

WINTER
SPEZIAL

WINTER, NA UND?!

DAS E-MTB BAHNT SICH SEINEN WEG AUCH DURCH VERSCHNEITE WINTERLANDSCHAFTEN. WIR ZEIGEN DREI MENSCHEN, DIE DIE KALTE JAHRESZEIT ALS BIKE-SAISON NUTZEN. ZUM BEISPIEL MARKUS APPERLE. DER TIROLER BIKEGUIDE HAT HUNDERTE TRANSALP-TOUREN IN DEN BEINEN. DOCH DIE WINTERVARIANTE MIT E-MTB IST „DAS BESTE, WAS ICH BISHER GEMACHT HABE“.



DIE ROUTE

Den größten Teil seiner Winter-Transalp konnte Markus Apperle auf Pisten und festgetretenen Winterwanderwegen gut fahren. Wurde es zu flockig, musste er schultern.

TAG 1 Mutters (bei Innsbruck) – Maria Waldrast – Bergeralm – Sattelbergalm – Brenner

TAG 2 Brenner – Valser Jöchel – Mühlbach (Skigebiet) – Kiens

TAG 3 Kiens – St. Vigil – Riedjoch – Kreuzkofel – Badia

TAG 4 Badia – St. Kassian – Lagazuoi (zugegebenermaßen nicht ganz legal) – Cinque Torri – Passo Giau – Alleghe

WAS BRAUCHT MAN für eine Winter-Transalp mit 220 Kilometern und 7800 Höhenmetern? Einen starken Motor, griffige Spikes und Minus 23 Grad.

- * Zwei bis drei (sicherer!) Akkus
- * Warme Wechselwäsche und Isolationsbekleidung
- * Lederhandschuhe
- * Lawinenausrüstung: LVS-Gerät, Schaufel und Sonde
- * Warme Gore-Tex-Winterschuhe
- * Hose mit Gamaschen
- * Schneeschuhe für den Notfall

„Bleiben Sie, wenn möglich, zu Hause“, warnt der Radiosprecher. „Es ist die kälteste Woche des Jahres.“ Für Markus „Appi“ Apperle hört sich die Warnung wie ein Startschuss an – er weiß, jetzt passt alles: Der Schnee ist bockelhart und kompakt, die Grundlage für sein Unterfangen ist geschaffen.

Der Tiroler ist so viele Transalps gefahren, dass man sich eigentlich wundern muss, dass vor seinem Spitznamen „Appi“ nicht noch ein „Alpen-“ hängt. Appi dürfte womöglich mehr Routen im Kopf haben, als jede Touren-App ausspuckt. Wenn man ihn fragt, wie viele in den Jahren zusammengesammelt sind, schnauft er tief und rechnet lang. „Grob überschlagen“, sagt er dann, „komme ich auf 200 Alpencross.“ Seit 15 Jahren arbeitet er als Bikeguide und Coach – und das auch im Winter.

„Die Leute sagen zu mir, ich sei ja nicht mehr ganz gesund, wenn sie mich im Winter auf dem Radl sehen. Dabei ist es eben genau andersherum: Ich bin gesund, weil ich auf dem Rad sitze.“ Appi war früher Snowboard-Profi und erfolgreicher Ski-Freestyler – bis er sich zwei Wirbel brach „und eigentlich gar nix mehr tun konnte“. In der Reha kommt er aufs Rennrad und dann aufs Mountainbike. Die Schmerzen zwingen ihn, auch beruflich einen neuen Weg einzuschlagen – er macht die Ausbildung zum MTB-Lehrer.

„Heute bin ich größtenteils schmerzfrei“, meint der 46-Jährige. „Ich darf einfach nicht aufhören, Rad zu fahren, dann bleibt die Hüfte geschmeidig.“ Mit einem befreundeten Hotelier kommt er auf die Idee, für den Winter eine Flotte an Fatbikes für die Gäste anzuschaffen und die dann mit Spikes auszurüsten. „Ich habe nie was von Motor gesagt“, erzählt Appi, „und dann stehen da diese E-MTBs. Ich war so sauer, ich habe einen Monat nicht mit meinem Kumpel gesprochen.“ Schließlich probiert er es doch aus, und „alles andere war danach uninteressant“. Appi fährt mit Gästen auf Schnee und gleichzeitig reift die Idee in ihm, mit E-MTB einen Winter-Alpencross anzugehen.

