



TOSKANA TRAILS

MOUNTAINBIKEN & DOLCE VITA IM HERZEN ITALIENS

Ines Thoma & Max Schumann

DELIUS KLASING VERLAG

INHALT



EINLEITUNG Vorwort

8

WAS DAS BUCH IST & was es nicht ist

10

GEBRAUCHSANWEISUNG NAVIGATION

11

1 AMIATA

Ein Bikepark wie er im Buchenwald steht



12

2 CALCI

Raue Trails und ein Berg der Gegensätze



30

3 FLORENZ

Biken in der Wiege der Renaissance



52

4 GARFAGNANA

Die wilde und abgeschiedene Bergregion der Toskana



74

5 MASSA CARRARA

Biken auf den Pfaden der ältesten Industrie der Welt



96

6 MASSA MARITTIMA

Wer hat's erfunden – die Schweizer

114



7 ORBETELLO

Exotisches Bikeflair in Lagunen und auf Inseln



132

8 PIOMBINO

»Ride & Chill« an der etruskischen Riviera



150

9 PUNTA ALA

Wo in der Toskana das Enduro-Zeitalter begann



172

GRAZIE MILLE Impressum

192

EINLEITUNG

Vorwort

Liebe Freunde von feinen Trails und Dolce Vita,

für euch haben wir dieses Buch geschrieben – ein echtes Buch! In Zeiten von Onlinemedien, Navigations-Apps und Social Media ja fast schon eine Seltenheit. Doch reisebegeistert und Italien-verliebt, wie wir sind, freuen wir uns nun, dass es fertig geworden und damit ein kleiner Kindheitstraum in Erfüllung gegangen ist. Bei diversen Bike-Reisen in die Toskana, haben wir schnell gemerkt, dass hier noch so viele unentdeckte Trail-Schätze schlummern. Wir haben begonnen zu recherchieren, sind geradelt und haben Karten studiert und die netten Menschen hinter den Trails kennengelernt. So sind ein, zwei, drei und irgendwann neun Geschichten entstanden. In Kombination mit unserem Partner komoot bieten wir hiermit die volle Bandbreite an: Ein schönes Buch zum Schmökern und Blättern mit tollen Bildern, und gleichzeitig sind alle Touren als GPS-Tracks verfügbar, zur Navigation mit dem GPS-Gerät oder dem Mobiltelefon.

Lasst uns nun gemeinsam auf Reisen gehen, Radeln, Spaß haben, das italienische Dolce Vita genießen und diejenigen würdigen, ohne die das Mountainbiken in dieser Region nicht möglich wäre: die lokalen Helden hinter den Kulissen, die Trail-Bauer. »Wie sieht überhaupt der perfekte Trail aus?« Diese und viele weitere Fragen haben wir allen im Interview gestellt. Denn in jeder der neun Regionen stellen wir euch die Erbauer und Erschaffer der Trails vor und rücken sie ausnahmsweise einmal in den Vordergrund. Denn ohne sie gäbe es keine Trails, auf denen wir begeisterten Radler unseren Sport ausüben können – echtes und ehrliches Mountainbiken, wie wir es uns vorstellen, findet auf legalen und am besten noch offiziellen Singletrails, mal in technisch anspruchsvollem Gelände, mal auf flowigen Abschnitten statt. Lasst uns gern an Euren Bike-Touren und Dolce-Vita-Erfahrungen teilhaben und teilt Eure Erlebnisse mit dem Hashtag #ToskanaTrails.

Gute Fahrt und buon appetito!

Ines Thoma & Max Schumann





WAS DAS BUCH IST

1 Eine Planungshilfe für den nächsten Toskana-Bike-Urlaub. Dieser kann als Camping-Roadtrip gedacht werden, bei dem man nur zwei bis drei Tage an einem Ort verbringen und möglichst viele verschiedene Trails und Orte abklappern möchte. Oder man wählt sich ein bis zwei Orte pro Urlaub aus, um diese in vollen Zügen zu genießen und zu erkunden. Dann können die drei Touren, die wir pro Region beschreiben, als Starthilfe genommen werden, um die Gegend zu erkunden, die Locals zu treffen, um dann darauf aufbauend eigene Touren zu planen. Nicht zu vergessen: Die zahlreichen Restaurant-, Bar-, Freizeit- und Übernachtungstipps, die natürlich nicht alle in einem Urlaub abgeklappert werden müssen – Wiederkommen erlaubt.

2 Eine Anregung für zu Hause: Zum Träumen von wilden Abfahrten mit Meerblick, zum Blättern auf dem Sofa und Lesen über wilde Enthusiasten, die das Biken im Blut, die Schaukeln in der Hand und Visionen im Kopf haben, um ihr individuelles Bike-Paradies zu verwirklichen.

3 Eine Bitte, Selbstverantwortung bei der Navigation zu übernehmen und vor jeder Tour, ob aus diesem Buch oder einem anderen, einen Blick auf die Karte zu werfen. Denn Strecken können sich über die Jahre ändern, was gestern noch ein Trail war, ist morgen vielleicht schon eine Rückegasse, und so müssen immer vor Ort spontane Entscheidungen getroffen werden, für die man sich orientieren können muss.

4 Und zu guter Letzt eine Anleitung zu mehr Respekt vor den ehrenamtlichen Helfern, Trail-Bauern und Einheimischen und damit einhergehend eine Anregung zur Trail-Pflege und zum Engagement in den eigenen Vereinen zu Hause. Denn irgendwann sollte es möglich sein, überall eine legale MTB-Trail-Kultur zu entwickeln.



& WAS ES NICHT IST

1 Eine Einschätzung deines Fahrkönnens. Vor der Fahrt sollte man sein eigenes Fahrkönnen einschätzen und im Zweifel noch mal mit einem lokalen Guide Rücksprache halten, ob er das Fahrkönnen für ausreichend hält, und am besten mit den einfacheren Touren starten. Die Touren wurden grob nach technischem und physischem Anspruch eingeteilt, wobei die höchste Kategorie »fünf« für ein sehr schweres Enduro-Gelände steht (nicht wie bei der Singletail-Skala, bei der die fünf nicht mehr fahrbar ist!)

2 Eine millimetergenaue Anweisung, wo man langfahren, essen und schlafen soll. Das Buch soll als Inspiration dienen, und eigenes Weiterplanen, Ausprobieren und Entdecken wird unbedingt empfohlen.

