

LAGO MAGGIORE: BIKEN, BADEN UND GENIESSEN

5/10

Deutschland
4,50 €
Österreich: 5,10 €
Schweiz: 9,20 SFR

Mountain
BIKE

Mountain **BIKE**



**BESSER
BIKEN:**
Diese Reifen
brauchen Sie

HARDTAIL ODER FULLY?

TEST: 16 SUPERBIKES IM SYSTEMVERGLEICH

Versender-Check

MountainBIKE deckt auf:
Wer bietet den besten Service?

Bike-Tuning

So werden Sie jetzt schneller!
Die Geheimtipps der Weltmeister

Test: Enduros

Singletrail-Spaß total!
Die besten Bikes der Saison

19 HOSEN IM TEST

**SITZKOMFORT OHNE ENDE
80 EURO REICHEN AUS**

**HÄRTETEST
CARBONRAHMEN**
Auf dem Prüfstand: Cannondale Flash



BIKE-WERKSTATT
Züge perfekt verlegen

FITNESS & TRAINING
Der ideale Ernährungs-Mix

FRÜHLINGSTOUREN
Biken vor der Haustüre

BeNeLux 5,30 €; Griechenland 6,50 €; Italien 6,00 €;
Spanien 6,00 €; Finnland 6,80 €; Slowakei 7,20 €



4 199076 704502 05

REISE-NEWS

INFOS FÜR DEN BIKE-URLAUB

Bike-Family: Biken mit der ganzen Familie in Kirchzarten im Süden des Schwarzwalds. Geführte Mountainbike-Touren für die Eltern, ein spezielles Bike-Programm für die Kleinen und eine abwechslungsreiche Kinderbetreuung von Toben bis Kochkurs sind die Inhalte des WSM-Family-Sport-Camp. Termin: 2. bis 6. August 2010, Infos: www.weiss-sportsmarketing.de



Toskana-Fraktion Wer den Winter aus den Knochen schütteln möchte, ist in der Villa Rey nahe des Lago di Trasimeno perfekt aufgehoben. Während der „Warm-up-Wochen“ von 13. 3. bis 24. 4. gibt's eine Woche inklusive Halbpension und drei geführte Touren für 665 Euro. Info: www.alpstours.eu

Slick rocks mit Red Bike – Dass Utah legendär flowige Trails bereithält, ist hinlänglich bekannt. Nur GPS-Tracks dazu waren bisher Mangelware. Auf der Webseite des Bike-Ladens „Red Bike“ werden Sie geholfen: Die besten Utah-Trails stehen hier gratis zum Download. Und wer sich auf sein Utah-Abenteuer einstimmen will, bestellt die DVD dazu. www.red-bike.de



Wolfgang Renner

Der Style hat sich geändert, die Faszination bleibt: Alpengcross lebt!

AUF PIONIERTOUR

GEWINNEN SIE MIT DEUTER UND TOP MOUNTAIN TOURS EINEN ALPENCROSS AUF DER ORIGINAL-HECKMAIR-ROUTE! IHR BIKE-GUIDE: ANDI HECKMAIR PERSÖNLICH!

Ob sich Andi Heckmair und seine Gefährten Wolfgang Renner und Gerhard Strittmatter vor ihrem Tourstart wohl je hätten träumen lassen, welchen Boom sie mit der ersten Alpenüberquerung per Mountainbike auslösen würden? Wohl kaum. Zu abenteuerlich schien das Vorhaben, zu rudimentär die damalige Ausrüstung – von der Massentauglich-

keit war die Idee „Alpengcross“ weit entfernt. Trotzdem gelang nach langer Erkundung im Sommer 1990 die erste Befahrung der später als „Heckmair-Route“ berühmt gewordenen Strecke. **Zwanzig Jahre später** wird Andi Heckmair ein letztes Mal als Bike-Guide auf seiner Tour aktiv. Noch besser: Der Veranstalter www.top-mountain-tours.de verlost ei-

nen Platz auf dieser „Pioniertour“, und Deuter stiftet als zweiten Preis einen von 40 streng limitierten Alpengcross-Rucksäcken. **Schreiben Sie eine Postkarte** mit dem Stichwort „Heckmair“ an „MountainBIKE, Postfach, 70162 Stuttgart“ – mit etwas Glück sind Sie dabei!



Christoph Malin

LA PALMA

DIE BESTEN TRAILS DER KANAREN AUF DER VERTRIDER-BIG-MOUNTAIN-WEEK.

Wenn Vertrider und MB-Reiseautor Christoph Malin zum Trailsurfen lädt, gibt's Einspurtouren vom Feinsten! Christoph kennt die La-Palma-Trails wie kein Zweiter! Vom 23. bis 27. April 2010, individuelle Termine ab 6 Personen möglich. www.vertriders.com

30 Touren enthalten die neuen „Bike-Apps“ für Allgäu und Münchner Umland – nutzbar mit dem iPhone.

Infos: www.alpstein-tourismus.de

Neue Tracks im Tourenparadies des Gardasees

Spürnase Andreas Albrecht hat schon wieder neue Trails am Gardasee gefunden – wie üblich liefert er die GPS-Tracks gleich dazu. „Gardasee GPS Bikeguide 3“, ISBN 978-3-8391-1418-6, 19,80 Euro, www.gps-bikeguide.com