„Ich bin dann hoch an den Brenner und habe eine Passage angeschaut. Wo die Piste aufhörte, war der Schnee von Winterwanderern kompaktgetreten – und von Südtiroler Seite kamen so viele Skitourengeher hoch, die Spuren gelegt hatten. Schon hast du deine Pistenpräparierer.“ Appi hat die Strecke im Kopf: „Ich brauche keine Karte, ich weiß, wo im Sommer die Wege langgehen. Es gibt so viele Skigebiete, die du perfekt miteinander verknüpfen kannst, wenn du ein paar Wege dazwischen findest.“

Dann also kommt die kälteste Woche des Jahres. Appi packt drei Akkus, Lawinenausrüstung und Isolationsjacke und startet auf seine viertägige Transalp. „Es war sensationell, das Beste, was ich bisher gemacht habe. Das Naturerlebnis ist im Winter noch extremer, gerade in den Dolomiten, und generell ist alles noch einen Tick intensiver.“ Touristen stehen auf der Piste Spalier und jubeln ihn bergauf „wie beim Giro“. Es gibt aber auch einen Strafzettel, weil Appi auch mal auf verbotenen Wegen unterwegs ist, wobei die Liftler meist erst irritiert, dann bewundernd reagieren. „Ab Alta Badia gibt es dann Fatbike-Strecken, und da darfst du auch mit dem Lift fahren. Wobei du mit dem E-MTB eh schneller oben bist.“

Viel ist sowieso nicht los bei der Kälte. Das Thermometer pendelt sich bei Appis Transalp um die -20° C ein. Vor den Abfahrten ist erst einmal umziehen und wärmachen angesagt. „Armkreisen, Liegestütze, alles, was Blut in die Fingerspitzen bringt.“ Und wie sieht es mit der Technik aus? „Für meine Bronchien war die Kälte Mist, aber dem Akku hat sie nichts gemacht. Ich hätte eigentlich gar keinen Dritten gebraucht. Vielleicht geht es sogar mit nur einem. Das probiere ich dann diesen Winter aus.“

Ist der Schnee zu tief, schultert Apperle sein Bike. Aber vor allem dort, wo Winterwanderer und Skitourengeher den Schnee verpresst haben, kommt man mit dem E-MTB gut voran.

E-FATTY & APERO

DIE ITALIENER WISSEN EINFACH, WIE MAN SICH DAS LEBEN SCHÖN MACHT: MIT DEM E-FATBIKE ZUM **CAFFÈ ODER APERITIVO** AUF EIN RIFUGIO – UND DER SCHNEE MACHT DIE TRAILS NUR FLOWIGER.

Die Berge des Stelvio-Nationalparks sind ein Paradies für Mountainbiker. Schmuggler-Trails, Hirten- und Militärfpfade, dazu der hochalpine Klassiker Passo Zembrù und der Supertrail Sunny Valley. Und mitten drin, auf 1734 Metern Höhe: Santa Caterina Valfurva. Doch der kleine Ort ist vor allem bekannt als schneesichere Wintersport-Destination. Klar also, dass sich im Winter niemand für die vielfältigen Bike-Möglichkeiten interessiert, oder?

„Falsch. Die Zeiten ändern sich“, sagt Andrea Panizza. Freilich, Passo Zembrù und Sunny Valley sind im Winter mit dem Bike nicht befahrbar, schließlich startet der eine auf 3000, der andere auf 2700 Metern. „Trotzdem, die Leute kommen heute nicht mehr nur zum Skifahren in die Berge. Sie wollen Abwechslung und besondere Erlebnisse – und mit dem E-Fatbike im Winter unterwegs zu sein, das ist wirklich etwas Besonderes.“ Die mit Abstand beliebteste Tour ist inzwischen die Abendausfahrt zum Aperitivo auf das Rifugio Stella Alpina. Gut 300 Höhenmeter geht es bergauf auf einem breiten, präparierten Winterwanderweg, der die perfekte Grundlage für die breiten Walzen der E-Fatbikes bietet.