3 Eine Motivation, alle Trails nur mit der Anleitung dieses Buchs allein zu fahren und die ortsansässigen Guides und Shuttle-Unternehmen außen vor zu lassen. Denn genau sie pflegen die Trails und können

jeden Cent für deren Instandhaltung gut gebrauchen. Also ruhig einmal einen geführten Tag mit den netten Guides verbringen und deren Geschichten und Lieblingsstrecken aus erster Hand erfahren, ein Shuttle buchen oder Bike vor Ort leihen. Es lohnt sich immer, mit den Locals zu sprechen und im persönlichen Austausch die wahren Highlights einer Region zu erfahren.

4 Eine Garantie, dass alle Trails immer noch in dem Zustand sind, wie wir sie bei der Recherche 2021 erleben durften. Sollte ein Trail in einem schlechten Zustand sein, wetterbedingt oder einfach nicht mehr gepflegt, beachtet bitte Folgendes: Die Strecken werden größtenteils von ehrenamtlichen Bikern gebaut und gepflegt. Gebt gern den Locals Bescheid, falls etwas mit der Abfahrt nicht in Ordnung sein sollte. Noch besser wäre es, wenn wir alle toten Äste und Co. aus dem Weg räumen und gemeinsam helfen, dann ist der Trail schnell wieder in Ordnung. Probleme bei Touren oder bestimmten Abschnitten können in komoot auch immer gemeldet werden, um andere User zu informieren. Auch sollten die meisten Strecken bei starker Nässe nicht befahren werden und Bremsmanöver mit Gefühl erfolgen, um der Bodenerosion entgegenzuwirken.



GE- BRAUCHS- ANWEI- SUNG NAVIGA- TION

Alle Touren sind so, wie wir sie erleben durften, in der Karte im Buch eingezeichnet und deren Charakteristik und Highlights beschrieben. Häufig sind die Trails vor Ort nicht beschildert, und die Wege und Routen verlaufen teils auf schmalen Wegen mit vielen Abzweigungen. Daher wäre es schwierig – bis unmöglich –, die Touren nur mithilfe des Kartenausschnitts zu finden. Deshalb befindet sich neben jeder Tour ein QR-Code, mit dem man direkt über das Smartphone zur »Col-

lection« des jeweiligen Kapitels in komoot gelangt. Eine Collection ist die Sammlung der drei Touren, die wir in jeder der neun Regionen empfehlen. Hier befinden sich alle Informationen, die man auf dem Trail brauchen wird, und man kann sich bequem direkt mit seinem Telefon und der komoot-App navigieren lassen, oder man verbindet die komoot App mit einem Navigationsgerät. Wichtig: Nicht blind und ohne Verstand einfach der Linie nachfahren. Wege und Trails können sich im Laufe der Zeit, beispielsweise durch Rodungen, ändern. Manche Trail-Gebiete sind ausgeschildert, und es ist im Zweifel immer sinnvoller, den Schildern vor Ort zu folgen.

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, komoot zu nutzen: Die Nutzung der Website, das Herunterladen der App und die Planung von Touren ist kostenlos. Einfach mit der E-Mail-Adresse, der Apple-ID oder mit dem Facebook-Account registrieren. Mit der Registrierung bekommt man direkt eine Region gratis und kann diese Region offline herunterladen und navigieren.

Möchte man darüber hinaus Funktionen wie Navigation oder Offlinekarten nutzen, so muss man die jeweilige Region, in der die Tour liegt, erwerben. Dabei gibt es Einzelregionen (eine gibt es ja bereits gratis), Regionepakete oder die ganze Welt als Paket – alles ohne Abo. Wer zusätzlich zum Weltpaket weitere Funktionen, wie sportspezifische Karten, das Erstellen von Collections, Mehrtagestour-Planner, Tour-Wetter oder Live-Tracking nutzen möchte, kann dies darüber hinaus mit einem Jahresabonnement als Premiumnutzer tun. Alle Infos zu den verschiedenen Verwendungsmöglichkeiten finden sich online unter <https://support.komoot.com>.

Komoot bietet einige Vorteile gegenüber herkömmlichen GPS-Tourendaten: Wir können die Touren auch noch Jahre, nachdem das Buch veröffentlicht wurde, anpassen und aktualisieren, wenn zum Beispiel ein Trail gesperrt oder eine neue oder bessere Abfahrt gebaut wurde. Sollte also in einigen Jahren die komoot-Tour von der Karte im Buch abweichen, dann folgt am besten der aktua-

lisierten Tour, die Änderung hat sicherlich ihren Grund. Des Weiteren hat man während der Tour die Möglichkeit, die Route umzuplanen, abzukürzen, zu verlängern und so aktuellen Gegebenheiten und der Tagesform anzupassen. Hinterlegte Bilder und Highlights geben Orientierungshilfen und erleichtern die Planung für unbekannte Orte.

Falls jemand komoot nicht nutzen möchte, bieten wir natürlich auch die Möglichkeit, die Touren über das Delius-Klasing-Tourenportal als GPS-Dateien herunterzuladen. Die Links dazu befinden sich hinten im Buch. Diese Daten werden allerdings von uns nicht aktualisiert.

Wichtig: Die GPS-Daten sind nicht zwangsläufig auf den Meter genau korrekt, genauso können die Karten, auf denen die Touren basieren, etwas von der Wirklichkeit abweichen. Bitte mit offenen Augen fahren. Sollte die Tour mitten ins Unterholz führen und zehn Meter weiter biegt ein schöner Singletrail ab, dann ist dies wahrscheinlich der richtige Weg.

