



An der Kapellbrücke vorbei

## Einladung zur Biketour

# Fräkmüntegg

Sa, 8. Juli 2016

## Von Luzern via Fräkmüntegg zum Alpachersee

Die Nordseite des Pilatus bietet viele interessante Abfahrten, wobei dort sämtliche Bergbahnen keine Velotransporte durchführen. Damit wird eine "Downhill-Bikeflut" vermieden.

**Programm:** Ab Luzern (435m) fahren wir via Sonneberg mit 350Hm Aufstieg und 230Hm Abfahrt nach Obernau – Wasservorrat o.ä. auffüllen (Sonnebergüberfahrt auf anderer Route, als bei Tour ins Eigental 2013). Dann erwarten uns 900Hm Aufstieg zur Fräkmüntegg (1403m), wo wir uns bei der Mittagspause erholen und uns auf die bevorstehende(n) Abfahrt(en) freuen können. Auch die schön gelegene Alpgschwänd, 200Hm tiefer, lädt zu einer längeren Pause ein.

Es folgt die Abfahrt zum Schattenberg und eine kurze Schiebestrecke von 90Hm zum Rengpass hinauf. Anschliessend erwartet uns ein schöner Singletrail, 450Hm hinunter zum Alpachersee. Ein kurzes Stück am See entlang führt uns nach Stansstad, wo schöne Badestellen locken...

Wenn die Zeit reicht, können wir auch mit dem Schiff nach Luzern zurückfahren.

**Treffpunkt:** Hauptbhf. Zürich, 07:00 Uhr im Wagen mit Veloverlad an Zugspitze (Abfahrt nach Luzern 07:04 Uhr)

**ODER**

07:55 Uhr Nähe Brezelkönig vor dem Gleis 8 im Bhf Luzern.



Hinunter zum Schattenberg

**Anforderung:** Kondition für rund 40km Distanz und 1450Hm Aufstieg, inkl. einiger "Auf-und-Abs". Keine ruppigen Abfahrten – den sogenannten Wurzelfpfad lassen wir links liegen.

**Ausrüstung:** Mountainbike, Velohelm, Getränk, Verpflegung aus Rucksack, Reserve T-Shirt, Reserve-Schlauch, Sonnenschutz, evt. Regenschutz, Badehose.

**Versicherung:** obligatorisch, Sache der Teilnehmer

**Kosten:** mit ½Tax: sFr. 13.- (ZH → Luzern), sFr. 14.50 (Stansstad → ZH), plus Tageskarte Velo sFr. 13.-

**Anmeldung:** bis **Freitag, 7. Juli, 12:00 Uhr** beim Tourenleiter. Auskunft bei zweifelhafter Witterung: 7. Juli, ab 18 Uhr.



Badebuchten zw. Stansstad und Kehrsiten Dorf

**Durchführung:** sollte der Samstag wettermässig ganz schlecht sein, würde ich die Tour am Sonntag durchführen, sofern dann das Wetter ok ist.

**Tourenleitung:** Markus Werdenberg, G: 058 911 17 13, M: 079 656 74 32  
[markus.werdenberg@trapezgroup.com](mailto:markus.werdenberg@trapezgroup.com) oder [rm.werdenberg@bluewin.ch](mailto:rm.werdenberg@bluewin.ch)