„Die Leute lieben es“, erzählt Andrea, „und ich meine nicht nur die Einkehr. Sie kennen das Biken auf Schnee nicht, das Knirschen der Räder, den Zug bergauf, den Grip bergab.“ Vor den E-Fatbikes hat Andrea seine Gäste auf normale Fatbikes gesetzt. „Aber mit E-Unterstützung haben die so viel mehr Spaß. Und ich auch.“ Die meisten seiner Gäste haben auch noch nie zuvor einen Night Ride unternommen. Am Schönsten ist es, wenn der Mond so leuchtet, dass man die eigenen Strahler ausschalten kann. „Das ist dann eine ganz besondere Stimmung, eine komplett andere Sinneserfahrung. Ich finde, jeder Biker sollte das einmal im Leben gemacht haben.“

Immer mehr Leute gibt es, die das genauso sehen – Gäste, aber auch Einheimische. „Es gibt inzwischen viele hier aus dem Tal, die zum Sprizz oder Caffè auf die Hütte hochpedalieren. Auf die Stella Alpina oder im Frühjahr dann weiter zur Branca-Hütte. Und für uns Biker ist es einfach super, dass wir auch im Winter im Sattel sitzen.“ Andrea beschränkt sich dabei nicht nur auf die breiten Forstwege, er persönlich geht mit dem E-Fatty auch gerne auf die winterlichen Trails. „Man denkt gar nicht, was da alles geht. Der Schnee macht die Trails noch flowiger, weil er die Löcher zwischen Steinen und Wurzeln stopft, die Kurven werden weiter und geschmeidiger, fast kann man sagen, dass der Schnee die Trails neu shaped.“ Ab und an hat er jetzt schon Gäste, die mit ihm auf die schmalen

Pfade wollen. „Eine anspruchsvollere Tour führt auf den Passo Gavia. Der ist im Winter gesperrt, und hier machst du 900 Höhenmeter. Auf dem Rückweg liegt auf der linken Seite unser Flowtrail Le Sorgenti. Der ist im Sommer schon sehr easy zu fahren und macht mit dem E-Fatty auch im Winter super Spaß.“

Im späten Frühjahr wird das E-Fatbike dann zum Skitouren-Tool. „Wenn wir ein Stück hochmüssen, um auf die guten Touren zu starten, sind wir früher mit dem Auto geshuttelt. Jetzt nehmen wir das E-Fatbike und kommen an viel bessere Stellen. Das macht uns total flexibel, und die Kombination aus Warmtreden, Hochgehen, Abfahren, Rausrollen ist einfach das Beste.“ Natürlich liegen auf den Touren auch immer einige Rifugios, in denen man einkehren kann. Ja, die Italiener, sie wissen definitiv, wie das mit dem Dolce Vita geht.

Drink and drive: Auf dem Rifugio Stella Alpina gönnt sich Bikeguide Andrea Panizza mit seinen Gästen schon mal einen Aperitivo. Alkoholkontrollen sind auf der Abfahrt kaum zu befürchten.





DRIIFT & SLIDE

ANDREA KOHLNDORFER MAG ES ANSPRUCHSVOLL UND ABENTEUERLICH. IM SOMMER FINDET SIE IHRE ERFÜLLUNG BEIM BIKE-BERGSTEIGEN, **IM WINTER EINE ETAGE TIEFER AUF EINSAMEN SCHNEE-TOUREN.** UND DIE HABEN SOGAR EINEN LERNEFFEKT.