A MIT KOMOOT

1. komoot-App installieren

2. Anmelden und Account erstellen

3.1. Navigation mit dem Smartphone

- QR-Code scannen
- Tour aus der Collection auswählen
- eventuell Tour offline verfügbar machen (Schalter aktivieren)
- mit dem Smartphone navigieren

3.2. Navigation mit einem GPS-Gerät via PC

- Link im Browser eintippen: <https://www.komoot.de/user/toskanatrails>
- Collection und Tour auswählen
- »Für GPS-Gerät herunterladen« und auf das Gerät übertragen
- mit dem GPS-Gerät navigieren

3.3. Navigation mit einem GPS-Gerät via App

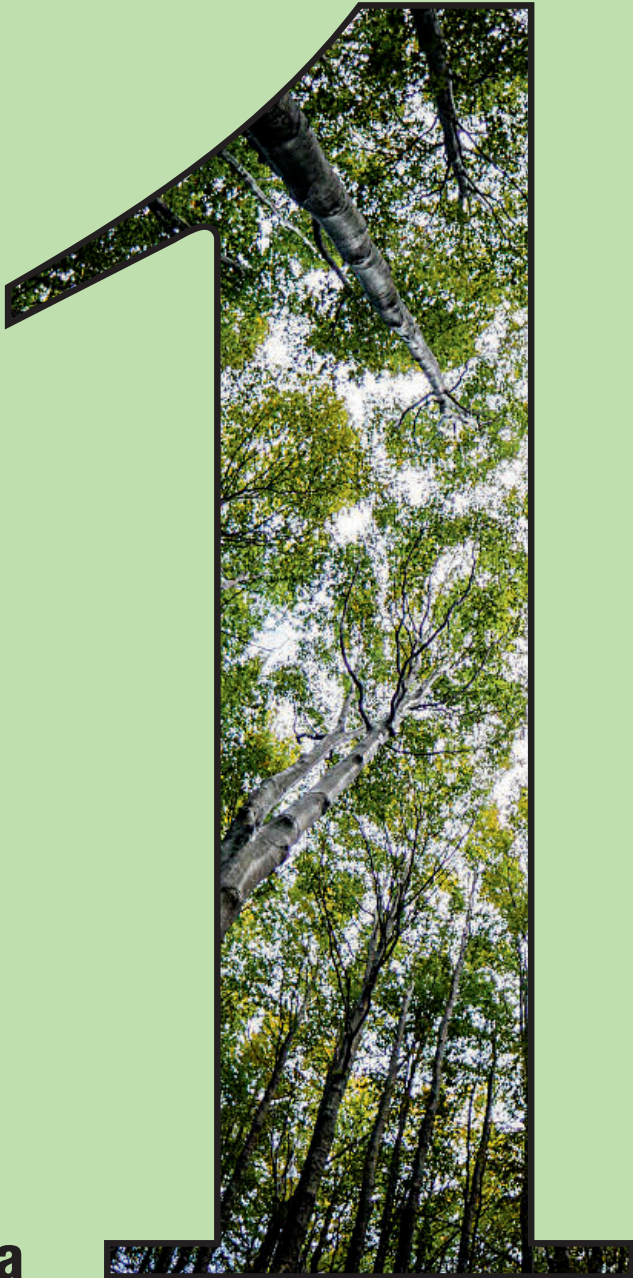
(detaillierte Anleitung für jedes Endgerät auf der komoot-Website)

- QR-Code scannen

- Tour aus der Collection auswählen
- Tour offline verfügbar machen (Schalter aktivieren)
- Tour im eigenen komoot-Profil speichern
- im komoot Profil > Einstellungen > Verbundene Accounts > z. B. »Mit Garmin verbinden« wählen
- die Tour erscheint als geplante Tour in der App des GPS-Geräts (bei Garmin z. B. unter Training > Strecken) und kann direkt auf das Gerät gezogen werden
- mit dem GPS-Gerät navigieren

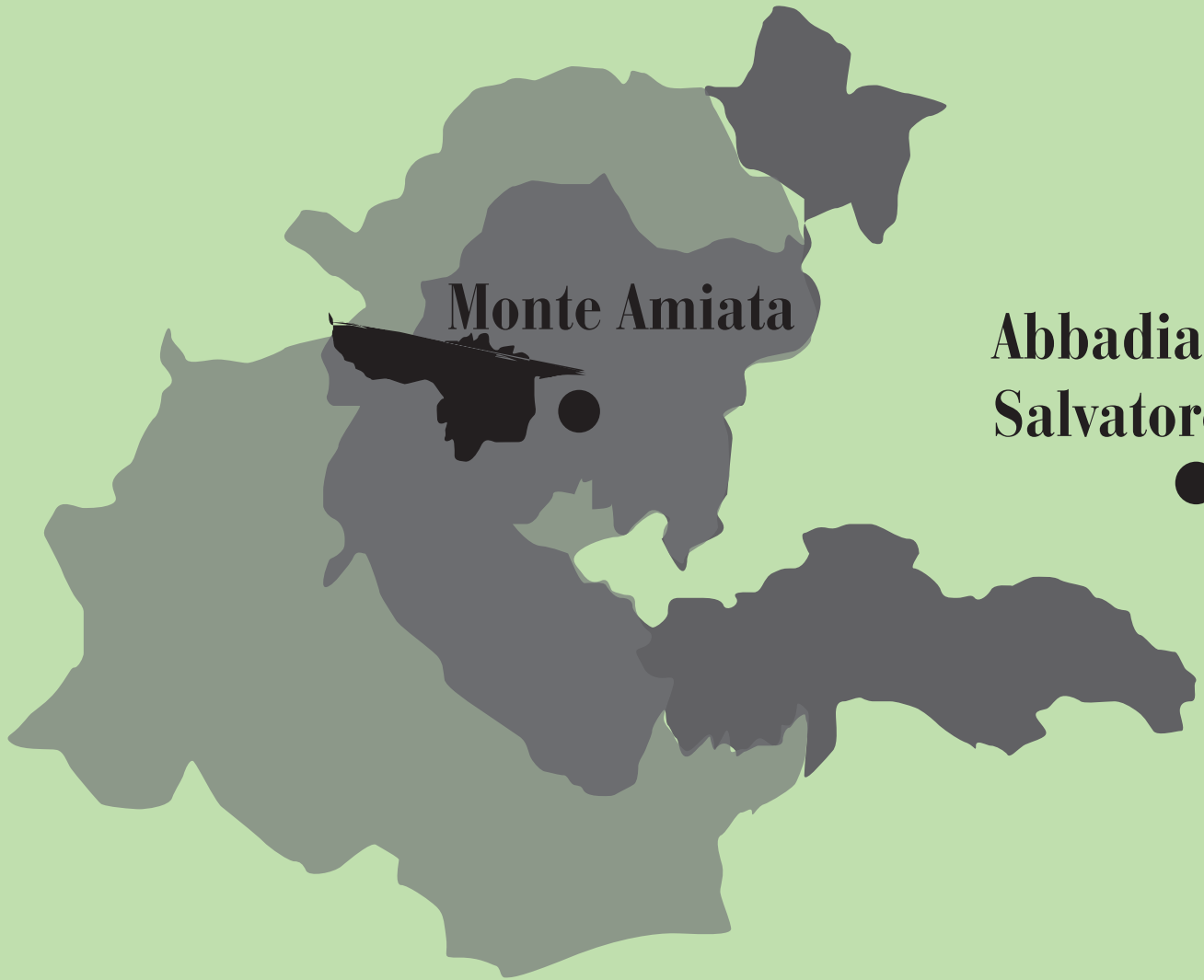
B OHNE KOMOOT VIA DELIUS-KLASING-TOURENPORTAL

Die GPS-Daten für die Touren dieses Buches sind über die Website des Magazins *BIKE* erhältlich. Auf www.bike-magazin.de gehen und dort in das Feld für die Suche den Webcode #6508a eingeben. Der Download ist kostenlos.



