestouren CHF 12.– <i>Davon ist eine Abgabe an PSZH von CHF 2.- eingeschlossen.</i>
Organisation	Eine Anmeldung ist für alle Touren obligatorisch , da die Teilnehmerzahl beschränkt ist (max. 8 TN pro esa 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 oder App EchoSOS auf Handy, 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 neu ab 2026 pro Monat zwei Touren: eine Kurztour/Halbtagestour sowie eine Tagestour. Kondition und Technik werden jeweils auf der Ausschreibung angegeben. Teilnehmende mit E-MTB's (keine gelben Kontrollschilder) passen sich dem Tempo der Gruppe, die ohne Unterstützung fährt, an.
Ausrüstung	Für die Touren sind nur Mountainbikes mit entsprechend breiten Pneus 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 Pneus. 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 (Kontaktdaten 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.

Februar 2026/mo

Die MTB-Leitenden



Margrit Obrist

Jg. 1955, verheiratet, 2 erwachsene Kinder, wohnt in Effretikon. Liebt Bewegung (Walken, Wandern, Schneesport, Biken, Yoga), Bücher, Kino, Ferien und Familie. Hat im Jahr 2009 die Pro Senectute Velogruppe in Illnau-Effretikon gegründet, ein Jahr später bereits Mountainbiketouren angeboten. Immer noch mit Biobike unterwegs!
margritobrist@bluewin.ch
079 247 58 55



Reto Nüesch

Jg. 1947, verheiratet, 2 Töchter und vier Enkel, wohnt in Greifensee. Mountainbiker seit ziemlich genau 30 Jahren. Seit einigen Jahren meistens mit dem E-MTB unterwegs, das es mir ermöglicht, die nachlassende körperliche Leistungsfähigkeit zu kompensieren, und trotzdem noch anspruchsvolle Trails zu fahren.
reto@nuesch.info 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
079 675 89 06



Daniel Uffer

Jg. 1971, verheiratet, selbständig, mit Hund und Katz, wohnt in Effretikon. Im Bündnerland aufgewachsen. Draussen in den Bergen zu sein begleitet mich schon ewig! Die Natur kombiniert mit MTB und etwas Genuss – Freiheit pur! Am liebsten unterwegs mit meinem VW-Bus im Alpenraum – auf zu neuen Ufern!
daniel.uffer@calibike.ch
076 531 80 60