Damals, zu Zeiten, als es noch keine E-Mountainbikes gab, war die Saisonaufteilung für Andrea Kohlndorfer klar: Bike im Sommer, Ski im Winter – so, wie das halt alle machten. Heute ist alles anders. „Heute fahre ich mein E-Mountainbike dann so richtig warm, wenn die anderen ihre Mountainbikes einmotten.“ Das E-MTB ist bei Kohlndorfer zwar auch in den Sommermonaten immer wieder im Einsatz, aber meistens ist die Münchnerin unmotorisiert unterwegs. Als Bike-Bergsteigerin zieht es sie hoch hinauf auf unwegsame Gipfel, die nicht selten lange Tragepassagen mit sich bringen. „Nichts, was man mit 25 Kilogramm auf den Schultern genießen würde“, sagt sie.

Mit dem ersten Schnee verkehrt sich aber ihre Welt: Ihre Ziele wandern in die niedrigeren Regionen, von denen sie sich sonst eigentlich vorzugsweise fernhält. „Ich finde Forststraßen normalerweise wirklich todlangweilig. Aber mit Schnee ist das eine komplett andere Sache, plötzlich machen sie Megalaune.“ Warum? Weil die banale Forststraße sich mit einer Schneedecke in ein Spiel- und Übungsgelände verwandelt. „Es gibt wirklich kein besseres Balance-Training. Wenn du auf Schnee driftest und Dinge ausprobierst, dann entwickelst du ein sensationelles Gleichgewichtsgefühl.“ Und das Risiko beim Üben ist deutlich geringer: „Im Sommer würde ich mich auf rutschigem Geläuf nicht austesten wollen. Aber im

Schnee nimmst du Anlauf, spielst mit den Bremsen, slidest und schallerst um die Kurve – oder halt in den Schnee.“ Mit dem MTB wären solche Winter-Touren unmöglich. Weder in den Bergen noch auf ihren Home-Trails in München, sagt sie, mache es bei Schnee ohne Antrieb wirklich Spaß. „Und mit dem E-MTB shreddest du dahin, dass der Schnee nur so stiebt.“ Das klingt nach Spaß und Spielerei, aber auch Andreas Abenteuerdurst wird beim Winter-Biken gestillt. „Du kannst mit dem E-MTB ja unglaubliche Strecken zurücklegen und bei entsprechenden Bedingungen auch draußen biwakieren. Aber das Spannende liegt für mich tatsächlich darin, dass man das Terrain ganz neu entdeckt. Im Winter ist das Biken viel unvorhersehbarer als im Sommer.“ Je nach Schneemenge und Schneebeschaffenheit muss man mit allem rechnen: vom Traum-Grip auf frischem Reif bis zu fies vereisten Wegen. „Vielleicht liegt darin mein Winter-Abenteuer: einfach drauflosfahren, mir meinen Weg suchen und ein Gespür für den Schnee entwickeln. Das Unbekannte ist ja auch das, was mich im Sommer reizt und natürlich die Einsamkeit.“

Und für die braucht sie in der kalten Jahreszeit nicht hoch hinaus. „Im Winter sind die Wälder menschenleer. Ich lege meine Spur meistens in unberührten Schnee. Vielleicht sieht man ein paar Eichhörnchen-Tapser, aber ich bin mir schon sehr bewusst, dass ich hier in diesem Moment komplett allein unterwegs bin.“ Und dazu kommt die einzigartige Stimmung: „Das wunderschöne Licht und diese besondere Stille.“

Liegt zu viel Schnee, dann wird das Biken auch mit Motor zur Qual. Dann ist man auf fest gepresste Strecken angewiesen, also auf eingetretene Wanderwege und präparierte Rodelbahnen. Deshalb zieht Andrea dann erst am Abend los. Tagsüber will sie da nicht unterwegs sein. Auf Rodelbahnen ist es einfach viel zu gefährlich, „und auf den Wanderstrecken muss man nicht auch noch im Winter die Konflikte heraufbeschwören“. Außerdem sei es gerade im Winter abends sowieso viel schöner, findet Andrea. „Die Nacht ist viel heller als im Sommer, weil der Schnee so reflektiert. Ich dimme die Lampe dann ab, und die Welt wird fast schon unwirklich.“



Langweilige Forstwege entpuppen sich im Winter als Spielwiese. Driften, Sliden – „es gibt wirklich kein besseres Balance-Training fürs Biken“, sagt Andrea Kohlndorfer.