Amiata

Bagni San Filipe



Monte Amiata

**Abbadia San
Salvatore**

Santa Fiora

AMIATA

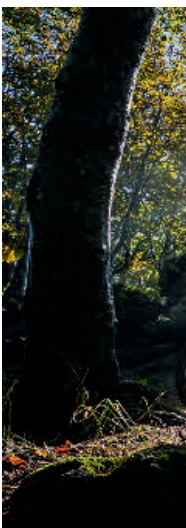
Ein Bikepark, wie er im Buchenwald steht

»Inmitten des größten Buchenwaldes Europas ist an einem erloschenen Vulkan auf 1.700 Metern über dem Meeresspiegel ein Bikepark der Extraklasse entstanden, der so gar nicht in die Vorstellung der stereotypen Toskana-Landschaft passen mag.«

Der alte Zweisitzer-Sessellift lädt definitiv zur Entschleunigung ein, denn im Schritttempo ruckeln wir durch die Baumwipfel der gigantischen Buchen. Die beste Aussicht habe man nicht am Gipfel des erloschenen Vulkans Monte Amiata, sondern kurz vor dem Ausstieg aus dem Sessellift, erklärt uns Stefano von Amiata Freeride. So drehen wir uns im richtigen Moment gespannt um die eigene Achse, und tatsächlich: Wir können am Horizont das Meer und die reflektierende Sonne kurz vor der Insel Elba erkennen, obwohl wir uns auf 1.700 Metern befinden – grandios. Jetzt im Herbst beginnen die Buchenblätter ihre wunderschöne rotorange Färbung zu zeigen, mit der Besonderheit, dass sie nicht abfallen, sondern vertrocknet bis zum Austrieb der neuen Blätter im Frühjahr hängen bleiben. Ein einzigartiges Naturschauspiel. Doch mit dem Erreichen des Gipfels ist es dann auch vorbei mit dem Naturerlebnis Baumwipfelritt, denn die Trails im Bikepark erfordern volle Konzentration. Was viele nicht wissen: In



der Toskana gibt es nicht nur sandige Panorama-Trails, sondern hier wird wahre Aktion geboten: Wurzeln, Felspassagen inmitten riesiger Findlinge, Sprünge und Anliegerkurven reihen sich aneinander. Der vulkanische Ursprung des Berges macht die Steine freundlicherweise auch im Nassen griffig und den Wald dicht, grün und fruchtbar.



LINKE SEITE Oben rechts Outdoorwellness – die heißen Quellen in Bagni San Filippo. **Mitte rechts** Feine lokale Spezialitäten warten an jeder Ecke. **Mitte links** Die Wasserstadt Santa Fiora. **Unten** Der Dom von Siena ist nur eine gute Stunde entfernt.

RECHTE SEITE Oben links Spektakuläre Felsdurchfahrt im Bikepark. **Oben Mitte** Buchen, so weit das Auge reicht. **Rechts** Rock 'n' Roll auf einer schwarzen Abfahrt. **Mitte** Im Sessellift durch die Baumwipfel schweben. **Unten** Die Wälder verzaubern uns.



KLIMA UND REISEZEIT

Mit 1.738 Metern stellt der Gipfel des Monte Amiata die höchste Erhebung in der südlichen Toskana dar. Hier erlebt man sogar in der Maremma, dem sumpfigen Küstenland, eine klassische Ausprägung aller vier Jahreszeiten – im Winter ist Skifahren statt Biken angesagt. Die Liftanlagen rund um den Bikepark laufen von Ende Mai bis Anfang Oktober, was auch wettertechnisch die besten Monate

zum Radeln sind. Natürlich kann man auch in der Nebensaison und den immer schneeärmeren Wintern einen guten Biketag erwischen. Wer aber sichergehen will, sollte zu diesen Jahreszeiten eher die Trail-Gebiete am Meer aufsuchen. Im Gegensatz dazu bieten der dichte Buchenwald und die Höhenlage der Bike-Trails, die zwischen 900 und 1.700 Metern über dem Meeresspiegel liegen, selbst im Hochsommer ein angenehmes Bike-Klima. Ein absoluter Tipp für alle, denen die Küstenregionen im Juli und August schon beim Baden den Schweiß auf die Stirn treiben.

BIKE-INFRASTRUKTUR

Bereits 2006 begannen die einheimischen Biker rund um Emiliano Pinzi mit dem Bau der Trails und deren Pflege und gründeten ein kleines Shuttle-Unternehmen am Monte Amiata. Seither hat sich vieles entwickelt, und 2016 eröffnete die Gruppe Amiata Freeride auf dem Skilift-Gelände eine Bike-Schule, mitsamt Shop, Verleih, Guiding und natürlich dem Kernstück des Projekts, dem Bikepark. Während es zuvor nur technisch anspruchsvolle Naturstrecken gab, sollten von nun an alle Biker, in allen Könnensstufen, angesprochen werden – Kinder und Erwachsene, Profis und Anfänger. Heute besteht das Trail-Netzwerk Amiata Freeride Bike Resort aus 25 Kilometern feinsten Strecken, die von der Bikepark-Crew in Schuss gehalten werden. Davon liegen sechs Kilometer direkt im



Bikepark, zwölf Kilometer sind natürliche Enduro-Trails, die auch geschuttelt werden können, und es gibt eine sieben Kilometer lange, flowige Cross-Country-Runde. Die Charakteristik jeder einzelnen Strecke ist sehr unterschiedlich, und in der Vielfalt findet wirklich jeder Biker den perfekten Trail für sich. Im Bikepark locken schwarze Strecken mit großen Sprüngen, Holzelemente, Drops und sehr technische Felspassagen die versierten Biker an, während es auch jeweils zwei blaue und grüne Strecken gibt. Ganz nach dem Motto der Gruppe, die mittlerweile aus 20 bis 30 Trail-Bauern besteht: »Open to all kinds of customers. For everybody for a good MTB experience.« Sämtliche Strecken



können nur befahren werden, wenn der Park auch geöffnet ist. Die Öffnungszeiten sind auf der Internetseite (www.amiatafreeridebikereresort.com) zu finden. Obwohl es am Monte Amiata reichlich Niederschlag gibt und die Trails gerade im Frühjahr nach der Schneeschmelze viel Wasser verkraften müssen, kann man auch bei feuchten Bedingun-



