

Einladung zur

BIKETOUR am 21. August 2010 (Höhenweg Palfris – Malun – Sennis – Lüsis)



Nach der Frühlings-Einstiegsbiketour erwartet uns eine neue Herausforderung. Nach einem Aufstieg von rund 1200Hm – mehrheitlich auf Asphalt, vorwiegend im Wald und mit angenehmer Steigung – nehmen wir den Höhenweg über Sennis nach Lüsis unter die Räder.

Je nach Lust und Laune können wir unterwegs den Gonzen, mit seinem grandiosen "Tiefblick", zu Fuss besteigen. Entlang des Höhenweges gibt es verschiedene schöne Einkehrmöglichkeiten. Als Krönung erwartet uns eine längere Abfahrt nach Walenstadt.

Sanfter Aufstieg über dem Rheintal in Richtung Gonzen

- Treffpunkt:** Samstag 06.30 Uhr, Parkplatz Allmend in Horgen.
Je nach Teilnehmer versuche ich die Anreisen zu optimieren und die Fahrten entsprechend zusammenzustellen.
- Programm:** Mit dem Auto nach Walenstadt und dann mit Velo oder Zug nach Sargans. Ab Trübbach (500m) geht's auf den Chamm (1700m) – kurz vorher Abstecher zum Gonzen (1830m) möglich. Im Weiteren: Höhenweg über Palfris (1690m), Kurhaus Sennis (1390m), Lüsis (1270m) und "Downhill" nach Walenstadt..
- Anforderung:** Kondition für einen Aufstieg von 1200Hm (Steigung mässig). Die Fahrdistanz beträgt knapp 40km, zusätzlich 14km von Walenstadt nach Sargans.
- Ausrüstung:** Mountainbike, Fahrradhelm, Getränk, leichte Verpflegung aus kleinem Rucksack oder Satteltasche, Reserve T- oder Sweat-Shirt, evt. Regenschutz.
- Versicherung:** obligatorisch, Sache der Teilnehmer
- Kosten:** Fahrentschädigung nach Ansätzen Berg & Ski: Fr. 22.- (Gäste: Fr. 30.-).
- Anmeldung:** bis **Freitag, 20. August 2010, 12.00 Uhr** beim Tourenleiter.
Auskunft bei zweifelhafter Witterung: 20. Aug., ab 18.00 Uhr.
INFO: Ich weile bis und mit 15. August in den Ferien in Kroatien (dort nur via TM erreichbar).



Wir bewegen uns auf offiziellen Bike Trails