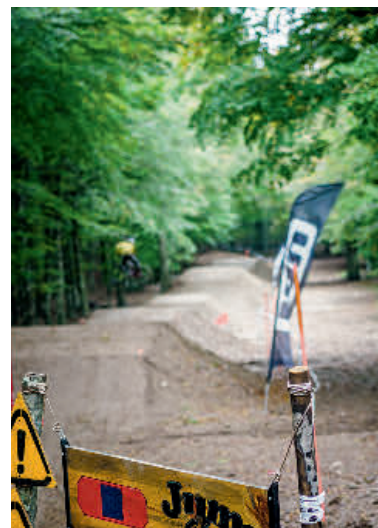


gen gut fahren. Grund ist ein ausgeklügeltes Entwässerungssystem, dessen Vorbild unter anderem der legendäre Bikepark in Whistler (Kanada) ist. Auch einige Strecken außerhalb des Parks werden von den Trail-Bauern gepflegt und können jederzeit befahren werden, entweder mit Muskelkraft oder man kann sich über Amiata Freeride ein Shuttle buchen. Diese Enduro-Trails sind sehr naturbelassen, mal schnell, mal flowig, mit technischen Passagen durch den einzigartig mystischen Buchenwald. Der längste Trail ist im Moment stolze sechseinhalb Kilometer lang. Wie gut die Enduro-Strecken gepflegt sind, lässt sich immer aktuell auf der Internetseite nachlesen.

Was die Zukunft am Monte Amiata wohl bringen mag? Sicherlich werden die Winter eher kürzer und die Gemeinden reali-



sieren auch hier früher oder später das Potenzial des Bike-Tourismus. Trotz komplizierter Besitzverhältnisse am Berg, dessen Wälder sich auf mehrere Provinzen (Grosseto und Siena), Gemeinden und Verwaltungsorganisationen aufteilen, sind weitere Trails in Planung, und das Gebiet soll vor allem noch anfänger- und familienfreundlicher werden.



LINKE SEITE **Oben rechts** Flowige Bikepark-Strecken. **Oben links** Entschleunigt bergauf – der Retro-Sessellift schwebt entspannt durch den Wald. **Mitte rechts** Die Crew von Amiata Freeride. **Unten links** Unterwegs auf den Enduro-Trails außerhalb des Parks. **Unten rechts** Naturkunde mit dem Bikeguide.

RECHTE SEITE **Oben** Der Bikepark bietet viel Airtime – die Streckenbauer sind eben echte Freerider. **Mitte** Die Jungs von Amiata Freeride engagieren sich für ein friedliches Miteinander auf den Trails. **Unten** Jump!

EIN BIKEPARKTAG IM AMIATA FREERIDE BIKE RESORT



STRECKENLÄNGE

2,5 km



HÖHENMETER

340 hm



FAHRZEIT

02:00 h



TECHNISCHER ANSPRUCH



PHYSISCHER ANSPRUCH



E-BIKE-TAUGLICHKEIT



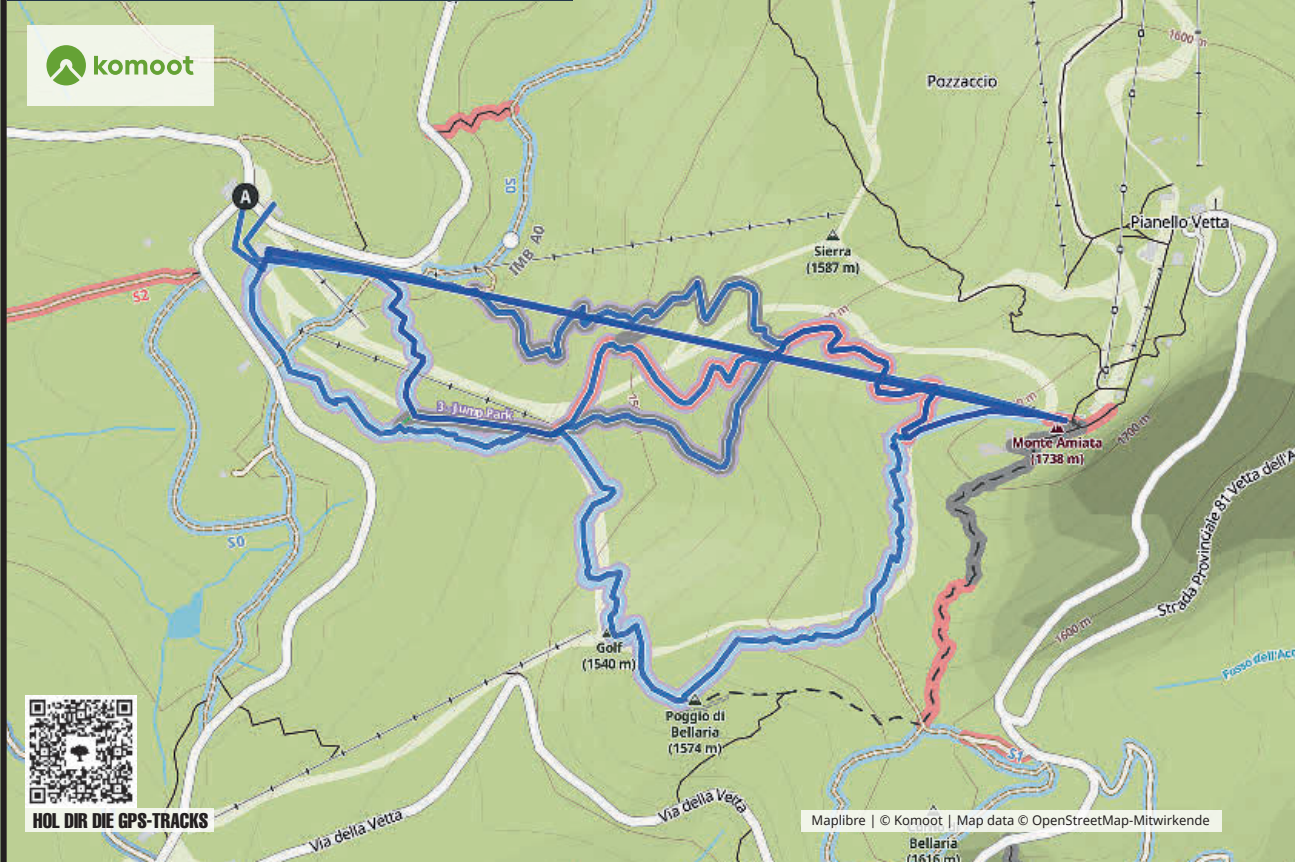
FÜR FAMILIEN GEEIGNET



DAS GIBT'S ZU SEHEN



2 km 4 km 8 km 12 km 16 km 20 km 24 km



HOL DIR DIE GPS-TRACKS

Maplibre | © Komoot | Map data © OpenStreetMap-Mitwirkende

Bellaria
(1616 m)

BESCHREIBUNG

Mit dem vielleicht langsamsten Sessellift Italiens schwebt man in absolutem Retro-Charme durch die Baumwipfel der großen Buchen. Langweilig wird einem dabei nicht, denn einige der Trails verlaufen direkt unter dem Lift, und man kann sich so auf den ein oder anderen Sprung mental einstellen. Der Bikepark ist sehr gut angelegt und mit schwarzen, blauen und grünen Strecken ist für jeden Trail-Biker etwas dabei. Ein einziger Tag ist fast zu kurz, um alles auszutesten und sich an die technischen Felsen, Sprünge und Drops heranzutasten. Schutzausrüstung und Fullface-Helm machen absolut Sinn – auch schadet ein gewisser Federweg nicht.



TIPP

Extra-Runden: Da alle Strecken mit dem Lift erreichbar sind, kann man so viele Runden drehen, wie man möchte.

Abkürzungen: Im Bikepark kann man wie nirgends sonst in Italien sein eigenes Tempo und seinen Rhythmus fahren. Auch können die Strecken bei Kreuzungen sehr einfach gewechselt werden.

Shuttle-Optionen: Es führt zwar eine Asphaltstraße zum Gipfel, jedoch dürfen die Strecken nur mit Bikepark-Ticket benutzt werden.

Besonderheiten: Öffnungszeiten des Bikeparks vorher auf der Internetseite überprüfen, Leihräder und Schutzausrüstung gibt es vor Ort.

TOUR 2 WILDE ENDURO-TRAILS IM BUCHENWALD



STRECKENLÄNGE

32 km



HÖHENMETER

1.150 hm



FAHRZEIT

04:00 h



TECHNISCHER ANSPRUCH



PHYSISCHER ANSPRUCH



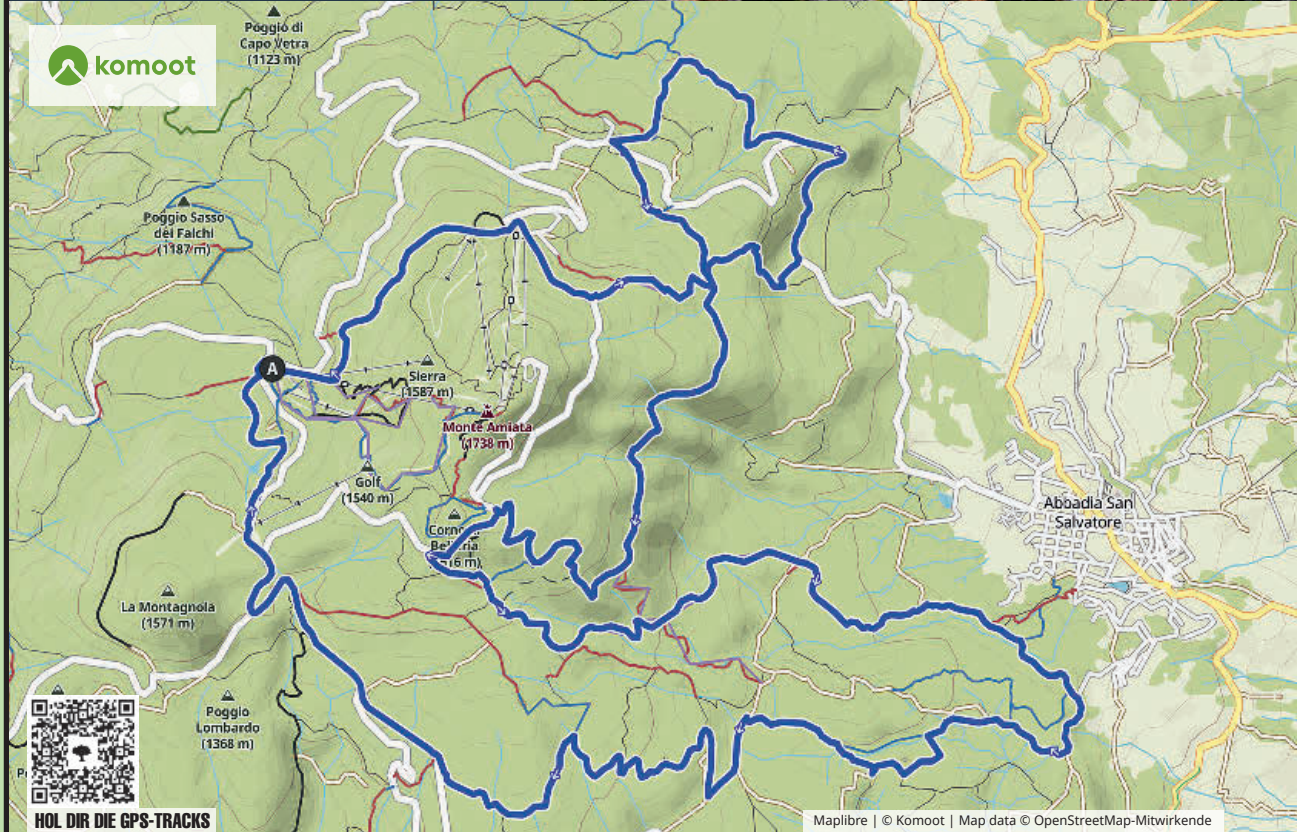
E-BIKE-TAUGLICHKEIT



FÜR FAMILIEN GEEIGNET



DAS GIBT'S ZU SEHEN



BESCHREIBUNG

Diese Runde verbindet die besten Enduro-Trails außerhalb des Bikeparks. Die Abfahrten folgen alten Wegen, wurden aber von der Bikepark-Crew für Biker aus- und umgebaut. Auf diesen Trails bieten sie auch ihre Shuttle-Touren an, was sich dank der guten Straßen und langen Abfahrten auch absolut anbietet.

Wer aus eigener Kraft unterwegs sein will, erlebt ebenfalls einen wunderbaren und sehr abwechslungsreichen Enduro-Tag. Die Strecken sind Spaßig und anspruchsvoll. Gut angelegt, aber insgesamt natürlich deutlich weniger gepflegt als im Bikepark. Einige Sprünge und Felsüberfahrten lassen die Handschrift der versierten Trail-Bauer erkennen. Wer sich mit mehreren Zwischenanstiegen über die drei langen Hauptabfahrten seinen Weg aus den beeindruckenden Buchenwäldern und durch die Kastanien in die Stadt Abbadia San Salvatore gesucht hat, der sollte sich die Zeit für ein Mittagessen in der Altstadt nehmen. Zu empfehlen ist auch ein Besuch im Kloster, das der Stadt ihren Namen gibt.

Zurück Richtung Bikepark folgt ein langer abwechslungsreicher Anstieg, der allein in diesen Wäldern schon ein echtes Erlebnis ist.



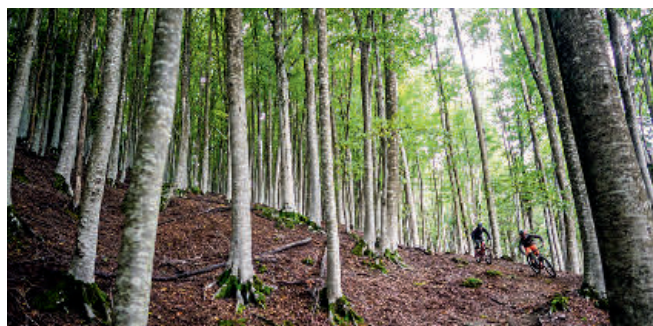
TIPP

Extra-Runden: Wem das noch nicht genug Trails für einen Tag sind, der ergänzt die Tour am besten mit einem halben Tag im Bikepark. Oder man fährt einzelne Trails doppelt. In dem großen Waldgebiet gibt es noch einiges zu erkunden. Die offiziellen Bike-Trails befinden sich alle in der Tour.

Abkürzungen: Einzelne Trails oder Teile der Abfahrten können ausgelassen werden. Von Abbadia San Salvatore zum Bikepark führt eine gut ausgebaute und wenig befahrene Straße, sie kann auch für entspannte Anstiege genutzt werden.

Shuttle-Optionen: Die Guides von Amiata Freeride bieten Guiding mit Shuttle auf den Enduro-Trails an. Auf jeden Fall ein Erlebnis und absolut lohnenswert, buchbar über die Internetseite.

Besonderheiten: Mountainbiken zwischen den gigantischen Buchen ist ein magisches Erlebnis. Je nach Jahreszeit wechselt das Blätterkleid seine Farbe und bietet die Kulisse für eine unvergessliche Trail-Tour.





TOUR 3

ALL-MOUNTAIN-RUNDE UM DEN AMIATA



STRECKENLÄNGE

26 km



HÖHENMETER

690 hm



FAHRZEIT

03:00 h



TECHNISCHER ANSPRUCH



PHYSISCHER ANSPRUCH



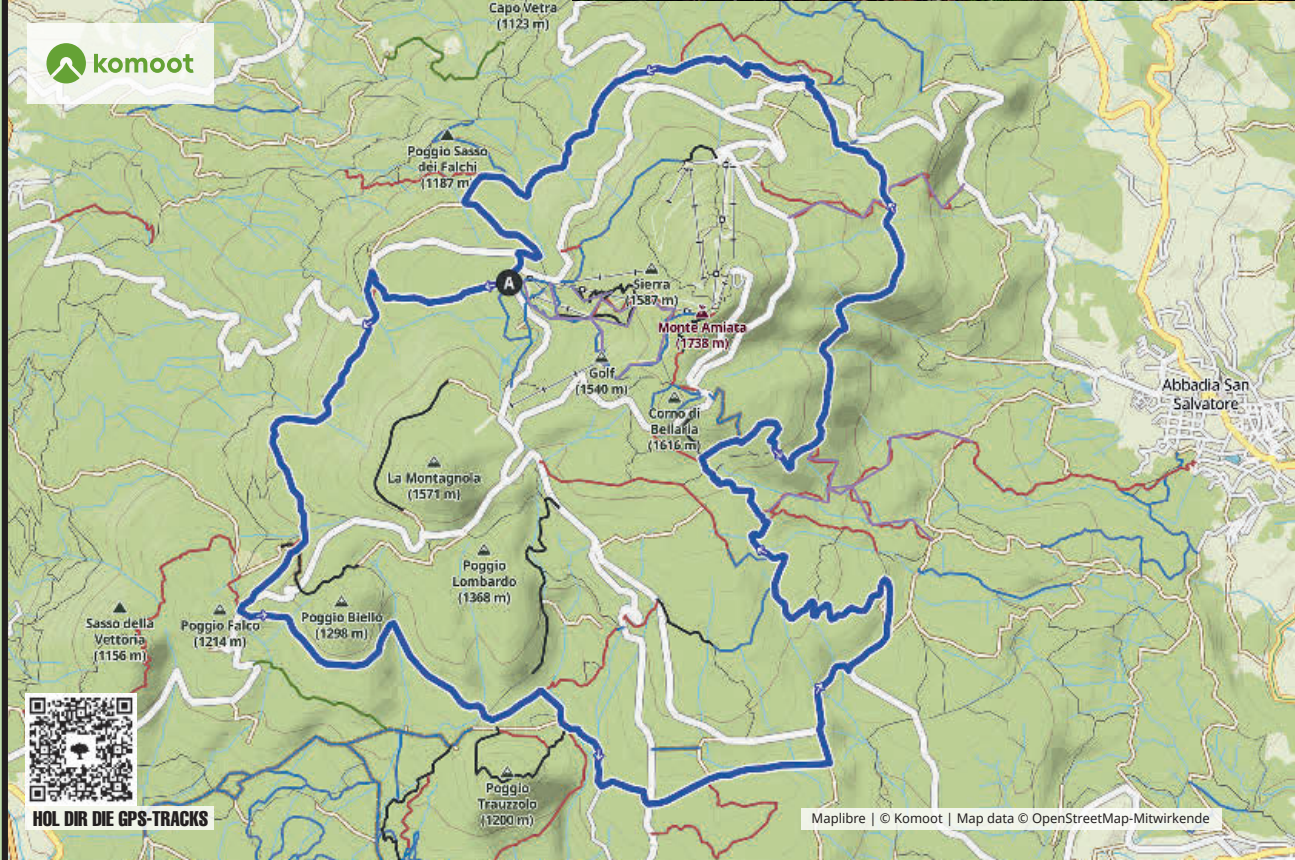
E-BIKE-TAUGLICHKEIT



FÜR FAMILIEN GEEIGNET



DAS GIBT'S ZU SEHEN



HOL DIR DIE GPS-TRACKS

BESCHREIBUNG

Fahrtechnisch etwas entspannter, aber nicht weniger schön, ist diese Tour einmal rund um den Gipfel des Monte Amiata. Die Atmosphäre in den endlosen Buchenwäldern lässt sich am besten vom Rad aus erleben. Bei der Aussicht in den Hallenwäldern wird jeder Forstweg zum Genuss. Mit sehr geringem Straßenanteil ist diese mittellange Tour aber auch kein Spaziergang – am Ende stehen fast 700 teils steile Höhenmeter auf der Uhr.



TIPP

Extra-Runden: Wem die schöne Tour über Forst- und Waldwege zu wenig Action bietet, der kann ab der Hälfte der Tour leicht Abfahrten der Enduro-Tour (Tour 2) einbauen und ein paar actionreiche Extra-Tiefenmeter sammeln.

Abkürzungen: Die große Runde ist nicht sehr leicht abzukürzen. Der lange steile Anstieg in der Mitte könnte aber mit etwas zusätzlicher Navigation über die Straße umfahren werden. Wem die Tour zu lang erscheint, der kann erst einmal mit

der leichten und kurzen Runde Anello Rifugio starten, die ab dem Bikepark ausgeschildert ist.

Shuttle-Optionen: Die Tour lohnt sich nicht zu shuttle. Sie ist aber eine schöne Ergänzung zu einem halben Tag im Bikepark oder einer Shuttle-Tour auf den Enduro-Trails.

Besonderheiten: Die einzigartige Stimmung in diesen Wäldern kann nicht oft genug betont werden.

PINZI Emiliano



Jung und wild ist die Crew um Emiliano Pinzi und Amiata Freeride zwar immer noch, ihr Konzept hat sich seit 2006 aber deutlich gewandelt. Nach Anfängen mit einigen extremen Freeride-Strecken, legt der studierte Architekt Emiliano den Fokus nun vermehrt auf familien- und anfängerfreundliche Trails: »When you see kids enjoying the trails, that is our goal to see them smiling.«

DIE CREW HINTER DEN TRAILS



Wie viele Trails habt ihr schon gebaut?

Insgesamt bereits neun Strecken. Sechs davon im Bereich des Bikeparks, der vom Sessellift bedient wird, und drei im Enduro-Bereich, die frei zu Treten oder mit dem Shuttle erreichbar sind. In der Vergangenheit hatten wir drei weitere Wege auf der anderen Seite des Berges gebaut, aber dann musste das Projekt aufgrund von Legalisierungsfragen gestoppt werden. Ansonsten bauen wir in der Nebensaison noch Trails für Privatpersonen oder Hotels.

Wie sieht der perfekte Trail aus?

Er hat die Form eines Lächelns. Meiner Meinung nach gibt es nicht den einen perfekten Weg, weil jeder Biker einen anderen Geschmack hat. Wir versuchen unsere Trails in Schwierigkeitsgrade zu kategorisieren. So kann sich jeder Biker orientieren, Schritt für Schritt verbessern, nach oben arbeiten und Spaß haben, ohne zu viel Risiko einzugehen.

Was ist das Besondere an euren Trails?

Unser Buchenwald bietet eine einzigartige Landschaft, und es ist fantastisch die Trails integrieren zu können.

Wer finanziert die Trails?

Die Strecken des Bikeparks wurden von den Eigentümern der Liftanlagen finanziert und werden von uns unterhalten.

Die Enduro-Strecken außerhalb des Parks wurden komplett von uns geschaffen und finanziert.

Was braucht die Bike-Community am Monte Amiata?

Mehr Zusammenarbeit aller Beteiligten für die Instandhaltung der legalen Mountainbike-Strecken und eine spezifische Beschilderung.

Neue Lines versus alte Wege – was funktioniert besser?

Neue, einfache Strecken sind sicherlich eine Chance, allen Anfängern den Sport näherzubringen. Aber wir wollen nicht vergessen, wo wir herkommen. Enduro und Downhill sind Action-Sportarten. Für uns gehören Sprünge und technische Herausforderungen immer zu einem guten Biketag dazu. Es muss der richtige Kompromiss gefunden werden, sonst riskieren wir, den Kern des Sports zu verlieren.

Hast du Tipps für die Trail-Bauer daheim?

Es macht wenig Sinn, pauschale Ratschläge zu geben. Jedes Gelände ist individuell im Bezug auf die Hanglage und Genehmigungssituation. Der erste Schritt ist sicherlich immer der Weg zu den Waldbesitzern und Behörden. Und man sollte niemals vergessen, dass die möglichst natürliche Integration des Weges

in das Gelände die einzige Möglichkeit ist, die Natur zu respektieren und nachhaltig zu arbeiten.

Was würdest du einem Biker nie verzeihen?

Driften :-)

Wildschwein versus Motorrad – was ist schlimmer?

Beide schaffen Probleme, aber das Wildschwein ist ein natürlicher Bestandteil des Waldes. Die Motorräder sind für uns Biker gefährlich und verursachen Schäden.

Der perfekte Trail-Snack?

Ein Stück Kuchen.

Biken oder bauen – was ist besser?

Ganz ehrlich: Ich liebe es, beides zu tun. Das Beste ist es, auf den Wegen zu fahren, die wir selbst gebaut haben.

Flow versus Fels?

Beides, aber ich bevorzuge Flow.

Der perfekte Ruhetag in Piombino?

Ein cooler Tag mit Freunden im Bikepark, dann eine schöne Enduro-Tour ins Tal und ein gemeinsames Essen.

Was würdest du noch gern loswerden?

Besucht mich bald zu einem gemeinsamen Bikeparktag auf dem Monte Amiata!